

חרוב בחירום
ידע וכלים לאנשי מקצוע



מכון חרוב
معهد خروب
Haruv Institute



איגרת לאנשי חינוך

מבצע שאגת הארי

לראות מבעד לקירות

כש"המרחב המוגן" אינו בטוח

מרץ 2026 | אדר תשפ"ו

מורות, מורים ואנשי חינוך יקרים,

בימים אלו המושג "מרחב מוגן" נמצא בלב השיח הציבורי. בעוד התפיסה הרווחת היא שהבית הוא המבצר והמקום הבטוח ביותר, **עבור חלק מתלמידינו השהות הממושכת בבית אינה מקלט, אלא גורם סיכון.** ילדים ובני נוער החווים פגיעה, הזנחה או התעללות רואים בביתם זירת סיכון מרכזית. הכתלים שאמורים להגן מפני האיום שבחוץ, הם אלו שסוגרים עליהם עם האיום שבפנים. בעיתות חירום, כשהשגרה מתערערת והמתח המשפחתי עולה, ילדים אלו הם הראשונים להיפגע. המציאות הטראומטית הקולקטיבית עלולה להחמיר פגיעות קיימות ולהפוך לגורם סיכון משמעותי לפגיעות חדשות.

העיניים שלכן מבעד למסך:

דווקא עכשיו, למסגרת החינוכית תפקיד קריטי ומשמעותי. אתם, אנשי ונשות החינוך – הדמויות המבוגרות והמשמעותיות מעבר לקירות הבית – מחזיקים ביכולת הייחודית לזהות סימני מצוקה שקופים, לעיתים עוד לפני שמישהו אחר מבחין בהם. יכולת זו הופכת אתכן ואתכם לקו ההגנה המשמעותי ביותר ולכתובת אנושית, בטוחה וחיונית, שאין לה תחליף.

במרחב הדיגיטלי – האחריות שלנו גדולה מתמיד.
 האנטנות המקצועיות שלנו צריכות להיות מכוילות לשינויים דקים בהתנהגות ובמצב הרגשי של התלמידים: היו קשובים וערניים למה שילדים אומרים וגם למה שלא נאמר במפורש.

צרו "זלת פתוחה" דיגיטלית:

הצהירו בפני התלמידים שאתם זמינים עבורם לכל דבר, לא רק לענייני לימודים. אפשרו שיח בריא ופתוח ואל תיבהלו משיח על נושאים רגישים.

קיימו שיחות קצרות עם תלמידים שמעוררים בכם תחושת בטן לא נוחה והקפידו לשאול שאלות פתוחות:

- "צמנים כאלו, אציגים אננו מראישים העט מפוגדים או אלוזים... איך המצבים האלו נראים בביג?"
- "מה אנה עושה כעאנה עוש/עווא? מה מסייע לך? מי מסייע לך?"
- "מי המבואר בביג שאפשר לפנוג אליו כעקשה?"
- "איך נראית עזרת הבוקר/הערב שלכם בביג?" (ארווג, סינה...)
- "האם יש לך מקום בביג שהוא רק שלך, שבו מכבדים את הפרטיות שלך?"
- "האם יש משהו נוסף שאוכל לסייע בו?"

* בעת קיום שיחות אישיות בתקופה זו, טבעי שהשיח ייטה לעסוק במצב הביטחוני. עם זאת, חשוב שלא להניח שזהו בהכרח מקור הקושי, ולא לצמצם את השיחה אליו בלבד.

יש להימנע משאלות מכוונות או משערות, ולא "לשים מילים בפיו" של הילד. שאלות פתוחות ורחבות מאפשרות לו לבחור מה להביא לשיחה ובאיזה עומק וקצב לשתף.

שלב שאלות אלו ועוד תוך שימוש בכלים אקטיביים לזיהוי מצוקה מרחוק:
שלב שאלונים או סקרים לתלמידים, שנותנים מקום להביע צרכים נוספים (למשל ב־whatsapp).
עודדו משימות הבעה ויצירה, משחקים המאפשרים התבוננות בסביבת המגורים.

