



צל"ח

צוות לשעת חרום



רצף פעילויות להטמעת צל"ח

במוסד החינוכי

מפגשים עם צוות הניהול

שנת תשפ"ב | 2022

מבנה החוברת וחלוקה לנושאים

בחוברת זו חמישה חלקים:

החלק ראשון עוסק בתפיסה המקצועית הכוללת שמעבר לנושא הצל"ח. המבוא פונה למטמיעי הצל"ח במוסד החינוכי ומבהיר שהיכרות עם ההיבט התיאורטי של נושא הצל"ח והבנתו בצורה מעמיקה הן תנאי להטמעה נכונה ומתאימה של עבודת הצוות לשעת חירום - הצל"ח, במוסד החינוכי. בחלק זה מפורטות הגדרות, הנחות היסוד ומטרות מרכזיות של עצם העיסוק בנושא במוסד החינוכי. מודגש שבכל מפגש ראשון עם צוות הניהול יש להתחיל מבניית התשתית התפיסתית ומסגרת החשיבה הכוללת של הנושא.

החלק השני מפרט רצף פעילויות למפגשי העבודה עם צוות הניהול של המוסד החינוכי. מובאות שש פעילויות שונות שבאות לסייע בהכשרה ואימון של צוות הניהול ובהמשך של הצוות החינוכי והמנהלי כולו בהבנת הנושא ובדרכים ליישומן והפעלתו המיטבית במצבי משבר וחירום שונים.

החלק השלישי מתמקד בדרכי ההתנעה וההטמעה של עבודת הצל"ח במוסד החינוכי ומושם דגש על חשיבות האימון והתרגול של הצל"ח במגוון תרחישי משבר וחירום. בחלק זה מובאות דוגמאות לסימולציות בתרחישים שונים ובדרכי ההתמודדות והניהול המיטבי. כמו כן מפורטות מתודות שונות להפעלת סימולציה, לעבודה ולהפקת לקחים והמלצות לטיוב עבודת הצל"ח במוסד החינוכי.

החלק הרביעי מדגיש את החשיבות של שמירת הכשירות של הצל"ח באופן מתמשך. בחלק זה מובאת גם ערכת עזרה ראשונה למנהל המוסד החינוכי - ומובאים התדריכים המידיים הנדרשים לניהול מצב לחץ, משבר וחירום במוסד החינוכי.

החלק החמישי הוא נספח מיוחד להפעלת הצל"ח במוסד החינוכי בעקבות משבר הקורונה ובו מובאים חלק מהתדריכים שפותחו ונכתבו בעקבות אתגרים שהציבה בפנינו תקופת ההתמודדות עם הקורונה. בנספח זה יש גם התייחסות ספציפית לכיווני התערבות בדילמות שהתעוררו בעקבות אירועי אובדנות במוסד החינוכי בימים של קורונה ובימים של למידה היברידית. חלק זה מסתיים עם שורה של מסרים מחזקים ובוני חוסן נפשי.

תוכן העניינים

עמודים	נושאים	חלק
	תפיסה כוללת: שער, מבוא והקדמה	חלק ראשון
1-8	• פנייה למטמיעי צל"ח במוסד החינוכי	
9-10	• רציונל, מטרות והנחות יסוד • שלבים בארגון הצל"ח	
	רצף פעילויות למפגשי עבודה עם צוות הניהול במוסד החינוכי	חלק שני
11-12	• פעילות ראשונה: תרגול צל"ח באמצעות סימולציות ופירוט מטרות, מתודות ודרכי עיבוד והפקת לקחים	
13	• פעילות שנייה: "להפוך איום לאתגר" - התנעת הצל"ח במוסד החינוכי.	
13-16	• פעילות שלישית: "שגרה וחירום שלובים זה בזה" עקרונות התמודדות במשבר וחירום	
16-17	• פעילות רביעית: מודל מעש"ה - כלים בעזרה ראשונה נפשית	
17-18	• פעילות חמישית: היכרות עם תכולת תיק הצל"ח	
19	• פעילות שישית: מפגש עם צוות ניהול בבית הספר והכרות עם מושגים מעולם החירום וניהולו	
	התנעה והטמעה של הצל"ח במוסד החינוכי	חלק שלישי
20-22	• תדריך למנהל בית הספר - "מה לעשות מחר בבוקר"	
	הרחבה ודוגמאות נוספות לסימולציות, דרכי עיבודן והפקת לקחים לשכלול עבודת הצל"ח	
23-29	1. "סימולציית דילמות" - אירוע אסון - טביעה של תלמיד - עבודה עם תדריכים	
30-45	2. א. "סימולציית שולחנות" - ירי טילים על שכונה בשעות הבוקר סמוך לבית הספר - מש"מ - "משחק מנהלים"	
46-58	ב. "סימולציית שולחנות" - תאונת אוטובוס בטיול שנתי של שכבת י'	
59-61	3. "סימולציית זירות" - מטח טילים פתאומי על מחוז - מש"מ - "משחק מנהלים"	
	היערכות מקדימה למשבר וחירום	חלק רביעי
62	• רציונל לחשיבות האימון, התרגול ושמירת הכשירות של הצל"ח באופן מתמשך - הנחות יסוד	
63-68	• ערכת עזרה ראשונה למנהל המוסד החינוכי - ארגון תדריכים מידיים לניהול מיטבי של אירוע משבר וחירום.	
	נספח: צל"ח בימים של קורונה	חלק חמישי
69	• הקדמה לנספח	
	• דוגמאות לתדריכים שנכתבו במשבר הקורונה וכמענה לאתגריו	
70-71	• תדריך 1: לשיחה של הורים עם ילדיהם בעקבות חשש להדבקה מנגיף הקורונה	
71-72	• תדריך 2: לסיוע ותמיכה בתלמיד או הורה החולים בקורונה	
73-75	• תדריך 3: כיווני התערבות באירועי אובדנות, בימים של למידה היברידיית - עקרונות והנחיות	
76-79	• תדריך 4: בשורה מרה לתלמידים בכיתה בעת ריחוק חברתי בימי מגפת הקורונה בתדריך זה מובאים תת-נספחים: הנחיות שיח להורים מאפיינים של תקשורת וירטואלית מסרים בנוי חוסן	

צוות הכתיבה

ד"ר יוכי סימן-טוב, מנהלת היחידה להתמודדות במצבי משבר, חירום ואובדנות
גב' סמדר ספירמן, מומחית בניהול מצבי אסון וחיזוק חוסן
גב' רחל משה אברהם, מדריכה ארצית ביחידה
גב' חגית נזרי, מדריכה ארצית ביחידה
ד"ר מזל מנחם, רכזת ארצית לפסיכולוגים

תודות ל:

הנהלת שפ"י במשרד החינוך
אגף הביטחון במשרד החינוך
אגף ייעוץ והפיקוח על הייעוץ בשפ"י
אגף פסיכולוגיה בשפ"י, משרד החינוך
מנהלי השפ"חים ברשויות המקומיות
מנהלי המחוזות
מנהלי בתי הספר שהשתתפו בהטמעת הצל"ח בבית ספרם.
גב' רביטל כהן, אגף הפרסומים משרד החינוך



מדינת ישראל
משרד החינוך

צ"ח צוות לשעת חירום > רצף פעילויות להטמעת צ"ח במוסד החינוכי



מבוא

מטמיעי צ"ח יקרים

בעת מצבי חירום המערכת החינוכית נדרשת לתפקד בצורה אפקטיבית תוך התמודדות הן עם קשיים ארגוניים והן עם קשיים הקשורים למצב רגשי פסיכולוגי של תלמידים, אנשי צוות והורים.

הצ"ח - צוות חינוכי/ ארגוני/ טיפולי לשעת חירום, הינו מנגנון קבוע במערכת (על-פי רוב צוות הניהול + בעלי תפקידים נוספים), המוגדר מבעוד מועד. תפקידו לנהל את הפעילות הארגונית, החינוכית והטיפולית, הנעשית במוסד החינוכי, במצבי משבר ובעתות חירום, במהלכם ולאחריהם - עד לחזרה לשגרה.

הצ"ח מהווה עמוד שדרה בית ספרי, המסייע להעלאת אפקטיביות התפקוד בעת חירום והחזרת המערכת לתפקוד תקין בזמן סביר, מה שהוכח כקריטי להחלמה הנפשית מאירוע. בראש הצוות עומד/ת מנהל/ת בית הספר.

אימון צ"ח בבית הספר, פירושו - היערכות מוקדמת לחירום. היערכות כזו מזמנת נקודת פתיחה להשלטת סדר בכאוס הראשוני ונותנת מסגרת לניהול מערכתי, פנימי וחינוכי.

צ"ח שמתפקד היטב מגביר את יעילות הטיפול באירוע, נותן בסיס להפקת לקחים ומגביר באופן מצטבר את חוסנו של בית הספר.

הצ"ח מגדיר ומפתח את המנהיגות כמכוונת להתמודדות עם מצבי חירום. כמו כן, הצ"ח מוביל לכך, שצוות ביה"ס נתפס, כ"מבוגר המשמעותי" בחיי התלמידים, בשגרה וביתר שאת - בחירום.

רשות החירום הלאומית (רח"ל) במשרד הביטחון, הגדירו נושא זה בעדיפות והקצו משאבים לחיזוק ואימון של צוותי ניהול לשעת חירום בבתי הספר. התוכנית מיושמת באמצעות היחידה להתמודדות עם מצבי משבר, חירום ואובדנות של שפ"י, לקידום ושיפור מוכנות מערכת החינוך למצבי חירום אפשריים.

- ♦ התוכנית להלן, גובשה כחלק מתורת הפעלה שפותחה בשפ"י, למידה שנצברה מתוך הפקת לקחים שנעשתה אחרי אירועי משבר וחירום נקודתיים ולאומיים במשך כ-18 שנות קיומה של היחידה. הכשרת מטמיעי צ"ח והחזרת המלווה, הינם חלק מרצף פעילויות במסגרת התוכנית לפיתוח החוסן וחיזוק המוכנות של המערכת בכלל וצוותי הניהול בפרט.
- ♦ חוברת זו מכילה את שלבי הכניסה למוסד החינוכי במפגש עם צוות הניהול וכן את רצף הפעילויות ההכרחי לצורך התנעת הצ"ח בבית הספר וההכוונה לשמירת כשירותו לאורך זמן. הסימולציות נכתבו בשיתוף אגף הביטחון של משרד החינוך, שהוא שותף מלא לפעילות ההיערכות.

בתקווה לימים של שלום ושלווה

ד"ר יוכי סימן טוב

מנהלת היחידה להתמודדות עם משבר,
חירום ואובדנות שפ"י,
משרד החינוך

עינב לוק

מנהלת אגף בכיר
שירות פסיכולוגי ייעוצי,
משרד החינוך





הקדמה

רציונל ומטרות

מנהל בית הספר, צוות הניהול, הצוות החינוכי והצוות המנהלי, מובילים ביחד את בית הספר בכל מגוון המשימות העומדות בפניו בימי שגרה ובעתות חירום.

העיסוק בשגרה מתוכנן וניתן לנהלו על פי סדרי עדיפויות ושיקולי דעת שונים; החירום, לעומת זאת, מפתיע ואינו מתוכנן כלל וכלל. אל מול מצבי חירום, המערכת מחויבת להתארגן במהירות בצל האתגרים והצרכים שמציב המשבר ולתת מענים מתאימים בזמן אמת.

הצוות הניהולי והחינוכי בבית הספר, מתמודד עם מצבי משבר וחירום שונים, המתרחשים בחיי בית הספר. לעיתים מדובר במשברים נקודתיים ולעיתים מדובר במשברים המקיפים מעגלי פגיעה רחבים, המחייבים התערבויות מותאמות לאורך זמן.

נראה כי המכוונות להיערכות ותכנון של משימות בית הספר בימים של שגרה, הן דבר מובן מאליה; בעוד שמהמשימות הקשורות בהיערכות לחירום יש נטייה להימנע, להתעלם ולדחות בתקווה ש"זה פשוט לא יקרה..." וכן מתוך תחושה שעומסי השגרה כבדים ומחייבים יותר. הצירוף של הנטייה האנושית הטבעית להימנע מעיסוק בחירום ועומס המשימות המוטלות על מוסדות החינוך, יוצרים קושי מבני וחוויה לפיה נראה כי תמיד יש משהו דחוף יותר, למרות שברור לכולם כי מדובר בנושא חשוב!:

אימון הצל"ח, המורכב מרצף פעילויות המפורט במסמך זה, מיועד לסייע בהכשרת צוותי ניהול במוסדות חינוך לנהל מצבי משבר וחירום, העלולים להיות בעלי השלכות ישירות על תלמידיהם, בין אם יתרחשו בבית הספר ובין אם יתרחשו מחוצה לו.

המטרה העיקרית של אימון צל"ח היא להעצים את צוות הניהול, לחזק את תחושת המסוגלות שלו בהתמודדות עם מגוון מצבי משבר ואסון ולתת בידי כלים מקצועיים יישומיים לאמן את עצמו ולשמור על כשירותו לקראת מצבי חירום אפשריים.

- **האמצעי** ליישום והטמעה של המטרה לעיל, הינו אימון הצל"ח בדגש על עקרונות התערבות בשעת חירום, חיזוק מנהיגות אפקטיבית ופיתוח עבודת הצוות.
- **התפוקה** מתהליך ההכשרה תהיה הכרות מערכתית ברמת בית הספר; ואישית - ברמת השותפים בצוות. מספר מוקדים שיהיו ברצף הפעילויות הבסיסיות שמוצע בהמשך:
- חיבור אישי (רגשי) לנושא החירום - הייצוג האישי של החירום בחוויית העצמי;
- ✓ ידע - מהותו של הצל"ח ומאפייניו, לימוד הגורמים המקדמים והבולמים את ארגון הצל"ח;
- ✓ כלים, מיומנויות ותרגול התפקידים הייעודיים והמשימות של כל אחד מהצוות;



הנחות היסוד לאימון צל"ח

1. אימון הצל"ח אינו מכוון להקמת צוות נוסף/ אחר בבית הספר אשר ינהל במצבי חירום- הצל"ח מכוון לחיזוק, הכשרה והעצמה של צוות הניהול הבית ספרי בעת שגרה כדי שינהל באופן מיטבי גם במצבי חירום.
2. הגדרת הצל"ח בבית הספר והתפקידים הכלולים בו אינה מחוללת מהפיכה בסדר הקיים אלא מאפשרת התארגנות אפקטיבית ומקצועית של הצוות למתן המענים הנדרשים במצבי חירום.
3. תהליך אימון הצל"ח מותאם למאפייניו הייחודיים של בית הספר ולמקום שבו מצוי הצוות (ניסיון קודם, תהליכים בבית הספר ועוד).
4. מטרת הצל"ח לשפר את ההתמודדות עם מצבי אי וודאות באירועי חירום; תפקידו להגביר תחושת מסוגלות, לאפשר התארגנות, חזרה לתפקוד, לשפר ביצוע ולאפשר גיבוי מקצועי למנהל.

לסיכום

האתגר העומד לפתחנו הינו הובלת תפיסה מקצועית רחבה, שתסייע לצוותי הניהול בשלבי הארגון של הצל"ח ובהצבת תשתית לתפקודו המיטבי בעתות משבר וחירום. כמו כן, התווית הפעולות המתחייבות לשמירת כשירותו של הצל"ח לאורך זמן.



שלבים בארגון הצל"ח:

1. הערכות מקדימה.
2. אימון הצל"ח.
3. שמירת כשירות באופן מתמשך.
4. איוש והרכב בעלי התפקידים.

פירוט תהליך העבודה בכל שלב

1. היערכות - הבנת מהות הצל"ח, הגדרת תפקידים, הכנת "תיק צל"ח" ואימון הצל"ח עם כלל הצוותים בביה"ס.

- ✓ **מפגש ראשון** קיום מפגש ראשוני של צוות הניהול הבית ספרי עם מטמיע הצל"ח, ביוזמת המנהל ותמיכת היועץ והפסיכולוג ובהנחייתם. מטרת המפגש הראשון היא יצירת מוטיבציה והיערכות ראשונית לקראת ארגון הצל"ח הבית-ספרי והתנעתו.
- ✓ **התנסות בסימולציה** עיקר המפגש יעסוק בהתנסות בתרחיש סימולציה קצר ועיבודו על פי עקרונות של ניהול אירוע חירום. התנסות זו ממחישה היטב את הצורך בארגון צל"ח בית ספרי. (בהמשך יפורטו מתודות שונות שבהן ניתן לעשות סימולציה).
- ✓ **מהות הצל"ח ומאפייניו** יינתן הסבר על מהות הצל"ח ומאפייניו, כהתארגנות המאפשרת ניהול מיטבי של אירוע חירום ויוצגו בעלי התפקידים השונים. (מצורף המשך קישור למסמך, שנושא: נהלי שפ"י בחירום - תהליך ארגון הצל"ח הבית-ספרי והוא כולל פירוט של כל בעלי התפקידים ותפקידיהם השונים).
- ✓ **"חליפה אישית" לכל בית ספר** ייערך דיון בהתאמת תפקידי הצל"ח ודרכי הפעלתו לבית הספר, שבו מדובר.
- ✓ **התנעה ראשונית של הצל"ח** תיערך התארגנות ראשונית של הצל"ח הבית ספרי ויינתנו משימות לצוות הניהול לקראת המפגש הבא. לדוגמה: חלוקת תפקידים לאנשים בצוות בית הספר, בחירת "כפיל גיבוי" לכל בעל תפקיד, הנחייה לכל בעל תפקיד מה עליו להכין למפגש הבא (כגון: המזכירה תיצור את לוח האיכון ותעדכן רשימות של המורים, היועץ יכין את רשימות מיפוי הפגיעות של התלמידים והמורים וכן- חומרים רלוונטיים למורים למצב חירום, הרכזים של השכבות יכינו מערכי שיעור לשהייה במקלטים וללמידה מרחוק, רכז הביטחון יציג תמונת מצב כוללת על המוכנות של המקלטים והציוד הנדרש בביה"ס וכו')

2. אימון הצל"ח

- ✓ **קביעת מועד לאימון** יקבע תאריך למפגש נוסף של צוות הניהול, להצגת התוצרים ובחינתם.
- ✓ **בניית תיק חירום והכנה לאימון כלל הצוות** מכל התוצרים ייבנה תיק חירום בית ספרי והצוות יתכונן למפגש עם כלל הצוות החינוכי והמנהלי של בית הספר.
- ✓ **סימולציה לכלל הצוות** במפגש עם כלל הצוות החינוכי והמנהלי תתורגל סימולציה וייעשה עיבוד שלה על פי עקרונות ההתמודדות בחירום. בשלב הבא, יוצגו התפקידים בצל"ח הבית ספרי והאנשים המאיישים אותם וכן יוסברו מהותו וחשיבותו של תיק החירום ותוצג תכולתו.



3. שמירת כשירות - ביסוס ושימור תפקודו התקין של הצל"ח.

- ✓ הצל"ח יתכנן מראש את מפגשיו לאורך השנה במטרה לאמן עצמו בסימולציות ולשכלל את תפקודו.
- ✓ הצל"ח ישמור עצמו בכוננות שגרה מתמשכת.
- ✓ הצל"ח יקפיד לבדוק ולעדכן באופן קבוע את תכולת תיק החירום.
- ✓ הצל"ח יקפיד להפיק לקחים ולהסיק מסקנות בעקבות כל תרגול או אירוע אמת תיעשה הפקת לקחים והסקת מסקנות לצורך שיפור ושכלול תפקודו של הצל"ח.
- ✓ הצל"ח יתכנן ערוצי תקשורת והעברת מידע לכלל הצוות החינוכי והמנהלי לגבי פעילותו.

4. איוש והרכב בעלי התפקידים

הצל"ח איננו צוות חדש וחיצוני לבית הספר. צוות זה מנהל את בית הספר בעתות חירום ומתבסס על הכוחות הפנימיים של בית הספר - הצוות הניהולי, הפדגוגי, המנהלי והמקצועי.

הרכב הצוות:

ד.1. בעלי תפקידים מרכזיים בצל"ח:

- ✓ מנהל ביה"ס - יו"ר הצל"ח ומנהל האירוע.
- ✓ סגן מנהל ביה"ס - סגן ראש הצל"ח ומ"מ יו"ר הצל"ח.
- ✓ רכז ביטחון בביה"ס - מורה שתפקידו הנוסף הוא ריכוז ותיאום ההיבט הביטחוני.
- ✓ יועץ ביה"ס - צוות חינוכי טיפולי.
- ✓ פסיכולוג ביה"ס - צוות חינוכי טיפולי.
- ✓ מזכיר בית הספר - קשר טלפוני והיבטים מנהליים.
- ✓ רכזי שכבות ומורים רלוונטיים - פדגוגיה בחירום.
- ✓ אב הבית - אחראי ציוד ואחזקתו.
- ✓ יו"ר ועד ההורים של ביה"ס או נציג הורים אחר.

ד.2. בעלי תפקידים נוספים בצל"ח:

- ✓ כרוז (מגפון או מערכת כריזה) + ארגון רצים ומודיעים (במניפה).
- ✓ איש קשר עם צוותי החירום ברשות.
- ✓ אחראי על גיוס אנשים ומתנדבים לעזרה בכל התחומים.
- ✓ אחראי על תחבורה וגיוס רכבים.
- ✓ ריכוז ההורים, הרגעתם במקום מוגדר, העברת מידע מעודכן וליווי על פי הצורך.
- ✓ טיפול בסידורים הקשורים להלוויות.
- ✓ גיוס ושיתוף של המורים המקצועיים על פי צרכים משתנים.
- ✓ אחראי בשער ביה"ס. בעת אירוע רישום שמות התלמידים שיצאו מבית הספר.
- ✓ אחראי לחלוקת משקה ומזון ולעיתים שמיכות (קשר עם גורמי רשות).
- ✓ ממלאי מקום למחנכים בזמן הפסקות או במהלך היום בכדי לפנות אותם לזמן קצר.
- ✓ צוות טיפולי שישהה בביה"ס על פי הצורך או "קו-חם", לחירום + "עקוב אחרי".
- ✓ קשר עם התקשורת, התנסחות קצרה הצמודה לעובדות מאומות ובכפופות לדוברות משרד החינוך והמנהל.



רצף הפעילויות למפגש העבודה עם צוות הניהול במוסד החינוכי

ברצף הפעילויות שיובא להלן ישנם מרכיבים עיקריים:

✓ **חיבור אישי (רגשי) לנושא החירום** - הייצוג האישי של החירום בחוויית העצמי;

✓ **ידע** - היכרות עם מהותו של הצל"ח, מאפייניו, משימותיו ודרכי תפקודו המיטבי;

✓ **כלים, מיומנויות ותרגול** (התפקידים הייעודיים והמשימות של כל חלק מהצוות בעת חירום);

רצף פעילויות זה הוא בבחינת מהלך שמומלץ לעשותו על כל שלביו והוא מובנה ומכיל את אבני היסוד בהתנעת הצל"ח הבית ספרי.

פעילות ראשונה - תרגול הצל"ח באמצעות סימולציות

הקדמה

סימולציה היא דרך טובה להציף קשיים בתפקוד, לעורר דילמות, לבחון מצבים באופן קונקרטי ולהתמודד עם אתגרים "בתנאי מעבדה" עם זאת, יש לציין שהכלי איננו פשוט והוא מחייב הבנה ומיומנות של המנחה לגבי היבטיו השונים.

מטרות הסימולציה

1. התבוננות בניהול אירוע חירום ותרגול הפעולות הנדרשות.
 2. אימון והתנסות בדילמות מרכזיות, המתעוררות בתהליך ההתמודדות ובדרכים האפשריות לפתרונן.
 3. חשיבה על שלבי ההתמודדות באירוע מנקודות המבט של בעלי התפקידים השונים ושל הפרופסיות השונות.
 4. הזדמנות לחוות הצלחה ותחושה של מסוגלות אישית בהתמודדות עם אירוע חירום קשה בביה"ס.
- מספר הערות מקדימות על מהות הסימולציה:

- ✓ **התנסות באירוע בתנאי מעבדה:** חשוב להרגיע את המשתתפים ולהסביר, שהאירוע אמנם לא קל אך זו הזדמנות לכולנו ללמוד ב"תנאי חממה/מעבדה".
- ✓ **מפגש אישי עם החירום:** כדאי להסביר שהסימולציה כרוכה לעיתים בעוררות רגשית, היות והתרחיש עשוי להפגיש כל אחד מאתנו עם זיכרונות, שלעיתים הם קשים ואף טראומטיים. הסיטואציה הסימולטיבית אינה מכוונת לזמן טיפול או עיבוד מעמיק למשתתפים, אלא להכיר את ההיבט הזה בתוכנו ולדעת מה עלינו "להזיז הצידה" בעת חירום, כדי שנוכל לסייע לאלה שאנו אחראים עליהם ולאחרים.
- ✓ **התנסות במילוי תפקידים שונים:** יש להדגיש, שהסימולציה אינה מחייבת כישרון משחק אלא רק "כניסה לנעליים" של בעל התפקיד והתבוננות פנימה והחוצה לגבי מה שקורה לי ולסביבתי באותו התפקיד.
- ✓ **השתתפות פעילה:** יש ערך לכך, שכמה שיותר אנשים שותפים בסימולציה. אם מישהו מתעקש לא להשתתף אפשר לבקש ממנו לעשות תצפית על משתתף אחד או יותר. מכאן, שיש להכין גם דפי תצפית.
- ✓ **סימון בעלי התפקידים:** יש לשים מדבקות זיהוי על בעלי התפקידים העיקריים ולוודא שכולם יודעים מי הוא מי ומהו תפקידו.
- ✓ **ביום ואלתור:** החלק של הסימולציה עצמה לוקח כ-20 דקות ואותו יש לביים כל הזמן. ניתן לעשות זאת על ידי הוראות בעל פה, שניתנות בשקט לבעל התפקיד או נאמרות בקול לכולם. אם נראה שיש צורך לאלתר, לא לחשוש לעשות זאת (בהמשך יש פירוט של מתודות שונות להפעלת סימולציה).



- ✓ **משך הזמן:** עזירת הסימולציה תיעשה כשמתחילה להיות התארגנות ראשונית, בדרך כלל כעשרים דקות אחרי ההתחלה וכן - כשיש חווית הצלחה ראשונית.
- ✓ **קריאת התרחיש:** מומלץ לקרוא את התרחיש בקול ואז לתת אות לתחילת הסימולציה.

מתודות שונות לתרגול באמצעות סימולציה³

בפרק זה מוצגות סימולציות במספר מתודות, כשלכל מתודה הרווחים הייחודיים לה ויש להתאימה למטרות התרגול ולקבוצת היעד.

המתודה הראשונה: "מיני-סימולציה": (כ-30 דקות)

ישנם מצבים בהדרכת צוותים, בהם לא יהיה אפשר לתרגל סימולציה שלמה מפאת קוצר הזמן. לכן ההצעה היא להנחות "מיני סימולציה" שמטרתה היא להתנסות ברעיון של האירוע ובחוויה במסגרת הזמן הנתון. כל זאת, על מנת לחזק את תחושת המסוגלות של צוות הניהול להיות מסוגל להעביר בהמשך לצוות החינוכי והמנהלי סימולציה בשלמותה.

המתודה השנייה: "סימולציית אקווריום"

במתודה זו עובדים במעגלים כשהמעגל הפנימי מהווה את אזור תקרית האסון וזירות ההתרחשות של הסימולציה (המעגל הפנימי מחולק גם הוא לפי זירות ההתרחשות באירוע) והמעגל השני מכיל תצפיתנים שצופים במהלך הסימולציה ומשתפים בתובנותיהם בשלב הדיון במליאה. משתתפי הסימולציה, היושבים במעגל הפנימי מנהלים את האירוע מנקודות המבט של התפקידים שניתנו להם על פי התרחיש הספציפי. הצוות מתבקש להתייחס לדילמות השונות שמתעוררות ולחשוב על פתרונות ישימים ואפשריים לכל דילמה.

המתודה השלישית: "סימולציית דילמות" - עבודה עם תדריכים

במתודה זו ניתן לאמן את הצל"ח כיצד לעבוד עם התדריכים בעת אסון וחירום. בעת העיבוד נעשית על ידי המנחה המשגה עקרונית, בצד חיזוק הידע וההבנה לגבי מהות ההתערבות כולה ובאמצעות התדריכים. חשוב שהאירוע שבו עוסקים יהיה גם יום-יומי כזה העלול להתרחש בכל בית ספר. מהלקחים הספציפיים שנלמדים בתהליך ניתן להקיש לעקרונות התמודדות גם במצבי חירום רחבי היקף.

המתודה הרביעית: "סימולציית שולחנות" (משחק מנהלים)

מתודה זו מזמנת לצוות הניהול אפשרות להתנסות בהתערבות מערכתית ב"זמן אמת". הצוות מתמודד עם שאלות ודילמות המחדדות נקודות חוזק ונקודות חולשה בתפקודו הכולל של הצל"ח. עיבוד ההתנסות מאפשר הפקת לקחים וניסוח נקודות לשימור, שיפור ושכלול עבודת הצל"ח בחירום. תרחיש הדוגמא המובא בנספחים הוא אירוע בטחוני אך יש הצעות לתרחישי חירום ואסון נוספים מתחומים נוספים שניתן ליישם במתודה זו.

המתודה החמישית: "סימולציית זירות"

מתמקדת בניהול תרחיש במספר זירות מרכזיות בו זמנית. בעוד שבמתודה הרביעית ההסתכלות היא בעיקר מעיני מנהל האירוע, כאן יש ניסיון לדמות את המציאות שבה אירוע מתרחש במגוון זירות במורכבות עצומה ובמקביל. במתודה זו יש ניסיון בנוסף להדמיית התרחיש המורכב, גם לבדוק את הקשרים בין הזירות השונות של ההתרחשות. לאחר ההתנסות יש מהלך לעיבוד החוויה, ההתנסות והתובנות שנלמדו בתהליך.

3 בכל מתודה ניתן לעבוד עם תרחישים שונים. פירוט והדגמות עם תרחישים שונים מצורפים בסיום חוברת זו.



פעילות שנייה - להפוך איום לאתגר - התנעת הצל"ח במוסד החינוכי (כ-40 דקות)

הערה מקדימה

יחידה זו מכוונת לבניית תפיסת העבודה לגבי מהותו ומאפייניו של הצל"ח. והיא מתאימה למנהלים ולצוותי הניהול הבית ספריים.

מטרות

1. הצבת התפיסה העקרונית של מיסוד הצל"ח ותחזוקו במוסד החינוכי;
2. שימת דגש על תפקיד מנהל בית הספר כמנהל הצל"ח האחראי על ניהול מצבי החירום והאסון בבית הספר;
3. הצגת התפיסה של עבודת הצל"ח בבית הספר וחיזוק ההבנה לגבי הצורך לעסוק בנושא וללמוד את האופן שבו ניתן להפוך את הצל"ח למנגנון מקצועי נגיש ויישומי;
4. שיח על דילמות שעולות בעת ניהול מצבי אסון ומשבר בביה"ס והתווית כיווני ההתמודדות המומלצים;
5. הדגשת שלבי טיפול באירוע חירום בטווח הקצר והארוך;

האמצעים הנדרשים

המצגת: "להפוך איום לאתגר". מצגת זו מהווה מצגת דגם שבה כל מאמן צל"ח ממלא את שקופיות הפתיחה בהתאם לאירוע שנבחר על ידו. זאת במטרה לשלב ניסיון ותובנות אישיות של המנחה בהרצאה הכללית של העקרונות בהקשר זה.

