



משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף בכיר – השירות הפסיכולוגי ייעוצי

שיח חינוכי, רגשי וחברתי לציון היום ה-500 לפרוץ המלחמה ולשבי החטופים



נשות ואנשי חינוך יקרים בחטיבות ובתיכונים,



בתאריך 17.2.25 נציין חמש מאות ימים לפרוץ מלחמת חרבות ברזל.
חמש מאות ימים ולילות בהם החטופים נמצאים בשבי חמאס.
חמש מאות ימים ולילות של לחימה ומתח, אובדן ושכול, מאבק ושיקום.
חמש מאות ימים ולילות של כאב ודאגה.
חמש מאות ימים שמשפחות כה רבות חיות הרחק מביתן.
ולצד זאת גם חמש מאות בקרים נחושים של סיכוי ליום חדש ולתקווה.

כמבוגרים משמעותיים אתם עוזרים לתלמידיכם להחזיק תקווה ולהאמין שכל בוקר מחדש, כל זריחה מביאה עימה סיכוי.

נוכחותכם לצידם, השיחות בכיתה על אודות אירועי השעה ויכולתם לחלוק עמכם ועם חבריהם תחושות, ספקות ושאלות משמשות לתלמידים כבסיס ביטחון, תומכות בהתמודדותם עם התקופה ומעניקות להם כוחות:

1. הכוח לשאת לאורך זמן את משא הרגשות המורכבים.
2. הכוח להחזיק תקווה ולזהות את מקורות החוסן האישי והקהילתי.
3. הכוח להיות בעשייה.

בין פעימה לפעימה, בין השמחה על חזרת חטופים לבין הכאב והדאגה לאלו שעדיין נותרו בשבי חשוב שתמשיכו בליווי המסור והנוכח שאתם מעניקים **למשפחות במעגלי הפגיעות בצל המלחמה. נהלו עמן שיח ותקשורת על אודות מצבן וצרכיהן, שכן אלו מאפשרים למשפחות לחוש שהן אינם לבד ומסייעים להן בהתמודדות היומיומית.**

להלן המלצות לניהול שיח מתמשך עם תלמידים ביום ה-500 ולאחריו:

טרם שיחה

1. סמכו על עצמכם! האופן והסגנון בו אתם מלווים את התלמידים מזה 500 יום הוא בסיס הידע החשוב ביותר שעומד לרשותכם, צאו לשיח מתוך הלמידה וההתנסות שלכם.
2. יש להתאים את השיח לצרכי התלמידים, למאפייני הגיל והכיתה ולמעגלי הפגיעות הכיתתיים. חשוב לעדכן את מיפוי מעגלי הפגיעות: תלמידים ממשפחות חטופים, משפחות שכולות, משפחות נפגעי פעולות איבה, משפחות פצועים, משפחות מפונים, משפחות כוחות הביטחון ומשפחות שמתמודדות עם משבר אחר.
3. שיחות אלו אף פעם אינן פשוטות, מומלץ להתייעץ לגביהן באופן שוטף עם היועצת או עם הפסיכולוגית ובמידת הצורך לתכנן יחד את השיחה ואולי גם לנהל אותה יחד בכיתה.
4. בכיתות בהן לומדים תלמידים ממעגלי פגיעות, חשוב לקיים שיחת התייעצות מטרימה עם היועצת והפסיכולוג.
5. בכיתות בהן מתקיים זה מכבר קשר עקבי ומתמשך עם בני המשפחה של התלמידים שעלו במיפוי במעגלי הפגיעות, יש לעדכן את המשפחה טרם השיחה ולהתייעץ עמם.

