

לב פתוח למשפחות המילואימנים ואנשי הקבע מחוון לצוותי חינוך בגנים בירושלים

מאז ה-7.10.23 שירות מילואים ממושך ורחב היקף הפך לחלק מהמציאות של אלפי משפחות בישראל, ובפרט בירושלים. המשפחות הללו נאלצות לנהל שגרה תובענית ובלתי צפויה תחת עומסים רגשיים, כלכליים ולוגיסטיים. גם תקופת החזרה מהמילואים אינה פשוטה, ומטלטלת את תחושת הסדר והביטחון ולעיתים מחייבת הסתגלות ותמיכה. בעבור הילדים, מוסדות החינוך מהווים את המסגרת היציבה ביותר, ולכן נדרש מענה חינוכי-רגשי מותאם, מבוסס מדיניות, ומעוגן מקצועית.

לפניכם מחוון לצוותים החינוכיים, המספק מענה לילדים, למשפחות המילואימנים ולעמיתיהם, בשלושה היבטים מרכזיים:

תמיכה בית ספרית ומענים רגשיים עבור התלמידים והמשפחות.

איתור השפעות הגיוס על התלמידים ותמרורי אזהרה.

מיפוי משפחות המילואימנים ואנשי קבע

1 מיפוי משפחות המילואימנים ואנשי הקבע

- צוותי החינוך בימים אלו מהווים עוגן עבור הילדים והמשפחות. הם מאפשרים לילדים יציבות, שגרה ומהווים דמות משמעותית שנמצאת שם עבורם. בנוסף, הם קו ראשון בזיהוי קושי, מצוקות ושינוי התנהגותי.
- בשל כך חשוב ליצור מנגנון מיפוי מוסדר.
- על הגננת לרכז את הנושא עבור התערבות פרואקטיבית בגן עם ילדי המילואימנים, אנשי הקבע והמשפחות.
- יש לעדכן את הורי הגן כי הגננת אוספת מידע ומרכזת את הטיפול.
- באחריות צוות הגן לדאוג לתקשורת והעברת מידע בין הגן, הילד, ההורים, וגורמי טיפול נוספים לאורך כל התקופה באופן מתמשך ורציף.

2 איתור השפעות שירות המילואים והקבע על הילדים ותמרורי אזהרה

ילדי המילואים ואנשי הקבע חווים היעדרות ממושכת של אחד ההורים, המלווה בדאגה ומתח. לפניכם מחוון רגשי לאיתור התנהגויות הדורשות התערבות.

* חשוב להדגיש שבכל שאלה או התלבטות לגבי חומרת ההתנהגות יש לפנות ליועצת או לפסיכולוגית המערכת.

תגובות התנהגויות שכיחות

- סימני מצוקה פיזיים:** חוסר מנוחה, תלונות חוזרות על כאבים, עייפות רבה, ירידה בתאבון או תאבון מוגבר.
- שינויים בולטים בתפקוד הרגיל:** ירידה ביכולת הקשב ואי שקט, הסתגרות, קשיי התנהגות, גרסיה, הימנעות מפעילות שגרתית.
- קשיים חברתיים חדשים:** התבודדות והסתגרות, קונפליקטים תכופים עם חברים ומבוגרים.
- עיסוק מוגבר בתמות הנוגעות למצב הבטחוני:** אזכור תכופ של אירועים טראומטיים, דיבור על פחד או אובדן, משחק חוזר סביב אירועים טראומטיים.

השפעות הגיוס על הילד והמשפחה

- היעדר דמות התקשורת משמעותית**
 - בלבול, כעס, הצפה רגשית, בכי, צורך בנראות, חרדת נטישה **חיפוש אחר תשומת לב בדרכים שונות**, **היצמדות לדמות חינוכית**.
- סכנה הנשקפת להורה המגויס**
 - חרדה קיומית. דאגה לאובדן ההורה. **עיסוק ממושך בשאלות על מוות, על המלחמה, הבעת רגשות של חרדה ומצוקה**.
- עומס רב על ההורה שנותר בבית**
 - חוסר נראות, צורך בקשר. חוסר פניות לצרכים יומיומיים. **הגעה למסגרת ללא שיעורי בית, ללא אוכל, ביגוד לא מסודר ומאורגן**.