מצגת: "להפוך איום לאתגר" מצורפת בחוברת הנספחים כדפי מידע עם הערות בצד השקופיות. (המצגת עצמה ppt) מופיעה בספרייה הווירטואלית של מטמיעי הצל"ח (ב-Edmodo).

פעילות שלישית - שגרה וחירום שלובים זה בזה (כ-40 דקות)

מטרות

1. חיבור אישי (רגשי) לנושא החירום - הייצוג האישי של החירום בחוויית העצמי;
2. התבוננות על היחס שבין שגרה לחירום ועל קו הרצף המחבר ביניהם;
3. שיתוף עמיתים וחיזוק משאבי ההתמודדות שעלו;
4. הכרות עם עיקרון הרציפות ומשמעותו/ השלכותיו בעת משבר ולקראת צמיחה;
5. הזמנה לעיסוק במוכנות האישית והמקצועית גם בשגרה שלווה;
6. הסתכלות על החירום מנקודת המבט של מנהל בית הספר;
7. המשגה ראשונית של שלבי ההתנעה והתחזוקה של צוות הניהול לנהל ב/חירום;

האמצעים הנדרשים

1. סרטון קצר שמבטא את הפתאומיות של החירום, המתפרץ לשגרת היום (מומלץ, אך לא הכרחי) - לבחירה⁴.
2. מצגת קצרה בקובץ PPT, המלווה את הדיון כסדנא (מצורפת לספרייה הווירטואלית ב-Edmodo וגם בדפי המידע בחוברת הנספחים בקובץ word עם ההערות בצדי השקופיות).

⁴ ניתן אך לא הכרחי להשתמש בכל סרטון שמבטא את שבירת רציפויות השגרה באופן בלתי צפוי.



מהלך הסדנא

1. הצגת השקופית העוסקת ב"דבר אחד שאני עושה כל יום" - על רקע שקופית זו, נבקש מהמשתתפים לחשוב על:
 - חשבו על משהו שאתם עושים כל יום... - האם זו פעולה קבועה בשגרת יומכם?
 - דוגמא לפעולה שנעשית אצלכם באופן אוטומטי, בלי לחשוב בכלל?
 - אלו תחושות, רגשות ומחשבות מתחברים לפעולה יום-יומית זו?

תשובות אפשריות הן: קביעות, ביטחון, רגיעה, משענת, יכולת לתכנן, היגיון, הבנת מציאות וכד'
2. **שאלה:** "ומה אם יקרה פתאום תקר בגלגל או נאחר לאוטובוס או שהילד סובל מכאב אוזניים חזק? מה קורה לנו אז? מה אם פתאום משהו משתבש? (אפשר לתת למספר אנשים לשתף - תלוי בגודל הקבוצה...).
3. **שאלה:** "ומה אם יקרה אסון? מה עובר לי בראש?" בשקופית המתייחסת לשאלה זו מובאות אמירות נפוצות המבטאות רתיעה טבעית לעסוק בחירום בעת שגרה שלוהה. בגלל הפחד והרצון להיצמד למציאות טובה וצפויה אנו נוטים "לעקוף" שיח על אסון וחירום כשאינן דרישה מהמציאות עצמה לעסוק בכך. אך היות ואין לנו שליטה במציאות קורה שהשגרה מופרת.
 4. **שאלה:** "מה קורה לנו כשהחירום מתפרץ לתוך השגרה? מה קורה לנו כשרציפויות החיים נשברות ואנו מאבדים שליטה, גם אם רגעית, על חיינו? בשקופיות הבאות יש הסבר ופירוט של התופעות המרכזיות המאפיינות את ההשלכות של אירוע אסון על הפרט החווה אותו ועל מאפייני הפוסט טראומה שעלולים להתפתח אם לא ניתן טיפול נכון בזמן. כאן מובאים (יש הקבלה בין האמירות האישיות לאמירות המערכתיות בעניין זה) שני עקרונות התמודדות נוספים בעת חירום: עיקרון "שעת הזהב"⁵ ועיקרון הק.מ.ץ.⁶
 5. **שאלה:** מה עוזר להתעשת מהר יותר בעקבות אסון? "זמן אישי" - הערכת מצב ומיפוי ראשוני, טיפול בנפגעים (ק.מ.ץ ו"שעת זהב") הגדרת האזור שבו יסייעו לאנשים ולשם אנשים יגיעו, מודלינג של מנהיגות, יישום עקרונות של עזרה ראשונה נפשית על פי מודל מעש"ה⁷, גיוס אחרים והגדרת תפקידים על פי הצורך, יצירת תחושת שליטה באזור הכאוס והתחלה של חיבור רציפויות מתמשך. כל זאת בהתאם למאפייני האירוע ולמה שנדרש בשלבי הטיפול וההתמודדות השונים.
 6. **שאלה:** "מה קורה לנו כצוות ניהול של בית הספר בעת אסון?" - מעבר מהרמה האישית לרמה המערכתית- הבית ספרית. בשקופית הבאה יש פירוט של גורמים העלולים לעכב אימון צל"ח בבית הספר. הגורמים מובאים כאמירות נפוצות הנשמעות בבית הספר בהקשר זה.
 7. מכאן נתחבר לעקרונות מרכזיים במודל של הצל"ח
 - ✓ לא גוף נוסף לצוות הניהול;
 - ✓ חיבור לאגפים ב-משרד החינוך;
 - ✓ חיבור לגורמי רשות - שיתופי פעולה;
 - ✓ תהליך הטמעה שנעשה בשיתוף הרשות והפיקוח הכולל;
 - ✓ הכשרה ואימון של צוותי ניהול;
 - ✓ ליווי והדרכה;
 - ✓ שמירת כשירות לאורך זמן;

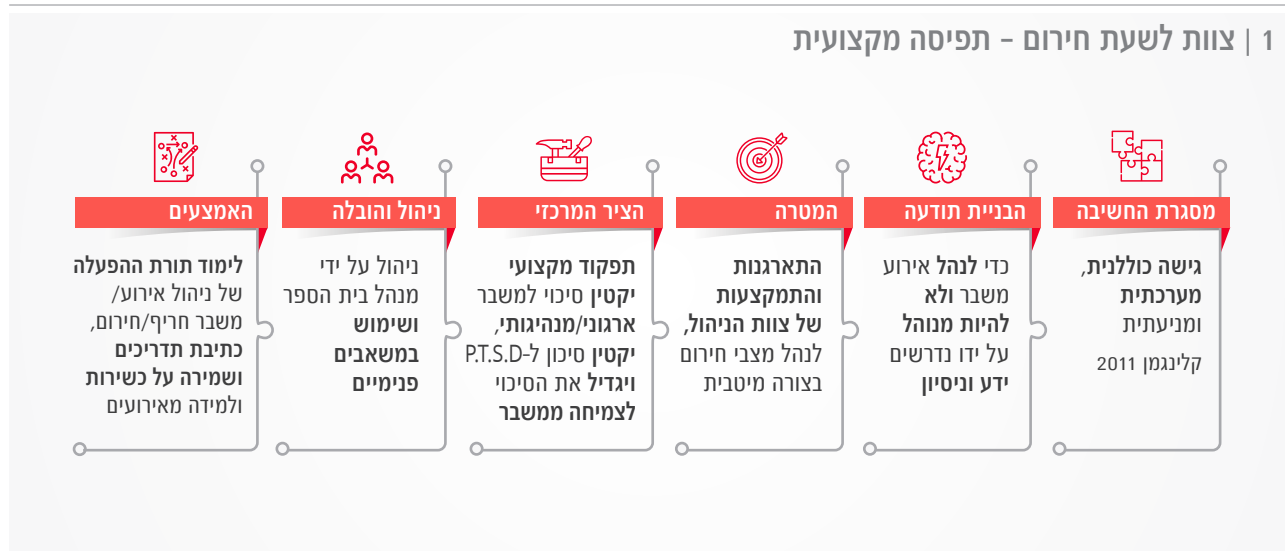
5 שעת הזהב (באנגלית: Golden hour), בתחום הטראומה והרפואה הדחופה, היא 60 הדקות (ולעתים פחות, בהתאם לחומרת הפציעה) הנוקפות מרגע של פציעה משמעותית. קיימת הסכמה רחבה שסיכויי ההישרדות של פצוע קשה או אנוש גדלים משמעותית ככל שיתבצע הטיפול בטווח זמן קצר ככל האפשר לזמן הפציעה. טיפול מהיר ואיכותי בפצוע משפר משמעותית את סיכויי ההישרדות של הפצוע ומשפר את הסיכוי למניעת נכויות בנות מניעה.

6 ק.מ.ץ-קרבה, מיידיות וציפייה להחלמה - עקרונות ההתערבות עם התרחשותו של האסון.

7 בהמשך יש פירוט של מודל מעש"ה.

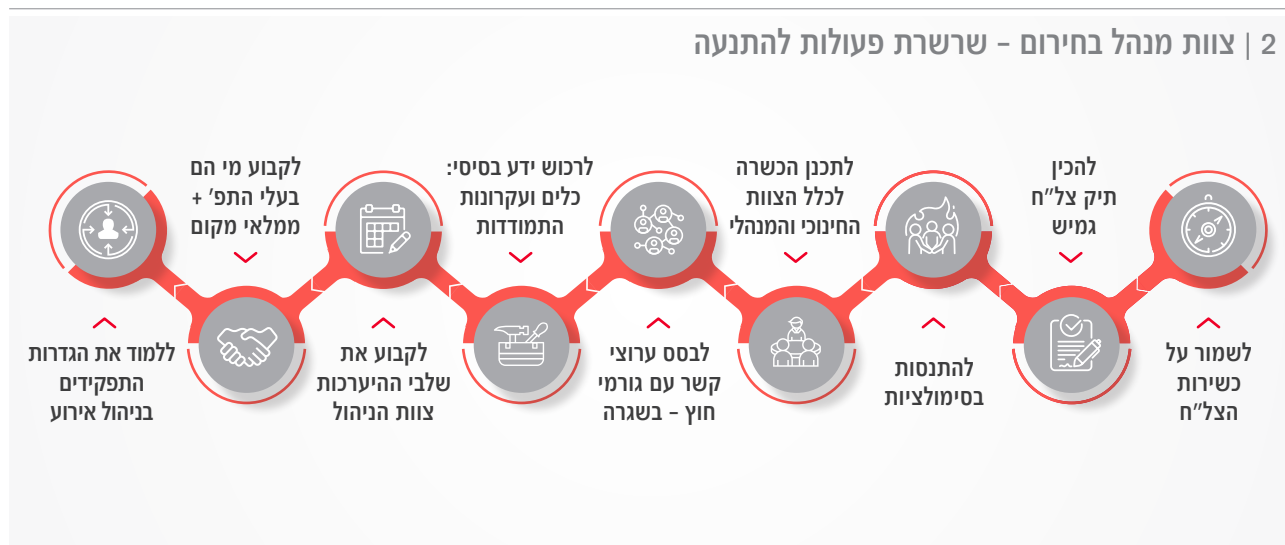


8. בשקופית 1 ישנם ראשי פרקים של התפיסה המקצועית שמעבר למבנה הצל"ח:



9. מצורף לינק לסרטון קצר המראה את רצף הפעילויות שיש לעשות "מחר בבוקר". המצגת מסתיימת בשקופית (שקופית 2) המפרטת את שורת הפעולות המרכזיות שיש לעשות בבית הספר "מחר בבוקר" כדי להתניע את הצל"ח לקראת היותו מנגנון פעיל ומתוחזק היטב.

<https://www.youtube.com/watch?v=4r3PkL5ymTQ&t=12s>





סיכום הדיון באמצעות מספר תובנות מרכזיות

- ✓ אי אפשר לדעת מתי יקרה אסון או אירוע חירום שייאלץ אותנו לגייס משאבים מערכתיים ואישיים, וכוחות נפשיים ופיזיים להתמודד עמו.
- ✓ גורם ההפתעה משפיע על היכולת להתארגן ברמה רגשית, מחשבתית והתנהגותית.
- ✓ ככול שגורם ההפתעה גדול יותר, היכולת להתארגן בכול תחום, קשה יותר. לפי כל המחקרים, אנו יודעים כי היערכות מראש, ואימון בסימולציות ובתרחישים של מצבי אסון וחירום, עשויים לסייע להתארגנות מהירה ויעילה יותר, מותאמת לתרחיש ולאירוע ("טייס אוטומטי"), ולגיוס משאבים אישיים באופן מיטבי. השאיפה היא למזער את גורם ההפתעה ולהיות מוכנים, ככל הניתן, ארגונית, רגשית ופיזית להתערבות הנדרשת. היערכות נכונה מראש מגבירה חוסן נפשי ותורמת להתמודדות טובה יותר בעת הצורך.
- ✓ אימון צוות הניהול והצוות החינוכי לנהל גם בחירום.
- ✓ כמו בשגרה, גם בחירום-האחריות להובלת הניהול בעת חירום היא של מנהל בית הספר.

פעילות רביעית - כלים בעזרה ראשונה נפשית - מודל מעש"ה⁸

המודל נבנה ע"י ד"ר משה פרחי ומבוסס על מודל הפעלה, שאומץ ע"י גורמי סיוע רבים (כגון מד"א, צה"ל, כבאות) בכל הקשור לסיוע לנפגעי חרדה. הנחת היסוד של המודל מבוססת על כך שארוע חירום אינו ניתן לשליטה ואינו בר שינוי, עם זאת, פרשנות הארוע כטראומטי ותחושת חוסר האונים ניתנות לשליטה. לכן יצירת מצב של פעילות יעילה מול האיום יכולה להפחית בצורה משמעותית את חווית חוסר האונים ופרשנות האירוע כטראומטי.

מתוך הנחת יסוד זו, מושתת מודל מעש"ה - על 4 עקרונות פשוטים להתערבות מיידית במצבי חירום:

מ - מחויבות - האדם המסייע צריך ליצור מחויבות בקרב נפגע החרדה, מחויבות המעניקה תחושת בטחון. לדוגמא, ניתן לומר לנפגע: "אני אתך ולא הולך לשום מקום".

ע - עידוד - עידוד לפעילות יעילה. במקום להרגיע את הנפגע, לתת לו כוס מים ולהרחיק אותו מהזירה - יש לעודד אותו לפעול כדי לסייע לעצמו ולסביבה, ע"י הוראות פשוטות שמטרתן להפעיל אותו בהקשר של האירוע. יש לגרום לו לפעול בעצמו, לעזור לאחרים ולהפוך אותו מקורבן למסייע. לדוגמא: במצב של אירוע ניתן לומר לאדם הנפגע מחרדה: "תרכז את האנשים שנמצאים סביבך ותדאג לכך שכולם יתקשרו עכשיו הביתה להודיע שהם בסדר".

ש - שאלות מחייבות מחשבה - ערוץ התקשורת עם הנפגע צריך להיות ערוץ שכלי ולא ערוץ רגשי. לא לעודד את הנפגע להביע את רגשותיו במהלך האירוע ואחריו. יש להימנע מלומר לנפגע בעת האירוע: זה בסדר שאתה מפחד, נרגש ובוכה. כן אפשר לומר: תספור ותאמר לי כמה אנשים נמצאים סביבך עכשיו, או כמה זמן אתה מחכה לאנשים שיבואו לקחת אותך. כלומר, שאלות שמחייבות הפעלת מחשבה ולא הפעלת הרגש.

ה - הבניית האירוע והדגשה שהאירוע הסתיים. באירוע חירום לדוגמא, מומלץ לומר לנפגע: "לפני 2 דקות היה פיצוץ, עכשיו יש כאן הרבה כוחות הצלה המגישים עזרה, האירוע הסתיים. עכשיו הכול כבר מאחורינו!"

על בסיס מודל זה צולמו 4 סרטוני הדרכה בהם משחקים הסטודנטים מהמסלול ללחץ, טראומה וחוסן בתל-חי. כל סרטון ממחיש את אחד מעקרונות מודל מעש"ה. הלינק לסרטון (מומלץ להראות בשלמותו ולהסביר את עקרונות ההתערבות על פיו) https://www.youtube.com/watch?v=TDLp_pTMB_U

לדברי ד"ר משה פרחי: ישנם מחקרים המצביעים על כך שהתערבות ראשונית ממוקדת בסמוך מאוד לאירוע מפחיתה באופן ניכר את הסיכוי לפתח תופעות פוסט טראומתיות בהמשך. בנוסף לכך, הענקת סיוע ראשוני, כבר בשטח, מסייעת לאדם לחזור לתפקודו הקודם ומפחיתה את הצורך בהתערבויות מקצועיות נוספות בין אם במסגרת בתי החולים ובין אם במסגרות הקהילתיות השונות.

⁸ להרחבה והעמקה של הלמידה במודל מעש"ה, - עזרה ראשונה נפשית, ניתן לפנות למדריך/ה של היחידה למצבי חירום, משבר ואובדנות של שפ"י במשרד החינוך.



פעילות חמישית - היכרות עם תכולת תיק צל"ח⁹

הקדמה

תיק הצל"ח הינו חלק מרכזי בהכשרה הכוללת ובהפיכת הצל"ח לגוף מעשי הנותן מענה מתאים בכל עת. נציגי הצוותים הבית ספריים יכינו, בהובלת מנהל בית הספר, את תיק הצל"ח הבית ספרי. ההיכרות עם תכולתו של תיק הצל"ח תיעשה בדרך התנסותית שתאפשר מפגש ישיר עם התכנים השונים וחשיבה על מידת התאמתם לדילמות שונות בחירום.

מטרות

1. היכרות עם תכולת תיק הצל"ח והמבנה העקרוני שלו בדרך התנסותית.
2. שליטה במענים השונים שהתיק מספק למגוון הצרכים בטיפול במצבי חירום.
3. העברת המסר שהתיק הינו כלי מסייע לעבודת הצל"ח אך אינו בא במקום עבודת האנשים.
4. הצגת התיק ככלי גמיש הנותן לשינויים בהתאם להפקות לקחים מהסימולציות ומטיפול במצבי חירום.

מהלך חלוקת תיק צל"ח לדוגמא

1. ההוראה: לצורך הכרות עם תכולת תיק הצל"ח, נציג בפניכם דילמות שהתעוררו באירועי חירום שונים איתם התמודדנו. בכל דילמה שתוצג פתחו בדפים/פרקים שלדעתכם יכולים לתת לה מענה.
2. הדילמות השונות יוקרנו על המסך - כל פעם דילמה אחרת - כך שניתן יהיה ל"דפדף" בתיק לדוגמא ולחפש את המענה המתאים. זוהי גם הזדמנות להציע תכנים שאולי מתגלים כחסרים.

פירוט הדילמות:

1. בזמן שבו ניסו ליצור קשר עם ההורים גילו כי הייתה קריסת טלפונים סולרניים ואין מספרי טלפונים... (רשימות מודפסות של טלפונים קוויים של כלל באי בית הספר).
2. ממלאת מקום של מחנכת הכיתה רואה שתלמידה בוכה ואי אפשר להרגיע אותה... היא זקוקה לעזרה המורה לא יודעת למי לפנות (רשימת בעלי תפקידים בצל"ח).
3. הפסקת חשמל... ולא ניתן להוציא דפי נוכחות כיתתיים. (רשימות שמיות מודפסות ופרטי תלמידים).
4. מזכירה מקבלת הודעה על אירוע חירום כשהמנהל בשיבה בעירייה - והוא לא זמין (רשימת בעלי תפקידים ומ"מ).
5. מתחילת האירוע התקבלו המון שיחות טלפוניות במשרד המזכירה... בעיצומו של האירוע המנהל שואל אם ענתה לקב"ט הרשוטי לשאלתו... המזכירה לא מבינה לאיזו שיחה המנהל מתכוון... (טבלת ניהול ומעקב לעבודת הצל"ח).
6. בעיצומו של האירוע התקבלה החלטה (על ידי גורמים מוסמכים) כי על המנהל להודיע לתלמידים על מה שקרה... (תדריך מסירת הודעות קשות לתלמידים).
7. באירוע של שכבה ח', התקשו לשער למי יהיה קשה יותר לקבל את ההודעה... (מיפוי מעגלי פגיעות).
8. לאחר תאונה שאירעה לתלמיד בכיתה ז', לא הודיעו למורה בכתה יא' שמלמדת את אחיו, הנמצא בטויל שנתי (מיפוי מעגלי פגיעות).
9. הכיתה נאלצה לשבת במקלט שעה שלימה והמורה לא ידעה כיצד להרגיע אותם ומה לעשות איתם (הצעה להפעלה/מערך שיעור מותאם לגיל).

9 דוגמא לתיק צל"ח מלא ומסודר ניתן לקבל בנוסף ובנפרד מחוברת זו.



נושאים שכדאי שיהיו בתיק חירום - תיק הצל"ח ותכולתו

יומן אירועים, תדריכים, רשימות, דפי תיעוד, סיכומי למידות והמלצות, דפי הסבר להורים ובכלל מערכי הפעלה והפגה וטפסים שונים:

- ✓ תיעוד פעולות ונושאים רלוונטיים בכל יום ויום. (עותק של התיעוד צריך להישמר גם אצל המזכירה).
- ✓ טבלאות עבודה - רישום תאריכים, בהם בוצעו השתלמויות והדמיות של מצבי חירום.
- ✓ רישום נהלים ולקחים שנקבעו בעקבות סימולציות של תרחישים שונים.
- ✓ רשימת נפגעים + תיעוד הקשר עם המשפחות שנפגעו, מעקב וליווי שלהם ושל ילדיהם לאורך כל השנה בעקבות אירועי חירום.
- ✓ רשימת נוכחות תלמידים, גם על פי בתי אב (+פלאפונים ושמות אחים) ההמלצה היא, לדאוג לכך, שלכל מחנך ומורה מקצועי יהיו בביתו רשימות תלמידים מעודכנות של כיתה אחת לפחות ושל כל צוות המורים והעובדים. לכל רכז שכבה - רשימה של כל השכבה, למנהל, סגן ויועץ - רשימות של כל ביה"ס. להדגיש בפני כולם - שאם עוזבים את הבית - לוקחים גם את הרשימות! (עותק גם במקלטים ובממ"דים).
- ✓ לוח איכון יום-יומי - היכן נמצא כל אחד - (עותק נמצא גם בידי המזכירה).
- ✓ דפי ההסבר להורים לאחר האירוע, ניתן לתאר את שהתרחש בביה"ס בימים האחרונים, את הפעולות השונות שנעשו מבחינה חינוכית. להסביר את משמעות השהייה של התלמידים בביה"ס ולהנחות בנוגע ללקיחת התלמידים מביה"ס - סדרי רישום והודעה מסודרת על כך.
- ✓ מספרי טלפון חשובים מחלקת החינוך ברשות, מפקח כולל ומפקחת על הייעוץ, שפ"ח, רווחה, קהילה והורים מתנדבים.
- ✓ מוקדי סיוע רשימת טלפונים ואתרי אינטרנט של מוקדי סיוע לילדים ונוער.
- ✓ תרשים מבנה ביה"ס - בהיערכות המקדימה יש להתייחס למבנה ביה"ס, לאן מפנים ואת מי, מתי.
- ✓ יומן אירועים - תיעוד פעולות ונושאים רלוונטיים בכל יום ויום.
- ✓ דו"ח על מקלטים מוכנים המכילים גם מים, משקאות חמים וקרים, מעט ממתקים, אוכל יבש, רדיו, שמיכות, הצעות לחלוקת תפקידים לתלמידים בגילאים השונים, חומרים לפעילויות מפיגות המתח. (רצוי ליצור קשר עם מוסדות ביישוב ולשתף פעולה בעת הצורך).
- ✓ דגם דף נוהל חירום מקוצר או פנקס כיס, שחולק לכל חברי הצל"ח.
- ✓ דגם לטפסים, איגרות, דפי תדריכים בעת אירועי חירום, לחלוקה למורים, להורים לתלמידים.
- ✓ תיקי כיתה, הכוללים רשימת הטלפונים של תלמידים ופרטיהם המלאים, ודפי פעילות והפעלה לתלמידים בכיתה.
- ✓ טבלאות עבודה הכוללות מידע, מקור, משמעות, המלצה לתוכנית אפשרית - מי, מה, מתי, איך...



פעילות שישית - מפגש עם צוות ניהול בבית הספר הכרות עם מושגים מעולם החירום וניהול

הקדמה

מטרת פעילות זו הינה לחשוף את המשתתפים בצוות הניהול למושגים מעולם החירום ולחשיבה בחירום על פיהם צריך הצל"ח לפעול. זוהי יחידה קצרה בזמן עם זאת, מאפשרת שיח מקצועי על התנהלות הצל"ח, הידע, והיכולת לפעול על פיו.

מהלך

1. פורסים כרטיסיות עם מושגים על השולחן.
2. כל משתתף בצוות בוחן את הכרטיסיות ובוחר מושג שהוא חושב שמשמעותי ותורם לו לחשיבה ולפעילות בעת חירום.
3. כל משתתף בוחר מושג שהיה רוצה להכיר וללמוד.

מושגים כתובים על רצועות נייר

✓ חירום	✓ *סימולציית שולחנות
✓ *צל"ח	✓ *סימולציית זירות
✓ *תיק חירום	✓ *סימולציית אקווריום
✓ *חלוקת תפקידים בצל"ח	✓ *קמ"צ
✓ *ניהול ומעקב עבודת צל"ח - יומן אירועים	✓ *מסרים בוני חוסן
✓ *מיפוי מעגלי פגיעות	✓ *מנהיגות
✓ *חשיבה בחירום	✓ *מבוגר משמעותי
✓ *תדריכים	✓ *חיבור למקורות כח ותקווה
✓ *הגדרות תפקיד לסגן ראש הצלח	✓ *נוכחות
✓ *הגדרת תפקיד רכז הביטחון	✓ *רציפויות חיים - תפקידית, חברתית, קוגניטיבית, הסטורית.
✓ *הגדרת תפקיד ראש הצלח	✓ *שבירת רציפויות וחיבור רציפויות
✓ *צל"ח בחופשה	✓ *תקשורת - סיקור תקשורתי אחראי
✓ *מודל מעש"ה	✓ *תפקיד השפ"ח והפסיכולוג החינוכי
✓ *מאפייני ארוע אסון	✓ *שעת זהב
✓ סימולציה	✓ *פ.פ.א.א.

ההנחה: במהלך השיח יעלו תכנים שבהם מצד אחד תגבר הסקרנות לדעת ומצד שני חשוב לתת תחושת מסוגלות לידע שיש כבר בקבוצה. וזה מאפשר למנחה המטמיע - שיח פתוח על הידע על התנהלות בחירום ועל החשיבות של כך.

פעילות זו יכולה להיות פתיח למפגש והכנה לקראת תרגול סימולציה כמו גם למשימות הנדרשות בבית הספר.



התנעה והטמעה של הצל"ח (צוות לשעת חירום) במוסד החינוכי

תדריך למנהל/ת הצל"ח - "מה לעשות מחר בבוקר"?

הקדמה

לאחר ההכשרה בצוותי מנהלים וצוותי הניהול נדרש/ת ראש הצל"ח - מנהל/ת בית הספר, למספר פעולות מרכזיות שיציבו את התשתית הנכונה לפעילות הצל"ח בבית הספר ולשמירת כשירותו לאורך זמן. בתדריך זה מוצגים ארבעת השלבים של התנעת הצל"ח והטמעתו בבית הספר. בכל שלב ניתן להיעזר במדריך/ה היחידה להתמודדות במשבר, חירום ואובדנות של שפ"י, משרד החינוך, באמצעות פנייה למפקחת על היועצים.



סדר הפעולות בכל אחד משלבי ההתנעה וההטמעה של הצל"ח

שלב 1 - קיום כנסי מנהלים וצוותי ניהול בשיתוף הרשות המקומית

בכנסים אלה ישנה הרצאת מבוא כללית על מהות הצל"ח ודרכי עבודתו ויש התנסות בתרחיש סימולציה, עיבוד, הפקת לקחים ממנו והסקת מסקנות לטיוב עבודת הצל"ח. בסוף הכנס יש הנחיות למנהלים כיצד להיכנס לתהליך הטמעה ושמירת כשירות הצל"ח בבית ספרם

שלב 2 - תכנון והובלה של ישיבת הפתיחה במוסד החינוכי

- קביעת התאריך לישיבת צל"ח ראשונה בבית הספר.
- הזמנת צוות הניהול ואנשים נוספים שיהיו חלק מהצל"ח של בית הספר.
- הגדרת הצל"ח ומטרותיו.
- ניתוח אירוע חירום שבו טיפלנו, הפקת לקחים וניסוח מסקנות והמלצות ליישום בעבודת הצל"ח.
- הגדרת בעלי התפקידים בצל"ח של בית הספר והחלטה על האנשים שייאשו כל תפקיד + ממלאי מקום.
- הצגת הדגם האלקטרוני של תיק הצל"ח וחלוקת אחריות לגבי עידכנו והשלמתו על פי הנדרש.



- קביעת תאריך למפגש של כלל צוות בית הספר, המנהלי והחינוכי להיערכות והתנעת הצל"ח בבית הספר.
- קביעת תאריך למפגש נוסף של הצל"ח לקביעת לוח זמנים להמשך היערכות לאורך זמן.

שלב 3 - מפגש כלל הצוות הבית-ספרי

1. הצגת הצל"ח ומטרותיו.
2. הצגת בעלי התפקידים בצל"ח הבית ספרי שלנו כולל ממלאי מקומם.
3. הצגת תיק הצל"ח הבית ספרי על תכניו ודרכי השימוש בו.
4. התנסות בסימולציה ועיבודה.

שלב 4 - תכנון לוח זמנים לאימון הצל"ח ושמירת כשירותו לאורך זמן

1. הפקת לקחים, מסקנות והמלצות מהמפגש של כלל הצוות הבית ספרי ומתן מענה לצרכים שעלו.
2. תכנון שלושה מועדים לתרגול סימולציה בתרחישים שונים (בצוות הניהול ובכלל הצוות הבית ספרי).
3. היערכות לתרגיל הלאומי שנערך בכל שנה.
4. קביעת מועדים לבקרת תפקוד ומוכנות: תיק צל"ח מעודכן, ציוד נדרש באזורים מוגנים, שלטי ניתוב, מגהפון, נוהלי תקשורת, רשימות וכד'.