דגשים חשובים

- בשיח עם התלמידים בעת הנוכחית חשוב **לשאוף לאיזון**. להעניק לתלמידים מקום לבטא את הקושי והכאב לצד מתן מקום להתרחשויות שמפייחות **תקווה**, כגון שובם של החטופים והחטופות. מומלץ להיעזר בדוגמאות מעוררות השראה מתוך דברים שאמרו השבים והשבות וקרוביהם, בדגש על היבטים של התמודדות ותקווה, כוחות וביטויי חוסן.
- ננהל את השיח ברגישות, נהיה **קשובים** גם למה שלא נאמר ולא דובר בקול.
- נאפשר **שיתוף אישי** והבעה אישית.
- נחזק את ה"יחד" **הכיתתי והשכבתי** ונעודד **אקטיביזם**, פעולות ועשייה משותפת למען משפחות החטופים ומשפחות שמתמודדות עם השלכות המלחמה. פעולות שמבטאות **ערבות הדדית וסולידריות חברתית** ויש בהן כדי לחזק תחושת מסוגלות.
- נשאף להפיח תקווה ולהעביר מסר מחזק של **אחדות ואכפתיות**:
 1. נדגיש שכולם מייחלים לשובם של החטופים וננקטות פעולות רבות על מנת להשיבם לישראל.
 2. נעודד את התלמידים לחפש את 'הטוב' ולדבוק בו. נדגיש את החיובי ואת המנחם כגון שובם של חטופים וחטופות, משפחות שהתאחדו, חיילים שהחלימו, אזרחים שפועלים זה למען זה ונזמין אותם לשתף בסיפורי ערבות הדדית, טוב לב והתנדבות אליהם נחשפו.
- במידה שהשיח הכיתתי יביא **להצפה רגשית** של תלמיד נקשיב לו, נביע הבנה לתחושותיו ונשהה עמו שם ובסופו של דבר נעודד אותו לראות מה בכוחו לעשות כדי להתמודד, להיות בתחושת שליטה במצב ולהחזיק תקווה.
- **לגבי כל אמירה מדאיגה, נשוחח עם התלמיד לאחר השיעור, ונעדכן את יועצת בית הספר או את הפסיכולוגית.**

מהלך השיחה

נפתח ונאמר:

"לצערנו אנו מונים 500 ימים למלחמת חרבות ברזל ולשבי של החטופים. לשמחתנו זכינו לחזות בשובן של חטופות ושובם של חטופים והלב נמלא תקווה. יחד עם זאת, המתח המתמשך ואי הוודאות בדבר מצבם ומועד שובם של החטופים שעדיין בשבי, מעוררים עצב ודאגה בלב כולנו. היום נשוחח על המצב, נשתף בתחושות וננסה למצוא בתוכנו את הכוח לקוות לסיום המלחמה ולשובם של החטופים לביתם."

נזמין את התלמידים לשתף בעמדות, תחושות ורגשות בקשר למצב ולנושא החטופים, ונשאל:

"אילו עמדות, תחושות או מחשבות מלוות אתכם בימים אלה?"



נהיה מוכנים להכיל את הכאב ואת המורכבות סביב נושאי השעה. במידה שתלמידים יתייחסו לתיאורים הקשים מהשבי ולמצבם של השבים, נקשיב לדבריהם וניתן תוקף לדאגה ולחשש. נוכל לומר:

לצערנו העמוק החטופים עברו ועוברים בשבי מצבי חיים קשים מאוד. התיאורים אליהם נחשפנו כואבים לכולנו. לצד הכאב והעצב חשוב שננסה לתרגם את הדאגה לעשייה נגביר את התמיכה במשפחות החטופים ונמשיך לפעול, כל אחד בדרכו ועל פי כוחותיו, למען השבתם של החטופים בהקדם ולמען סיוע לשבים ולמשפחותיהם. נדגיש שהמדינה מעניקה לשבים מעטפת שיקום ותמיכה מקצועית רחבה (רופאים, עובדים סוציאליים, פסיכולוגים, תזונאים ועוד) ושנחננו מאמינים שהחוסן האישי וידיעת השייכות ששמרו עליהם לאורך תקופת השבי, יעמדו לרשותם גם כעת.

במקרה שתלמידים יביעו מסרים מורכבים נאזין להם, נביע אמפתיה לרגשות שהם יתארו, נעביר מסר של פתיחות למגוון הקולות, ומתוך המגוון נעודד את התלמידים לזהות גם את המשותף והמחבר:

"המציאות מורכבת ולכל אחד נקודת מבט משלו. אנחנו כאן יחד ככיתה, מקשיבים לכל קול ומכבדים דעות שונות ומשוחחים מתוך רצון להיטיב ולעזור. היחד שלנו הוא הכח שלנו וחשוב לשמור עליו. נכון, מתרחשים דברים שלא קל לנו להכיל ושמעלים בנו תחושות קשות. אנחנו כאן בכיתה לא מפסיקים להאמין ולקוות שהפתרון ימצא במהרה ועד אז עלינו לשמור על שייח מכבד, הקשבה ותמיכה, ללא קשר לדעות ולעמדות.

נתייחס למודעות הציבורית לנושא החטופים ולתמיכה במשפחותיהם:

"ככל הידוע לכם, אילו פעולות נעשות למען החזרת כל החטופים?"