3 תמיכה בגן ומענים רגשיים

בסעיף זה, מוצגות ההתערבויות אשר עומדות לרשותכם להפעלה בתוך הגן, או בקהילה, אשר מחולקות על פי סוג המענה וקהל היעד.

א. בסיס רגשי בטוח:

ילדי המילואים והקבע זקוקים לשגרה לצד רגישות ולכן חשוב לשמור על רציפות ולהעניק לגיטימציה לרגשות ע"י התייחסות אישית, שיחה פתוחה והקשבה ללא שיפוט. חשוב לזכור, שבגיל הרך הילדים לא תמיד יודעים לשייך ולהבין את רגשותיהם וזקוקים לדמות התקשורת מבוגרת שתהיה שם עבורם לתווך להם את המצב.

ב. פעילות רגשית-חוויתית:

יש לייצר מרחבים לשיח מונחה על רגשות, תחושות וחוויות הן בקבוצות קטנות והן באופן אישי. חשוב שהשיח יהיה מתמשך ותואם לשלב ההתפתחותי של הילד ובהתאם לחשיבה על מצבם של הילדים – האישי והקבוצתי.

תכניות השפ"ח:

משחקשר (קבוצות דיאדיות למילואימנים וילדיהם בגילאי 3-5)

ג. תמיכה יומיומית מותאמת:

יש לשים לב למצבו של הילד ולבדוק האם יש צורך בהתאמת סדר היום למצבו, בתיווך ובקרב של הצוות החינוכי. יש לשים לב אם זקוק לתשומת לב אישית בהקטנת העומס בתקופות משבר. במידה והוא צובר פערים בגלל חוסר פניות לאורך זמן יש לעשות בירור מעמיק ולתת מענה מותאם.

ה. שמירה על הצוות:

במהלך מלחמת חרבות ברזל גם רבים מאנשי הצוות חווים קשיים סביב המלחמה במילואים ממושכים של אחד מבני הבית, שכול ופציעות. חשוב לתת ולאפשר לצוות גם תמיכה רגשית וחברתית-הן באופן פרטני והן קבוצתי – ישיבות עיבוד, ליווי מקצועי כמו כן במובן הפיזי בהתאם לצורך- חלוקת תפקידים והפחתת עומס היכן שניתן. להלן המענים של מנח"ל לצוותי החינוך

שיחות פרטניות לצוותי חינוך (הדספייס)

מענה תוספתי-סדנאי עבור צוות הגן שניתן באופן תוספתי - בפנייה לפסיכולוגית הגן.

ד. תמיכה במשפחות המגויסים:

במידה וישנן קושי, הגננת תכנס ישיבה עם הגורמים הטיפוליים (מפקחת, יועצת, שפ"ח) לבניית תכנית אישית ובמידת הצורך תפנה לגורמים טיפוליים בקהילה. חשוב לוודא שלמשפחות יש מעגלי תמיכה לאורך התקופה ולהפנות לעזרה רגשית או סוציאלית. להלן המענים הקיימים למשפחות בתוך בתי-הספר ובקהילה:

- זמן הורות (סדנאות קבוצתיות ע"י השפ"ח - בפנייה לפסיכולוג ביה"ס)**
- פרייקטוריות בשכונה- תמיכה במשפחות המילואים והקבע לרבות עזרה בבית**
- ייעוץ בסלון (ייעוץ להורים לידה-6)**
- מוקד הורים (הדרכה פרטנית להורים)**
- מענים רגשיים למשרתי מילואים ובנות זוג (מעגלי שיח, פסיכודרמה)**
- מתחברים מחדש (ייעוץ זוגי למילואימנים)**
- משחקשר (קבוצות דיאדיות למילואימנים וילדיהם בגילאי 3-5)**

לסיכום

מסגרות החינוך הן המרחב הבטוח עבור ילדי המילואים ואנשי הקבע המאפשר להם לחוות שגרה, ביטחון והמשכיות, לקבל תמיכה ולהתחזק. אתן - נשות החינוך מהוות עבורם משענת משמעותית והכרחית להתפתחותם. מנהל חינוך ומנהל קהילה נמצאים בעבורכם לעבודה משותפת, מענים שוטפים ולמענים התוספתיים במידת הצורך.

בתקווה לימים טובים ושקטים באהרה

ושובם של כל חיילי צה"ל והחטופים בשלום

