



משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף בכיר השירות הפסיכולוגי ייעוצי

מבצע "עם כלביא" שיח חינוכי תומך עם ילדי גן שנחשפו לנפילת טילים באזור מגוריהם

גננות יקרות,

קהילתכן מתמודדת מקרוב עם השלכות נפילת טילים באזורכם. אנו מחזקים את ידיכן בהתמודדות המורכבת ומקווים שמשפחתכן ואתן מוגנים. לאורך תקופת המלחמה הידע המקצועי שצברתן עומד לרשותכן כמו גם הידיעה שכמבוגרים משמעותיים, בכוחכן לסייע לילדים ולמשפחתם לצלוח את המשבר.

על מנת שתוכלנה לסייע חשוב **לפעול על פי הנחיות הצל"ח, לעדכן מעגלי פגיעות** ולאתר ילדים ומשפחות שזקוקים לליווי ולתמיכה מקרוב ולאורך זמן. לקשר השוטף עמכן, לנוכחותכן לצידם ולשיחות שתנהלו עם הילדים ועם המשפחות תפקיד חשוב בחיזוק יכולת התמודדות וההתאוששות שלהם. הליווי שתעניקו והשיח עמכן יזכירו להם שהם אינם לבד ויאפשרו להם לעבד את שחוו, לשתף בתחושותיהם ולהבנות את סיפור האירוע שלהם וליצור עבורם מרחב שיח רגיש, כבסיס לנחמה ותמיכה.

לתשומת ליבנו

1. טרום כל שיחה (פרטנית או קבוצתית) חשוב להכיר את מידת החשיפה של כל אחד מילדי הגן לאירוע.
2. חשוב לזכור שתגובות הילדים למצב מושפעות מעוצמת החשיפה, מסוג הפגיעה שחוו וכמובן ממשאבי ההתמודדות והתמיכה שזמינים לכל ילד ומשפחה בקהילה.
3. במידת הניתן אפשר לבקש גם מצוות המערך התומך של הגן להצטרף לשיחה.
4. במידה ועולה מצוקה או קושי חשוב לשתף את היועצת/פסיכולוג השפ"ח ולשוחח עם ההורים.

4. לאורך זמן יהיו תלמידים שידברו ויביעו את אשר עובר עליהם ואחרים שכלפי חוץ יראו כאילו "שבו לשגרה רגשית". **חלקם עשויים להביע קושי באופן מזדמן במהלך פעילויות יומיומיות, משחק ושיחות**, ויהיו מי שיבקשו לשוב ולשוחח עמנו. לפיכך חשוב לאורך זמן לקיים שיחות חוזרות עם התלמידים במידת האפשר.

להלן הנחיות לניהול שיח חינוכי תומך עם ילדי גן:

שיח פרטני עם ילד במעגל פגיעה ראשוני (ילד שחוה פגיעה)

1. נפתח את השיחה בהתעניינות כנה ונשאל את הילד מה שלומו והאם הוא רוצה לשתף ולספר על האירועים שחוה.
2. נקשיב לדבריו באופן מכבד, אמפתי ומבלי להתערב או לעצור אותו. עם סיום דבריו, נבנה במשפטים קצרים וברורים ובאופן כרונולוגי את רצף האירועים להם היה חשוף, בהקפדה על התחלה – אמצע – סוף. נחזור על דבריו תוך שימוש במילים ובפעלים בהם הוא בחר להשתמש, לדוגמה: **"ביום שישי בלילה שמעת אזעקה ונכנסת עם אבא ואמא למח"ד/מקלט. שמעת רעש חזק... אחרי זמן מה הגעת למקום שאתה נמצא בו עכשיו"**.
3. חשוב לא להוסיף מיוזמתנו מידע שהילד אינו משתף לגביו.
4. אם הילד נמנע מלשתף, מביע חוסר רצון לדבר, או שמתקשה לתמלל את האירועים, צריך לכבד זאת ולהציע לו לשוחח איתנו במועד אחר בו יחוש נוח יותר לשתף. ניתן להיעזר במשחקים ובחומרי יצירה, שדרכם יוכלו לשתף. אפשר להציע להם לצייר את שאירע.
5. חשוב לשים לב לנושאים ולסיפורים שהילד מעלה ולתת להם מקום. במידה שישנה תחושה של הצפה אפשר לעשות עימו פעילויות הרגעה וויסות, כגון נשימות, כיווץ אגרופים ופתיחה, חיבוק פרפר (טפיחה על השכמות), ולהזכיר לו שכעת הוא במקום בטוח.
5. חשוב לתת תוקף לחוויה שמתאר הילד ובמידת האפשר להוסיף ביטויים של שליטה במצב, לדוגמה: **"אני שומעת שאתה כועס/ מפחד. הרבה ילדים מרגישים כמות, כשאנחנו כועסים אנחנו צריכים מקום להוציא בו את הכעס/ כשאנחנו מפחדים אנחנו מחפשים מישהו שלידו אנחנו מרגישים בטוחים יותר"**.
6. ייתכן שהילד ישאל שאלות, יש לתת להן מקום. אם כרגע אין תשובה ברורה נאמר **"גם אנחנו עדיין לא יודעים את התשובה, אבל אנחנו מאמינים שבקרוב יהיו תשובות"**.