חשוב לתת מקום לתיאור הפעולות וההשלכות שלהן, כפי שיעלו מפי התלמידים (בכיתות בהן לומדים תלמידים ממעגלי פגיעות, בדגש על תלמידים שהם או בני משפחתם נפגעי פעולות איבה, חשוב להתנהל ברגישות ולשוחח באופן אישי עם אותם תלמידים בתום השיעור).

"במצבי משבר נדרשים תהליכים מורכבים של קבלת החלטות, ואתם עדים לתקופה כזאת. אני כאן, לצידכם ושותפה לשיח החשוב בו אתם מבטאים מגוון רגשות ודעות ומשתדלים להכיל את אי הוודאות ואת המתח לצד הסיכוי והתקווה."

נעביר מסר של מחויבות ותקווה לשובם של כל החטופים לישראל במהרה, ונעודד לעשייה כמסר של תקווה

"איזו פעולה נוכל לנקוט כפרטים או ככיתה למען סיוע למשפחות בקהילתנו שמתמודדות עם השלכות המלחמה?"

נזכיר את דברי השבים והשבות שסיפרו כי במהלך השבי נחשפו לעשייה של הציבור למען השבתם ושאו מכך כוחות.

נסייע לתלמידים לזהות תנועה וסיכוי מתוך ההתרחשויות:

מהיכן אתם שואבים כוחות בימים אלו, מה מחזק אתכם? (למידה, פעילות חברתית, התנדבות ועשייה, שהות בחיק המשפחה)

מה מאפשר לכם לחוש סיכוי? (חטופים ששבו, הפסקת אש, חייל שהחלים, אדם יקר לליבם שהתאושש).

חשוב שנהיה מוכנים גם לאירועים לא פשוטים ולרגעי כאב בהם נקבל חזרה מהשבי את החללים ששבים לקבורה ונעניק מקום לצער, לכאב ולקושי:

"אני שומעת את העצב והכאב שעולים כעת, כולנו עצובים לנוכח האובדן, אנו כאן יחד האחד בשביל השני. יש בנו את האמונה שכולנו נתמודד בהדרגה ובקצב שיתאפשר לכל אחד מאיתנו. לאט לאט כל אחד ימצא את הכוחות הדרושים לו."

נזכיר לתלמידים להפעיל שיקולי דעת לגבי החשיפה לתיעוד באמצעי התקשורת השונים:

"נסו להגן על עצמכם מפני חשיפה רחבה מדי לסרטונים, לתמונות או למידע שיפיצו ברשת ובתקשורת. אפשר לגלות מעורבות ועניין גם מבלי לצפות בתמונות קשות."

בתום השיחה נסביר לתלמידים כמה חשוב לשתף בתחושותיהם ובהתנסויות שהם חווים ונחשוב עמם על מגוון כתובות השיח שעומדות לרשותם. נזכיר להם שכתמיד אנחנו זמינים להם ונעודד אותם לפנות אלינו לשיתוף ולעזרה.

הזמנה לפעילות

בהמשך לשיחה אפשר להזמין את התלמידים להתחלק לקבוצות ולבחור לעצמם מרחב ביטוי בעזרתם יוכלו לפעול למען משפחות החטופים ומשפחות בקהילה שמתמודדות עם השלכות המלחמה:

1. **מרחב האקטיביזם** – במרחב זה תוכלו לתכנן פעולה שתנקטו למען המשפחות.
2. **מרחב הרשת** – במרחב זה תוכלו לתכנן ולנקוט בפעולות ברשת למען המשפחות.
2. **מרחב הדאגה** – במרחב זה תוכלו לחשוב על פעולות להבעת דאגה, להרעפת חום, נתינה וחמלה על המשפחות.
3. **המרחב האישי** – במרחב זה תוכלו לפעול למען אדם אחד או משפחה מסוימת שנגעו לליבכם, ולהתעכב על האנשים ועל הסיפורים שמאחורי השמות.
4. **מרחב היצירה** – במרחב זה תוכלו להתבטא למען המשפחות בעזרת יצירה ואמנות.
5. **מרחב הצלילים** – במרחב זה תוכלו להתבטא למען המשפחות באמצעות מוזיקה ושירה.
6. **מרחב התנועה** – במרחב זה תוכלו להתבטא למען המשפחות באמצעות יוזמות מתחום הספורט, הפעילות הגופנית והתנועה.
7. **מרחב האמונה** – במרחב זה תוכלו להביא לידי ביטוי מסרים של חיזוק רוחני ואמוני מתוך המקורות מהעבר ומהווה. להיעזר בדמויות מעוררות השראה ולייצר לימוד משותף ומחבר.
8. **מרחב התפילה** – במרחב זה תוכלו להתכנס לתפילה מחזקת, אפשר לבחור קטעי תפילה ולהוביל אותם.