עוגן בשעת סערה
 ע = עזרה, ו = ויסות, ג = גיבוי, נ = נוכחות



מספר הערות לתשומת לב בעת אירוע חירום

1. מנהל בית הספר הוא תמיד מנהל האירוע, אלא אם כן נבצר ממנו והוא ממנה את נציגו (מחליפו בצל"ח). מנהיגותו של המנהל ומנהיגותם של המורים, מקבלת משמעות יתירה באירוע חירום.
2. שרשרת הידוע חשובה ביותר והיא קיימת גם כלפי פנים ביה"ס וגם כלפי חוץ.
3. כינוס מיידי של חברי הצל"ח על ידי המנהל. ההתנעה מתבצעת על בסיס התרגולים שנערכו בביה"ס. המנהל אחראי לזימון כולל של כל חברי הצל"ח, להערכת מצב ראשונית ולחלוקת תפקידים מיידיים (חשוב להיערך גם להגעתם של בעלי התפקידים מחוץ לביה"ס, שיגיעו עם קבלת הידיעה. היערכות נכונה תגרום לצריכה נבונה של אלו, כאשר העיקרון המנחה הוא, שהסיוע ינתן כתמיכה לצוות הישיר של ביה"ס ולא במקומו).
4. התארגנות ראשונה של הצל"ח כוללת טיפול בתלמידים על פי מעגלי הפגיעות, טיפול במשפחות שנפגעו ותכנון שלבי הטיפול בהמשך.
5. שיחת הדרכה מקצועית לקראת הכניסה לכיתות תתקיים עם כל צוות המורים. יש למנות כמה חברי צוות שישוהו עם התלמידים בעת הזאת ויקבלו הדרכה בנפרד.
6. המפגשים עם המורים הינם תהליך מקביל לאלה הנעשים עם התלמידים ובדרך זו המורים מתנסים בעצמם בדרך השיח המומלצת שיעשו עם התלמידים בעקבות האירוע. בכל מפגש נעשית הערכת מצב מחודשת ומתקבלות החלטות לגבי מתן מענים ברמת הפרט וברמת הקבוצה. חובה לקיים תדרוך קצר של המורים,



- שיעשה על ידי יועצת/פסיכולוגית ביה"ס. על התדרוך לכלול מידע עובדתי מדויק, אמירות לגבי מה שעומד להתרחש בשעה הקרובה והודעה על המפגש הבא של המורים. רצוי שיהיה דף תדריך שיחה למורים, כדי לסייע בידם להתמודד עם המשימה. לאחר שהוסבר מהי מטרתם וכיצד להשתמש בהם. תדריכים כגון: תדריך שיחה ראשונה ותדריך מסרים בנוי חוסן. וכן - תדריך מיפוי מעגלי פגיעות.
7. איתור וזיהוי של תלמידים במצוקה, הזקוקים לעזרה מיידית, יתבסס על רשימות התלמידים ועל מיפוי פגיעות, שנערכו מראש. ייעשה שימוש גם ברשימות הנאספות במהלך ההתמודדות עם האירוע.
 8. הצל"ח יתארגן לתת מענה להורים מודאגים הן בטלפון והן אלה שיגיעו לבית הספר ויצפו לתשובות, הבהרות וסיוע מידי. יש לדאוג למשקה ומזון לכל מי שנמצא בביה"ס.
 9. הצל"ח יתארגן לקשר עם גורמי חוץ רלוונטיים כגון, משרד החינוך, מחלקת החינוך ברשות ליידוע הדדי ולבקשה וקבלת עזרה.
 10. הצל"ח יארגן את התערבויותיו על פי מימדי זמן שונים - הטווח המידי, הקצר והארוך. לשם כך, על הצל"ח להיפגש מדי פעם להערכות מצב ולמתן מענים מתאימים.
 11. הצל"ח יגדיר בצורה ברורה את מדיניות ההתנהלות עם התקשורת ואת איש הקשר הממונה על כך באישור ובסיוע של דוברות משרד החינוך והרשות. הניסיון מלמד כי יש לתת את הדעת על התייחסות לאנשי תקשורת בקרבת ביה"ס ומחוצה לו.
 12. המסר המרכזי ישדר לכידות, התמודדות ותקווה לצד אמינות במסירת המידע - כדאי להגיד דברים כגון: "אנחנו יחד, נעשה כל מה שצריך כדי להתמודד ונעשה זאת במקום הטבעי שלנו. בשלב זה המידע חלקי עדיין. כל מידע שנקבל נדאג להעבירו מייד, בואו נשמור על רגיעה". (בשלבים אלה זורם מידע רב באמצעות הטל' הסלולארי/רשתות חברתיות/ מיסרונים לחברים ולהורים וכו', שמועות עוברות במהירות ונוצר מצב של דיס-אינפורמציה ומידע מוטעה, שיש להיערך להתמודדות עימם).
 13. חשוב לדעת: הודעות של בשורות מרות למשפחות שנפגעו נעשות על ידי המשטרה ובש"פ עם הרווחה, אף כי התארגנות המוסד החינוכי תכלול סיוע למשפחות הנפגעים.
 14. במקרים בהם יש חלילה הרוגים, יש להיערך לקראת טקסי הלוויה ו"השבעה" (ניתן להיעזר בתדריכים המתאימים). ייבדקו גם הדרכים למתן סיוע למשפחות שנפגעו ולהתגייסות לצורך תמיכה וליווי שלהן.
 15. בסיום יום הלימודים, הצל"ח ינסח מכתב לכלל הורי בית הספר. בו ידווח על האירוע, על ההתערבויות שנעשו ועל התוכניות להמשך. במכתב יהיה פירוט של אותות מצוקה, המחייבים התערבות במעגלי הפגיעה השונים ויצורפו מספרי טלפון של גורמי הסיוע בביה"ס ומחוצה לו. במידת הצורך יפתח "קו חם" לסיוע מתמשך
 16. בשלבים מאוחרים יותר יעלו גם שאלות לגבי טקסי הזיכרון וההנצחה.
 17. בכל שלבי ההתערבות, חשוב לחזק את תחושת ההמשכיות של ההיבטים התפקידיים, החברתיים, הקוגניטיביים, הזהותיים וההיסטוריים על פי עיקרון הרציפות.

נהלי שפ"י בחירום - קישור:

<http://cms.education.gov.il/NR/rdonlyres/56B21657-1160-47FA-A4E0-7F07E1015A86/130125/nohalhearchutleherum.pdf>

חוזר המנכ"ל לבטיחות ביטחון ושעת חירום, העוסק בתפקיד רכז הביטחון בבית הספר ומפרט גם את תכולת תיק הביטחון - קישור:

<http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Applications/Mankal/EtsMedorim/5/5-3/HoraotKeva/K-2013-2a-5-3-55.htm>



הרחבה ודוגמאות נוספות דוגמאות לסימולציות במתודות שונות

"סימולציית דילמות" - עבודה עם תדריכים - אירוע אסון - טביעה למוות של תלמיד

סימולציה זו נעשית סביב אירוע אסון מקומי, העלול להתרחש. דרך העבודה מסייעת לצוות הניהול של בית הספר ללמוד ולתרגל ניהול אירוע קשה על כל היבטיו.

העבודה נעשית באמצעות הגדרת היבטים שונים בהתערבות באירוע שכל אחד מהם נבדק בנפרד ובשלב העיבוד נעשה החיבור בין כל ההיבטים לבין העבודה עם כל התדריכים ומתקבלת התמונה המערכתית.

מטרות הסימולציה במתודה זו

1. לימוד התפיסה המקצועית לגבי התמודדות בית הספר באירועי משבר ואסון.
2. הצגה והמחשה של עקרונות עבודה, דילמות ושיקולי דעת בניהול מערכתי של אירוע אסון.
3. למידה מהמצומצם לרחב - אירוע נקודתי שבאמצעותו אפשר ללמוד עקרונות כלליים המסייעים גם באירוע רחב היקף.
4. אימון בשימוש בתדריכים ובחינת יעילותם ותרומתם בהתמודדות באירוע חירום.

שלבי העבודה הם

1. הקראת תרחיש האירוע שבו עוסקים:
בשעה 9:00 בערב קיבלה מנהלת בית הספר שיחת טלפון מהדודה של דני היא סיפרה לה, שדני מכיתה 3/ טבע למוות היום, בשעה שש לפנות ערב. עוד סיפרה, שהיו אתו בבריכה ארבעה חברים נוספים והוסיפה שאיתי משה אותו מהמים. מד"א עשו ניסיונות החייה וחבריו של דני אף צפו בניסיונות אלה, אך ללא הועיל.
2. שוחחו ביניכם על האירוע וכתבו, מהן השאלות הראשונות, העולות בעקבות האירוע.
כתבו: תשובות לשאלות שהעליתם ומהן הפעולות הראשונות, שיש לעשותן.
3. חלוקת הקבוצה לשש תת קבוצות/זוגות (בהתאם למספר המשתתפים) כאשר כל קבוצה עוסקת בהיבט אחד (או שניים) בהתערבות בעקבות האירוע. לפי הדוגמא בטבלה:

4.

קב' 1	קב' 2	קב' 3	קב' 4	קב' 5	קב' 6
שיחה ראשונה עם המורים	שיחה ראשונה בכיתה	תכנון סדר יום בעקבות האסון	שיח וסיוע של הורים לילדיהם בעקבות אסון	מסרים בוני חוסן בעקבות אסון	מסירת הודעה קשה לכיתה
מכתב להורים	לוויה ושבעה	פינת זיכרון טקס הנצחה	מיפוי מעגלי פגיעות	מסירת בשורה מרה לתלמיד	תכנון סדר יום בעקבות האסון



5. עתה כתבו, חמש דילמות מרכזיות בעקבות האירוע, שעל פי השערותכם, הצוות החינוכי יאלץ להתמודד עימן בהקשר לנושא שקיבלתם לדיון. נסחו לעצמכם את הפתרונות הרצויים לכל דילמה ודרכי ההתמודדות עמה.
6. כל זוג/תת-קבוצה מקבלת/תדריכים בנושאים שעליהם עבד/ה. **ההוראה:** קראו את התדריכים ובדקו, באיזו מידה התדריכים עונים על השאלות/דילמות שהעליתם? מה הייתם משנים? מה הייתם מוסיפים? מה הייתם מוחקים?
7. בתום העבודה - נסחו שתי דילמות משמעותיות בנושא שבו עסקתם, כדי להציגן במליאה. כמו כן, הביאו דוגמאות:
 - לנקודה, שהופיעה בתדריך ולא חשבתם עליה קודם.
 - נקודה שהעליתם בדיון והיא חסרה בתדריך.
8. במליאה - כל זוג/תת-קבוצה מציג/ה שתי דילמות מרכזיות בנושא שבו עסק/ה.
9. **סיכום הדיון:** תוך כדי הצגת הדילמות המנחה ימשיג, יעבה וידייק את דרכי ההתערבות הנכונות ויוסיף את שיקולי הדעת שמעבר לכל פעולה. המנחה יתאר בהדרגה את שלבי ההתערבות באירוע מסוג זה תוך ראיית-על של כל ההיבטים ביחד. (שלבי ההתערבות באירוע מפורטים בהמשך העמוד).

"סימולציית הדילמות" - אירוע טביעה - פירוט שלבי הטיפול בעקבות אירוע אסון

התערבות בעקבות אירוע אסון נעשית "בעת" האירוע, "אחרי" האירוע ו"לפני" האירוע הבא. על פי מסגרת חשיבה זו מוצגים שלבי הטיפול באירוע הטביעה. (ישנה גם מצגת המלווה פעילות זו).

"בעת" שאלות ראשונות בעקבות האירוע:

שלב ראשון: ציר של המנהל/ת:

- ✓ למי להודיע קודם? למי אח"כ? את מי להזמין באופן מיידי לצל"ח?
- ✓ מי יסייע באופן מיידי ומי שותף בצוות ההיגוי המצומצם?
- ✓ מי מודיע, מה ולמי? (שאר הצוות, פיקוח, גורמי חוץ...).

שלב שני: כינוס צוות ההיגוי (צל"ח) - מטרות:

התדריך המתאים - סדר היום הראשון בעקבות אסון.

- ✓ הערכת המצב הראשונית, כוללת ומפורטת.
- ✓ החלטה באלו בעיות דחופות יש לטפל בטווח המידי.
- ✓ קבלת החלטות בטווח הקצר והמידי על פי מאפייני האירוע.
- ✓ קבלת החלטות על השאלות מי עושה מה, מי אחראי על מה.



פירוט הפעולות של הצ"ח להתמודדות עם האירוע בשלביו הראשונים:

- ✓ יידוע ומידע.
- ✓ קביעת מועדים קצובים להערכות מצב לצורך קבלת החלטות.
- ✓ קשר עם המשפחה ועם התלמיד שנפגע - מי? מתי? כיצד?
- ✓ סדר צלולים וסדר יום כמסגרת עבודה. תדריך נלווה - סדר יום בעקבות אסון.
- ✓ תכנון השיחה הראשונה עם המורים. תדריך נלווה - מהלך שיחה ראשונה בכיתה בעקבות אסון. מתן מענה, ליווי ותמיכה למורים מתקשים (ליווי המחנכת/ת על פי הצורך).
- ✓ בדיקת מיפוי של פגיעות אם לא התבצע, יש לקבוע כיצד יתבצע ועל ידי מי.
- ✓ תדריך נלווה - מיפוי מעגלי פגיעות בעקבות אסון.
- ✓ חלוקת תפקידים וחלוקת אחריות לאורך היום.
- ✓ דרכי היעזרות בגורמי חוץ שבאים לסייע או שיש להזעיק.
- ✓ טיפול בהורים מודאגים + תכנון מפגש תמיכה עם הורים על פי הצורך.
- ✓ ניסוח מכתב להורים. תדריך נלווה-דגם מכתב להורים בעקבות אסון.
- ✓ תכנון המפגש השני עם המורים בתום השיחה הראשונה עם התלמידים.

רציונל המפגש הראשון עם המורים - תדריך נלווה-עקרונות השיחה הראשונה עם המורים בעקבות אסון

- ✓ חיבור לרציפות התפקיד ולצורך של התלמידים וההורים במנהיגותם של המורים.
- ✓ חיזוק תחושת השייכות - וה- "ביחד".
- ✓ בדיקה ראשונה של נוכחות, הקשבה ומיפוי מסוגלות המורים לפעול ולהתמודד (ליווי למי שזקוק).
- ✓ שיחה עם המורים שתתבצע בתהליך מקביל לאופן השיחה שתתנהל בהמשך בכיתות (תדריך נלווה - שיחה ראשונה בכיתה בעקבות אירוע אסון).
- ✓ מתן מידע אמין ומדויק (כדאי לנסח פסקת מידע מוסכמת שכולם יאמרו אותה).
- ✓ חיבור למשאבי ההתמודדות ולפעילות יעילה ע"י חיבור לתפקיד - מנהיגות המורה במשבר (תדריך נלווה - מסרים בוני חוסן בעקבות אסון).
- ✓ יידוע על מקורות סיוע ועזרה.
- ✓ נוכחות פיזית ומקצועית והעברת מסרים של התמודדות, תקווה, "ביחד" ומנהיגות.
- ✓ קביעת מפגש נוסף בהפסקה קרובה.



תדריך: שיחה ראשונה בכיתה - עקרונות:

- ✓ שוחחו בפתיחות ובחופשיות.
- ✓ הפרידו בין מידע, פרשנות, שמועות, רגשות ומעשים.
- ✓ ספרו את העובדות הידועות לפי סדר כרונולוגי.
- ✓ הדגישו את הטווח הרחב של תגובות נורמליות.
- ✓ הפעילו וגייסו את התלמידים לתפקידי תמיכה ועודדו אותם לעשייה.
- ✓ שימו לב לאלה המגיבים באופן קשה במיוחד (הסתגרות, החצנה...).
- ✓ זיכרו את ה-BASIC-PH¹⁰ כדי לעזור בערוץ הדומיננטי.
- ✓ הסתייעו בטקסטים, בניסיון אישי.
- ✓ היעזרו בקבוצה, כגורם תמיכה.

שיחה ראשונה בכיתה כוללת:



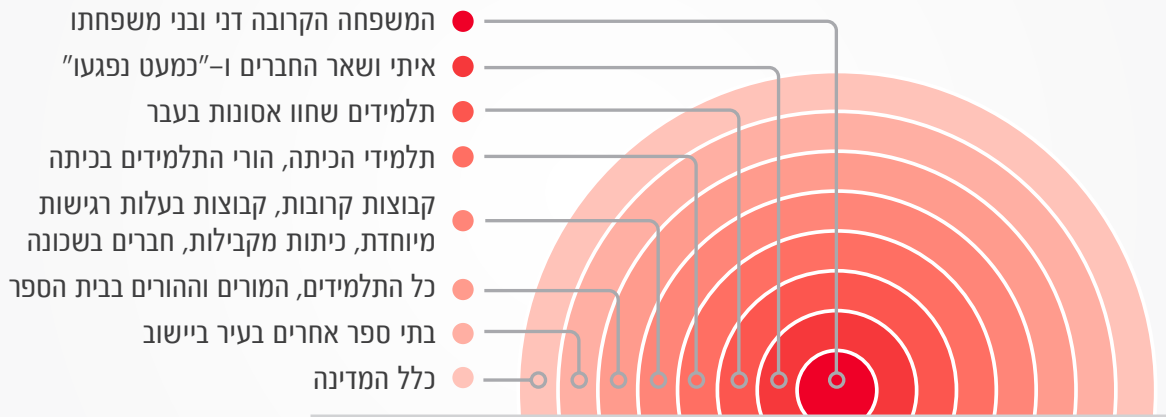
מפגש שני עם המורים - עדכון עובדות ומידע על פי ההתפתחויות.

- ✓ פתיחה - אמירה ברורה שהאירוע הסתיים ועכשיו נמשיך להתמודד ביחד.
- ✓ מיקוד הבעיות שעלו בשיחות הכיתתיות.
- ✓ שיחה על הלוויה, מהותה וסדריה (אם עדיין לא שוחחו על כך - תדריך - "לוויה ושבעה").
- ✓ הנחיות לגבי השבעה והתמיכה בדני ומשפחתו (תדריך - "לוויה ושבעה").
- ✓ המשך חיזוק משאבים אישיים (BASIC PH).
- ✓ זיהוי תלמידים במצוקה והפנייתם לטיפול. (תדריך - "מיפוי מעגלי פגיעות").

10 מודל "גשר מאחד" של פרופ' מולי להד ודר' עופרה אילון, העוסק בשישה ערוצי התמודדות של האדם בעת אירועי לחץ ומשבר ומציע כיווני חיזוק ושכלול של יכולות אלה.



4 | "בעת" - מיפוי מעגלי פגיעה



"אחרי" - התאוששות וחזרה לשגרה רגישה:

המשך חיבור רציפות החיים.

- ✓ סיפוק צרכים בסיסיים והמשך זיהוי מצוקות.
- ✓ שיחות בכיתה - תהליך "היום שאחרי" והחזרת המערכת לשגרה.
- ✓ תכנון מהלכים לטווח בינוני וארוך:
- 1. ברמת הפרט: בניית תכניות אישיות, ליווי, מעקב ותמיכה.
- 2. ברמת המערכת: תכנון הימים הבאים - בניית תכנית התערבות על פי שני צירים מנחים: מגוון אוכלוסיות וטווחי זמן שונים.

- ✓ למידה, הפקת לקחים והסקת מסקנות-הערכה של ביצוע התהליך ויישום המלצות בעבודת הצל"ח.

✓ זיהוי מצוקה של תלמידים לאורך זמן (מעקב לאורך זמן):

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------------------|
| ◆ עיסוק רב במיוחד בנושאים ביטחוניים | ◆ עצבנות, התפרצויות כעס |
| ◆ ריבוי איחורים או היעדרויות | ◆ הסתגרות |
| ◆ ירידה בציונים | ◆ נסיגה להתנהגות ילדותית |
| ◆ קושי להתרכז, פיזור | ◆ שינוי בצורת הדיבור (גמגום, דברנות יתר) |
| ◆ אי שקט, תנועתיות יתר | ◆ תלות |
| ◆ עייפות | ◆ הימנעויות |
| ◆ תלונות על כאבים (ראש, בטן) | |



תמיכה בצוות החינוכי, המפגש המנחם וליווי ארוך טווח

הצוות החינוכי והמנהלי בבית הספר הוא מעגל פגיעות בפני עצמו ויש לתת את הדעת גם לצרכים של מעגל זה. בעקבות אירוע אסון מטפלים תחילה בתלמידים ובצרכיהם אך בהמשך אותו יום (בסופו או בערב) חשוב ביותר לקבוע מפגש עם הצוות החינוכי במטרה לאפשר להם לעבד את האירוע כבוגרים ולא רק בהקשר לתפקידם כמורים. (ניתן להיעזר בתכנון והובלה של מפגשים אלה בפסיכולוג/ית בית הספר וביועצ/ת בית הספר וכן במדריך/ה של היחידה למצבי משבר, חירום ואובדנות של שפ"י).

במרחק של כחודש מהאירוע מומלץ לקיים "מפגש מנחם" לצוות. במפגש זה יוצרים setting חם ומכיל (מוסיקה, אוכל, נרות...) ובו נעשית עבודה רגשית באמצעות פסיכודרמה, תנועה, אומנות... כדי לאפשר למשתתפים לבטא עצמם ולעבד את חוויותיהם האישיות במרחק זמן. העבודה האישית והקבוצתית מחברת לכוחות ומטעינה את משאבי ההתמודדות.

התפיסה שמעבר לתדריכים:

- ✓ מהמעשה לתיאוריה וחזרה.
- ✓ ממוקד בנושא ספציפי.
- ✓ קצר, בהיר, פשוט.
- ✓ מנוסח כאמירה ולא כדילמה.
- ✓ גמיש ונתון לשינויים.
- ✓ מודפס וניתן לכל בעל תפקיד רלבנטי.

נושאים של תדריכים מרכזיים בעקבות אסון¹¹:

1. עקרונות שיחה ראשונה עם המורים בעקבות אסון.
2. מפגשי הצל"ח.
3. תכנון סדר יום בעקבות אסון - דוגמא.
4. מהלך שיחה ראשונה בכיתה+עקרונות לניהול השיחה.
5. מיפוי מעגלי הפגיעות.
6. תדריך ללוויה ול"שבעה".
7. דגם של מכתב להורי התלמידים בבית הספר.
8. דרכי התמודדות עם תגובות התלמידים לאחר אסון.
9. עקרונות סיוע של הורים לילדיהם בעקבות אסון.
10. דוגמא לסדר יום בעקבות אירוע חירום.
11. פינת זיכרון, טקס זיכרון, הנצחה.

11 כשמדובר באירוע אובדני ישנם תדריכים המותאמים לאירוע כזה. על אף הדמיון בעקרונות, טיפול באירוע אובדני מחייב התאמה ספציפית של ההתערבות למאפייני התופעה.



מדינת ישראל
משרד החינוך

המינהל הפדגוגי | אגף בכיר שרות פסיכולוגי ייעוצי | היחידה להתמודדות במצבי משבר, חירום ואובדנות

הפקת לקחים כהיערכות לפני אירוע

על בסיס הפקת הלקחים מההתערבות באירוע, יש לבחון את מה שצריך לשפר או לשנות וליישם את ההמלצות שנבעו ממהלך הבקרה. המטרה היא להתניע את צל"ח בית הספר ולשמור על כשירותו לאורך זמן. להתוות פעולות לשמירת כשירותו של הצל"ח באופן מתמשך ולאורך זמן. לתכנן הכשרה של הצוות החינוכי והמנהלי בתכנים של התמודדות במשבר וחירום. זוהי תמצית ההתערבות ב-**"לפני"** כלומר - ההתערבות הפרואקטיבית באמצעות תוכניות מניעה מותאמות לכל בית ספר לפי צרכיו ומאפייניו.



”סימולציית שולחנות” מש”מ-”משחק מנהלים” - ירי טילים על שכונה בשעות הבוקר, סמוך לבית הספר

רקע כללי

ירי טילים על עורף המדינה היה כבר ב-1991 במלחמת המפרץ ומאז התנסינו בכך פעמים נוספות. זהו תרחיש שיש להיערך אליו ולזהות כמה שיותר דילמות ושאלות שעלולות להתעורר במערכת החינוך בעקבותיו. בסימולציה זו מתואר תרחיש שמעלה קשיים מרכזיים שבעזרתם יכול צוות הניהול לסמן מוקדים לשיפור בעקבות ההתנסות.

סימולציה זו, מדמה ירי טילים על שכונה בעיר כשאחד הטילים נופל על קניון סמוך לבית הספר. לצורך תרגול תרחיש זה על ידי צוותי החינוך, יש חשיבות בתזמון האירוע- בזמן הלימודים, כשהתלמידים נמצאים במוסד החינוכי. הסימולציה מחייבת התארגנות נכונה בכמה מוקדים הנוצרים על פי התרחשות האירוע (חדר המנהל, חדרי הכיתה בגילים השונים, המקלטים...) תוך התייחסות למאפייני האוכלוסייה שבה מדובר.

הנחות יסוד

1. צוות הניהול של בית הספר מנהל בשגרה ומנהל בחירום! כדי לאמן את צוות הניהול לנהל טוב יותר בחירום ולחזק את כשירותו, עליו לתרגל תרחישים שונים של אירועי חירום ואסון. כל תרחיש הוא בעל מאפיינים ייחודיים ומהווה הזדמנות להציף דילמות כלליות ודילמות ייחודיות, המתעוררות תוך כדי התמודדות עם האירוע ובהמשך לנסח כיווני התערבות ודרכי התמודדות.
2. כוחות החילוץ וההצלה לא מצליחים בהכרח להגיע למקום כדי לתת סיוע בשלביו הראשונים של האירוע ולכן יש חשיבות רבה ביותר בהקניית כלי התמודדות מגוונים בכל תרחיש לכמה שיותר אנשי חינוך. ליכולתם של צוותי חינוך להציל ולתת עזרה ראשונה פיזית ונפשית ברגעים הראשונים יש ערך עצום באפשרות להתאושש מן האירוע בהמשך.

מטרת העל של הסימולציה

התנסות בניהול אירוע, והגדרת של שורת פעולות הנדרשות לטיפול באירוע על כל היבטיו, תוך לקיחה בחשבון של מגוון שיקולים מעבר לכל פעולה; זאת, על מנת לאפשר טיפול והתמודדות מיטביים, על-פי העקרונות המקצועיים תוך שאיפה לחזרה לתפקוד סביר מהר ככול שניתן.

תת-מטרות של הסימולציה

1. חיבור אישי והעלאה למודעות את ההשלכות הרגשיות וההתנהגותיות של האירוע;
2. מיקוד הדילמות שעולות בניהול האירוע מרגע התרחשותו בנקודות זמן ומקום שונים ולטווח הארוך;
3. דגש על עקרונות ההתמודדות המובילים שמעבר לרצף הפעולות הנדרשות.
4. שיח על תפקידיהם של דמויות מרכזיות בניהול האירוע בהיבטיו השונים.
5. ריענון הידע של הצוות החינוכי בהנחיות ובדרכי ההתנהגות המיטביות בעת ובעקבות האירוע.



מהלך הפעלת הסימולציה

1. חלוקת המשתתפים לשולחנות עבודה/קבוצה היושבת במעגל (כ-5-6 אנשים בקבוצה). חשוב לארגן את הקבוצות מראש).
2. מנחה מוצהר בכל קבוצה היודע ומבין מה מצופה ממנו בהנחיית הקבוצה והוא ירכז וינחה את הדיון בקבוצה ויהיה אחראי לארגון תובנותיה להצגה במליאה.
3. בכל שולחן/קבוצה יושבים בעלי התפקידים שונים: מנהל/ת ביה"ס, סגן המנהל, רכז/ת שכבה, שני מורים, יועצ/ת/ פסיכולוג/ית, רכז/ת ביטחון, נציג/ת ההורים. (ניתוח מנקודת מבט של בעלי תפקידים שונים מחדד דילמות). חלופה אחרת יכולה להיות לבחון את כל האירוע מנקודת מבט של תפקיד מסוים, למשל- מנהל/ת ביה"ס.

המנחה/ה ראשי/ת י/תסביר את דרך התנהלות הדברים במסלול 2

- בשלב ראשון, יתקיים בקבוצה הקטנה שיח פתיחה ראשוני (קצר מאוד) והמשתתפים יגדירו את התפקידים שלהם בסימולציה (ובמציאות).
- מיד לאחר הצגת אירוע הבסיס לכולם, יידרשו המשתתפים להתמודד בקבוצות הדיון מנקודת המבט של תפקידם בסימולציה - מ"העיניים" של בעל התפקיד בהתנסות ומעיניו של צוות הניהול הבית ספרי המנהל את האירוע.
- יש להתייחס לכל זירות ההתרחשות שבהן יש לטפל: חדר המנהל, כיתות שונות, מבואה של ביה"ס, מקלט, חצר, גבעה מחוץ לביה"ס...
- בכל כמה דקות תוכנס לסימולציה התרחשות נוספת, שתחייב את המשתתפים להתמודד עם הדילמות החדשות שהיא מעלה.
- לאחר כל פתק, המתאר התרחשות, יש להתייחס לשלוש שאלות ולמלא את התשובות בטבלת הלמידה הריקה שתקבל כל קבוצה:

מה יעזור לבית הספר	הפעולות הנדרשות בכל זירה ובכל שלב	הבעיות שמתעוררות ובמה לטפל?	מספר ההתרחשות
--------------------	-----------------------------------	-----------------------------	---------------

1. אלו בעיות/דילמות מתעוררות בעקבות ההתרחשות החדשה?
2. מהן הפעולות הנדרשות בכל זירת התרחשות? בכל שלב ושלב?
3. מה היה עוזר לבית הספר בכל שלב?



לקראת הדיון המסכם במליאה, תתבקש כל קבוצה להתייחס לשלוש שאלות

1. ציינו שני קונפליקטים מרכזיים שנתקלתם בהם במהלך הדיון הקבוצתי.
2. נסחו שתי עצות מעשיות למנהל/ת האירוע.
3. נסחו את הלקחים וההמלצות שעלו בקבוצתכם תוך כדי ניהול האירוע ושעל הצל"ח ללמוד.

עיבוד מסכם של הסימולציה

1. שתפו בחוויה/מחשבה/רגש שיש לכם ברגע זה: סבב או שיתוף חופשי, בהתאם למספר האנשים בסדנא. איך הרגשתם, אתם עצמכם, בסימולציה? - (סבב). יש לעשות אבחנה בין רגשות לבין התפקוד כבעל תפקיד... כדאי לשאול קודם את אלה שמילאו תפקידים פעילים בסימולציה.
 2. בהמשך - "בואו נדבר עלינו, כבעלי תפקידים, על התפקוד שלנו" - איך תפקדנו כמנהלת, כיועצת, כמזכירה, כסגנית, כמחנכות וכו'. כמו כן לבחון את תפקודה של הקבוצה כצל"ח בית ספרי המנהל את אירוע החירום. בשלב זה יש לכוון לכך שכל משתתף ידבר על עצמו ולא ישפוט אחרים.
 3. מהו הלקח החשוב ביותר שאת/ה לוקח/ת מההתנסות לגבי התמודדות עם אירוע החירום בבית ה"ס?
 4. כל קבוצה מציינת שני קונפליקטים/דילמות שהעסיקו אותה ומנחה הסימולציה מגיב לגבי דרכי ההתמודדות והתפקוד המומלצות.
 5. כל קבוצה מציינת את העצות שגיבשה לגבי תפקיד מנהל/ת האירוע, רושמים על הלוח ומוסיפים גם אמירות לגבי תפקודו של כל צוות הניהול על תפקידיו השונים.
 6. כל קבוצה מציגה את הלקחים וההמלצות שגיבשה בדיון. דיון זה יהיה הבסיס להמשך דיון ולמידה בעבודת צוות הניהול לשכלול כשירותו לנהל בחירום (צל"ח).
 7. סיכום עקרונות הצל"ח החשובים שעלו בסימולציה.
 8. מה ניתן לומר על הסימולציה ככלי למידה להתמודדות בחירום?
- בהמשך מופיעה טבלת למידה מלאה של האירוע עם פירוט שיקולי הדעת הרלוונטיים. בטבלה זו מרוכזים גם עקרונות כלליים להתמודדות במצבי משבר וחירום.
- כמו כן מופיעות גם הערות כלליות לגבי הסימולציה ככלי עבודה.