כאשר ילד משתף במשהו מדאיג, הקפידו:

לתת נראות

לחזור בקול על מה שהילדים משתפים – חשוב להשתמש במילים שלהם ולעשות זאת בקול רגוע.

לכבד

לא להטיל ספק בדברים ובפרטים שהתלמידים משתפים בהם, לא למזער את שאירע. תגובה שיפוטית עלולה למנוע המשך שיתוף.

להכיל

חשוב להראות לתלמיד/ה שאיננו נבהלים ואנו מסוגלים להכיל כל דבר שיספר לנו, גם כאשר התלמיד/ה יתייחסו לעצמם באופן שלילי.

להפחית אשמה באופן חד וברור

"אתה לא אשם", "אני יודע שזה קשה ומפחיד", "אני שמחה שסיפרת לי". להעביר מסרים של **אכפתיות ותמיכה**: "אכפת לי ממך", "אני רואה שמהו עובר עלייך", ושל **תקווה**: "אני גאה בכך ששיתפת". "מעכשיו אני כאן איתך", "אתה לא לבד", "אעשה כל מה שאני יכולה כדי לעזור לך".

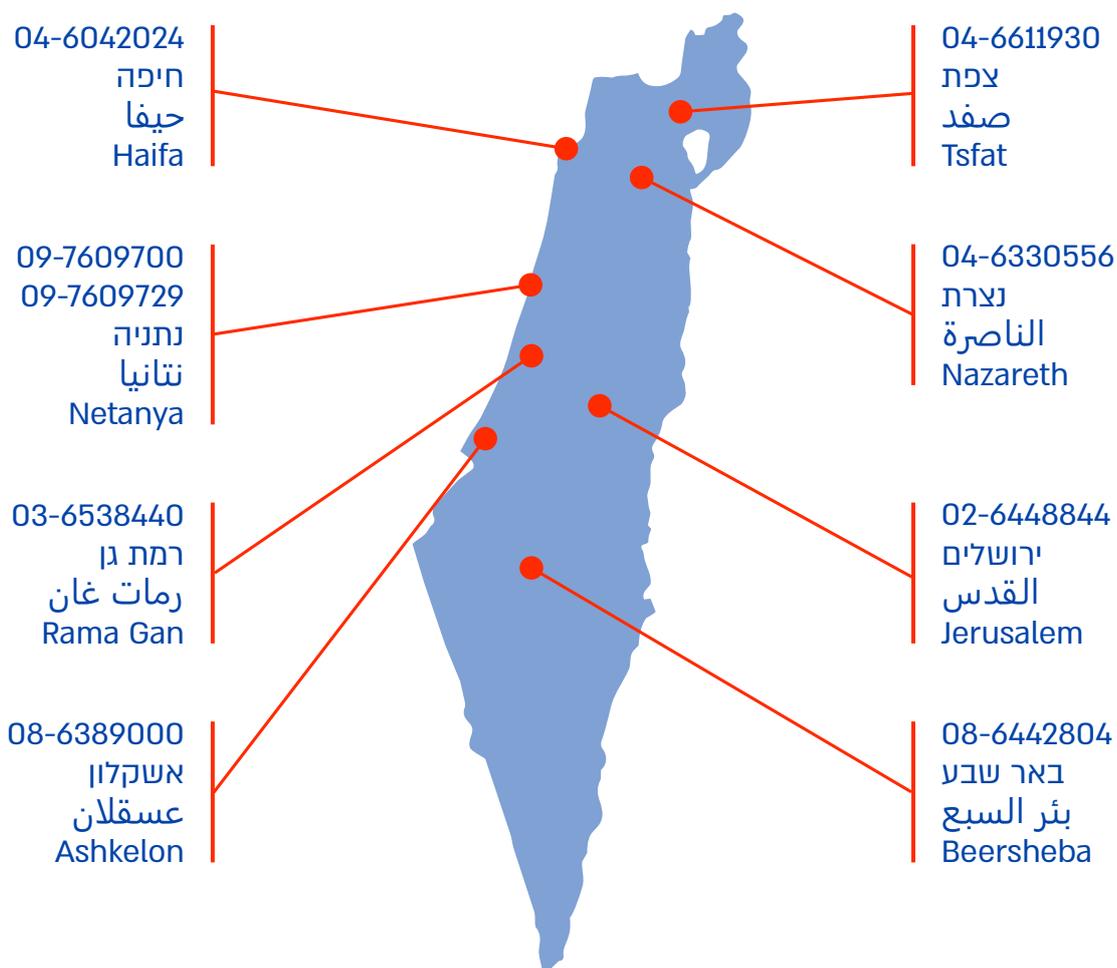
לשמור על הוויסות

הגיבו באופן רגוע ורציני. נסו להישאר מאוזנים – ביטויי זעזוע או חרדה עלולים לגרום לילד להיסגר. הימנעו מחקירה – המטרה העיקרית היא בירור ראשוני ותמיכה, לא חקירה מעמיקה. יש להימנע משאלות מכוונות או משערות, ולא "לשים מילים בפיו" של הילד. שאלות פתוחות ורחבות מאפשרות לו לבחור מה להביא לשיחה ובאיזה עומק וקצב לשתף.

אם עולה חשד לפגיעה בתלמיד

- * **שימו לב שלא לשתף בדבר הדיווח את מי מהמעורבים או החשודים בפגיעה**
- * אל תישארו עם זה לבד. אל תהססו להתייעץ, לשתף ולהיעזר בצוותים הייעוציים ובגורמי המקצוע בתוך המוסד החינוכי.

מרכזי ההגנה "בית לין" לילדים ולמשפחותיהם ישמחו לסייע בכל התייעצות והכוונה לקראת שיח שלכם עם הילדים.



גם כשאין חשד לפגיעה, יש חשיבות רבה לשיח עם התלמידים!