בתום הפעילות חשוב להביע באוזני התלמידים מסרים בוני תקווה שכוללים הבעת נחישות להמשיך ולפעול להשבת החטופים, הבעת מחויבות למשפחות והבעת הערכה למעורבות של התלמידים בשיח ובכלל.



צוות יקר,

אתם, הרצים למרחקים ארוכים, תומכים במשפחותיכם ובתלמידיכם, תרומתכם ראויה לכל הערכה והוקרה.

זהו את מקורות הכוח שלכם ושבכם.

זכרו עד כמה אתם משמעותיים, וכמה חיונית נוכחותכם.

תפקוד מקצועי ואישי הוא גם בבחינת מעטפת מגן שעוזרת להיזכר בכוחות ושלא מאפשרת להרים ידיים. התפקוד עוזר לאדם למצוא בתוכו כוחות לגלות רגישות, לראות את האנשים סביבו ואת עצמו.

אנא, מצאו זמן ומקום לשתף בהתמודדויות שאתם חווים, דברו על כך עם מורים עמיתים, עם יועצ/ת בית הספר, הפסיכולוג/ית או המנהל/ת.

בעת הצורך מוקד "קול לכולם" *6312 עומד לרשותכם ולרשות התלמידים וההורים.





ב-17.2.25 נציין 500 ימים למלחמת "חרבות ברזל". זוהי תקופה ארוכה ומאתגרת של דאגה לחטופים, התמודדות עם אובדן ושכול ומציאות מורכבת עבור כולנו.

כמחנכים ומחנכות נרצה להמשיך לסייע לתלמידים ולתלמידות שלנו להישאר מלאי תקווה, נחישות וחוסן. הפעילות המצורפת עוסקת בחוסן חברתי, ערבות הדדית ותקווה בזמן מלחמת "חרבות ברזל".

מטרות הפעילות:

- התלמידים יחזקו את תחושת החוסן האישי והקבוצתי שלהם
- התלמידים יפתחו אמפתיה והבנה לחוויות השונות של חבריהם בתקופת המלחמה
- התלמידים יחזקו את תחושת הערבות ההדדית והאחריות הקולקטיבית
- התלמידים יזהו דרכים מעשיות לפעילות חברתית המקדמת את החוסן הקבוצתי והקהילתי במציאות מורכבת.

הפעילות:

רקע

השיר "גיבורי על" יצא ב-19 בפברואר 2024 בתקופת מלחמת "חרבות ברזל". הוא מוקדש לחיילי המילואים ומתאר אותם כגיבורי-על שעוזבים את חייהם האזרחיים כדי להגן על ישראל.

הסבר על הרקע לכתיבת השיר: השיר נכתב בהשראת פוסט של אסף פרי בפייסבוק. ניתן לקיים דיון על המצב הביטחוני שהוביל ליצירת השיר.

האזינו או צפו בשיר "גיבורי על" (התקווה 6): [קישור לשיר](#) | [קישור למילים](#)

דיון

שאלות לדיון לאחר שמיעת השיר:

- האזנה לשיר ודיון על המסרים העיקריים בו.
- ניתוח הדימויים והמטאפורות בשיר, במיוחד הרעיון של אזרחים רגילים כ"גיבורי על".

דיון כיתתי:

- מה דעתכם על הדרך בה השיר מתאר את חיילי המילואים?
- האם אתם מכירים אנשים שמשרתים במילואים?
- כבר 500 ימים שרבים נמצאים בשירות מילואים פעיל, איך זה משפיע על המשפחה שלכם ועל הקהילה סביבכם?
- מדוע חיילי המילואים נקראים בשיר "גיבורי על"?

פעילות יצירתית

מה אנחנו כתלמידים, יכולים לעשות על מנת להוקיר את משפחות המילואים? הציעו רעיונות למעורבות חברתית להוקיר תודה לחיילים ובצעו אותם בבתי הספר.

סיכום

דיון על חשיבות השירות הצבאי והמילואים בחברה הישראלית, ורפלקציה על המסר של אחדות ומחויבות לאומית בשיר.