הפעלת הסימולציה

- מקריאים בקול רם, לכל הקבוצות, את סיפור הבסיס על האירוע שהתרחש:
- "השעה 12:30 בצהריים. בשעה זו יש הפסקה של עשרים דקות בבית הספר.
- מטח טילים נורה באופן מפתיע על שכונה ג' בעיר. נשמעת אזעקת "צבע אדום".
- אחד הטיילים נופל על קניון סמוך מאוד לבית הספר וגורם לנפגעים. הרעש הגדול והאזעקה מעוררים בהלה עצומה בבית הספר, תלמידים צועקים ובוכים. תלמידים רצים לכל הכיוונים וגם למקומות המוגנים.
- חלק מהמורים מנסים להשתלט על המהומה.

מכאן מתחילה הסימולציה



פתקי התרחשות האירוע על-פי זמנים

הערה מקדימה

סימולציה זו נועדה לאמן ולתרגל את הצוות המוביל של בית הספר בניהול אירוע חירום ובעקבות כך גם את כל מי שנמצא בבית הספר (מורים, תלמידים, מנהלה).

נקודת המבט של הסימולציה היא תפקוד המנהל וצוות הניהול. ההנחה היא, שתלמידים יודעים באופן כללי היכן מצויים המקומות המוגנים וחלקם רצים לשם אך הבהלה והבלבול עצומים. הסימולציה בנויה על תרחיש בבית ספר יסודי, אך ניתן להסב אותה לקבוצות גיל אחרות, על פי הצורך.

תמונת מצב התחלתית: השעה 12:30 בצהריים.

בשעה זו יש הפסקה של עשרים דקות בבית הספר.

מטח טילים נורה באופן מפתיע על שכונה ג' בעיר. נשמעת אזעקת "צבע אדום"...

1.	אמא שהייתה במקרה בחדר המנהל צועקת: מה קרה? מה עושים?	12:30
2.	מגיעים שלושה מסרונים לפלאפון של המנהל, מהמורים בשטח (לתת בזה אחר זה): <ul style="list-style-type: none"> המורה של כיתה ח' אומרת שלפי בדיקתה ברשימות הנוכחות חסרים שני תלמידים מכיתתה, דן והילה וילדים בכיתה אמרו שהם הלכו לקניון הסמוך. המורה של כיתה ו' מדווחת שאורי ואיתי אמרו לה, שהם לא יודעים איפה עידו. הוא היה איתם בחצר, אבל כשרצו הוא נעלם להם. היא מוסיפה שאי אפשר להרגיע את איתי והוא בוכה וצועק ללא הפסקה ואומר כל הזמן: "עידו מת! הוא מת!!!" המורה של כיתה ב' אומרת שחסרות לה שתי בנות, רוני ומאיה ושאסף רץ לחפשו, בניגוד להוראותיה. 	12:35
3.	אחרי עשר דקות מתקבלת הוראה מפיקוד העורף לצאת מהמקומות המוגנים אך אין לשחרר אף אחד מבית הספר מפני שפעולות ההצלה בקניון הסמוך נמשכות ועדיין המצב לא ברור. התלמידים יוצאים מהמקומות המוגנים ומתבקשים ללכת לכיתות.	12:40
4.	המורה לאומנות אומרת שאי אפשר לבקש ממנה להיכנס עכשיו לכיתה כאילו לא קרה כלום.	12:42
5.	תלמידים מכיתה ו' אומרים, שהם לא רוצים להיכנס עד שהם ידעו מה קרה לעידו. הם צועקים ומאשימים את המחנכת שהיא רק בוכה וצועקת ולא יודעת לעזור כשצריך ושהמנהל רק יודע לעשות שקט.... <ul style="list-style-type: none"> ✓ בנות מכיתה ב' בוכות ואומרות שבטח מאיה ורוני מתו. ✓ תלמידים אחרים אומרים שהם רוצים ללכת הביתה. 	12:45
6.	מתקבלת הודעה מהמחנכת של כיתה ו' שעידו רץ לאזור לחפש את אחיו מכיתה א', התחבא במחסן ועכשיו חזר לכיתה.	12:50
7.	יו"ר ועד ההורים מצלצל למנהל ואומר לו ששמע בחדשות שאחד הטילים נפל על הקניון וש נפגעים רבים, כולל הרוגים. הוא שואל במה הוא יכול לעזור.	12:55
8.	המורה של כיתה ג' רצה בבכי לחדר המורים ואומרת שאמא שלה אמרה לה שהיא הולכת הבוקר לקניון והיא מאוד מודאגת היא לא מפסיקה לבכות ולא יכולה לחזור לכיתה.	13:00



9. המזכירה אומרת למנהל שהיא קיבלה הודעה בפלאפון שמאיה ורוני מכיתה ב' הסתגרו בשירותים והן מסרבות לצאת.	13:10
10. מצלצלים מהמשרה ומבקשים לדבר עם המנהל. שואלים אותו אם דן והילה, שעליהם דיווח כנעדרים, נמצאו עד כה?	13:20
11. צלצול להפסקה של כ-30 דקות (בזמן זה - היכן המורים...מה עושים התלמידים...)	13:25
12. הורים רבים מתקשרים לבית הספר ומבקשים לדעת מה קורה עם ילדם ומה עליהם לעשות.	13:30
13. שתי אמהות מצליחות לעבור את המחסומים ברחוב ומגיעות היישר לחדר המנהל וצועקות שהן רוצות לדעת מי נפגע והן רוצות לקחת את ילדיהן הביתה.	
14. הורים נוספים מגיעים לשער בית הספר ומתגודדים שם.	
15. לבית הספר מגיעים	13:35
<ul style="list-style-type: none"> • המפקח של ביה"ס והמפקחת על היועצים • מדריכת היחידה למצבי משבר, חירום ואובדנות • מתנדבים • פסיכולוגיות מהשפ"ח 	
16. המזכירה אומרת למנהל שהורה מסר לה בטלפון שיש מורה הרוגה בקניון.	13:40
17. מהמשרה נמסר למנהל שכפי הנראה יש מורה הרוגה ושני תלמידים נפגעים מבית הספר.	13:45
18. עיתונאי מתקשר לבית הספר ומבקש לראיין את המנהל.	13:50
19. צלצול לסיום ההפסקה וחזרה לכיתות.	13:55
20. המזכירה דואגת לילדיה הקטנים שמסיימים בשעה זו את הגן והמעון ורוצה לצאת מיד מבית הספר.	14:00
21. המשרה מודיעה סופית למנהל, שדן מכיתה ח' הוא בין ההרוגים והילה נפצעה קשה. כמו כן, שהמורה להיסטוריה, שהייתה ביום חופשי, נהרגה גם היא בקניון.	14:05
22. רמי מכיתה ו, החבר הכי טוב של דן, החל לצעוק ואמר שאם משהו קרה לדן אין טעם לחיים שלו והוא קם וברח מהכיתה.	14:15
23. מתקבלת הודעה מפיקוד העורף שניתן לשחרר את התלמידים הביתה.	15:00
24. כשהתלמידים משוחררים מביה"ס הכתב שהגיע בינתיים לאזור מתחיל לראיין תלמידים בשער בית הספר.	15:05
25. ארבעה מורים באים לחדר המורים ומתקשים ללכת הביתה.	15:15



טבלת ניתוח ולמידה לחלוקה לכל קבוצה בתחילת הסימולציה

מספר התרחשות	קשיים ודילמות	מה על ביה"ס לעשות	מה היה עוזר לביה"ס
1			
2			
3			
4			
5			
6			



טבלת למידה מלאה של הסימולציה - "ירי טילים על שכונה בעיר"

12:30

<p>תמונת מצב התחלתית: השעה 12:30 בצהריים. בשעה זו יש הפסקה של עשרים דקות בבית הספר. מטח טילים נורה באופן מפתיע על שכונה ג' בעיר. נשמעת אזעקת "צבע אדום". אחד הטילים נופל על קניון סמוך לבית הספר וגורם לנפגעים. הרעש הגדול והאזעקה מעוררים בהלה עצומה בבית הספר, תלמידים צועקים ובוכים. רצים לכל הכיוונים וגם למקומות המוגנים. חלק מהמורים מנסים להשתלט על המהומה.</p> <p>אמא שהייתה במקרה בחדר המנהל צועקת בבהלה: מה קרה? מה עושים?</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>המנהל מבקש מהאמא לרוץ איתו ועם המזכירה לאזור המוגן. מקום המיגון של המנהל צריך להיות מותאם לחדר ניהול אירוע...</p> <p>כיצד נוהג המנהל בדקות הראשונות? עליו לשמור על עצמו אך בו זמנית לנהל את המצב ולהיות נוכח עבור כולם. כיצד זה נעשה?</p> <p>לאחר שהגיעו למקום המוגן, מקדיש רגע ומארגן מחשבה, איפה תופס אותו, מה זה אומר בשבילו ומה עושים בשלב ראשון?</p> <p>בעשר הדקות הראשונות (ולפעמים יותר - לפי הנחיות פיקוד העורף) אסור לצאת מהמקום המוגן ולכן כל פעולה תיעשה רק מתוך המקום המוגן.</p> <p>המנהל מבקש מהמזכירה (וממישהו נוסף, שיעזור למזכירה באופן מתמשך) לאסוף באופן מיידי את הצל"ח הבית ספרי לחדר ומייד עם מתן האישור הרשמי לצאת מהמקומות המוגנים - [קב"ט, יועצים, פסיכולוג בית הספר, רכזות שכבה, סגן (שנמצא ביום חופשי) אב בית...]</p> <p>הוא עצמו יוצר קשר עם מפקח ביה"ס ומעדכן אותו על המצב העכשווי, או מבקש מהמזכירה שתיידע. בנוסף, המנהל מבקש מהמזכירה להעביר מסרון לכל המורים שנמצאים במקומות המוגנים ולבקש מהם דיווח ראשוני על המצב. (משתמשים באמצעי תקשורת שעומדים לרשותם כדי להעביר ולקבל מידע מיידי. (מערכת כריזה, אינטרקום פנימי בין מקומות מוגנים, פלאפונים).</p> <p>לאחר שהגיע המידע הראשוני מהמורים לגבי המצב הכללי של התלמידים והמורים, המנהל מעביר את המידע למוקד 106 עירוני ולמשטרה. בשלב זה, כל עוד אסור לצאת מהמקום המוגן, אי אפשר לצאת ולחפש נעדרים.</p>	<p>מה ביה"ס צריך לעשות</p>
<p>נהלים ברורים מאוד לשעת חירום, שכל הצוות החינוכי והמנהלי יהיה בקי בהם והם יכסו מצבי חירום שונים.</p> <p>מערכת כריזה מובנית בבית הספר, אינטרקום פנימי בין מקומות מוגנים ומגהפון שיהיה במקום המוגן של המנהל.</p> <p>קבוצת WhatsApp מיוחדת של כל הצוות החינוכי והמנהלי וכן של כל באי בית הספר, המיועדת לחירום בלבד! כדי שניתן יהיה להעביר הודעות באופן מיידי.</p> <p>הקב"ט, שהוא שותף מרכזי בצל"ח, נמצא בקשר עם פיקוד העורף ומעביר את הנחיותיהם למנהל ולצל"ח.</p> <p>רשימות תלמידים ומורים מדויקות עם מירב הפרטים המאפשרים איתור מיידי.</p> <p>חלוקת תפקידים של בעלי התפקידים בצל"ח, כולל ממלא מקום לכל בעל תפקיד (חשוב מאוד במצב שבו לא משיגים בעלי תפקידים מרכזיים).</p> <p>רשימות מדויקות של כל בעלי התפקידים ומחליפיהם לגבי דרכי התקשרות עימם ומיקומם בכל עת.</p>	<p>מה היה עוזר לביה"ס</p>



12:35

ההתרחשות

- מגיעים שלושה מסרונים מהמורים בשטח:
1. המורה של כיתה ח' - אומרת שלפי בדיקתה ברשימות חסרים שני תלמידים מכיתתה, דן והילה, ילדים בכיתה אמרו שהם הלכו לקניון הסמוך.
 2. המורה של כיתה ו' - מדווחת שאורי ואיתי אמרו לה, שהם לא יודעים איפה עידו. הוא היה איתם בחצר, אבל כשרצו הוא נעלם להם. היא מוסיפה שאי אפשר להרגיע את איתי והוא בוכה וצועק ללא הפסקה ואומר כל הזמן: "עידו מת הוא מת!!!"
 3. המורה של כיתה ב' - אומרת שחסרות לה שתי בנות, רוני ומאיה ושארף רץ לחפשן, בניגוד להוראותיה.

מה ביה"ס צריך לעשות

המנהל מעביר לכל המורים מסרון ובו אומר להם, שהימצאותם עם הילדים במקומות המוגנים היא החשובה ביותר כרגע. עליהם להישאר שם עד שתינתן ההוראה לצאת ועם מתן ההוראה כולם חוזרים ביחד לכיתות.

הוא כותב להם שהמצב מטופל ושהוא סומך על יכולותיהם ומנהיגותם ברגע זה ושביחד תהיה התמודדות מיטבית עם המצב. הוא מנמיך שהוא מטפל בכל מידע שהם העבירו ויעדכן אותם בכל מידע רלוונטי שיתקבל.

המנהל לא מספיק עדיין לדבר עם אנשי הצל"ח ועליו לתת מענה ראשוני למצב הקיים.

עליו לחשוב איך מטפלים בכל בעיה בנפרד.

המנהל מתייעץ עם הקב"ט כיצד לפתור את בעיית התלמידים הנעדרים.

היועצת והפסיכולוגית מאתרות מי מהמורים נמצא במצוקה קשה שאינה עוזרת לילדים, אלא רק מגבירה את הפניקה, ומנסות לתת מענה למורה ולתלמידים.

עם קבלת האישור הרשמי, ליציאה מהמקום המוגן, המנהל שולח שלושה אנשים לבדוק היכן התלמידים החסרים. כדאי, אם זה מתאפשר, לשלוח מורה שיש לו רקע בהחייאה. מובן שהמצב הרצוי הוא שכל הצוות יהיה בעל הכשרה כזו, אך בדרך כלל היא קיימת אצל המורים לחינוך גופני.

חשוב לזכור, שהמנהל הוא מנהל האירוע ועליו להטיל אחריות על מבוגרים אחרים, שניתן להפעילם כדי שיוכל להמשיך ולטפל באירוע באופן כללי.

מה היה עוזר לביה"ס

כדאי גם לחשוב על "שליח" שיופעל על ידי המנהל על פי הצורך (במקרה שאין שום דרך אחרת להעביר הודעות).

מקומות המיגון צריכים לכלול עזרה ראשונה, עוגיות, מים, משחקים... כמו כן, צריכות להיות רשימות כיתתיות בהישג יד! זהו תפקיד באחריותם של הקב"ט ואב הבית.

חשוב שלכל מורה, בנוסף לרשימות מסודרות של התלמידים יהיה גם מספר פעילויות מתאימות להפעלה, להרגעה, הרפייה והפגת המתח בעת השהייה במקומות המוגנים חלק מתיק חירום, אותו מכינים מראש.

לכל אורך האירוע חשובה הדגשת המשמעות של מנהיגות המנהל ונוכחותו, מודעות לכך מבעוד מועד יכולה מאוד לסייע בזמן אמת.

שיח מקדים על חשיבות גילוי האחריות בשימוש בפלאפונים בשגרה - בהימנעות מהעברת שמועות ובהבחנה בין עובדות, דעות ופרשנות, יכול לסייע רבות בכל מה שקשור למשמעת פלאפונים בעת חירום.



12:40

ההתרחשות
אחרי עשר דקות מתקבלת הוראה מפיקוד העורף לצאת מהמקומות המוגנים אך אסור לשחרר אף אחד מבית הספר, מפני שפעולות ההצלה בקניון הסמוך נמשכות ועדיין המצב לא ברור. התלמידים יוצאים מהמקומות המוגנים.

מה על ביה"ס לעשות
המנהל מבקש מהמזכירה להעביר הודעה בכריזה של ביה"ס שעל כולם לשוב עכשיו לכיתות עם המורים ולהישאר בכיתה עוד כארבעים דקות ואז תהיה הפסקה. בזמן זה המורים ישוחחו עם הילדים על פי עקרונות מודל מעש"ה.

מסבירים לכולם את חשיבות שיתוף הפעולה ברגעים אלה. פיקוד העורף אינו מאפשר לצאת ברגע זה מבית הספר. יש לומר שכולנו מנסים לתת מענה לכל הבעיות וגם להורים הועברו הודעות לגבי מה שקורה בבית הספר. מייד כשיתאפשר, ניתן יהיה לשחרר את התלמידים הביתה אך כרגע כולם הולכים לכיתות ובעוד כארבעים דקות תהיה הפסקה.

12:42

ההתרחשות
המורה לאומנות אומרת שאי אפשר לבקש ממנה להיכנס עכשיו לכיתה כאילו לא קרה כלום! כי הכול עולה לה והיא יוצאת בכעס

מה על ביה"ס לעשות
אם מתרשמים שהמצב האישי לא מאפשר לה להיכנס לבד לכיתה, מחפשים מורה שיכנס ביחד איתה או שמחפשים מורה אחרת שתיכנס לכיתה במקום המורה לאומנות ומישהו אחר יישאר איתה כדי לתמוך בה.

מה היה עוזר לביה"ס
מודעות לתופעה מראש, תאפשר היערכות מתאימה של כלל צוות המורים שיכולים להתגייס לתפקידים אלה.

12:45

ההתרחשות
תלמידים מכיתה ו' אומרים, שהם לא רוצים להיכנס לכיתה כל עוד הם לא יודעים מה קרה לעידו. הם צועקים ומאשימים את המחנכת שהיא רק בוכה וצועקת ולא יודעת לעזור כשצריך ושהמנהל רק יודע לעשות שקט....

בנות מכיתה ב' בוכות ואומרות שבטח מאיה ורוני מתו. תלמידים אחרים אומרים שהם רוצים ללכת הביתה.

מה על ביה"ס לעשות
מבטיחים להם שהחיפוש אחרי עידו נעשה ברגע זה ומייד כשימצא, הם יקבלו על כך הודעה. מנסים לשכנעם שכרגע יעזרו יותר אם יהיו ביחד בכיתה.

מסבירים להן שעדיין מחפשים את מאיה ורוני וכשימצאו מייד יודיעו לכיתה.

מסבירים להם שבשלב זה אין אישור יציאה מבית הספר כי המצב אינו ברור ורק אחרי הוראה מפורשת מפיקוד העורף, אפשר יהיה לצאת

מסבירים גם את חשיבות התמיכה ההדדית וההישארות ביחד.

המנהל מתחיל בדיון התארגנות עם מי מהצל"ח שנמצא כבר בחדרו.

נקודות מרכזיות בהתארגנות ראשונה:

- מתן מידע רשמי ואבחנה בין מקורות מידע אמינים למקורות לא אמינים.
- הערכת מצב ראשונית לחלוקת תפקידים מיידית. (לפי הצל"ח שנבנה בשגרה).
- המסר של כולם - אנחנו ביחד, נעשה כל מה שצריך כדי להתמודד ואנחנו נשארים כרגע פה. העניינים בשליטה ובטיפול. כל מידע שנקבל נעביר אותו מיד לכם, בואו נשמור על רגיעה, גם כלפי ההורים שמתקשרים.
- ניסוח פסקת מידע מוסכמת, שתיאמר למורים והם ימסרו לתלמידים ובסופה נאמר שבכל שלב שיתקבל מידע חדש הוא יועבר מיד לכולם.

הצל"ח מתכנן את המשך המהלכים עד סוף היום. ישיבות הצל"ח צריכות להיות קצרות ויעילות.



תדריכים מומלצים:

- סדר יום
- שיחה ראשונה עם המורים
- מסרים בוני חוסן
- שיחה ראשונה בכיתה בעקבות אסון
- מיפוי מעגלי פגיעות
- דגם מכתב להורים
- עקרונות סיוע של הורים לילדיהם
- עקרונות התמודדות על פי מודל מעש"ה

מה היה עוזר לביה"ס

12:55

יו"ר ועד ההורים מצלצל למנהל ואומר לו ששמע בחדשות שאחד הטילים נפל על הקניון ויש הרבה נפגעים כולל הרוגים. הוא שואל במה הוא יכול לעזור.

ההתרחשות

המנהל מודה ליו"ר ועד ההורים ואומר לו שמידע רשמי יתקבל רק ממקורות מוסמכים. הוא מזמין אותו להצטרף למפגשי הצל"ח בבית הספר.

מה על ביה"ס לעשות

חשוב לזכור, שבגלל המציאות של טלפונים ניידים, המידע עובר כל הזמן בערוצים רבים. אי אפשר באמת לשלוט על המידע או לנווטו. סביר להניח שידיעות רבות, נכונות ולא נכונות יעלו ויצופו בהקשרים שונים.

עם זאת, צריך להבהיר בכל שלב, שרק מידע שיתקבל מהנהלה ייחשב לאמין באופן סופי ויש להימנע, עד כמה שאפשר, מהפצת שמועות והעברת מידע לא בדוק.

הגורמים הרשמיים הם היחידים שיכולים להעביר מידע ולמסור הודעות אמינות.

מה היה עוזר לביה"ס

יו"ר ועד ההורים יכול וכדאי שיהיה חלק מהצל"ח הבית ספרי.

אם ראש ועד ההורים הוא חלק מהצלח ומכיר את הנושא, יתכן שיכול גם לגייס עוד מספר קטן של הורים שיוכלו לעזור במקרה וכוח האדם המתפקד איננו מספיק או בהיבטים אחרים.

13:00

המורה של כיתה ג' רצה בבכי לחדר המורים ואמרת שאמא שלה אמרה לה שהיא הולכת הבוקר לקניון והיא מאוד מודאגת היא לא מפסיקה לבכות ולא יכולה לחזור לכיתה.

ההתרחשות

המנהל מבקש ממורה פנוי להיכנס לכיתה ג' ובמקביל מבקש מאיש טיפול פנוי שיהיה עם המורה של כיתה ג'.

מה על ביה"ס לעשות

צריכה נכונה של משאבי סיוע מחוץ לבית הספר היא חלק מהיערכות מקדימה ונמצאת באחריות הצל"ח ובהובלת היועצת והפסיכולוגית של בית הספר. מרשימות מסודרות ומאפיינים יחודיים גם של כולם בצוות החינוכי והמנהלי בנוסף על הרשימות של התלמידים.

מה היה עוזר לביה"ס

13:10

המזכירה אומרת למנהל שהיא קיבלה הודעה בפלאפון שמאיה רוני מכיתה ב' הסתגרו בשירותים והן מסרבות לצאת.

ההתרחשות



המנהל מבקש מהיועצת ללכת ולסייע בטיפול ברוני ומאיה מכיתה ב' מומלץ לשלוח דמות משמעותית, מחנכת או מורה אחרת, שתרגיע אותן ותשכנע אותן לפתוח את הדלת ובמקביל, לשלוח מישהו שיפתח את הדלת בכל מקרה. כדאי שגם היועצת תתלווה למחנכת-על פי שיקול הדעת המקצועי באותו רגע לגבי הצורך בסיוע של היועצת במקומות אחרים.

מה על ביה"ס לעשות

ק.מ.ץ... עקרונות התערבות על פי קרבה, מיידיות וציפיה להחלמה.

מה היה עוזר לביה"ס

13:20

מצלצלים מהמשטרה ומבקשים לדבר עם המנהל. שואלים אותו אם דן והילה, שעליהם דיווח כנעדרים, נמצאו עד כה?

ההתרחשות

בשלב זה לא מועבר שום מידע על נפגעים לצוות החינוכי. רק אחרי שמתקבל אישור מהמקורות המוסמכים על כך שיש וודאות בזיהוי, ניתן להעביר מידע מסוג זה גם לצוות ולתלמידים. יש להדגיש שגם אם ידועה זהות הרוגים באירוע, זהו מידע שרק המשטרה והרווחה מוסמכים להעבירו למשפחה ואחר כך לבית הספר. גם אם בשלב המוקדם הזה עדיין לא הגיע המידע על הרוגים ופצועים למשפחות, יתכן שיש כבר שמועות שצריך יהיה להרגיע.

מה על ביה"ס לעשות

היכרות עם הנהלים לגבי העברת מידע על הרוגים ופצועים ודרך הטיפול במשפחות-חלק מהיערכות מראש!

מה היה עוזר לביה"ס

13:25

צלצול להפסקה של כ-30 דקות. התלמידים חוזרים לכיתות אחרי חצי שעה

ההתרחשות

בזמן ההפסקה מורים מקצועיים, בנות שרות (אם יש) אנשי סיוע מחוץ לביה"ס מתבקשים להסתובב בבית הספר ולהיות עם הילדים. חובה למנות מורים, תוך היעזרות בפסיכולוגים ובכוחות מסייעים שהגיעו מבחוץ, לשמור על התלמידים בהפסקה ולהיות זמינים לשיחות ספונטניות, המתנהלות בחצר ולתמיכה ביחידים ובקבוצות.

מה על ביה"ס לעשות

מייד אחרי הצלצול להפסקה כל המורים מתבקשים להתכנס בחדר המורים לשיחת איסוף מידע והיערכות להמשך. המחנכים מתכנסים לשיחה ראשונה בהובלת היועץ והפסיכולוג. המורים ישתפו בחוויות משמעותיות ובשאלות בוערות שיש להם לגבי מה שקרה ולגבי ההמשך. השיחה עימם תיעשה בתהליך מקביל לשיחה שיעשו אחר כך עם התלמידים. (מידע, מחשבות, מה עוזר... "ביחד והכוונה לעשייה". כמו כן, תהיה גם הכוונה למיפוי מעגלי פגיעות ומתן מענה ראשוני על פי הצורך). תדרוך המורים יכלול גם אמירות לגבי מה שעומד להתרחש בשעה הקרובה ולגבי המפגש הבא של המורים. המנהל יוסיף אמירות של ציפייה להתמודדות ומילים על כוחות הנפש וחשיבות ה"ביחד". כמו כן חשוב לדבר על רציפות התפקיד, הרציפות החברתית, ההיסטורית והקוגניטיבית. תלמידים שזקוקים לטיפול או תמיכה, מופנים לגורמי הטיפול שהוגדרו מראש למטרה זו - למשל פסיכולוג ביה"ס או גורמי חוץ אחרים, שבאו לסייע והם יושבים במקום מיוחד לכך ומוגדר מראש.



מה היה עוזר לביה"ס

דרכי הסתייעות נכונות בגורמים שבאו מחוץ לבית הספר כדי לעזור. חשיבה מקדימה בנושא תיעל מאוד היבט זה ותוביל לניצול מיטבי של כל המשאבים.

תרגולי סימולציות בעת שגרה על מגוון תרחישים.

תדריך שיחה ראשונה עם המורים

כמו כן חשוב שיהיה תדריך של מיפוי מעגלי פגיעות ודף מסרים בוני חוסן.

קיום רשימות מסודרות של מיפוי פגיעות, על פי התדריך.

המורים צריכים להכיר את המושג ולהיות מתורגלים במיפוי מעגלי פגיעות בכיתתם.

היכרות עם עיקרון הרציפות ומשמעויותיו.

13:30

מה על ביה"ס לעשות

ההתרחשות

הורים רבים מתקשרים לבית הספר ומבקשים לדעת מה קורה.

שתי אמהות מצליחות לעבור את המחסומים ברחוב ומגיעות היישר לחדר המנהל וצועקות שהן רוצות לדעת מי נפגע והן רוצות לקחת את ילדיהן הביתה.

הורים נוספים מגיעים לשער בית הספר ומתגודדים שם.

מה היה עוזר לביה"ס

מהי המדיניות כלפי ההורים? מי מדבר איתם בטלפון? מי מדבר איתם בשער בית הספר? מי מדבר עם האמהות שנכנסו לבית הספר?

מומלץ שהמדיניות במקרה כזה (ובכפוף להוראות פיקוד העורף) תהיה לא לאפשר להורים לקחת את ילדיהם לפני שיש החלטה ברורה של הצ"ח לשחרר את כלל תלמידי ביה"ס. הוצאת תלמידים באופן מיידי וללא שיקול דעת, מעבירה מסר שביה"ס אינו מקום בטוח ומוגן, יוצרת דיפרנציאציה בין ילדים שהוריהם יכולים לבוא לקחתם ובין אלה שלא יכולים וגם אינה מאפשרת עשיית תהליך חינוכי מותאם לאירועים. עם זאת, אם הנחיות פקע"ר אינן אוסרות יציאה, יש לאפשר להורים המתעקשים לקחת את ילדיהם ולהנחות את השומר לרשום את היוצאים.

כשמתקבלת ההחלטה לשחרר, יש לערוך רישום ביציאה מבית הספר - למנות מורה שזהו תפקידו. המנהל ממנה שני מורים נוספים שיישלחו לשער ביה"ס כדי להסביר להורים, המתגודדים שם את המדיניות ולהובילם למקום שבו יוכלו להירשם ולקבל סיוע ומענה על שאלותיהם, על פי הצורך.

האדם הראשון שרואה את שתי האמהות בחדר המנהל מרגיע אותן ומוודא שלוקחים אותן לצד, נותנים להן משהו לשתות ולאכול ומצוותים אליהן פסיכולוג. או איש מצל"ח שתפקידו לטפל בהורים. אין להעביר שום מידע לא מוסמך!

המנהל מוודא שיש מישהו נוסף שעוזר למזכירה במתן מענה טלפוני מתאים. היועץ מבקש מפסיכולוג מהשפ"ח לשוחח עם קבוצת הורים שהגיעו לבית הספר.

במקביל, נמסרת הודעה לכלל הורי בית הספר באמצעות s.m.s שבה נאמר שבית הספר מתפקד היטב וברגע שניתן יהיה לשחרר את התלמידים על פי הוראות פיקוד העורף זה ייעשה בצורה שיטתית ומסודרת.

מה היה עוזר לביה"ס

הכנת ההורים מראש לתרחישים כאלה ולרצינות שבצידם.

חשוב ביותר שאחד מבעלי התפקידים של הצ"ח יהיה ממונה על קליטת הורים וטיפול בהם. כמו כן, כדאי שיהיו בבית הספר ביסקוויטים ושתיה מרוכזת לעת חירום וחדר מיוחד שיוקצה להורים שמגיעים בעת חירום + שילוט מתאים.

היערכות ותרגול מקדימים הינם קריטיים בהקשר זה.