חשוב לזכור ששיח עם ילדים הוא רכיב מרכזי בקידום החוסן שלהם, בשגרה ובוודאי גם בחירום. ילדים, בעיקר אלה שעברו ועוברים אירועים קשים, לא תמיד יאותנו ויביעו את הצורך שלהם בשיח. לעיתים הם אפילו ירגישו שאין להם זכות לבקש את זה – משום שמתחוללים אירועים נוראים כל כך והם עשויים לתפוס את עצמם כלא כאלה חשובים. לכן יש חשיבות רבה לכך שאנשי החינוך ינקטו גישה אקטיבית בשיח עם הילדים, כדי להעביר להם את המסר: "אני רואה אתכם, אתם חשובים לי, מה שעברתם חשוב ויש לכם מקום – תמיד."

השיח הוא כלי מרכזי המאפשר להעניק לילדים:

התמודדות ומתן תקווה

"אני לצידך, במה אני יכול לעזור לך?"

נרמול

"התגובה שלך טבעית למצב שהוא לא נורמלי. למצב קשה אפשר להגיב בדרכים שונות."

הכרה ותוקף

"קרה לך משהו קשה."

שלושת האלמנטים האלו חיוניים בתהליך ההתמודדות והצמיחה מטראומה.

שימו לב – הצעה זו היא הבסיס לתחילת שיח. חשוב שנבחר במילים שאנחנו מרגישים איתם בנוח ונעשה זאת באופן שתואם את גילם של התלמידים.

לסיום נדגיש,

על אנשי חינוך שנותנים מענה לתלמידים/ות אלו לקבל הדרכה שוטפת מגורמי המקצוע הרלוונטיים במסגרת החינוכית ומחוצה לה. נוסף על כך, במקרים שנצפים בהם ביטוי מצוקה חריגים ו/או תלמידים משתפים באירועים קשים, יש להפנות לגורמים הטיפוליים המתמחים בטראומה ולוודא שהילדים מקבלים מעטפת טיפולית תומכת ומתאימה.

יכול להיות שגם אתם, אנשי החינוך היקרים, עברתם חוויות טראומטיות בעת הזו, ולכן גם אתם עלולים לחוות תגובות אופייניות למצב של טראומה. אל תישארו לבד, נסו להרבות בפעילויות שמרגיעות ומחזקות אתכם וקבלו עזרה מגורמי טיפול מתאימים.