משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף בכיר השירות הפסיכולוגי ייעוצי

מבצע "שאגת הארי" ||
שיח חינוכי תומך עם התלמידים בתקופת החירום

צוותי חינוך יקרים,

בצל מצב החירום תלמידינו נמצאים בבתיהם וזקוקים לקשר עימנו ולנוכחות שלנו כמבוגרים משמעותיים, לשם שיתוף ותמיכה. במסגרת מפגשי הלמידה מרחוק נקיים גם מפגשי שיח תומך ונתאים את המענה והזמינות שלנו למצב, לאזור, לצורכי התלמידים וליכולותינו.

למה זקוקים מאיתנו תלמידינו בימים של מתיחות ביטחונית?

הגנה פיזית

ננחה את תלמידינו למלא אחר הנחיות פיקוד העורף ולעשות כל שביכולתם להגן על עצמם, תוך מתן הסבר לגבי ההנחיות באופן שמותאם לצורכיהם, לגילם ולתפקודם.

תחושת שייכות וקשר

ניזום קשר רציף עם התלמידים ונזכיר להם, בכל דרך, שהם חשובים לנו, שהם חלק מהכיתה ושהם אף פעם לא לבד, גם אם מדובר בימים של למידה מרחוק. נזמן מרחבים למפגשים משותפים לשם משחק, תמיכה, הכנת משימות או התנדבות משותפת ועוד

שגרת חירום

לאחר ההתארגנות הראשונית ובהתאם להנחיות פיקוד העורף, נבסס שגרת חירום מותאמת לשונות בקרב התלמידים ונעודד את התלמידים לקיימה כמסר של שליטה במצב ולשם שמירה על הרציפות התפקודית' שכה חשובה בתקופת חירום.

עשייה

נדרבן את התלמידים לנקוט יוזמה ולהיות פעילים. נחשוב יחד על פעולות שהם יוכלו לנקוט ולבצע. פעולות שיאפשרו להם לחוש מידה של השפעה ושליטה, יצמצמו את תחושת חוסר האונים ויקדמו התמודדות מיטבית, תוך התאמתן לשונות בקרב התלמידים.

זיהוי כוחות

נשאל את התלמידים *"מניסיונכם מי או מה עזר לכם להתמודד ברגע לחץ, פחד או קושי?"* ונעזור להם לזהות את משאבי ההתמודדות והחוסן שקיימים בתוכם ובסביבתם ומסייעים להם.

שיחה

נשוחח עם תלמידי הכיתה ונסייע להם בהבניית המציאות ובהבנתה:

- נשאל את התלמידים מה שלומם ונפתח בתיאור תמציתי של תמונת המצב העדכנית במילים פשוטות, בהתאמה לגיל, לצורכי התלמידים ולמידת החשיפה.
- נעניק מידע מהימן, שמצד אחד יעזור לתלמידים להבין את המצב ומצד שני לא יציף אותם במידע מיותר ומבהיל. *"מדינת ישראל נמצאת במלחמה. נכון לרגע זה, אנו נדרשים ללמוד מרחוק ולהיות בקרבת מרחבים מוגנים בשל טילים שנשלחים לכיוון ישראל".*
- נדגיש שמערכות ההגנה וכוחות הביטחון פועלים ללא הרף ובנחישות ועושים את המיטב על מנת לשמור על ביטחוננו.
- נזכיר שבימים הקרובים נמשיך לשמור על שגרת חירום, להיענות להנחיות פיקוד העורף וליישם את ההנחיות תוך כדי עזרה לבני המשפחה והחברים לשמור על ההנחיות.
- נתעניין בשלום תלמידינו, בחוויות שחוו ועדיין חווים, נאפשר להם לשתף במחשבות, ברגשות ובשאלות, ונלמד על תחושותיהם מתוך הנוסח והמילים שיבחרו. *"מה אתם מבינים, יודעים על המצב?"*, נענה לשאלות באופן תואם גיל ובהתאם לצורכי התלמידים, לא נוסיף מידע שאינו הכרחי לתפקוד שלהם.

משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף בכיר השירות הפסיכולוגי ייעוצי

מבצע "שאגת הארי" ||
שיח חינוכי תומך עם התלמידים בתקופת החירום

שיחה (המשך)

- בכיתות בהן תלמיד משתף ביוזמתו במידע על פגיעות בנפש וברכוש חשוב להתייחס לדבריו בכבוד, לומר משפט כללי שנותן תוקף למידע אך לא נכנס לפירוט, כגון *"אכן במספר מקומות בארץ פגע טיל שגרם לנזק ולצערנו יש משפחות שנפגעו"*. בסוף השיחה נתקשר באופן אישי לתלמיד שהעלה את הנושא ונשוחח עימו כדי לסייע לו בעיבוד המידע אליו נחשף. במידה שתלמידים נוספים יתייחסו למידע הרגיש, נרחיב את ההתייחסות שלנו, ניתן תוקף למידע ולחוויות שהם יעלו. ניתן לומר: *"חשוב לזכור שאת רוב הטילים צה"ל מצליח ליירט וכך נמנעות פגיעות"*. בנוסף נסביר ש"המשפחות שנפגעו מקבלות עזרה ותמיכה".
- נגלה הבנה ונעניק תוקף לרגשות שהתלמידים יתארו, נשתף מעט גם בתחושות שלנו, אך נקפיד להדגיש את התקווה שנלווית אליהן, בעזרת מסרים בוני חוסן. *"הפחד שאתם מביעים מובן, חשוב לזכור שהמצב הוא זמני ומדינת ישראל ידעה בעבר איומים וצלחה אותם וגם הפעם הביטחון והשגרה ישובו."*
- נשאל: *"מה בכוחנו לעשות כעת, כפרטים וככיתה? מי זקוק לעזרתנו? מה יכול לסייע לנו ולעודד אותנו?"*
- נזכיר לתלמידינו לשמור על עצמם גם במרחב הווירטואלי, ולהימנע מחשיפה או שיתוף של מידע לא אמין או קשה.
- נזכיר לתלמידינו עד כמה חשוב לשתף בדאגות, בשאלות ובקשיים. נשאל: *"למי אפשר לפנות בבקשת עזרה?"* ונבנה יחד עמם רשימה של כתובות ובראשה - הוריהם והמשפחה, מוריהם וחבריהם לכיתה. נעודדם לפנות לעזרה בעת הצורך **ואף להושיט יד למי שזקוק.**

ביסוס שגרה גמישה שמחזקת את ה"יחד הכיתתי"

- נסייע לתלמידים ולכיתה למצוא את משאבי ההתמודדות שלהם, נדגיש אותם כמקור כח: *"מה עזר לכם במצבי קושי או מצוקה בעבר? מה עוזר לכם להירגע?"*
- נעודד את התלמידים לשמור על קשר זה עם זה גם מרחוק – לדבר, להתכתב, לשחק.
- ניזום משימות שדורשות שיתוף פעולה ולמידה שיתופית.
- ניזום פעילויות הפגתיות מקוונות לאוורור ולחיזוק תחושת השייכות והתקווה.
- נעודד את התלמידים לוודא שאף חבר או חברה אינם חשים לבד ושעם כולם נוצר קשר.

מיפוי

מדי יום נערוך מיפוי של מעגלי החשיפה או הפגיעה בקרב תלמידינו ונגייס למענם מנגנוני טיפול ותמיכה. נסייע לתלמידים שמתמודדים עם חשיפה ישירה למצב, לכאלו שמגלים קשיים ולתלמידים או משפחות שמתמודדים עם קשיים ידועים זה מכבר. ניצור קשר עם המשפחות של התלמידים שלא יצרו עימנו קשר ונלווה באכפתיות כל תלמיד ובני משפחה.

נשות ואנשי החינוך, אנו ערים לעובדה שאתם ובני משפחותיכם מתמודדים עם האיום המורכב עימו מתמודדת כל מדינת ישראל. אין זה מובן מאליו שאתם מתגייסים למען תלמידיכם. תודה על היותכם מקור חוסן ויציבות לחברה בישראל. לצד פועלכם, אנא שמרו גם על עצמכם ועל משפחותיכם ואל תשארו לבד; שתפו את עמיתיכם ואת גורמי הניהול והטיפול בבית הספר בהתמודדויות המקצועיות והאישיות שלכם. האמינו ביכולת המקצועית שלכם ובמנהיגות שבכם, ואל תפסיקו לקוות ולהאמין שבקרוב יגיעו ימים של ביטחון ושקט.

חשוב להזכיר לתלמידים ולהורים שהצוות החינוכי זמין להם לשיח ולעזרה ושלרשותם עומד גם מוקד הסיוע הרגשי של השירות הפסיכולוגי ייעוצי של משרד החינוך, בטלפון 6312*,
ניתן לפנות גם אל השפ"ח ברשות המקומית שלכם להתייעצות ולתמיכה.