13:35

<p>לבית הספר מגיעים: <ul style="list-style-type: none"> • המפקח של ביה"ס • מדריכת היחידה למצבי משבר, חירום ואובדנות פסיכולוגית מהשפ"ח • מתנדבים. </p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>הצל"ח הבית ספרי נערך להשתמש במשאבי העזרה החיצוניים: המפקח הוא לרשות המנהל ועל פי צורכי המנהל! המסר הוא שעל המפקח לנסות ולעזור למנהל ולא שהמנהל יצטרך "לארח" אותו. המפקח יכול לסייע, למשל, בהעברת מידע ותקשורת לגורמי חוץ. מדריכת החירום מלווה את היועצות ואת הצל"ח בעבודה מערכתית והפסיכולוגים נותנים מענה טיפולי לתלמידים ומורים שזקוקים לכך, לאוכלוסיות עם צרכים מיוחדים, להורים, הכול על פי בקשת הצל"ח.</p>	<p>מה על ביה"ס לעשות</p>
<p>תרגול קודם של הצל"ח על שימוש נכון ויעיל במגוון גורמי החוץ שמגיעים לבית הספר. רשימות מתנדבים מוכנות מראש, חלוקת תפקידים ומישהו שירכז אותם. כדאי גם לחשוב על בעלי תפקידים שניתן לנייד אותם מביה"ס לביה"ס על פי הצרכים.</p>	<p>מה היה עוזר לביה"ס</p>

13:40

<p>המזכירה אומרת למנהל שהורה מסר לה בטלפון שיש מורה הרוגה בקניון.</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>המנהל מסביר שאינו יכול להתייחס כרגע לאמירה זו היות והמידע המוסמך מתקבל רק מהמשטרה והרווחה ולא משום גורם אחר. אמירה ברוח זו נאמרת גם להורים שהעבירו את המידע ומוסיף, שהיות ורק הגורמים המוסמכים יכולים להעביר מידע כזה, יש להיזהר מלהפיצו לפני שהוא מגיע למשפחות הנפגעות. האמירה היא: "אל תעבירו מידע לא מאושר כי הוא זורע בהלה מחליש ולא הוגן כלפי הנפגעים ובכלל".</p>	<p>מה על ביה"ס לעשות</p>

13:45

<p>מהמשטרה נמסר למנהל שכפי הנראה יש מורה הרוגה ושני תלמידים נפגעים מבית הספר.</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>בשלב זה ההודעה עדיין לא מועברת לאף אחד. המנהל יבקש מהיועצת לבדוק את מעגלי הפגיעות הקרובים לדן והילה בתוך בית הספר וגם למורה להיסטוריה ולהיערך למתן מענה מתאים. במקביל, המנהל יתקשר לרווחה ולמשטרה ולשאול אם יש צוותי הודעה שעומדים מוכנים לדווח ולטפל במשפחות ההרוגים. לאחר שיימסרו השמות, אם ידוע לנו על מצבים קשים במשפחות של התלמידים הנפגעים, יש להסב את תשומת ליבם של האנשים מהרווחה. בשלב זה יש חשיבות רבה לאמירות מחזקות ולנוכחות מנהיגותית וחיוב שהמנהל ידבר וייתן את ההרגשה של טיפול, דאגה והחזקה. גם אם המידע על השמות עבר כבר בדרכים שונות, דרך טלפונים, דרך האינטרנט וכו', חייבים לשמור על ניהול האירוע תוך הסתמכות על מידע רשמי בלבד. מתוך כוונה להגן על משפחות הנפגעים.</p>	<p>מה על ביה"ס לעשות</p>



<p>היכרות מראש עם דרכי הדיווח הרשמיים על ידי המשטרה והרווחה. היכרות אישית עם מי שממונה על צוותי ההודעה ומספרי טלפון מתאימים שנמצאים בביה"ס.</p> <p>תדריך מסרים בנוי חוסן ושורה של משפטים מחזקים. כדאי לזכור שהדבר הקשה ביותר בשלב זה זוהי אי הודאות ולאור זאת ייעשה גיוס הכוחות.</p>	<p>מה על ביה"ס לעשות</p>
13:50	
<p>עיתונאי מתקשר לבית הספר ומבקש לראיין את המנהל.</p> <p>המנהל מבקש מהמזכירה לדבר עם דוברות המשרד ולשאול אותם מה לעשות. במקביל, מי שממונה על טיפול בתקשורת, מטעם הצ"ח, מדבר עם העיתונאי ואומר לו שבית הספר בשליטה ומנהל היטב את האירוע ושכרגע אי אפשר להתראיין ואם הדוברות תאשר וזה יתאפשר, המנהל ישוחח איתו כשיוכל.</p>	<p>ההתרחשות</p> <p>מה על ביה"ס לעשות</p>
<p>מספר נייד זמין של נציג הדוברות במחוז, במשרד החינוך וברשות המקומית.</p>	<p>מה היה עוזר לביה"ס</p>
13:55	
<p>צלצול לסיום ההפסקה</p> <p>כולם חוזרים לכיתות לשיחה שנייה - המשך מיפוי מעגלי פגיעות, מוכנות לתת מענה לשיחות עם הנפגעים בהתאם למיפוי מעגלי הפגיעות בעיקר כשסביר להניח שגם התלמידים ראו ושמעו שיש הרוגים בקניון ואולי מדובר במורה מביה"ס ובאחד התלמידים.</p> <p>תדריך שיחה ראשונה בכיתה בעקבות אסון מסרים בנוי חוסן</p>	<p>ההתרחשות</p> <p>מה על ביה"ס לעשות</p> <p>מה היה עוזר לביה"ס</p>
14:00	
<p>המזכירה דואגת לילדיה הקטנים שמסיימים בשעה זו את הגן והמעון ורוצה לצאת מייד מבית הספר.</p> <p>המנהל מסייע לה לתת מענה לבעיה. ממנים לה מחליפה. אם אי אפשר למנות לה ממלא מקום, יש לסייע לה לפתור את הבעיה בדרך שתאפשר לה להמשיך לתפקד.</p>	<p>ההתרחשות</p> <p>מה על ביה"ס לעשות</p>
14:05	
<p>המשטרה מודיעה סופית למנהל שדן מכיתה ח' הוא בין ההרוגים והילה נפצעה קשה. כמו כן, שהמורה להיסטוריה, שהייתה ביום חופשי, נהרגה גם כן בקניון.</p> <p>הצל"ח מתאסף שוב כדי להיערך למתן ההודעה המרה ולטיפול המתבקש בעקבותיה, בכל הרמות:</p> <ul style="list-style-type: none"> • מי מודיע • למי מודיעים מה • איך מודיעים • מה אומרים • מה לא אומרים <p>איזו התערבות מותאמת לכל כיתה ולכל פרט על פי מיפוי מעגלי הפגיעות.</p> <p>יש להתייחס לכאב ולעצב, ולכוון לחשיבה, לעשייה ולפעילות יעילה ולשוחח על פי עיקרונות מודל מעש"ה.</p>	<p>ההתרחשות</p> <p>מה על ביה"ס לעשות</p>



- מה היה עוזר לביה"ס
- תדריך מסירת הודעה מרה לכיתה
- תדריך לוויה
- תדריך שבעה
- תדריך פינת זיכרון
- מסרים בוני חוסן וסדנת מסרים בוני חוסן

14:15

ההתרחשות רמי מכיתה ו', החבר הטוב ביותר של דן, החל לצעוק ואמר שאם משהו קרה לדן אין טעם לחיים שלו והוא קם וברח מהכיתה.

מה על ביה"ס לעשות כדאי לבקש מפסיכולוג/יועץ/איש צוות שעבר הכשרה לעזרה ראשונה נפשית, לגשת לדני ולפעול עפ"י מודל מעש"ה. אם דני לא נמצא יש לערב הורים ובמידת הצורך משטרה.

15:00

ההתרחשות מתקבלת הודעה מפיקוד העורף שניתן לשחרר את התלמידים הביתה.

מה על ביה"ס לעשות לפני שחרור התלמידים נעשה רישום מדויק של כל התלמידים וכל תלמיד מקבל מכתב להורים, שבו ייכלל מידע מדויק על האירועים וכן על אובדן החיים. פירוט דרכי ההתמודדות של ביה"ס בשלבים השונים ומה שמתוכנן להמשך הקרוב, הסבר על התנהגויות צפויות של תלמידים ועקרונות שיחה עימם ובעיקר - טלפונים זמינים להורים לסיוע בכל עת. המכתב יפורסם באתר ביה"ס, יועבר בווטסאפ וגם יועבר להורים בידי התלמידים שילכו הביתה.

מה היה עוזר לביה"ס היכרות עם תדריך "דגם מכתב להורים" וזמינותו בביה"ס.

15:05

ההתרחשות כשהתלמידים משוחררים מביה"ס הכתב שהגיעe בינתיים לאזור מתחיל לראיין חלק מהם בשער בית הספר.

מה על ביה"ס לעשות מי שרואה אותו או מי שממונה מטעם הצל"ח על טיפול בתקשורת מבקש ממנו להפסיק ולצאת מחוץ לגבולות בית הספר. מבהיר לו שאסור לראיין תלמידים. חשוב להבהיר לתלמידים את הבעיתיות הכרוכה בדיבור עם התקשורת בשלב זה.

מה היה עוזר לביה"ס הכנת התלמידים מראש למצבי חירום כוללת התנהלות נכונה עם התקשורת והבנת המחיר שבהתנהלות לא נכונה. חשוב להבהיר שמשרד החינוך אינו נגד תקשורת אך יש לעשות זאת באישור ובדרך הנכונה.



מדינת ישראל
משרד החינוך

המינהל הפדגוגי | אגף בכיר שרות פסיכולוגי ייעוצי | היחידה להתמודדות במצבי משבר, חירום ואובדנות

15:15

ארבעה מורים באים לחדר המורים ומתקשים ללכת הביתה

ההתרחשות

חשוב לזכור שגם המורים הם מעגל פגיעות שבשלבם הראשונים הם מכוונים לטפל בתלמידים ובהורים אך בהמשך יש לקחת זאת בחשבון ולתת גם להם כוחות וטיפול מתאים. יש לתכנן מפגש מיוחד למורים, להם עצמם ולא רק מכוון לתפקידם ואחריותם.

מה על
ביה"ס לעשות

סדנא מוכנה לתמיכה במורים כחלק מתיק חירום של היועצת
ארגון ערב הורים בביה"ס על פי מאפייני האירוע ועל פי הצרכים שעולים

מה היה עוזר
לביה"ס

- הסימולציה נעצרת בנקודה שרירותית, שכן תהליך הליווי והטיפול במעגלי הפגיעות השונים יארך עוד זמן.
- באירוע כזה ובעיקר כשמדובר באובדן חיי אדם, נדרשת הובלה מתמשכת של הצל"ח בכל הרמות.

הערה מסכמת:

חשוב להתייחס לשאלות נוספות, הנוגעות לטיפול באירוע בטווחי ההמשך השונים. זוהי עבודתו של הצל"ח שממשיך למפות מעגלי פגיעה, לעשות הערכות מצב ולתת מענים מתמשכים לטווח הארוך, לכל מי שזקוק לכך.



“סימולציית שולחנות” - תאונת אוטובוס בטיול שנתי של שכבת י'12

הקדמה כללית

סימולציה זו, מדמה התרחשות של אירוע חירום באמצע טיול שנתי של כיתה י', מבית ספר “מיתרים” שבמרכז הארץ. מדובר בבית ספר תיכון תלת-שנתי, הנוהג להוציא את שכבות י' ויא' לטיול שנתי בו-זמנית, כל שנה, בשבוע הראשון של נובמבר.

בשנה זו, שכבת י' יצאה לגליל ושכבת יא' יצאה לנגב. (הסימולציה בנויה על אוטובוס אחד בכל שכבה, אך יש לקחת בחשבון שבדרך כלל יש יותר מאוטובוס אחד בכל שכבה וחשוב לתת על כך את הדעת).

הסימולציה מחייבת התארגנות נכונה בכמה “זירות”: שכבת י' שנסעה לגליל, שכבת יא' שנסעה לרמת הגולן ובית הספר עצמו.

מטרת העל של הסימולציה: הגדרת שורה של פעולות, הנדרשות לטיפול באירוע התאונה, בכל זירה וזירה, תוך פירוט שיקולי הדעת שמעבר לכל פעולה.

תת-מטרות של הסימולציה:

1. חיבור אישי והעלאה למודעות של ההשלכות הרגשיות, החשיבתיות וההתנהגותיות של אירוע חירום.
2. מיקוד הדילמות שעולות תוך כדי ההתמודדות והניהול של אירוע החירום בזירות השונות, בהן הוא מתרחש.
3. שימת דגש על עקרונות ההתמודדות במצב משבר וחירום, העומדים מעבר לרצף הפעולות הנדרשות.
4. שיח על תפקידיהן של דמויות מרכזיות בניהול האירוע.
5. הזדמנות לחוות הצלחה ותחושה של מסוגלות אישית בהתמודדות עם אירוע חירום קשה בביה"ס.

הערות חשובות למנחה על מהות הסימולציה

- חשוב להרגיע את המשתתפים ולהסביר, שהאירוע אמנם לא קל אך זו הזדמנות לכולנו ללמוד בתנאי חממה/מעבדה.
- כדאי להסביר, שהסימולציה כרוכה לעיתים בחוויה אישית לא פשוטה, היות והתרחיש “מחבר” כל אחד מאתנו לזיכרונות, שלעיתים הם בעלי אופי טראומטי עבורנו. הסיטואציה הסימולטיבית אינה מכוונת לזמן “טיפול” או “עיבוד עמוק” למשתתפים, אלא, המטרה היא - להכיר את ההיבט הזה בתוכנו ולדעת מה עלינו “להזיז הצידה” בעת חירום, כדי שנוכל לסייע לאלה שאנו אחראים עליהם.
- יש להדגיש, שהסימולציה אינה מחייבת כישרון משחק אלא רק “כניסה לנעליים” של בעל התפקיד והתבוננות פנימה והחוצה לגבי מה שקורה לי באותו תפקיד.
- יש ערך לכך, שכמה שיותר אנשים שותפים בסימולציה. אם מישהו מתעקש לא להשתתף אפשר לבקש ממנו לעשות תצפית על בעל תפקיד אחד או יותר. מכאן, שיש להכין גם דפי תצפית.
- יש לשים מדבקות זיהוי על בעלי התפקידים העיקריים ולוודא שכולם יודעים מי הוא מי.
- עזירת הסימולציה תיעשה כשמתחילה להיות התארגנות ראשונית, בדרך כלל כעשרים דקות אחרי ההתחלה וכן - כשיש חווית הצלחה ראשונית.
- מומלץ לקרוא את התרחיש בקול ואז לתת אות לתחילת הסימולציה.

12 תרחיש זה דומה לתרחיש “סימולציית האקווריום” אך הוא מורכב יותר וקשה יותר וגם מובא במתודה שונה. ניתן להתמודד איתו לאחר שהצלח את התאמן כבר במספר סימולציות.



מהלך הפעלת הסימולציה

1. הקדמה על מהות הסימולציה והצגת המטרות שלה באופן כללי.
2. הסבר קצר מאוד על התהליך: במשך כעשרים דקות נחוה אירוע אסון שאתם כצוות בית הספר תידרשו להגיב בעקבותיו ולטפל בו. התרחיש אינו קל והוא עלול לקרות בכל בית ספר.
3. חלוקת המשתתפים לשולחנות עבודה/קבוצה היושבת במעגל (כשישה אנשים בקבוצה. מומלץ לארגן את הקבוצות מראש).
4. מנחה מוצהר בכל קבוצה (שיודע ומבין מה מצופה ממנו בהנחיית "הקבוצה" - מכיר מראש את מהלך הסימולציה).
5. בכל שולחן/קבוצה יושבים בעלי התפקידים שונים: (ראייה מעיני בעלי התפקידים השונים מחדדת דילמות).
6. התפקידים בסימולציה (לשים מדבקות):

<ul style="list-style-type: none"> ✓ שתי יועצות (שלא היו בטיול) ✓ מנהלת ✓ מפקחת על יועצים ✓ מנהל שפ"ח ברשות ✓ מנהל אגף החינוך ברשות ✓ תלמידים באוטובוס יא' ✓ תלמידים באוטובוס יב' ✓ תלמידים שמגיעים לבית הספר ✓ מורים בבית הספר ✓ הורים (שמגיעים לביה"ס וכאלה שמדברים עם ילדם בטיול...) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מנהל/ת ✓ סגן/נית מנהל/ת ✓ רכזת שכבת יא' ✓ רכז/ת ביטחון ✓ פסיכולוג/ית ✓ מחנכת יא1 ✓ מחנכת יא2 ✓ מלווה עם נשק ✓ רכזת שכבת יב' ✓ מזכירת בית הספר
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------
7. הסימולציה תינתן מראש לממלאי התפקיד של מנהל/ת ביה"ס - הם ראשי קבוצות הדיון ומנחיהן.
8. המנחה הראשית/ת (של כלל הסימולציה) ת/יסביר את דרך התנהלות הדברים:
 - בשלב ראשון יעשו משתתפי הקבוצה היכרות ראשונית ויגדירו את התפקידים שלהם בסימולציה (ובמציאות).
 - מייד לאחר הקראת נקודת הפתיחה של האירוע לפני כולם, יידרשו המשתתפים להתמודד בקבוצות הדיון מנקודת המבט של תפקידם בסימולציה.
 - הסימולציה תתחיל בזירת התאונה ורק אחרי שיווצר מהם קשר לבית הספר, תתחיל לעבוד גם זירת בית הספר. יש להבהיר זאת מראש למנחים ולמשתתפים בסימולציה.
 - יש להתייחס לכל זירות ההתרחשות שבהן יש לטפל: טיול שכבת י', טיול שכבת יא', בית הספר.
 - בכל כמה דקות תוכנס לסימולציה התרחשות נוספת, שתחייב את המשתתפים להתמודד עם הדילמות החדשות שהיא מעלה.
 - לאחר כל פתק, המתאר התרחשות, יש להתייחס לשאלות (ולמלא את התשובות בטבלת הלמידה הריקה שתקבל כל קבוצה):
 - ✓ אלו בעיות מתעוררות בעקבות ההתרחשות החדשה?
 - ✓ מהן הפעולות הנדרשות בכל זירת התרחשות? בכל שלב ושלב?
 - ✓ מהם תפקידי של מנהל האירוע בכל זירות ההתרחשות השונות?



לאחר שכל קבוצה התוודעה לשמות ולתפקידים בתוכה, מקריאים בקול רם, לכל הקבוצות, את סיפור הבסיס על האירוע שהתרחש:

ביום ב' בשעה 17:00 נסע אוטובוס של שכבת י' מבית הספר "מיתרים" במרכז הארץ בדרכו לאכסניית הנוער בגליל. באוטובוס היו תלמידים רבים וכן מחנכת 1, מחנכת 2, מלווה עם נשק ורכזת השכבה. מנהל בית הספר היה באותה עת עם שכבת יא', בטיול מקביל בנגב. (באוטובוס יא' הייתה גם רכזת שכבת יא'). בכביש 65 סטה האוטובוס של שכבת י' מנתיבו, מסיבה לא ברורה והתנגש במשאית שבאה מולו. ילדים ומבוגרים נפגעו ובאוטובוס התעוררה מהומה גדולה.

מאן מתחילה הסימולציה

פתקי ההתרחשות לסימולציה

1.	אירוע בסיס: ביום ב' בשעה 17:00 נסע האוטובוס של שכבת י' מבית הספר "מיתרים"...
2.	חמישה תלמידים ומורה אחת נפגעו בצורה יותר משמעותית ונשארו שכובים על רצפת האוטובוס. התלמידים האחרים ברחו מתוך האוטובוס ושתי תלמידות התחילו לצרוח שכולם נהרגו.
3.	ארבעה תלמידים התקשרו מיידית להוריהם. הורים שונים מתקשרים לילדיהם כדי לברר מה שלומם ומה קרה.
4.	אמבולנסים וניידות משטרה הגיעו למקום. חמישה תלמידים ומורה מפונים לבית החולים.
5.	תלמידים משכבת י' מתקשרים לתלמידים באוטובוס של שכבת יא' ומספרים להם על מה שקרה. באוטובוס יא' מתחילות צעקות, פלאפונים להורים... תלמידה אחת אומרת שאחיה בשכבת י' והיא רוצה לדעת אם הוא מת או נפצע.
6.	הורים מתקשרים למנהל, ליועצות שכבת י', למחנכות י', לעירייה, לבית חולים בצפת, למד"א.
7.	אחד התלמידים משכבת י' רואה באתר חדשות שיש ידיעה על התאונה וכתוב שיש הרוגים. הוא מתחיל לצעוק שהמורים משקרים ולא אומרים להם אמת.
8.	רון בא בסערה לרכזת י' ואומר שהוא לא מוצא את עידן אחיו התאום, למרות שחיפש אותו גם על האוטובוס וגם מחוץ לאוטובוס.
9.	תלמידים שלא היו בטיול, וכן תלמידי יב', מתחילים להגיע לבית הספר "מיתרים". גם תלמידים שאינם לומדים בביה"ס, אך מכירים תלמידים משכבת י', מגיעים. הורים של תלמידי שכבת י' מגיעים, גם הם, לבית הספר.
10.	מחנכת 2' בוכה ללא הפסקה ואומרת שאינה יודעת מה להגיד לתלמידיה.
11.	כתב הגיע לבית הספר ורוצה לראיין את מי שנמצא בשטח.
12.	מגיע אוטובוס חלופי לפינוי התלמידים מזירת התאונה.
13.	תוך כדי החזרה הביתה, המנהל מקבל ידיעה בטלפון על מותו של תלמיד מכיתה י'.



טבלת למידה מלאה - תאונת אוטובוס בטיול שנתי

1

<p>ההתרחשות</p> <p>אירוע הבסיס: ביום ב' בשעה 17:00 נסע האוטובוס של שכבת י' מבית הספר "מיתרים", לכיוון האכסניה בגליל. האוטובוס היה מלא בתלמידים מכיתות י', 2, וגם מחנכת י', מחנכת 2, מלווה עם נשק, המורה לגיאוגרפיה ורכזת השכבה. מנהל בית הספר נמצא באותה עת עם שכבת יא', בטיול מקביל בנגב. (באוטובוס יא' הייתה גם רכזת שכבת יא' ושתי מחנכות יא'). בכביש 65 סטה האוטובוס מנתיבו, מסיבה לא ברורה והתנגש במשאית שבאה מולו. ילדים ומבוגרים נפגעו. באוטובוס התעוררה מהומה גדולה.</p>	
<p>דילמות שעולות או: במה צריך לטפל</p> <p>שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע</p> <p>תפקידי מנהל/ת ביה"ס ומנהל האירוע בזירה</p> <p>מהן הבעיות הראשונות שמתעוררות ומהן הפעולות הראשונות שאותן צריך לעשות? פעולות ראשונות באופן כללי:</p> <ul style="list-style-type: none"> • בשלבים הראשונים בודקים מה קרה, מי נפצע ואיך אפשר לעזור. מזמינים אמבולנסים ומשטרה לפי הצורך. • מחלקים אחריות בין המבוגרים שלא נפגעו - קובעים: מי מנהל האירוע בזירת התאונה, מי מלווה את הנפגעים ומי מרכז ואחראי על כל מי שלא נפגע. • משדרים שליטה, רגיעה עד כמה שניתן, מנהיגות ו - ק.מ.ץ (מציגים מודלינג מחסן של מבוגר אחראי). • אומרים שיש נפגעים וצוותי מד"א מטפלים בהם היטב ומוסיפים, שכרגע צריך צריך את העזרה של כולם ומחלקים תפקידים. מבטיחים ליידע בכל שלב לגבי מצב הנפגעים והפעולות אותן יש לעשות. • מבקשים מהתלמידים להתרכז לפי כיתות במקום בטוח ומוודאים שלכל כיתה יש מבוגר שאחראי עליה. • מסבירים שכרגע התלמידים מתבקשים לא להתקשר בפלאפונים כדי לא להבהיל את ההורים ולמנוע חרושת שמועות. • אומרים ש"מייד כשנדע יותר, תועבר הודעה מסודרת להורים ואז ניתן יהיה גם להתקשר אליהם". • דיווח ראשוני: <ul style="list-style-type: none"> ✓ למנהל בית הספר (שנמצא בטיול עם שכבת יא') ✓ ולסגן המנהל שלא יצא לטיול. ✓ המנהל מדווח למפקח ביה"ס. <p>בהוראת המנהל, סגן המנהל מכנס את הצל"ח הבית ספרי (יועצות, פסיכולוגית ביה"ס, מחנכים, מזכירות, מורים מקצועיים, קב"ט) לצורך היערכות לריכוז הטיפול באירוע בכל הזירות ובעיקר בזירת בית הספר.</p> <p>הסגן מבקש מהמזכירה והיועצות שנשארו בבית לפתוח את בית הספר לתלמידים והורים שרוצים להגיע. הוא מנחה את המזכירה להיות עימו בקשר רציף כדי לקבל מידע ולהעביר מידע. כמו כן, הוא מנחה את היועצות לרכז את צוות המורים בבית הספר ולהתארגן לקראת קליטת התלמידים וההורים שיגיעו לבית הספר. המנהל מודיע גם למנהלת שפ"ח (בהנחה שבנוסף לרשימות תלמידים ומורים הוכנו מראש גם רשימות מסודרות של השפ"חים, משטרה, גורמי סיוע רשותיים - בכל המסלול של הטיול המתוכנן). מרכז ומבקש ממנה לשלוח פסיכולוגים לבית הספר כדי לסייע בהתארגנות. הוא גם מבקש להודיע למנהלי שפ"חים בגליל כדי לקבל מהם עזרה לאלה שנמצאים בשטח.</p>	
<p>מושגים לסיוע ועזרה</p> <ul style="list-style-type: none"> • ק.מ.ץ • נוכחות • מסרים בוני חוסן • מנהיגות • מבוגר משמעותי 	



2

<p>חמישה תלמידים ומורה אחת נפגעו בצורה יותר משמעותית ונשארו שכובים על רצפת האוטובוס. תלמידים ברחו מתוך האוטובוס ושתי תלמידות התחילו לצרוח שכולם נהרגו.</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>1. כיצד מחלקים אחריות ותפקידים על פי הצרכים המידיים? 2. האם נעשתה בדיקה של מספר התלמידים באוטובוס לפני היציאה לנסיעה? 3. האם יש רשימות מסודרות של כל התלמידים שיצאו לטיול באופן כללי? 4. האם יש רישום מוקדם לגבי התלמידים הפגיעים יותר?</p>	<p>דילמות שעולות או: במה צריך לטפל</p>
<p>1. מתן סיוע ראשוני לנפגעים עד כמה שניתן, עד בואם של האמבולנסים. 2. החלטה לגבי חלוקת התפקידים בין המבוגרים - מי מנהל האירוע בזירה זו, מי נמצא והיכן. מי מדווח ונמצא בקשר עם גורמים נוספים. 3. בדיקת נוכחות של התלמידים שלא נפגעו ו"אבחון" ראשוני של מצבם. 4. קיום שיח מתמשך ומרגיע עם התלמידים שלא נפגעו. עידוד תלמידים לסייע לחבריהם ולערב את המורה בכל רגע של דאגה. 5. מתן סיוע פרטני לשתי התלמידות הסוערות במיוחד והכוונתן לפעילות יעילה. 6. דאגה לחלוקת שתייה ואוכל קל, יש בכך כדי לסייע ולווסת לחצים.</p>	<p>שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע</p>
<p>מנהל בית הספר נמצא בקשר מתמיד עם המלווים של שכבת י' ונותן מענה מתאים לצרכים בזירת כיתה יא'.</p>	<p>תפקידי מנהל/ת ביה"ס ומנהל האירוע בזירה</p>
<ul style="list-style-type: none"> • ארגון רגשי וחשיבתי • הבנת החשיבות של חלוקת תפקידים והכוונה לעשייה סמוך לאירוע • מסרים בנוי חוסן • חיבור לכוחות ולתקווה • הכנה והיערכות למצבי חירום - צל"ח מתפקד ומאורגן • מיפוי מעגלי פגיעות • מתן מענה דיפרנציאלי על פי צרכים ותשומת לב לצרכים ראשוניים 	<p>מושגים לסיוע ועזרה</p>

3

<p>ארבעה תלמידים התקשרו מידית להוריהם. הורים שונים מתקשרים לילדיהם כדי לברר מה שלומם ומה קרה.</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>כיצד נותנים מענה להורים המבוהלים וכיצד ממתנים העברת מידע לא מבוקר?</p>	<p>דילמות שעולות או: במה צריך לטפל</p>
<p>1. חשוב לנסח פסקה עובדתית שאותה יוכלו לומר למי שמתקשר. בשלב זה כדאי לאפשר לתלמידים להתקשר להוריהם אחרי שהוסבר להם כיצד לדבר ומה לומר. ההנחיה היא, להעביר מסר שהעניינים בשליטה ויש טיפול של כל הגורמים במצב. 2. צל"ח ביה"ס מתכנס לתכנון ההיערכות בכל הרמות. ופותח את בית הספר לתלמידים, מורים והורים כדי לתת סיוע ועזרה על פי הצורך. הדבר מתפרסם ב"ווטסאפ" ובאתר בית הספר. 3. צל"ח בית הספר ממנה שני מורים שיסייעו למזכירה לתת מענה להורים בטלפון ויהיו בקשר עם כל מי שמתקשר לבית הספר.</p>	<p>שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע</p>



מי מנהל האירוע? המנהל או הסגן? הדילמה היא שהמנהל נמצא עם שכבת יא' וכדי לנהל את האירוע יש צורך להיות במקום שבו ניתן לראות את התמונה הכוללת ומשם לרכז מידע ולהחליט על פעולות. לפיכך, נכון יותר שהסגן ינהל את האירוע מבית הספר והמנהל יהיה עימו בקשר מתמיד כדי לקבל תמונת מצב שלמה ולקבל החלטות נכונות בכל רגע נתון.

תפקידי מנהל/ת
ביה"ס ומנהל
האירוע בזירה

- מנהל האירוע - מוצהר!
- היערכות מוקדמת לחירום + סימולציה על מגוון תרחישים.
- חיבור רציפות:
- תפקידי ✓
- חברתי ✓
- אישי ✓
- היסטורי ✓
- מנהיגות
- תדריכים
- מסרים בנוי חוסן
- רשימות מסודרות מראש של כל התלמידים ובפילוחים שונים

מושגים לסיוע
ועזרה

4

אמבולנסים וניידות משטרה הגיעו למקום, חמישה תלמידים ומורה מפונים לבית החולים.

ההתרחשות

מה אומרים לתלמידים לגבי מצב הפצועים ובעיקר אם יש גם הרוגים ביניהם? מי מודיע למשפחות הנפגעים? ומה בין הודעה על פצועים להודעה על הרוגים?

דילמות שעולות
או: במה צריך
לטפל

- מסבירים שהודעה סופית על הרוגים יכולה להתקבל רק על ידי הגורמים המוסמכים לכך. חשוב להסביר לתלמידים את החשיבות שבהשהייה שבהודעה על מצב התלמידים, גם אם יודעים על הרוגים בשטח. אסור שהמידע יגיע להורים ולבני משפחה דרך האינטרנט או המדיה. כמו כן, יש להסביר שעד שההודעה לא ניתנת באופן רשמי מהגורמים המוסמכים, אי אפשר לראות בה מידע אמין. אין, בשום צורה, להעביר מידע כזה בטלפון כדי למנוע העברת המידע דרך התקשורת באופן לא מוסמך.
- ברגעים אלה יתכן שהתלמידים יודעים שמישהו נהרג. וחשוב לנהל שיח רגיש עימם ולומר אמירות בהירות של תקווה, "ביחד", אמונה ביכולת להחלים והתגברות משותפת.
- מחליטים מי הם המבוגרים שילוו את הנפגעים לבית החולים.
- לאחר ברור סופי של שמות הפצועים, הסגן מעביר מידע למשפחותיהם ולגבי בית החולים שבו הם נמצאים.
- הסגן מוודא עם הרווחה והמשטרה כיצד ומי מודיע למשפחות ההרוגים.