7. חשוב לשקף כוחות שעולים מתוך השיחה, לדוגמה: **"כל הכבוד שנכנסת במהירות עם ההורים למרחב המוגן", "שיחקת בסבלנות בזמן שהיית במרחב המוגן", נתת יד ל... כשהלכתם למרחב המוגן"....**
8. חשוב להעביר מסרים של ביטחון, הרגעה ותקווה, לדוגמה: **"כעת אתה במקום בטוח, אתה לא לבד, XX נמצאים אתך, גם אני לצידך. כולנו מקווים שבקרוב נחזור לגן."**
9. כמסר של רציפות וחיבור לכוחות נעודד את הילד לעשייה; ספורט, יצירה, משחק ועוד.

בתום השיח ולאחריו

- נודה לילד על השיתוף: **"תודה על ששיתפת אותי, הדברים שאמרת לי חשובים לי מאוד וכעת אני מרגישה שאני מבינה אותך טוב יותר. אתה חשוב לי."**
- נדגיש שוב את הכוחות שעלו מדבריו.
- נזכיר לילד שתמיד יש בסביבה מישור שרוצה לשמוע אותו, **שחשוב לפנות ולשתף מבוגר בסביבתו**, וכמובן, גם אנחנו זמינות לו בכל עת.
- נתעד את עיקרי הדברים, **נשתף** גורמי תמיכה ובמידת הצורך גם את ההורים.
- נעבד את החוויה שלנו, ניתן מקום לתחושות שיעלו בנו ונתמך בעמיתים או משפחה.

שיח קבוצתי עם ילדי גן שנחשפו מקרוב לאירוע

לפני המפגש

- נעדכן את מיפוי מעגלי הפגיעות, נתכנן את השיחה בהתאמה.
- נתייעץ עם היועצ/ת או עם גורם טיפולי אחר.
- במידת הצורך נבקש שאיש צוות המערך התומך של הגן יצטרף למפגש.

מהלך המפגש -

- **מסירת מידע אמין:** נציג את פרטי האירוע הידועים לעת עתה. נעניק לילדים מידע והסבר אמינים ומותאמים לגילם, לצורכיהם ולתפקודם. נמנע מתיאורים קשים, מפרשנות ומפירוט יתר. לא נפרסם מידע שפוגע בפרטיות.
- **שיתוף הרגשות והמחשבות:** נשאל לשלום הילדים: **"מה שלומכם? איך אתם מרגישים? אילו מחשבות עולות בכם?"** נקשיב באמפתיה לתחושות ולמחשבות שיעלו, נכבד כל רגש וכל מחשבה.

- **הבניית הסיפור:** נשאל: **"מי רוצה לשתף בסיפור שלו?"** נעודד שיתוף, נקשיב בסבלנות ובהתעניינות ונביע אכפתיות. נהיה רגישים לתכנים שהילד מתאר ובמידה שנזהה שהשיתוף פוגע בפרטיותו או של אדם אחר, ובמידה שהוא שוזר בתיאור תכנים קשים, נעצור אותו בעדינות ונאמר לו שדבריו חשובים לנו מאוד ושנמשיך להקשיב לו בארבע עיניים בסוף המפגש.
- **תמיכה בחבר:** במידה שבגן לומד ילד שהוא ומשפחתו חוו את הפגיעה באופן ישיר ומתמודדים עם השלכותיה, נשוחח עימו **מבעוד מועד טרם השיח הגני**, ונבדוק עימו ועם הוריו איך נכון לו להשתתף בשיחה והאם ירצה לשתף בסיפורו אישי.
- **חיבור לכוחות התמודדות ועידוד לעשייה:** נשאל את הילדים **"מה ומי עוזר לכם להתמודד?"** שיתוף חבר, או בן משפחה, נעודד אותם להמשיך בעשייה היומיומית מומלץ להיעזר במודל ההתמודדות **'גשר מאח"ד'**.
- **מסרים של תקווה:** **"כמה טוב שכולנו כאן יחד לשתף זה את זה, להקשיב ולתמוך האחד בשני. כולנו מקווים ומאמינים שבקרוב נחזור לשגרה"**.
- **זיהוי מקורות תמיכה:** חיבור למקורות תמיכה ופניה לעזרה. ניתן לומר: **"פנייה לעזרה נותנת לנו כוח"**, **"שיתוף חברים, משפחה, אנשי צוות יעזור לנו להתמודד עם המצב"**. נביע אכפתיות לגבי מה שעובר על הילדים ונדגיש את היותנו זמינים עבורם.
- **נתעד** את עיקרי הדברים, **נשתף** גורמי תמיכה ובמידת הצורך גם את ההורים.
- **נעבד** את החוויה שלנו, ניתן מקום לתחושות שיעלו בנו ונתמך בעמיתים או משפחה.

נזכיר לילדים שאנו לצידם.

בתקווה לימים שקטים ובאמונה בכוחנו להקל על ילדי הגן ולחזקם גם לנוכח אירועי חיים קשים

מוקד הסיוע הרגשי של משרד החינוך 6312*