שלבי ההתנהלות
לכל אורך האירוע

- מנהל בית הספר נמצא בקשר מתמיד עם הסגן בביה"ס שמרכז את כל הטיפול באירוע.

תפקידי מנהל/ת
ביה"ס ומנהל
האירוע בזירה

ידע והבנה לגבי דרך העברת בשורה מרה לתלמיד, לכיתה, למשפחה והיכרות עם הנוהל לפיו, רק הרווחה והמשטרה מוסמכים לתת מידע רשמי על מקרה מוות בתאונה או פיגוע.

מושגים לסיוע
ועזרה



5

<p>תלמידים משכבת י' מתקשרים לתלמידים באוטובוס של שכבת יא' ומספרים להם על מה שקרה. באוטובוס יא' מתחילות צעקות, פלאפונים להורים... תלמידה אחת אומרת שאחיה בשכבת י' והיא רוצה לדעת אם הוא מת או נפצע.</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>מתי מודיעים לשכבת יא' על התאונה? האם מיידעים את התלמידים כבר בשלב זה? ומה אם יש יותר אוטובוסים בכל שכבה? מי נוסע עם הפצועים ומי נשאר בשטח? מה הם שיקולי הדעת?</p>	<p>דילמות שעולות או: במה צריך לטפל</p>
<ul style="list-style-type: none"> • כדאי ליידע כמה שיותר מהר את התלמידים באוטובוס של שכבת יא', משום שאז תיווך ההודעה בצורה מבוקרת ומכוונת נמצא עדיין בשליטת המבוגרים. אם משהים את ההודעה, היא תתגלגל ללא כל שליטה ויפתח פתח לשמועות ולפאניקה. • מומלץ לעצור את האוטובוס, לרדת ולהתרכז על פי כיתות כדי לשוחח ולשקול את המשך הטיול. החלטה זו תתקבל בהיוועצות עם הסגן (מנהל האירוע בזירת בית הספר), הצל"ח ומנהל בית הספר. • יש לתת סיוע ומענה ספציפי לתלמידה שדואגת לאחיה. • יש לוודא שתלמידים לא נשארים לבד בשטח. יש חשיבות גדולה בקיומה של מנהיגות חינוכית ברורה ולפיכך עם הפצועים ייסע מלווה הנשק ועם התלמידים תישאר המחנכת השנייה של י'. התלמידים הפצועים מטופלים ומוגנים על ידי מד"א ולכן ההכרעה היא שהמחנכת תישאר עם שאר התלמידים. 	<p>שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע</p>
<p>מנהל ביה"ס נמצא בקשר גם עם מנהל האירוע בזירה של טיול יא'. ההנחייה היא, לעצור ולשוחח עם התלמידים. לתת מידע מדויק עד כמה שניתן ולהבטיח לעדכן בכל שלב.</p>	<p>תפקידי מנהל/ת ביה"ס ומנהל האירוע בזירה</p>
<ul style="list-style-type: none"> • חשיבה מראש על מסרים ומשפטים שיכולים לחזק ולחבר לכוחות ההתמודדות. • התערבות על פי עקרונות של מודל מעשה • לכידות חברתית • חיבור רציפויות • העברת מידע אמין ומדויק ללא דרמטיות. 	<p>מושגים לסיוע ועזרה</p>

6

<p>הורים מתקשרים למנהל, ליועצות שכבת י', למחנכות י', לעירייה, לבית חולים בצפת, למד"א...</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>כיצד מנהל האירוע בזירת בית הספר? איך ומי קולט את התלמידים, המורים, ההורים ונותן מענה מתאים לכל אוכלוסייה?</p>	<p>דילמות שעולות או: במה צריך לטפל</p>
<ul style="list-style-type: none"> • לאחר כינוס ראשוני של הצל"ח בבית הספר וחלוקת אחריות ראשונות, מתקיים שיח של היועצות והפסיכולוגית של ביה"ס עם המורים שהוזמנו והגיעו לבית הספר. • ניתן להם מידע מעודכן והנחיות לגבי עקרונות השיח עם התלמידים שמגיעים לביה"ס. • בכל התהליך נעזרים בשפ"ח הרשותי, במפקחות על הייעוץ ובמדריכות להתמודדות עם מצבי משבר, חירום ואובדנות של שפ"י, לקבלת סיוע והנחייה מקצועיים, בכל שלבי התערבות. 	<p>שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע</p>
<p>מנהל בית הספר הוא מנהל העל של האירוע אך כל עוד הוא נמצא עם שכבת יא', הסגן הוא שמרכז את המידע מכל הזירות ומהווה מנהל האירוע כולו.</p>	<p>תפקידי מנהל/ת ביה"ס ומנהל האירוע בזירה</p>



- חשוב ביותר לא להיות לבד אך יש גם להזכיר שסיוע של גורמי חוץ ייעשה תוך העצמה וגיבוי לצוות של בית הספר והמנעות מעשייה במקומם.
- יש להשקיע מחשבה מראש (לפני חירום) בחלוקת משאבי הסיוע החיצוניים בצורה מושכלת.

מושגים לסיוע ועזרה

7

ההתרחשות אחד התלמידים משכבת י' רואה באתר חדשות שיש ידיעה על התאונה וכתוב שיש הרוגים. הוא מתחיל לצעוק שהמורים משקרים ולא אומרים להם אמת.

ההתרחשות

אלו מענים דיפרנציאליים אפשר לתת?

דילמות שעולות או: במה צריך לטפל

- מסבירים שוב לתלמידים שהפרסומים בתקשורת אינם מידע אמין מבחינתנו ושיש להיזהר בהעברת מידע לא מוסמך. אומרים, שלצערנו, חמישה תלמידים נפגעו ושניים מהם נראו פצועים קשה אבל עכשיו הם בבית חולים ושם יעשו כל מה שניתן. אם נדע משהו בוודאות נעדכן, חשוב שנשמור עכשיו על כוחותינו ונהיה ערים למצוקת החברים ולמה שניתן לסייע.
- אפשר לבדוק אפשרות להתקשר להורים של אותו תלמיד ולהרגיעם כדי שיסייעו בהרגעת הילד/ה שלהם. (תוך לקיחה בחשבון של המאפיינים הספציפיים של ההורים המסוימים). כדאי גם להצמיד לכל מי שקשה לו נער/ה אחראי או חבר/ה קרוב/ה שמלווה אותו/ה.

שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע

- תדריכים
- מודל מעש"ה
- שיחה עם תלמידים בעקבות אירוע חירום
- מסרים בוני חוסן.

מושגים לסיוע ועזרה

8

ההתרחשות רון בא בסערה לרכזת י' ואמר שהוא לא מוצא את עידן, אחיו התאום, למרות שחיפש אותו גם על האוטובוס וגם מחוץ לאוטובוס. תלמידות בוכות וצועקות.

ההתרחשות

האם עידן היה בין הפצועים או ההרוגים? אם לא- כיצד מאתרים אותו? מה צריך לעשות כדי לשלוט כל הזמן במצבת התלמידים- לדעת מי נמצא והיכן.

דילמות שעולות או: במה צריך לטפל

יש לעשות הכול כדי לאתר את עידן. אם התרחק מסיבה כלשהי מהאוטובוס, יש לארגן חיפוש על ידי המלווה ולבקש סיוע של המשטרה. אין לשלוח תלמידים לחפש את עידן. בכל מקרה יש להצמיד מישהו לרון שיסייע לו עד שעידן יימצא. יש לתת מענה גם לתלמידות שבוכות וצועקות. בהיערכות מקדימה, יש לחלק את התלמידים לקבוצות כשעל כל קבוצה יש מבוגר שאחראי כל הזמן על בדיקת נוכחות ומעקב שוטף. חובה שיישא עימו את הרשימות בכל זמן ובכל מקום. בנוסף: אפשר גם ליצור אחריות של חוליות בין התלמידים: בכל חוליה 3 או 4 תלמידים שצריכים לדעת כל הזמן היכן כל אחד מהם נמצא. אם מישהו רחוק מהם מסיבה כלשהי, עליו להעביר מסרון לשלושה האחרים ולומר להם היכן הוא.

שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע

- תדריכים:
- מיפוי מעגלי פגיעות
- מסרים בוני חוסן.
- דגשים:
- הכוונה לעשייה
- ק.מ.ץ

מושגים לסיוע ועזרה



<p>תלמידים שלא היו בטיול, וכן תלמידי יב', מתחילים להגיע לבית הספר "מיתרים". גם תלמידים שאינם לומדים בביה"ס אך מכירים תלמידים משכבת י' מגיעים. הורים של תלמידי שכבת י' מגיעים, גם הם, לבית הספר.</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>מהן הפעולות ומהם העקרונות בניהול הזירה של בית הספר?</p>	<p>דילמות שעולות או: במה צריך לטפל</p>
<ul style="list-style-type: none"> • לאחר שהמורים שהגיעו לביה"ס, קבלו הכוונה הם משוחחים עם התלמידים (בקבוצות, כיתות - תלוי כמה הגיעו). מענה ניתן גם לתלמידים שאינם לומדים בביה"ס. • הצל"ח מחליט על דרכי ההפעלה של גורמי סיוע שהגיעו מחוץ לבית הספר. • פסיכולוגים מהשפ"ח נותנים מענה להורים שהגיעו לבית הספר ולתלמידים שזקוקים לסיוע פרטני. • חשוב לדאוג גם לשתייה ואוכל קל לכל מי שהגיע לבית הספר. יש בכך כדי להרגיע ולווסת לחצים. • ניתן להסתייע בתלמידים משכבת יב' ובוועד ההורים של ביה"ס. (היערכות מראש!). 	<p>שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע</p>
<ul style="list-style-type: none"> • הסגן נמצא בקשר עם המשטרה, הרווחה, השפ"ח וכן עם מנהל ביה"ס שנמצא עם הטיול של כיתה יא' ובאמצעות ריכוז נתונים של תמונת מצב עכשווית מווסת את ההתנהלות בכל הזירות. • יש לקבל החלטה לגבי החזרת שני הטיולים הביתה. 	<p>תפקידי מנהל/ת ביה"ס ומנהל האירוע בזירה</p>
<p>שיחות עם התלמידים ביחידים ובקבוצות. הקשבה! דגשים:</p> <ul style="list-style-type: none"> • "בעת", "אחרי", "לפני"... • ליווי ארוך טווח • שיחות עם יחידים וקבוצות על פי הצורך • הכוונה לעשייה • "חיבור רציפיות" • ק.מ.ץ • תקווה 	<p>מושגים לסיוע ועזרה</p>



10

מחנכת י' בוכה ללא הפסקה ואומרת שאינה יודעת מה להגיד לתלמידיה.

כיצד לסייע למורים המתקשים להתמודד בעת משבר?

יש לזכור, שגם המורים הם מעגל פגיעות ראשון באירוע כזה ובנוסף לכך, לכל אחד יש מטען אישי העלול להשפיע על הקושי העכשווי. גם לגבי המורים, יש להפעיל שיקולי דעת לגבי מידת התאמתם למשימת הליווי ולמפוח קשיים ספציפיים של כל מורה. לגופו של עניין, יש לתת סיוע למורה, ללוותה כדי שלא תהיה לבד. אפשר להצמיד את המורה למורה/אחרת והם יהיו אחראיות ביחד על הקבוצות של שתיהן. העובדה שלא תהיה לבד וגם תהיה שותפה לעשייה, עשויה לחזק ולהעצים אותה.

• דואג גם לרווחתם ומצבם הנפשי של המורים והמלווים האחרים.

- המורה כמנהיג ומודל לחיקוי- ממנו לומדים הילדים לתת פרשנות למציאות ולהבין אותה.
- מיפוי מעגלי פגיעות גם של צוות המורים והמלווים.
- חיבור מתמיד לרציפות התפקיד.

ההתרחשות

דילמות שעולות
או: במה צריך
לטפל

שלבי ההתנהלות
לכל אורך האירוע

תפקידי מנהל/ת
ביה"ס ומנהל
האירוע בזירה

מושגים לסיוע
ועזרה

11

כתב הגיע לבית הספר ורוצה לראיין את מי שנמצא בשטח.

מהם כללי ההתנהלות עם התקשורת?

יש לומר לתלמידים ולמורים, באופן ברור ומפורש שאין לדבר עם התקשורת או להצטלם ללא תיאום עם דוברות משרד החינוך. חשוב להבהיר לכולם, שאין שליטה על התוכן ועל דרך הופעת הדברים בתקשורת. בנוסף: יש להדגיש שאין לשלוח הודעות דרך פייסבוק, ווטסאפ, אינסטגרם... כדי למנוע בהלה מיותרת ויצירת שמועות.

- דיבור עם התקשורת רק דרך דוברות המשרד ובאישורה. הנחייה זו באה לסייע בניהול האירוע בצורה מבוקרת שתמתן בהלה.
- חשוב לדווח על כל שלב לפיקוח הכולל, ולפנות לדוברות המשרד לבקשת ליווי ועזרה.

- היערכות מראש, גם בכל הנוגע לדרכי התקשורת עם התקשורת, על כל צורותיה.
תדריכים:
• התנהלות נכונה עם התקשורת.

ההתרחשות

דילמות שעולות
או: במה צריך
לטפל

שלבי ההתנהלות
לכל אורך האירוע

תפקידי מנהל/ת
ביה"ס ומנהל
האירוע בזירה

מושגים לסיוע
ועזרה



12

<p>מגיע אוטובוס חלופי לפינוי התלמידים מזירת התאונה.</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>לאן נוסעים? מי קולט את הבאים? מה אומרים עכשיו ולקראת מה נערכים? מה עם הטיול של יא? מה קורה מחר, מחרתיים, בעוד שבוע, בעוד חודש?</p>	<p>דילמות שעולות או: במה צריך לטפל</p>
<p>• ניתנת הנחייה לשכבת י' ולשכבת יא' לחזור הביתה. • כדאי לחזור לביה"ס ולוודא (בכל מצב), שיש לשכבת י' מפגש, לפי כיתות בתוך ביה"ס ושהורים מגיעים לביה"ס ולוקחים אותם אחרי שיח קצר.</p>	<p>שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע</p>
<p>מנהל בית הספר או מחליפו מנהל את השיח בבית הספר.</p>	<p>תפקידי מנהל/ת ביה"ס ומנהל האירוע בזירה</p>
<p>תדריכים: עקרונות סיוע של הורים לילדיהם בעת חירום</p>	<p>מושגים לסיוע ועזרה</p>

13

<p>תוך כדי החזרה הביתה, המנהל מקבל ידיעה בטלפון על מותו של תלמיד מכיתה י'1.</p>	<p>ההתרחשות</p>
<p>האם מודיעים לתלמידים בדרך, כשהאוטובוס נוסע? מי מודיע? איך מודיעים? מה אומרים?</p>	<p>דילמות שעולות או: במה צריך לטפל</p>
<p>• היות וכבר נודע על מותו של תלמיד מכיתה י', יש לומר את המידע כמה שיותר מהר. עם זאת הודעה על בשורה מרה חייבת להיעשות על פי הנוהל המיועד לעניין זה. • לאחר שתינתן ההודעה לתלמידים הם יוזמנו למחר כדי להמשיך ולשוחח, להסביר על הלוויה ועל "השבעה". • הצל"ח יתכנן את סדר היום שלמחרת לכלל תלמידי בית הספר ויכין את המורים לכך. • יש לבדוק את מעגלי הפגיעות המידיים - חברים, בני דודים, אחים. • הצל"ח מחלק תפקידים לניהול האירוע ממחר ואילך, כולל איש קשר מלווה למשפחת ההרוג ומשפחות הפצועים.</p>	<p>שלבי ההתנהלות לכל אורך האירוע</p>
<p>תכנון המשך ההתערבות לטווח ארוך בכל הרמות ובכל האוכלוסיות</p>	<p>תפקידי מנהל/ת ביה"ס ומנהל האירוע בזירה</p>
<p>• מקורות סיוע ועזרה זמינים • נוהל בשורה מרה ותדריך בשורה מרה לכיתה • מיפוי מעגלי פגיעות • לוויה ושבעה • תכנון סדר יום בעקבות אסון. • דגם מכתב להורים</p>	<p>מושגים לסיוע ועזרה</p>



פירוט דילמות מרכזיות באירוע:

- ✓ מי נוסע עם הפצועים ומי נשאר בשטח? יש לוודא שתלמידים לא נשארים לבד בשטח. יש חשיבות גדולה בקיומה של מנהיגות חינוכית ברורה ולפיכך עם הפצועים ייסע מלווה הנשק ועם התלמידים תישאר המחנכת השנייה של י'. התלמידים הפצועים מטופלים ומוגנים על ידי מד"א ולכן ההכרעה היא שהמחנכת תישאר עם שאר התלמידים.
- ✓ מה לגבי "משמעת פלאפונים"? יש להסביר לתלמידים שהעברת קטעי מידע ומידע חלקי ולא בדוק הינה מסוכנת ופוגעת. אסור שהמשפחות ישמעו על כך שילדם נפצע או נהרג בדרך לא נכונה, לא תומכת ומסלפת. יש להסביר להם שעליהם להרגיע את ההורים ולומר להם שהמצב בשליטה והם עצמם בסדר אך לא להעביר שמות ומידע כדי לא לבלבל ולהטעות.
- ✓ אלו מסרים יש להעביר לילדים שנשארו בשטח ברגעים אלה?
- ✓ למי מנהל האירוע מדווח וכיצד נעשית חלוקת התפקידים בין הזירות השונות?
- ✓ לפני כן, מנהל האירוע מודיע על האסון למפקח בית הספר וכן מבקש מהמזכירה והיועצות שנשארו בבית לפתוח את בית הספר לתלמידים ולהורים שרוצים להגיע. הוא מנחה את המזכירה להיות עימו בקשר רציף כדי לקבל מידע ולהעביר מידע. כמו כן, הוא מנחה את היועצות לרכז את צוות המורים בבית הספר ולהתארגן לקראת קליטת התלמידים וההורים שיגיעו לבית הספר. מנהל האירוע מודיע גם למנהל שפ"ח קרוב במרכז ומבקש ממנו לשלוח פסיכולוגים לבית הספר כדי לסייע בהתארגנות. הוא גם מודיע למנהל שפ"ח קרוב בדרום כדי לקבל ממנו עזרה לשני האוטובוסים שנמצאים בשטח.
- ✓ מי מודיע למשפחות על ההרוגים? המנהל צריך ליצור קשר עם הרשות הרלוונטית ולומר להם שיש שישה הרוגים (חמישה תלמידים ומורה) ועליהם להתארגן עם צוותי הודעה למשפחות.
- ✓ מי מרכז את המידע לגבי ההרוגים והפצועים? אדם שממנים בבית הספר. יש לבדוק את מעגלי הפגיעות המידיים - חברים, בני דודים, אחים.
- ✓ איך להתייחס לכתב שהגיע לזירה?
- ✓ מה קורה בבית הספר? עם צוות המורים, הילדים וההורים, שמגיעים בעקבות התפשטות הידיעה על התאונה? מה אומרים לכל קבוצה? מי אומר?
- ✓ היועצת תיידע את המפקחת על היועצים והיא תיידע את מדריכות היחידה ומנהל השפ"ח המקומי.
- ✓ היועצות של ביה"ס ידריכו את צוות המורים שהגיע לבית הספר, מה לומר לתלמידים שמגיעים ואיך לדבר עימם. בו-זמנית תיעשה בדיקה גם לגבי מצבם של המורים ויכולתם להוביל את הטיפול באירוע. הצל"ח יתכנס ויחליט על ליווי המשך וחלוקת האחריות בין כולם.
- ✓ ימונה בעל תפקיד שינתב את ההורים, ישמע אותם, ירגיע, ייתן מידע ויהיה קשוב לצרכיהם.
- ✓ מתי הטיולים חוזרים? רק לאחר שיש עבודה חינוכית נכונה בשטח. מבקשים מישוברים באזור אפשרות להגיע ולקבל סיוע בסיסי וראשוני - מנוחה, שתייה, אכילה... (ק.מ.צ).
- ✓ מי מודיע על ההרוגים? צוותי הודעה של הרווחה ברשות והמשטרה.
- ✓ מי מודיע על הפצועים?



שאלות נוספות שמומלץ לצוות הניהול להעמיק בהן:

- ✓ יידוע לכל מורי ביה"ס - מי? כיצד?
- ✓ התארגנות ללוויות, לשבעה - כיצד?
- ✓ כיתה שבה נהרגו תלמידים - איך מטפלים?
- ✓ בית ספר שנהרג בו מורה - מהם שלבי ההתערבות בכל הרמות?
- ✓ כשצוות מורים פגוע מהן הפעולות שיש לעשות בטווחי הזמן השונים?
- ✓ קשר עם משפחות ההרוגים - כיצד נעשה ועל ידי מי?
- ✓ היום שלמחרת, עוד שבוע, עוד חודש... - כיצד נערכים?
- ✓ עבודה עם כלל מורי ביה"ס לקראת שיקום וחזרה לתפקוד תקין באופן רגיש והדרגתי.
- ✓ ניהול שלבי האירוע ביחס לכלל הורי בית הספר - כיצד?



“סימולציית זירות” – מטח טילים פתאומי על המחוז

הקדמה

סימולציה שבאה לדמות אירוע אסון לא יכולה להקיף את כל המורכבות הקיימת באירוע אסון אמיתי. המתודה המוצגת כאן מנסה להתמודד עם קושי זה. כמו כן, היא מחזקת את התפיסה לפיה כל אחד צריך לקחת אחריות בזירה שבה הוא נמצא. ב“סימולציית הזירות” מוגדרות חמש זירות שונות המתמודדות עם האירוע. בכל זירה מנסים המשתתפים לטפל באירוע מנקודת המבט של אותה זירה למשל: זירת הכיתה מתמודדת עם דילמות ושאלות שמתעוררות בעת אירוע בהקשר לתלמידים בכיתה, לתפקוד המורים עם התלמידים וכד'. בנוסף, יש חשיבות רבה גם לממשקים בין הזירות השונות, שכן בסופו של עניין מדובר באירוע אחד ולא בחמישה אירועים שונים וקיים קשר מעמיק והכרחי בין המעגלים השונים. גם לכך יינתן מקום בהתנסות.

האירוע

בשעה 12:00 בצהריים נשמעה לפתע אזעקה ואחריה נשמעו שלושה “בומים” אדירים. באותו הזמן היו שני אוטובוסים של בית ספר “מגדים” בדרכם לפיזור ילדי כיתות א-ד לבתיהם. האוטובוסים נעצרו בצד הכביש. בבית הספר נמצאות כיתות ה-ו ותלמידיהן ירדו במהירות למקלטים.

מהלך הסימולציה:

המשתתפים מתחלקים לחמש זירות שונות:

1. המקלט של כיתה ו'
2. האוטובוס של כיתות א-ב
3. חדר המנהל וחדר המזכירה
4. שער בית הספר
5. רשות מקומית

בכל זירה יש להתייחס לנקודות הבאות:

1. מהן הבעיות המרכזיות שבהן יש לטפל על פי טווחים?
2. אלו שאלות קשורות בזירות אחרות של ההתרחשות? נסחו אותן ושגרו¹³ לזירה הרלוונטית.
3. מה הכי יעזר לכם אם יהיה בהישג יד?
4. מה למדתם מתהליך ההתנסות כולו?

המשימה:

- ✓ המשתתפים יתייחסו להתרחשויות שיוכנסו לזירה בכל 3 דקות.
- ✓ המשתתפים יחשבו על שאלות שהם רוצים להפנות לזירות אחרות וישגרו אותן אליהם. קבוצה שמקבלת שאלה מזירה אחרת צריכה להשיב באמצעות שיגור כדור הספוג בצבע של הזירה השואלת.
- ✓ הקבוצה תיערך לדווח למליאה על מסקנות ותובנות שהפיקה מתהליך ההתנסות.

13 “השיגור” נעשה באמצעות כדורי ספוג ב“צבע הזירה” שבה מוכנסת שאלה. הזירה שמקבלת את השאלה צריכה להשיב תשובה באותה דרך- “שיגור” כדור הספוג...
13 “השיגור” נעשה באמצעות כדורי ספוג ב“צבע הזירה” שבה מוכנסת שאלה. הזירה שמקבלת את השאלה צריכה להשיב תשובה באותה דרך- “שיגור” כדור הספוג...



התרחשויות בזירת המקלט של כיתה ו':

1. התלמידים בוכים וצועקים ורוצים ללכת הביתה.
2. קבוצה של עשרה תלמידים עומדת ליד הדלת והם אומרים: "המורה אנחנו לא מפחדים אנחנו רוצים ללכת הביתה"
3. המורה אומרת לילדים: "בואו נבדוק שמות" לאחר בדיקה ראשונה היא רואה שאילן לא נמצא למרות שראתה אותו בבוקר.
4. המורה מקבלת טלפון מהגננת של בנה שמבקשת ממנה לבוא לקחת את הילד כי היא החליטה לשחרר את ילדי הגן הביתה.
5. טליה לא מפסיקה לבכות וצועקת למורה שאחותה בכיתה א' והיא עלתה להסעה הביתה, והיא מפחדת שאחותה מתה.

התרחשויות בזירת האוטובוס של ילדי א-ב:

1. המלווה באוטובוס מנסה ליצור קשר עם מנהל בית הספר ואין קליטה.
2. הנהג צועק לכולם לצאת מהאוטובוס ולשכב על הרצפה.
3. הילדים בוכים ומבקשים אבא ואמא ילדה אחת קפואה במקומה ולא מצליחה לקום מהכיסא.
4. רכבים חולפים עוצרים את רכבם ומבקשים לסייע חלקם אף מציעים לקחת ילדים לביתם.
5. אמא של דני מגיעה למקום ולוקחת את דני ומבקשת לקחת שני חברים, שגרים לידם.

התרחשויות בזירת חדר המנהל והמזכירה:

1. המנהל נמצא בהשתלמות מנהלים. המנהל מתקשר לבית הספר ואין מענה.
2. סגן המנהל מבקש לברר תמונת מצב.
3. מורה להיסטוריה שנמצאת באותו זמן בחדר המזכירה צועקת שאי אפשר לחיות ככה עם כל הבלגן הזה...
4. בחדר המזכירה לא מפסיק הטלפון לצלצל. ההורים מתקשרים, המנהל הצליח ליצור קשר, מפקח אמר שבדרך, מנהל מחלקת חינוך מבקש תמונת מצב.
5. קב"ט רשותי מדבר עם המזכירה מעביר לה הנחיות. היא רשמה על הדף...שואלת את היועצת שנמצאת באזור מה לעשות.

התרחשויות בזירת שער בית הספר:

1. תלמידים רצים לשער ומבקשים לצאת הביתה. השומר רואה את אילן הלומד בכיתה ו' מטפס על הגדר כדי לצאת מבית הספר.
2. הורים הגיעו לקחת את ילדיהם. אמא של אורן תלמיד כיתה א', שבדרך כלל אינו נוסע בהסעות, מבקשת להכנס לחפש אותו והוא מחכה לה ברחבת האוטובוסים.
3. אבא של רוני מכיתה ה' צועק לשומר שיפתח כי הבת שלו חרדתית והיא בטח צורחת ובוכה. הוא צועק לשומר: "אם יקרה לבת שלי משהו אתה לא תחיה".
4. הורים רבים צובאים בשער בית הספר. ובמקביל מורים מבית הספר מבקשים מהשומר לפתוח את השער כי הם צריכים לקחת את הילדים שלהם.
5. רכז הביטחון אומר לשומר שההוראה היא להשאיר את השערים פתוחים כדי לאפשר לאנשים מהרחוב להיכנס למקום מוגן.



התרחשויות זירת רשות מקומית

1. מנהל מחלקת חינוך מבקש לדעת תמונת מצב וצועק לקב"ט מוס"ח, שיגיד לו מה קורה.
2. מחלקת היסעים ברשות מדווחת למנהל מחלקת החינוך כי זו שעת ההסעות לילדי היסודי א-ד.
3. ראש העיר מתקשר למנהל מחלקת חינוך ומבקש לדעת תמונת מצב.
4. ועד הורים ברשות מתקשר ושואל אם אפשר לסייע כי יש הודעות רבות בקבוצות השונות ובהן מתלוננים על ההתנהלות.
5. הקב"ט הרשותי לא מצליח ליצור קשר עם בית ספר "רגבים" הסמוך לבית הספר (שלנו) והוא מבקש מהמזכירה בבית ספר לבדוק מה קורה שם ולדאוג שייצרו קשר.

עיבוד מסכם של הסימולציה:

- ✓ הדיווח למליאה ייעשה על פי השאלות המנחות. בכל שלב תידון שאלה אחרת והקבוצות ידווחו על היבט זה בהתמודדותם:
1. מהן הבעיות המרכזיות שבהן טיפלתם על פי טווחים?
 2. אלו שאלות, הקשורות בזירות אחרות הפניתם? האם קיבלתם תשובה מספקת?
 3. מה הכי עזר לכם? ומה היה חסר?
 4. מה למדתם מתהליך ההתנסות כולו על תפקוד מיטבי של הצל"ח?
 5. מהן היתרונות והחסרונות של סימולציה במתודה זו?
- ✓ מה ניתן לומר על הסימולציה ככלי למידה להתמודדות בחירום?



הרציונל להיערכות מקדימה ולאיימון צל"ח בית ספרי - הנחות יסוד

1. שגרה וחירום שזורים זה בזה ולא באופן דיכוטומי.
2. כל אדם יצטרך להתמודד עם לחצים ומשברים במהלך חייו.
3. כשקורה אסון הוא מחייב להתארגן מולו מחדש בכל הרמות.
4. ניתן ללמד בני אדם להתמודד טוב יותר עם לחץ ומשבר.
5. ילדים רואים את המציאות מבעד לעיניהם של המבוגרים ולכן חיזוק מנהיגותם של אנשי החינוך והיותם מודל לחיקוי משמעותיים מאוד.
6. כאשר קורים אירועי חיים קשים, ליווי נכון מקל על כל אדם. ילדים, בני נוער וצעירים זקוקים לליווי של מבוגרים, גם כאשר אין להם בעיות חריפות.
7. יישוג ("Reaching out") בעקבות מצבי מצוקה ומשבר, חשוב ביותר.
8. טיפוח החוסן הנפשי צריך להיעשות בצורה התפתחותית וארוכת טווח.
9. יש לשים דגש על עידוד וחיזוק היכולת לבקש ולקבל עזרה.
10. תקווה, אופטימיות וציפייה לחזרה לתפקוד ולהחלמה, מהווים תשתית לגמישות הנפש.
11. היערכות מקדימה משפרת את סיכויי החזרה של הפרט והמערכת לתפקוד תקין.
12. למידה והפקת משמעות מאירועי חיים לא נעימים ואף קשים, משכללת תפקוד ומשמרת כשירות של הצוות.
13. יצירת שפה מקצועית משותפת בניהול משבר וחירום, איננה מובנת מאליה, יש להשקיע מאמץ בפיתוחה ובתחזוקתה.
14. אדם המפתח יכולת לפגוש מצוקות סביב טראומות ומשברים, עשוי להרגיש שהוא צמח להיות אדם טוב יותר.
15. ניהול מצב הלחץ לעומת לחץ המנהל את המצב - מנהיגות (צל"ח).



ערכת עזרה ראשונה למנהל המוסד החינוכי - ארגון התדריכים המידיים לניהול מצב לחץ, משבר וחירום

מנהל¹⁴ יקר

כמנהל, אתה נדרש בכל יום לטפל באירועי משבר ולחץ. בעת התרחשותו של אירוע חירום עולים אתגרים רבים, המחייבים מתן מענים מידיים במגוון נושאים. קבלת החלטות במצבים בלתי צפויים ובאי וודאות אינה פשוטה כלל ועיקר, גם כשיש לצוות ניסיון מצטבר. היערכות מקדימה להתמודדות בתרחישים שונים עשויה לחזק את תחושת המסוגלות העצמית והאמונה האישית ביכולת לתת מענים מדויקים ומקדמים. ההכנה לחירום כוללת גם את ארגון חברי הצוות המנהל בחירום (הצל"ח), כמנגנון פעיל ויעיל, המתרגל ושומר על כשירותו בכל עת.

בדפים אלה מובאים עקרונות מעשיים ומקצועיים ליצירת מבנה שיאפשר לך לשכלל את התמודדותו של צוות הניהול לטפל לצורך באירועי משבר ואסון מכל סוג שהוא. התפיסה היא, שיצירת מבנה נכון ואימון של צוות הניהול, מוכיחה עצמה כמייעלת מאוד את ההתמודדות, מפחיתה את הכאוס הראשוני, את הסכנה לסימפטומים חריפים של פוסט טראומה וכמסייעת לחזרה לתפקוד יעיל.

אירוע חירום - הגדרה (קלינגמן 97)

- אירוע חיצוני דרמטי ופתאומי, הקוטע את רצף החיים בקרב התלמידים ו/או הצוות החינוכי ומחייב התערבות חינוכית טיפולית מותאמת.
- אירוע חירום יכול להיות מקומי, אזורי או ארצי (כרעידת אדמה, שריפות, שיטפונות וכד') והוא יכול להיות עקב מצבי כוננות ביטחונית או מצבי חירום בית ספריים, כגון: תאונת דרכים, מוות, אלימות קיצונית המערערים את שגרת החיים.

נקודות מוצא לאימון הצל"ח

אתה מנהל הצל"ח.

לכל בעל תפקיד יש ממלא מקום וייתכן שברגע האמת לא תהיה זמין ולכן סגנך, שמונה כממלא מקומך בחירום, ימלא את תפקיד הניהול של האירוע.

כשם שצוות הניהול מנהל בשגרה, הוא מנהל גם בחירום. ברור שצוות הניהול מתמודד עם מגוון אירועי חירום בהיקפים שונים, כל הזמן, אך בדרך כלל זה נעשה כמענה ספונטני למצב שהתרחש במפתיע. הצל"ח אמור לאפשר לך ולצוותך להתארגן בשגרה, לאמן את עצמכם בתרחישי חירום שונים, לשמר את כשירותכם ולשפר את המענה שתתנו ברגע האמת.

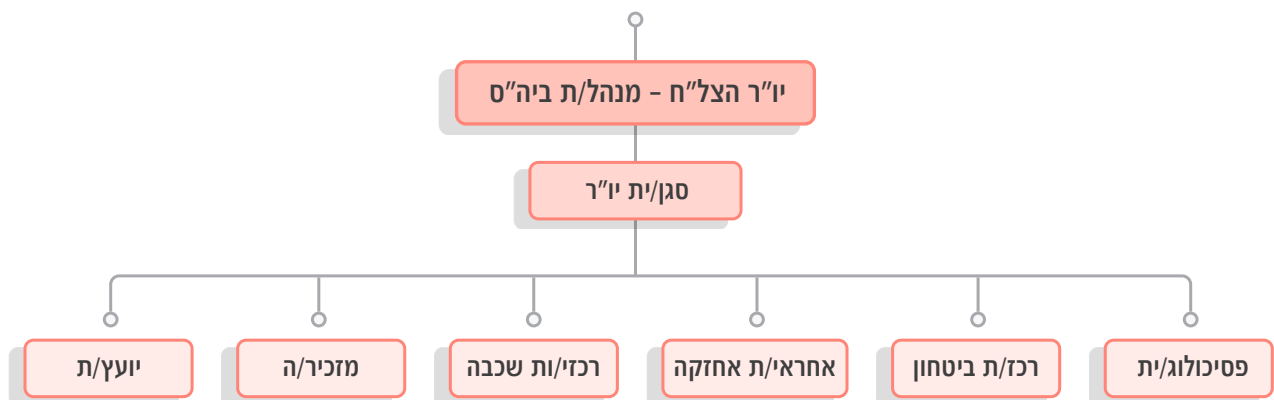
תהליך אימון הצל"ח מותאם למאפייניו הייחודיים של בית הספר ולמקום שבו מצוי הצוות (ניסיון קודם, תהליכים בבית הספר ועוד). בתהליך זה מחזקים את ההתמקצעות בניהול מצבי חירום ומייצעים בכך את כלל הצוות, ההורים והתלמידים.



מאפיינים מרכזיים של הצל"ח

1. בונה מנהיגות מזוהה בשגרה כדי שתנהל גם בחירום.
2. מכיר את העקרונות והכלים להתמודדות מיטבית בחירום ולניהול מצבי משבר.
3. עובד על פי עיקרון הטווחים - "בעת", "אחרי", "לפני"...
4. עובד על פי עיקרון המימדים - הערכת מצב לצורך קבלת החלטות, מיפוי מעגלים, צפי להמשך, שיקום והחזרת המערכת לתפקוד סביר בזמן חירום.
5. עובד על פי עיקרון הפשטות (תדריכים) ויוצר שפה משותפת.
6. עובד בצורה אופרטיבית ופרקטית. בעלי התפקידים אינם חייבים להיות בעלי מקצוע פורמלי בתחום.
7. מנוהל באמצעות תיק חירום מלווה, המתעדכן כל הזמן.
8. מאמן עצמו ומכשיר עצמו לנהל חירום במגוון תרחישים ושומר על כשירותו באופן מתמשך ולאורך זמן.
9. זמין בכל עת ולכל אירוע, גם בחופשה וכשבית הספר סגור.

מבנה כללי של הצל"ח¹⁵



תפקידים נוספים בצל"ח בהתאם למאפייני האירוע

1. כרוז: הכרזת ההודעות בצורה ברורה, ברגישות וללא לחץ + מגפון תקין!
2. קשר עם צוותי חירום: משטרה, בתי חולים, מד"א, מכבי אש וכו'.
3. תחבורה וגיוס כלי רכב: (מוניות, הסעות להורים, קשר עם רכז הסעות ביישוב).
4. ארגון רצים ומודיעים (במניפה).
5. מתן מענים להורים - ריכוזם במקום מוגדר, הרגעתם וקיום שיח ראשוני.
6. טיפול בסידורים הקשורים להלוויות, אם חלילה ישנן.
7. הוצאת מכתב ותדריכים להורים ולתלמידים - דגם מכתב להורים ותדריכי חירום.
8. מתן מענה ותמיכה לפי הצורך בהוראות מנהל הצל"ח וסגנו-המורים המקצועיים זמינים לכל צורך.

15 לינק לקובץ של נהלי שפ"י בחירום המכיל את פירוט ההיערכות של המערכת החינוכית לחירום, כולל פירוט של כל בעלי התפקידים <http://cms.education.gov.il/NR/rdonlyres/56B21657-1160-47FA-A4E0-7F07E1015A86/130125/nohalhearchutleherum.pdf>.



9. אנשים שיוצבו בשער ביה"ס בעת אירוע, כדי לפקח ולרשום כל יוצא וכל בא.
10. מינוי אחראי לחלוקת משקה ומזון לתלמידים/מורים/הורים ואחרים.
11. מינוי ממלאי מקום למחנכים בזמן הפסקות או במהלך היום בכדי לפנותם לזמן קצר מכיתתם.
12. הימצאות צוות טיפולי בביה"ס על פי הצורך או איוש קו סיוע פתוח לחירום.
13. קשר עם גורמי הרשות המקומית.
14. קשר עם תקשורת, עפ"י הוראת דוברות המחוז.

תיק צל"ח מכיל: 16

 צידוד במקלטים	 יומן אירועים, תיעוד, ולמידות	 רשימות
<ul style="list-style-type: none"> ✓ משקאות קלים, ממתקים, רדיו. שמיכות... ✓ תיקי כיתה, הכוללים רשימת הטלפונים של תלמידים ופרטיהם המלאים, ודפי פעילות והפעלה לתלמידים בכיתה בטווחי זמן שונים + חומרים לפעילויות... ✓ נוהל חרום מקוצר או פנקס כיס, שחולק לכל חברי הצל"ח. ✓ דוגמאות לטפסים, איגרות. ✓ תדריכים לחלוקה למורים, להורים ולתלמידים. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ תיעוד פעולות ונושאים רלוונטיים בכל יום יום (עותק אצל המזכירה). ✓ טבלאות עבודה – רישום תאריכים, בהם בוצעו השתלמויות והדמיות של מצבי חירום. ✓ רישום נהלים ולקחים שנקבעו בעקבות סימולציות של תרחישים שונים. ✓ רשימת נפגעים + תיעוד הקשר עם המשפחות שנפגעו, מעקב וליווי שלהם ושל ילדיהם לאורך כל השנה בעקבות אירועי חירום. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ רשימה של חברי הצל"ח וממלאי מקומם, מסי טלפונים, כולל ניידים, פקסים, כתובות דואר אלקטרוני + חלוקת תפקידים מוגדרים. ✓ רשימת נוכחות תלמידים, גם על פי בתי אב (+הצלבה של אחים ובני דודים). ✓ רשימת שמות ומספרי טלפון של גורמי קשר פורמליים (שפ"ח, רווחה, עירייה...). ✓ רשימת מוקדים של סיוע לילדים ונוער. ✓ רשימת שמות ופרטים של גורמי קשר לא פורמליים (מתנדבים, מדריכי נוער ועד הורים). ✓ תרשים מבנה ביה"ס.



בעת האירוע

המטרה: החזרת תחושת שליטה וחיבור רציפויות שנקטעו, באמצעות תפקוד סביר בזמן חירום.

כדי לנהל אירוע בצורה מקצועית ועם גיבוי מלא של צוותך, יש להיערך על פי השלבים הבאים:

1. הגדרת האירוע כאירוע חירום וקבלת החלטה לגבי כיווני ההתערבות הראשוניים.
2. טיפול בנפגעים.
3. כינוס חברי הצל"ח ומסירת המידע הקיים בשלב זה.
4. התארגנות ראשונה של הצל"ח כוללת:
 - ✓ אימות המידע הקיים והערכות מצב מדי פעם. הפרכת שמועות וחדשות כוזבות.
 - ✓ תכנון סדר יום גמיש ומותאם לאירוע.
 - ✓ חלוקת תפקידים מיידית על פי תפקידי האנשים בצל"ח ועל פי מאפיינים ספציפיים של האירוע.
 - ✓ היערכות להגעתם של בעלי התפקידים מחוץ לביה"ס. הסיוע יינתן כתמיכה לצוות ביה"ס ולא במקומו.
 - ✓ מיפוי מעגלי הפגיעות (על בסיס רשימות קיימות) ומתן טיפול פרטני וקבוצתי על פי הצרכים.
 - ✓ טיפול במשפחות שנפגעו.
5. המסר המרכזי ישדר לכידות, התמודדות ותקווה לצד אמינות במסירת המידע - כדאי להגיד דברים כגון: "אנחנו יחד, נעשה כל מה שצריך כדי להתמודד ונעשה זאת במקום הטבעי שלנו. בשלב זה המידע חלקי עדיין. כל מידע שנקבל נדאג להעבירו מייד, בשלבים אלה זורם מידע רב באמצעות הטל' הסלולארי/ פייסבוק/מסרונים לחברים ולהורים וכו', שמועות עוברות במהירות ונוצר מצב של שמועות כוזבות, שיש להתמודד עימן.
6. דיווח למפקח בית הספר.
7. דיווח למנהל מחלקת החינוך ולגורמים רלוונטיים ברשות המקומית.
8. שיחת הדרכה מקצועית עם כל צוות המורים לקראת הכניסה לכיתות תתקיים בהנחיית היועצת והפסיכולוגית ובסיוע גורמים נוספים על פי הצורך. בנוסף לשיח בתהליך מקביל שידגים למורים כיצד לשוחח עם התלמידים, על התדרוך לכלול מידע עובדתי מדויק, אמירות לגבי מה שעומד להתרחש בשעה הקרובה והודעה על המפגש הבא של המורים. רצוי שיהיה דף תדריך שיחה למורים, כדי לסייע בידם להתמודד עם המשימה. ערכת התדריכים שתחולק למורים תכלול: תדריך שיחה ראשונה, תדריך מסרים בוני חוסן, תדריך מיפוי מעגלי פגיעות ותדריך לוויה ושבעה אם יש צורך. יש למנות מורים שישהו עם התלמידים בעת ההדרכה לצוות החינוכי והם יקבלו הדרכה בנפרד.
9. שיחה ראשונה של הצוות עם התלמידים.
10. אסיפה שנייה עם הצוות לאיסוף רשמים, מיפוי המשך של מעגלי פגיעות, תכנון שיחה שנייה בכיתה היערכות ללוויה ושבעה אם חלילה יש הרוגים.
11. מתן מענה להורים מודאגים שיגיעו לבית הספר ויצפו לתשובות, הבהרות וסיוע מידי גם לפניויות בטלפון.
12. דאגה למשקה ומזון לכל מי שנמצא בביה"ס.



13. בסיום יום הלימודים, יישלח מכתב לכלל הורי בית הספר (תדריך: "דגם מכתב להורים") בו ידווח על האירוע, על ההתערבויות שנעשו ועל התוכניות להמשך. במכתב יהיה פירוט של אותות מצוקה, המחייבים התערבות במעגלי הפגיעה השונים ויצורפו מספרי טלפון של גורמי הסיוע בביה"ס ומחוצה לו. במידת הצורך יפתח "קו חם" לסיוע מתמשך. המכתב יפורסם גם באתר בית הספר.
14. תכנון ערב לכלל ההורים - על פי צורך ועל פי מאפייני כל אירוע בנפרד.
15. ארגון ההתערבויות על פי מימדי זמן שונים - הטווח המיידי, הקצר והארוך. הצל"ח ייפגש מדי פעם, לאורך היום להערכות מצב ולמתן מענים מתאימים ומותאמים לכל עת.
16. מדיניות ההתנהלות עם התקשורת ומינורי איש הקשר הממונה על כך בסיוע של דוברות משרד החינוך והרשות. הניסיון מלמד כי יש לתת את הדעת על התייחסות לאנשי תקשורת בקרבת ביה"ס ומחוצה לו.
17. חשוב לדעת: הודעות למשפחות שנפגעו נעשות על ידי המשטרה ובשיתוף עם הרווחה, אף כי התארגנות המוסד החינוכי תכלול סיוע למשפחות הנפגעים.
18. ייבדקו גם הדרכים למתן סיוע למשפחות שנפגעו ולהתגייסות לתמיכה בהן ולליווי שלהן.
19. במקרים בהם יש חלילה הרוגים, יש להיערך לקראת טקסי הלוויה ו"השבעה". ניתן להיעזר בתדריכים המתאימים.
20. תכנון השתתפות בהלוויה, בשבעה, על פי מאפייני האירוע ומאפייני אוכלוסיית התלמידים.
21. בתום היום הראשון ייערך מפגש עם כלל מורי בית הספר והצוות המנהלי לעיבוד האירוע בהיבט האישי שלהם.
22. חזרה הדרגתית לשגרה - תכנון סדרי היום הבאים בהתאם למאפייני האירוע והיקפו.
23. טקסי זיכרון ופעולות הנצחה מצריכים חשיבה ספציפית והיוועצות עם אנשי מקצוע.

אחרי האירוע

פעולות עיקריות אחרי האירוע

- ✓ הכרזה רשמית על סיום האירוע.
- ✓ הגדרת משימות מתמשכות בהתאם למאפייניו של כל אירוע.
- ✓ תכנון סדרי יום בבית הספר במעבר מחירום לשגרה רגישה ועד לשגרה רגילה.
- ✓ מתן ליווי מקצועי תומך ומתמשך למי שזקוק לכך.
- ✓ סיכום והפקת לקחים לצורך למידות ושכלול תפקודו של הצל"ח.
- ✓ תכנון מעקב אחר יישומי למידות והמלצות.

עקרונות בעבודת הצל"ח עם החזרה לשגרה

- ✓ השגרה חשובה לתהליך ההחלמה של היחיד, הקבוצה והמערכת.
- ✓ רצוי לחזור לשגרה מהר ככל האפשר, תוך רגישות לשוני בקצב המתאים לפרט, לקבוצות ולכיתות שונות.
- ✓ לקראת החזרה לשגרה, יתכנס הצל"ח לקבלת תמונת מצב בה יתייחס לפעילות שנעשתה עד כה ולמוקדים להתערבויות נוספות. הצל"ח יבצע הערכה על אופן וקצב החזרה לשגרה.
- ✓ לאחר ישיבת הצל"ח יכנס המנהל את צוות המורים ויעדכנם בהחלטות שהתקבלו.
- ✓ לעתים יש צורך בשיתוף גורמי חוץ שהיו מעורבים בטיפול באירוע, בדיון לקראת החזרה לשגרה.



- ✓ יש לשאוף לשיתוף הורים בתהליך.
- ✓ על הצל"ח להבנות את החזרה לשגרה באופן הדרגתי ומותאם לגיל התלמידים, למצבם ולמצב הצוות ולסוג האירוע = שגרה רגישה ומותאמת למיפוי מעגלי הפגיעות.
- ✓ בשבוע הראשון לחזרה לשגרה יש עדיפות לעבודה קבוצתית. לאחר מכן יושם דגש על העבודה הפרטנית.
- ✓ יש לקחת בחשבון גם את הצורך של הצוות החינוכי והמנהלי לעבור תהליך עיבוד אישי ומקצועי ולא רק מהזווית של מחויבותם לתלמידים במסגרת תפקידם.
- ✓ מומלץ לקיים ישיבות הערכת מצב לאחר שבוע מתום האירוע, ולאחר תקופה של כשלושה שבועות, על פי הנדרש.
- ✓ הצל"ח יבנה את תהליך ה"אחרי" - מתן מענים מתמשכים בעקבות האירוע ובהמשך מתכנן גם את תכניות המניעה ובניית החוסן שחשוב להכניס לבית הספר.

הערות נוספות

פעולות שעל מנהל/ת ביה"ס לעשות כדי לארגן, להתניע ולהטמיע את הצל"ח בביה"ס:

1. להציג את הנושא לצוות הניהול ולבדוק את תמונת המצב לגבי יכולתו של הצוות לנהל ב/חירום.
2. ביחד עם צוות הניהול, להגדיר את כל התפקידים הנדרשים בניהול אירוע חירום, ולמנות ממלאי מקום.
3. לבנות תרשים זרימה המתאר את עבודת בעלי התפקידים השונים בהתאם למאפיינים הספציפיים של בית הספר.
4. לבקש מרכז הביטחון להכין רשימה של כל מה שנדרש להיערכות מיטבית.
5. לפנות למדריכה/ה המחוזית של היחידה להתמודדות עם מצבי משבר, חירום ואובדנות של שפ"י, ולבקש ליווי מקצועי בתהליך.
6. לבדוק קשר ותקשורת עם גורמי חוץ וסיוע בחינוך, ברווחה וברשות.
7. לתכנן סימולציה לצוות הניהול, שממנה ילמדו וישכללו את הגדרות הצל"ח.
8. לתכנן מועד לסימולציה לכל הצוות בבית הספר כולל הצוות המנהלי.
9. לבנות את מנגנון הבקרה ושמירת הכשירות של הצוות לנהל ב/חירום, לאורך זמן.

עקרונות מרכזיים לחיזוק תחושת המסוגלות של הצוות לניהול אירועי חירום:

- ✓ שיחה על החסמים, המונעים היערכות מקדימה לחירום ברמה האישית וברמה הבית ספרית.
- ✓ ביסוס המודעות האישית לצורך בהיערכות מקדימה לחירום וחיזוק המוטיבציה המקצועית לפעול.
- ✓ למידת סדר הפעולות הנדרשות בהכשרת הצוות לנהל ב/חירום והמחויבות הנדרשת.
- ✓ הגדרת התפקידים המרכזיים בניהול אירוע חירום וידיעה ברורה של כל איש צוות על תפקידו המדויק בחירום.
- ✓ הגדרת התפקידים בשלבי החירום השונים וממלאי מקום בעת הצורך.
- ✓ בנייה של "רשימת החירום של ביה"ס" - מה להכין מראש בכל התחומים = תיק צל"ח.
- ✓ התנסות ביישום עקרונות העבודה בשטח באמצעות סימולציות שונות ועיבודן.
- ✓ למידה מהניסיון, הפקת לקחים ויישום המלצות בשכלול עבודת הצל"ח.



נספח: צל"ח בימי קורונה

הקדמה

לאחר חתימת חוברת הפעילויות להטמעת הצל"ח הופיע בחיינו וירוס הקורונה. מינואר 2020 החל הוירוס להתפשט ושינה את חיינו ללא הכר. עם כל הקשיים הכרוכים במפגש עם מגפה לא מוכרת ורחבת היקף היו גם למידות רבות ומשמעותיות. נפגשנו לעומק במהותה של תקופה המאפיינת באי וודאות בכל תחומי החיים ועל דרכים רבות ומגוונות שניתן להתמודד עם אתגרי הקורונה באמצעותן. גם בתחום ההתמודדות עם אירועי משבר, חירום ואובדנות ועל כוחו של הצל"ח לסייע בהתמודדויות אלה. בעקבות למידות אלה נכתבו תדריכים רבים במטרה לתת מענים לצרכים החדשים והבלתי מוכרים שעלו מידי יום.

לאור כל זאת מצאנו לנכון לכתוב כמה פסקאות בעניין זה ולצרף את התדריכים המרכזיים שנכתבו.

מספר תובנות מרכזיות

1. מצב הכרוך באי וודאות עלול להגביר תחושות של אובדן שליטה וחוסר אונים, אך ככל שהתנסו בכך התחזקה ההבנה שהעקרונות הבסיסיים בהתמודדות במשבר וחירום מסייעים בהתמודדות. הבנה זו יש בה לחזק תחושת מסוגלות כללית להתמודד.
2. כל אירוע משבר או אסון מחייב התאמה של דרכי התמודדות, כלי עבודה ומתן מענים נכונים. בעקבות משבר הקורונה, נוצרו תפקידים שסייעו רבות בניהול המשבר ונכתבו תדריכים שנתנו מענה ספציפי לצרכים בשטח שעלו בעקבות האירוע המורכב והבלתי צפוי.
3. תקופת הקורונה חידדה ומיקדה את הצורך בשימת דגש מיוחד על עבודה רגשית בעקבות הריחוק הפיזי שנכפה על כולם. הבנה זו הובילה לפיתוח כלים מותאמים וחיזוק היכולת לאתר תלמידים בסיכון כדי לתת להם מענים מתאימים. כך גם הובנה החשיבות הרבה שבחיזוק כישורי התמודדות חברתיים ובחיפוש דרכים יצירתיות לביסוס והעמקה של התקשורת החברתית בכל הקבוצות ובהיקפים שונים.
4. למדנו את חשיבותה של גמישות במחשבה, ברגש ובהתנהגות ואת מקומה המרכזי בבניית החוסן הנפשי, הן ברמת הפרט והן ברמת הארגון.
5. הקורונה הראתה שמוסד חינוכי שהיה לו צל"ח פעיל ומתפקד, ניהל טוב יותר את המשבר. אמירה זו מהווה חיזוק, להנחת המוצא המרכזית בהקשר לצל"ח שהיערכות מקדימה מבעוד מועד ובימים של שגרה, יש בה כדי לאפשר התמודדות מיטבית בימים של משבר וחירום. אמירה זו מהווה רציונל בסיסי להתנעת הצל"ח במוסד החינוכי, שכלול יכולותיו ושמירת כשירותו באופן מתמשך.



דוגמאות לתדריכים שנכתבו למשבר קורונה

תדריך: לשיחה של הורים עם ילדיהם בעקבות חשש להדבקה מנגיף הקורונה

הקדמה

מידי פעם אנו מתבשרים על כך תלמידים ומורים נאלצו להיכנס לבידוד ביתי, עקב חשיפה לחולה קורונה מאומת.

נראה שהתמודדות מסוג זה ימשיכו ללוות אותנו. הנושא כרוך בתחושות של חוסר אונים ואובדן שליטה ובאי וודאות מתמשכת ולכן יש יותר חששות ודאגות. שיחה פתוחה וישירה בנושא עשויה להרגיע, לתת ביטחון ותחושה שיש על מי לסמוך.

כתמיד ובשלב זה במיוחד יש חשיבות רבה לחיזוק הקשר בין ההורים לילדים וליצירת תחושה של מוגנות וביטחון עד כמה שניתן. ההורים הם אלה המתווכים את המציאות לילדים ומעצבים את דרך הבנתם את ההתרחשויות ואת כוחות ההתמודדות שיגייסו.

להלן מספר דגשים לשיח:

1. ויסות המתח: מטרת השיח היא הפחתת המתח, מתן אפשרות לביטוי רגשי ומתן מסרים של תקווה.
2. חיזוק מעטפת משפחתית: חשוב לייצר אטמנה של שותפות, תמיכה ורצון לעזור. לעודד גילוי סולידריות ואמפטיה.
3. עידוד שמירה על קשרים חברתיים במגוון דרכים, התעניינות במצבם ושלומו של חברים והצעה לליווי, תמיכה ועזרה על פי האפשר.
4. תשומת לב לילדים המתקשים במיוחד: יש לשים לב לתלמידים או לקבוצות המגיבים באופן קשה במיוחד, כגון, החצנה, הקצנה, הסתגרות, הימנעות.
5. שמירה על שגרה וחיזוק התקווה: יחד עם מתן הלגיטימציה לביטוי הרגשות והפחדים המלווים את האירוע, יש לשים דגש על חשיבות השמירה על שגרת יום, חיזוק מסרים של תקווה, חוסן והתמודדות.

להלן מספר עקרונות כדי לעזור לילדכם לפתח חוסן ולהתמודד באופן מיטבי בתקופה זו:

1. חשוב לשדר אמון בכוחם של הילדים להתמודד, יש בכך מסר בונה ומחוסן.
2. המידע שמועבר לילדים, חשוב שיהיה מנוסח באופן פשוט, בהיר ורציף. תיווך העובדות והרגשות יעזור להם לבנות את כוחות ההתמודדות ויחזק את תחושת הביטחון שלהם.
3. ילדים מושפעים מחשיפה לחדשות, גם כשהם נראים עסוקים במשחקיהם. חשוב לכוונם לתוכניות מרגיעות, המותאמות ליכולותיהם ולגילם ולהגביל צפייה בטלוויזיה או באינטרנט בתכנים הקשורים לאירועים, במיוחד כאשר מדובר בילדים צעירים.
4. ילדים זקוקים לשגרה והיא מעניקה להם ביטחון ותחושת שליטה. יש לשמור על שגרת החיים ככל הניתן וליצור סדר יום מובן גם בתוך תחושת הכאוס הכללית.
5. מילוי תפקידים במשפחה נותן לילד תחושת ביטחון, יכולת ואף מאפשר יציאה ממצבים של "קפאון".



6. מומלץ לקיים שיחה עם הילד/ה על מה שיכול לסייע לנו להתמודד בזמנים קשים ובהמשך לשיחה זו לשאול מה הילד/ה יכול/ה או רוצה לעשות בהקשר זה. אפשר ורצוי לכוון אותו/אותה לעשייה¹⁷ ואף להציע לו/לה למלא תפקיד מוגדר ובר ביצוע. בדרך זו מחזקים את תחושת המשמעות והשליטה במצב.

במהלך אירועים קשים, יתכן שיהיו תגובות של נסיגה ותלותיות. יש לשים לב להתנהגויות הנראות להורים כחריגות באופן קיצוני. במקרים אלה, רצוי להתייעץ עם אנשי מקצוע. גם במקרים בהם ההורים עצמם חשים מפוחדים ומתקשים לתמוך בילדיהם, חשוב להמליץ להם לבקש עזרה מקצועית, לכוון אותם למקורות סיוע ודרכי התקשרות עימם.

תדריך: לסיוע ותמיכה בתלמיד או הורה החולים בקורונה

הקדמה

כשבן משפחה חולה בוורוס הקורונה המשפחה כולה נכנסת לתקופה ממושכת של קשיי תפקוד, דאגה ואי ודאות. טיפול בחולה קורונה דורש בידוד מוחלט שלו מבני הבית (בין אם בבית חולים או במצבים קלים, בידוד בחדר נפרד בתוך הבית), דבר המשבש את התפקוד הכולל של המשפחה ומחייב התארגנות חדשה בהתאם. הקשיים מתבטאים בצמצום מרחב התנועה וריחוק פיזי בשל האיסור במגע, בקשיי תמרון בין החולה לבין יתר בני הבית שאינם חולים ולא אחת מלווה גם בקשיים כלכליים. המצב מורכב עוד יותר אם מדובר במחלה קשה הכרוכה גם באשפוז והנשמה ואף סכנת מוות.

כשהורה חולה הילד חווה פגיעה בדמות מגנה. כשילד בבית חולה, על אחד ההורים ללוות אותו מבלי יכולת לעוזבו ולבקר בבית, בשל החשש שמא ידביק את בני הבית.

התמיכה במשפחה במצבים של התמודדות עם מתח לאורך זמן, חשובה מאין כמוה וכאשר המערכת המשפחתית נפגעת, ישנה חשיבות יתירה למערכת החינוכית גם בליווי מרחוק. תדריך זה מיועד לצוותי חינוך ומטרתו לסייע בארגון עקרונות שיוכלו להוות עוגן במציאות בה בן משפחה של תלמיד חולה או התלמיד עצמו חולה.

עקרונות התערבות עם התלמיד כשבן משפחתו חולה בקורונה או התלמיד עצמו.

- ✓ **אכפתיות ורגישות** - תנאי בסיסי לשיתוף פעולה הוא העברת שדר של אכפתיות, התחשבות ורגישות שיאפשרו הישענות וקבלת עזרה.
- ✓ **התעניינות בתנאים אובייקטיביים** - לדוגמה, מי החולה, מספר נפשות בבית ומי הגורם התומך.
- ✓ **איתור משאבי התמודדות** - משאבי התמודדות משתנים בהתאם לגיל הילד ולרמת התפתחותו. יש לסייע באיתור משאבים המתאימים לתלמיד ובני הבית בכלל, להתמודד בהתאם לסיטואציה.
- ✓ **מחויבות לקשר** - קשר הנו האמצעי העיקרי לתמיכה ויש למצוא את הדרך המתאימה ביותר לשמירה על קשר בעת הזאת. חשוב מאוד לתת את הדעת ולדאוג לקשר מתמשך ועקבי.
- ✓ **קשת התגובות האפשריות** - ישנו טווח גדול של תגובות נורמטיביות למצבי מתח ולכן יש להקשיב היטב ולהבין את מוקדי הקושי הספציפיים ודרכי ביטויים ברמה האישית וברמה המשפחתית ובעיקר להימנע משיפוטיות.
- ✓ **"דלת פתוחה"** - יתכן סירוב ראשוני לקבלת סיוע ישיר. יש להשאיר "דלת פתוחה", כאפשרות לסיוע עתידי. כמו כן להמשיך וללוות באופן יזום גם למרות הסירוב הראשוני.
- ✓ **שיתוף פעולה עם ההורים** - קיימת חשיבות רבה בעבודה משותפת ומתואמת עם ההורים. חשוב להתעניין במצבם לברר מה נחוץ להם ביותר בשלב זה ולשתף אותם בבניית תכנית סיוע המותאמת לילדם. במידת

17 כתיבת יומן, ציור או יצירה כלשהי, משחקי חברה או משחקי ספורט... (בסגנון "גשר מאחד" של מולי להד ועפרה אילון).



הצורך, התכנית תכלול הדרכה לתווך המציאות לילד.

- ✓ **איתור דמות משמעותית** - ילד שהורה שלו חולה או שהוא עצמו חלה, עלול להצניע את צרכיו הפיסיים והרגשיים, על מנת שלא להכביד על הוריו מתוך מחשבה שבכך הוא מגן ומסייע להוריו. התעלמות או דיכוי של ביטויים או צרכים עלולה לגבות מחיר רגשי ולכן חשוב שתהיה לילד דמות משמעותית שאתה הוא יוכל לשוחח בכנות ובפתיחות ולבטא את צרכיו, קשייו, דאגותיו ופחדיו. גם ילד המתנהג כאילו אין כל קושי, עשוי ליהנות מהזמנה לשיח כן ופתוח. על השיח להיות ממקום מתעניין ואכפתי ולא מרחם ופטרוני.

דגשים מומלצים בליווי התלמיד

- ✓ **יצירת מחויבות** - "אני אלוהי אותך ככל שיתבקש, נבין מה אתה צריך ונעזור לך".
- ✓ **תיווך** - "הרוב חווים את המחלה כשפעת ומבריאים ממנה".
- ✓ **מתן צפי חיובי ותקווה** - "עכשיו אנחנו מתמודדים עם מצב לא קל, אבל זה יסתיים ואנחנו נחזור לשגרה שלנו".
- ✓ **מיפוי מה בשליטתי ומה לא** - כגון: "לא ניתן לבקר, איך כן ניתן להיות בקשר?"
- ✓ **מתן תיקוף לפחד ולמצוקה** לצד מתן תקווה למציאת כוחות ולהתמודדות.
- ✓ **הכוונה לעשייה** - סיוע בארגון סדר יום ומשימות ויצירת שגרה עד כמה שניתן. פעילות עשויה לתרום להתמודדות יעילה במציאות המורכבת, כיוון שהיא מגבירה תחושת שליטה ומפחיתה חווית חוסר אונים.

דרכי התערבות עם הכיתה וכלל המוסד החינוכי

כינוס צל"ח: על מנת לעזור לאנשי הצוות לנהל את הסיוע בצורה ראויה, חשוב שיתכנס הצל"ח פנים אל פנים או באופן וירטואלי כדי לנהל את האירוע ולדייק את ההליך הנדרש מול הצוות, התלמידים וההורים.

- **סיוע מגורמים מקצועיים**: מכיוון שאין דרך התמודדות אחידה אנו ממליצים לפנות לקבלת סיוע והדרכה מהפיקוח על הייעוץ, מדריך/ת החירום של השרות הפסיכולוגי-ייעוצי, השפ"ח וגורמים רלוונטיים ברשות.
- **תיווך לכיתה**: חובה להיוועץ במשפחה. רצוי להבהיר שהסודיות סביב המחלה עלולה להוסיף למועקה הרגשית ולהכביד על ההתמודדות. עם זאת, כל אמירה בנושא תהיה בהתאם לרצון המשפחה ושמירה על פרטיותה. בכפוף להסכמת ההורים נשתף את הכיתה בדבר המחלה ברגישות המתבקשת. כדאי להימנע מדרמטיות, לתת עובדות פשוטות המותאמות לגיל ולהתפתחות.
- **תמיכת חברים מרחוק**: ניתן לחשוב עם התלמידים-החברים על דרכים יצירתיות לתמיכה בחבר חולה/חבר שבן משפחתו חולה. סרטוני תמיכה, משלוח פרחים או פירות או כול פעולה שתבטא קשר ואכפתיות. הפעילות תתוכנן בהתאם לגילם ולרמת התפתחותם של התלמידים.

באיחולי בריאות איתנה ורפואה שלמה לכולם.



כיווני התערבות באירועי אובדנות, בימים של למידה היברידית - עקרונות והנחיות

הקדמה

בימים אלה כשהמאמצים למניעת התפשטות נגיף הקורונה ולעצירת שרשראות ההדבקה נמשכים, אנו עומדים בפתחה של שנה חדשה שתראה שונה מהרגיל והמוכר. בעת הזאת מתחזק ההכרח לדייק את ההנחיות והעקרונות להתערבות במצבי סיכון בכלל ובמצבי אובדנות בפרט וזאת, על מנת שיסייעו בניהול התערבות מתאימה ונכונה.

חשוב לציין, שעקרונות ההתערבות בעינם עומדים אך יש לראות בכל פעם כיצד ניתן ליישם במצב בו התקשורת היא וירטואלית או טלפונית ומהן הדרכים האלטרנטיביות שבהן ניתן לקיימה באופן מיטבי. אנו שרויים במצב של אי ודאות מתמשך הכרוך בקשיים בתכנון ארוך טווח אך אנו נערכים לאפשרות בה הלמידה תהיה בעיקרה מרחוק ובחלקה תיעשה פנים אל פנים, הכול בהתאם להתפתחויות ולהנחיות של משרד הבריאות. הסיטואציה של שהייה מרובה בבית ולמידה מהבית עלולה לעורר קשיים רבים¹⁸ ברמת הפרט, ברמת המשפחה כולה וברמת הזמינות של גורמי סיוע וטיפול שונים.

כל אלה עלולים להגביר את תחושות הלחץ, חוסר האונים, התסכול ולעתים אף עד כדי חווית ייאוש. כמו כן, עולים הסיכויים להתעוררות מצבי סיכון לדיכאון והתנהגויות אובדניות. הסיכון חריף במיוחד בקרב אוכלוסיות פגיעות, כגון: תלמידים הבאים ממשפחה שהתקשתה בתפקוד גם קודם לכן, תלמידים שהביעו מצוקות חריפות ואף גילו התנהגויות אובדניות.

בימים כתיקונם אנו רואים תלמידים באופן שוטף ויש לנו יותר אפשרויות לנסות לאתר את התלמידים המצויים בסיכון. בימים בהם אין אפשרות לפגוש את התלמידים בצורה רציפה, אנו מקבלים את המידע על תלמידים בסיכון דרך פנייה טלפונית ביוזמת התלמידים או ההורים או חברים, באמצעות מוקד 105 או באופן פרואקטיבי באמצעות ניטור אקטיבי ועקבי של אנשי החינוך.

הנחיות להתערבות בעקבות התנהגויות אובדניות בימים של למידה מרחוק מתן מענה ראקטיבי

1. התערבות בעקבות אמירה אובדנית - במצב שבו נאמרה אמירה אובדנית בפוסט, סרטון או כל דרך אחרת, נדרשת התערבות מידית על פי העקרונות וההנחיות של חוזר מנכ"ל במקרים אלה. ההתערבות היא על פי העקרונות המוכרים תוך התאמה לתקשורת וירטואלית ומאפייניה.

חשוב להקפיד על:

- ✓ שיחה עם התלמיד כדי להתרשם ממצבו הנפשי ולתמוך בו.
- ✓ דיווח מידי להורים, העצמתם וגיוסם להשגחה, תמיכה וקיום שיחה פתוחה עם התלמיד.
- ✓ עירוב פסיכולוג/ית בית הספר והיועצים/ות לגבי הצורך בקיום הערכת סיכון.
- ✓ עירוב מפקח/ת על הייעוץ ומדריך/ת חירום ואובדנות להיועצות וליווי הטיפול במתמשך באירוע.
- ✓ ברור האפשרות המיטבית לקיום הערכת סיכון וירטואלית בהקדם. (יפורט בסעיף 4 במענה הראקטיבי).
- ✓ יצירת קשר עם הרווחה על פי הצורך במידה והמשפחה מטופלת על ידי הרווחה.
- ✓ עירוב עו"ס לחוק נוער במקרה שההורים אינם יכולים/ מסוגלים/רוצים לשתף פעולה לפי ההנחיות.

18 בסוף המסמך יש רשימה של קשיים אפשריים בתוך המשפחה ובהקשר לזמינות גורמי סיוע וטיפול



2. שאלת האובדנות באופן וירטואלי או טלפוני - באופן כללי העקרונות של הדיבור הישיר בהקשר לדיכאון ומניעת אובדנות שרירים וקיימים (מצורך נספח המסכם את עקרונות שאלת האובדנות). ניתן לקיים את השיחה עם שאלת האובדנות בפורמט הנוח למשוחחים, תוך עדיפות ברורה לפלטפורמה המאפשרת ראיית האדם אתו משוחחים. בהעדר אפשרות לשיחה וירטואלית, ניתן לקיים שיחה באמצעות הטלפון.
3. מגבלות הקשר הווירטואלי
- קושי בקריאת שפת גוף מלאה: מרחוק רואים את האדם חלקית בלבד.
 - העדר קשר עין מורכב: עלולה להיות פרשנות מוטעית להפניית המבט, למשל: אם מסתכלים הצידה במפגש ZOOM זה נתפס כחוסר עניין או התעלמות
 - מותשות כתוצאה מצפייה ארוכה במסך: יש אנשים שצפייה במסך מתישה עבורם יותר מתקשורת רגילה.
 - קושי בשמירת פרטיות: מומלץ להיות מודעים לעניין שמירת הפרטיות ולתת את הדעת שהמרחב הנצפה, גדול ממה שאנו רואים בו את עצמנו. כדאי להשתמש ברקע ווירטואלי שמסייע בשמירת הפרטיות.
 - SETTING לא נשלט שקשה לעיתים להתאימו לשיח מיטבי (רעש, מחשב אחד, לחצים במשפחה...).
 - קשיים בחיבור לאינטרנט: יש לעיתים קושי עם אינטרנט או מחשב זמין.
- לאור כל זאת, חשוב להיות מודעים למאפייני התקשורת הווירטואלית על כל צורתיה ולחפש פתרונות מראש לתרחישים אפשריים. לבדוק לפני השיחה את ה- SETTING הן אצל התלמיד והן אצל המבוגר המשוחח. לומר שהפניית המבט למטה תהיה כדי לרשום נקודות כדי להימנע משכחת פרטים חשובים ואין פירושה העדר הקשבה. כדאי לתכנן שיחה שלא עולה על 30 דקות אלא אם עולה צורך ספציפי כלשהו ומסכמים מראש על זמן ארוך יותר. עדיף לקיים יותר שיחות קצרות ממעט שיחות ארוכות.
4. תקשורת עם ההורים - בימים כתיקונם, הקשר עם ההורים באירועים של התנהגויות אובדניות של ילדיהם הוא קריטי. בימים אלה על אחת כמה וכמה. חשוב לעודד קשר ושיחות קרובות בין ההורים לילדים. משום כך הדרכת הורים היא חשובה מאין כמוה. כשמאותר תלמיד בדיכאון או בסכנה אובדנית, השיח עם ההורים צריך להתנהל באמצעות הטלפון ולכן חשוב להקדים ולוודא שההורה נמצא במצב של פניות להקשיב ולנהל את השיחה ברוגע ובביטחון. השיח עם ההורים צריך להבהיר את מידת הדאגה בעניין בצד אמפתיה, הרגעה ומסר של שותפות. הקושי של הורים להתמודד עם סבל נפשי ועם סיכון אובדני של ילדיהם קיים בשגרה ועתה ביתר שאת. התמיכה בהורים, הרגעתם וחיזוק ההבנה שהם לא לבד בהתמודדות הזו, הם קריטיים בעת הזאת יותר מתמיד.
- בנוסף, ההורים זקוקים בעצמם לקשר והתעניינות ושיח שיש בו, גם טיפים, הכוונות והצעות כיצד לדבר עם הילדים ואיך לסייע להם, יש בו כדי להיטיב מאוד את המצב ולפתוח ערוץ תמיכה הכרחי בתוך הבית. יחד עם זאת חשוב להדגיש שבמידת הצורך הכרחי להבהיר להורים את חובתם לבצע הערכת סיכון והתערבות טיפולית- מקצועית.
5. אפשרויות הפנייה בהתאם למאפייני האירוע - בכל מקרה של סיכון אובדני חשוב להתייעץ עם פסיכולוג/ית המסגרת החינוכית או עם מנהל/ת השפ"ח (חוזר מנכ"ל). במצבים של ניסיון אובדני, אקטיבי, יש להפנות את ההורים לחדר מיון פסיכיאטרי, כדאי להתייעץ עם מוקד קופת חולים לגבי אפשרויות ההפנייה בעת הזאת. חשוב לערב את השפ"ח גם בשלב הפחתת ההתנגדות להפניה, במצבים בהם יש צורך להעריך את רמת הסיכון. בשלב ההיוועצות עם השפ"ח, אפשר לשקול הערכות סיכון גם על ידי השפ"ח. אפשרויות נוספות הן קופות החולים או הסקטור הפרטי.
- התערבות פרואקטיבית.
6. מיפוי מעגלי פגיעות - חשוב ביותר לכוון את היועצים שבשיתוף מחנכי הכיתות, יערכו ניטור סיכון ומיפוי מעגלי פגיעות באופן מתמשך. תהליך זה יסייע לתכנון התערבויות אישיות, פרואקטיביות ומותאמות אישית. חשוב לנסח בצורה ברורה מי הם התלמידים שדאגנו להם בהקשר של דיכאון ואובדנות לפני "ימי הקורונה" ומי התלמידים שמדאיגים אותנו ולא בהכרח הדאיגו אותנו בעבר.



7. בניית תכנית ליווי אישית באופן וירטואלי - מומלץ לחשוב בהקשר לכל תלמיד המעורר דאגה, על פעילות כלשהי שתתאים לאופיו, צרכיו ותנאי חייו. ניתן למנות את אחד המורים למלווה אישי של התלמיד במשימה זו, תוך הדרכה מקצועית רציפה.
8. ועדה בין מקצועית - וירטואלית - זהו כלי התערבות מרכזי בימי שגרה וכך גם בימי משבר וחירום. כשהמפגש וירטואלי רצוי לתכנן אותו היטב ולהבנות את השיח. השותפים בשיח הם: מנהל/ת בית הספר, יועץ/ת פסיכולוג/ית, מחנך/ת, מורה קרוב/ה לתלמיד וגורמים מקצועיים נוספים, שתרומתם לדיון הכרחית. מבנה מומלץ לשיחת הצוות הבין מקצועי (חשוב להתמקד בעובדות ופחות בהתרשמויות):
1. מה מאפיין את התלמיד: משפחתי, רגשי, חברתי, לימודי... בדרך כלל ובעיקר היום.
 2. מהי הבעיה המרכזית שעימה הוא מתמודד בימים אלה?
 3. מה כדאי לעשות ומי עושה מה?
- בסיום השיח קובעים לוחות זמנים להתערבויות ולהמשך המעקב של הוועדה בהתאם לתכנון המפורט בסעיף 5.

נספח לתדריך: קשיים אפשריים בתוך המשפחה ובזמינות גורמי סיוע וטיפול

מצבים מורכבים בבית ובמשפחה

- תלמידים עם צרכים מיוחדים;
- תלמידים אובדניים;
- תלמידים עם בעיות התנהגות;
- תלמידים עם התנהגויות סיכון;
- גילויי אלימות במשפחה מצד הורים או אחים;
- יחסים קשים בין ההורים;
- משפחה שברקע שלה יש התאבדות;
- משפחה שיש בה חולה בקורונה הורה או ילד;
- משפחה שיש בה חולה סופני - הורה או ילד;
- משפחה שחוותה אובדן לאחרונה או בכלל (מקורונה או מסיבה אחרת);
- קשיים כלכליים;
- מגורים של בני משפחה רבים בבית קטן;
- העדר מחשב או הימצאותו של מחשב אחד, או העדר חיבור לאינטרנט, המקשה על חיבור לפעילויות וירטואליות;

מצבים מורכבים הקשורים בגורמי סיוע וטיפול ודרכי התנהלותם

- כיצד יוצרים קשר משמעותי באמצעות תקשורת וירטואלית? למה צריך לשים לב?
- מי זמין לבצע הערכת סיכון? כיצד פונים וכיצד עוקבים אחר התוצאות?
 - האם יש פרוטוקול מסודר להערכת סיכון וירטואלית?
 - מהם עקרונות השיח הישיר על אובדנות ודיכאון בדיבור וירטואלי - מה דומה ומה שונה מהרגיל?
 - כיצד לבנות תהליך ליווי והתערבות מתמשכים ומותאמים לפרט?



תדריך: בשורה מרה לתלמידים בכיתה בעת ריחוק חברתי בימי מגפת הקורונה

הקדמה

התדריך מתייחס למסירת הודעות קשות לתלמידים כאשר אין אפשרות לפתוח את המוסד החינוכי ולכנס אותם ביחד. במקרה זה מומלץ שהחשיפה הראשונית שלהם למידע תעשה בשלב ראשון על ידי ההורים. לצורך כך, יקבלו ההורים הדרכה כיצד לעשות זאת.¹⁹ בשלב שני, בסמוך למתן המידע על ידי ההורים יתקיים מפגש וירטואלי עם תלמידי הכיתה. יש לדאוג לפלטפורמה טכנולוגית שמאפשרת שיחה נוחה ככל שניתן.²⁰

מטרות המפגש הראשוני עם התלמידים (במסגרת כלל הכיתה)

- ✓ חיזוק תחושת ה- "ביחד" הכיתתי כגורם מחזק - מיקוד בקשר האישי והקבוצתי.²¹
- ✓ הבניית האירוע ודיוק בעובדות. מניעת הפצת שמועות ומידע לא אמין.
- ✓ אפשרות לשיתוף ואוורור ראשוני.
- ✓ מיפוי ראשוני של צרכי תלמידים ומצבם.
- ✓ בסיס למעגלי מפגש אינטימיים בקבוצות קטנות.

מצבים אליהם מתייחס התדריך

- מות הורה של תלמיד או קרוב מדרגה ראשונה עקב מחלת הקורונה או מסיבה אחרת.
 - מות איש צוות ממחלת הקורונה או מסיבה אחרת.
 - מוות או מחלה/פציעה קשה של תלמיד מהמוסד החינוכי.
- השיחה תנוהל על ידי מחנכ/ת והיועץ/ת או דמות אחרת, שהיא משמעותית וקרובה לתלמידים, בתיאום עם השפ"ח המקומי. חשוב שנזכר שהתלמידים, כמו כולנו, נמצאים בתקופה מורכבת של אי ודאות, חששות וריחוק חברתי ולכן יש לנהל את המפגש ברגישות מיוחדת.
- כינוס המפגש הווירטואלי של התלמידים יערך לאחר שיחה ראשונה - וירטואלית של הצל"ח עם צוות בית הספר כדי ליידעו ולכווננו לדרכי שיח עם תלמידים מכיתות אחרות על פי הנדרש (ראה תדריך שיחה ראשונה עם המורים - קישור [https://meyda.education.gov.il/files/shefi/Alon_Hearchut_2020/Yesodi/Tadrich_Bsora_\(Mara_Rihouch.pdf](https://meyda.education.gov.il/files/shefi/Alon_Hearchut_2020/Yesodi/Tadrich_Bsora_(Mara_Rihouch.pdf)).

מהלך השיחה עם כלל התלמידים

פתיחה אפשרית

"תלמידים יקרים אנחנו חווים תקופה שונה ולא מוכרת לנו, בה אנחנו לא יכולים להיפגש אפילו בעת אירוע קשה כמו זה ששמעתם עליו, אנחנו לא יכולים להתחבק ולהיות ביחד, כפי שבוודאי היינו רוצים. אבל מכיוון שאנחנו רוצים להרגיש את ה-"ביחד" שלנו, התכנסנו לפגישה הווירטואלית הזו שתאפשר לנו להתמודד עם האירוע הקשה שקרה..."

19 בסוף המסמך מופיע נספח 1 שעניינו מספר נקודות מנחות להורים בהקשר זה.

20 בסוף המסמך מופיע נספח מספר 2 שעניינו מספר מאפיינים רלוונטיים של תקשורת וירטואלית שחשוב לקחת בחשבון.

21 בסוף המסמך מופיע נספח מספר 3 שעניינו מסרים בוני חוסן שיכולים להוות עוגן ולתת ביטחון בשיחות השונות.



א. מתן מידע עובדתי ואמין לגבי מה שאירע

"לצערי הרב עלי להתייחס להודעה קשה שחלקכם בוודאי שמע. לפני זמן _____ קרה משהו עצוב וכואב, _____ נפטר _____ מי שמע על כך?"

- הפתיחה מאפשרת הדרגתיות בחשיפת האירוע, שמירת רציפויות ודיוק המידע.
- יש למסור אך ורק מידע עובדתי שנמסר על ידי גורם רשמי ומוסמך ונבדק על ידי אנשי המקצוע. ניתן לומר: "זה המידע שידוע לי נכון לעכשיו, כל השאר הן שמועות בלבד". חשוב להבחין בין עובדות לשמועות ולהבטיח שיועבר מידע מעודכן כאשר יתקבל.
- אין להסתיר מידע. בסופו של דבר, התלמידים ידעו, ולכן רצוי שהמידע יינתן להם על ידי דמות חינוכית ומשמעותית להם ויתווך בצורה אחראית ומבוקרת.

ב. מתן אפשרות לתלמידים לבטא רגשות ומחשבות

- "אלו מחשבות עוברות לכם בראש אחרי מה ששמעתם?"
- "מה אתם חשים ומרגישים כרגע?"
- חשוב לציין שטבעי ביותר שבעקבות אירוע כזה חשים... ותחושות אלה הולכות ומתמתנות במשך הזמן...

ג. הפנייה למפגש עיבוד ווירטואלי בקבוצות קטנות

"נמשיך את השיח בקבוצות קטנות של כחמישה תלמידים אני, היועץ/ת או מורה מוכר/ת אחר לכם יפגשו אתכם לשיחה ווירטואלית בקבוצה קטנה ובה נחשוב ביחד איך נוכל לתמוך ולעזור זה לזה ולמי שנפגע".

הצעה למהלך שיחה עם קבוצה מצומצמת

1. חבירה רגשית והגדרה של מטרת השיחה - ניתן לפתוח במשפט כגון, "צר לי שהשיח בינינו נערך בעקבות האירוע הכואב, במפגש היום ננסה לשתף זה את זה ולהתחזק זה מזה".
 2. הזמנה לביטוי אישי - "יש משהו שרוצה לשתף במחשבות, שעלו בו בעקבות ההודעה המצערת/ הקשה שנאמרה במפגש עם הכיתה?"
 3. חיבור לכוחות ולפעילות יעילה בהקשר לאירוע - בואו נחשוב: כיצד אפשר לעזור לחבר/ה שחוה את האירוע הקשה?
 - מה יכול לעזור לנו להתמודד עכשיו? מכיוון שאנחנו לא יכולים להיפגש ולא להשתתף בלוויה ובשבעה כפי שהיינו עושים בוודאי, בואו נחשוב על דרכים אחרות להיות ביחד, לנחם, לחזק ולהתחזק.
 4. המפגש יסתיים במשימה שהקבוצה תיקח על עצמה כמו:
 - הכנת סרטון לחבר/ה
 - תורנות תקשורת יומית
 - משלוח מסרים מחזקים בכל יום על פי תכנון מראש
 5. בסיכום כדאי להגיד לתלמידים - "נשוב ונדבר על האירוע והמשימות שחשבנו עליהן בעוד מספר ימים ובתום השבוע יערך שוב מפגש של כל הכיתה ותינתן שוב אפשרות לשתף ולשמוע זה את זה".
- הערה:** בסיום המפגשים ייפגש הצוות שליווה את הקבוצות ויציג מעגלי פגיעות שאיתר ודרכי סיוע פרטניים, קבוצתיים וכיתתיים.



נספח מספר 1 - מספר נקודות מנחות להורים כיצד להודיע לילד בשורה מרה ולשוחח על כך

בצל המצב שבו אנו נמצאים ואין באפשרותנו להיפגש עם כל הכיתה, אנו מבקשים שכל הורה יספר לילדו על מה שקרה וישוחח אתו על כך. להלן מספר הכוונות חשובות בהקשר זה:

1. שוחחו עם הילדים בצורה גלויה, פתוחה ורגועה, בשפה מותאמת לשלב ההתפתחותי שלהם. אפשר לומר "לצערי הרב נודע לי ש _____ מת אתמול. זה מאוד עצוב לנו ובעיקר ל _____ מהכיתה שלך. האם שמעת על זה משהו?"
2. תוכלו להביע רגשות, אך חשוב שתעשו זאת בצורה מבוקרת. חשיפה לסערת רגשות חזקה, עלולה לערער את בטחונו של הילד ולגרום לחרדה רבה.
3. הימנעו מלשוחח "מעל ראשיהם של הילדים" - כשמדובר בנושא קשה יש לנו נטייה לעיתים להגן על הילדים מפניו ולשוחח בינינו בהנחה שהילד איננו מבין, בעיקר הצעירים שבהם. חשוב לזכור, שהבנה חלקית וחשיפה לטונים המודאגים של השיחה, מזיקים. קליטת מסרים בלתי מילוליים וחלקי מידע, עלולים להוביל להשלמת פערי הבנה בדמיון וליצירת תמונה, המפחידה לעתים הרבה יותר מן המציאות עצמה. לילדים חשוב להסביר באופן ענייני ולהיות פתוחים לכל שאלה שתעלה.
4. עודדו את הילד לפעילות יעילה בהקשר לאירוע - הציעו לילד לכתוב, לצייר, ליצור קשר בטלפון עם התלמיד שנפגע, בדרך המתאימה לשלב ההתפתחותי שלו ולרמת הקשר עם החבר. פעילות מסייעת לחזרה מהירה לתפקוד ולהפחתת סיכון לתסמינים פוסט טראומטיים.
5. תשומת לב לילד שקשה לו יותר חשובה מאוד. אם הוא מסתגר בתוך עצמו, ממעט לקחת חלק בפעילויות, מדווח על חוסר תיאבון, מדבר על פחד שמקשה עליו לישון, אפשרו לו לשתף אתכם ואל תבטלו את הרגשות. שאלו אותו מה יכול לעזור לו להירגע, למדו אותו לבצע נשימות ונשיפות עמוקות ועשו זאת עמו, הציעו לו הסחות דעת שמתאימות לו, חברו יחד משפטים מחזקים ותלו אותם במקומות בולטים בבית.
6. בכל מקרה בו אתם זקוקים לייעוץ ועזרה תוכלו לפנות לגורמי הסיוע והעזרה במוסד החינוכי ובשירות הפסיכולוגי החינוכי.
7. חשוב לסמוך גם על האינטואיציות שלנו כהורים ולתת אמון ביכולת ההתמודדות שלנו ושל ילדינו.

נספח מספר 2 - מספר מאפיינים רלוונטיים של תקשורת וירטואלית שיש לקחת בחשבון

באופן כללי העקרונות של הדיבור הישיר בהקשר לאירוע משברי שרירים וקיימים והם עומדים גם ביסוד התקשורת הווירטואלית. ניתן לקיים את השיחה בדרך הנוחה למשוחחים (טלפון, ZOOM). עם זאת הקשר הווירטואלי מציב בפנינו אתגרים כגון:

- קושי בקריאת שפת גוף מלאה.
- העדר מבט עיניים מורכב למשל: אם מסתכלים הצידה במפגש ZOOM, התנועה עלולה להיתפס כחוסר עניין או התעלמות.
- ישנם אנשים שצפייה במסך מתישה עבורם הרבה יותר מתקשורת רגילה.
- סכנה של פגיעה בפרטיות - מומלץ להיות מודעים לנושא זה ולתת הדעת לכך שאנחנו במרחב פתוח וחשוף. SETTING לא נשלט שקשה לעיתים להתאימו לשיח מיטבי (רעש, מחשב אחד, לחצים במשפחה...).



לאור כל זאת, חשוב להיות מודעים למאפייני התקשורת הווירטואלית על כל צורתיה ולחפש פתרונות מראש לתרחישים אפשריים. לבדוק לפני השיחה את ה- SETTING הן אצל התלמיד והן אצל המבוגר המשוחח. לומר מראש מה הם היתרונות ומה הם החסרונות של תקשורת מסוג זה, למשל: להבהיר אני מסתכל למטה לעיתים זה מפני שאני רושם נקודות כדי שלא אשכח. לוודא שהשיחה לא ארוכה מ- 30 דקות אלא אם עולה צורך ספציפי כלשהו ומסכימים לדבר יותר זמן. עדיפות שיחות רבות קצרות מאשר מעט שיחות ארוכות.

נספח מספר 3 - מסרים בנוי חוסן העשויים להוות עוגן לשיחה

1. כשנמצאים במצב לחץ יש נטייה לראות את המציאות באופן חד- ממדי ובלתי משתנה. חשוב לזכור שמצבים בחיים משתנים ומתחלפים. גם המשבר הזה יחלוף בסופו של דבר.
2. אנשים מגיבים באופנים שונים חשוב שנזכור שהדרך שבה אנו מגיבים משפיעה על סביבתנו. כיוון שכך כדאי כשנחשוב בכל פעם מהן ההשלכות של הדברים שאנו אומרים על האחרים.
3. התמודדות משותפת נותנת כוח. ה"ביחד" מחזק ונותן תקווה. בעקבות משבר או מצב לחץ כדאי לומר: "אנו חווים אירוע לא קל, אך ביחד נמצא את הכוחות שיש בנו כדי להתמודד ולהתגבר".
4. מצב לחץ עלול לעורר חשיבה נוקשה, מכלילה ומתבצרת. מומלץ לעצור ולבחון דברים מנקודות מבט שונות.
5. אי וודאות עלולה לגרום לחרדה ובלבול ולעיתים היא בלתי נמנעת, אך זהו מצב זמני!
6. לכולנו יש ערוצי התמודדות שונים, חשוב שנזהה אותם בתוכנו ונחזק את יכולתנו לבחור במתאים ביותר ("גשר מאחד" של מולי להד ועופרה איילון).
7. כל פעילות יעילה הקשורה לאירוע, עשויה לסייע לנו בהתמודדות.
8. הומור, שמחה וראיית הטוב, מדגישים את ההיבטים הטובים והנעימים ומקלים על התמודדות במצבי משבר ולחץ.
9. הקשבה לחבר/ה במצוקה והתעניינות בשלומה הן בעלות כוח ריפוי ארוך טווח.
10. התמודדות טובה מבוססת על תפיסת המשבר באופן מאוזן: פרופורציה, פרספקטיבה, אלטרנטיבה לפתרון ואמונה בעצמי ובכלל.
11. פנייה לעזרה היא עדות לכוח נפשי של הפונה ולא לחולשה שלו!
12. מידע רב עובר בכל כלי המדיה והרשתות החברתיות, חשוב שנדע להבחין מתי זהו מידע אמין ובטוח ומתי המידע שקרי. כדאי לראות מי מפרסם, באיזה כלי מדיה, האם ניתן להצליב את המידע, כיצד זה הגיע אלי וכד'
13. ישנם מקורות סיוע רבים שחשוב לפנות אליהם, ההורים, חברים, צוות ביה"ס ומוקדים מקצועיים וטיפוליים.
14. חשבו על משפט מסר שלכם הכי חשוב לומר בעת הזאת לילדכם.

