

17 מרץ 2025
י"ז אדר תשפ"ה

מנהלות ומנהלי קהילות יקרים,

הכנה והנחיות לגבי התחקירים הצה"ליים ביישובי מ.א. אשכול

בימים אלה החל צה"ל בהצגת התחקירים הצה"ליים ביישובים בהם הייתה חדירת מחבלים. הצגת התחקירים והשיח סביבם עלול לעורר ולהציף רגשות וחשוב להיות ערוכים לכך בצורה מיטבית - לראות את הערך החיובי וההזדמנות שטמונה בהם לצד מזעור בנזקים האפשריים בהיבטים המכאיבים שבהם.

1. **לתחקירים הצבאיים חשיבות רבה** - עבור הקהילות והמשפחות ליצירת רצף האירועים ביום ה- 7.10 ולבניית הנרטיב הקהילתי והמשפחתי. זה מאפשר לנפש להרגיש מאורגנת, מובנת ולקבל תוקף למה שחוותה. בניית הנרטיב הינה חלק מהעיבוד המתמשך והיכולת לספר סיפור רחב, כוללני ומעובד על חיינו, כולל האסונות שהיו מנת חלקנו ויש בה ערך פסיכולוגי חשוב.

2. **התחקירים מאפשרים חשיפה ישירה של התושבים ללקיחת אחריות של צה"ל - על** המחדל הנוראי והפקת הלקחים על מנת שאירוע זה לא יישנה, ומהווים בסיס למסע הארוך של החזרת האמון בצבא שנסדק מאוד בקרב רבים מאתנו.

יחד עם זאת, תהליך התחקור עלול להציף רגשות מורכבים בקרב הפרט, המשפחה והקהילה כמו זעם, כעס, תחושת נטישה, פגיעות, חרדה וכניסה לתהליכי אבל. בפרט אם יוצגו במקביל להחזרת חטופים או תוך כדי מצב מלחמה וימי הזיכרון לאחר חג הפסח. כל אלה מציבים אתגר לנפש שלנו.

אלו רגשות אנושיים שרובנו יודעים לשאת אותם. חשוב שנתמוך איש ברעותו בעת הזאת, נאתר את הפרט, המשפחה והקהילה שיש להם פוטנציאל משברי ונספק להם את התמיכה והמגע האנושי המיטיב.

אנו מבקשים לסייע לכם ולהציע לכם שורה של המלצות אשר תשמשנה אתכם בקהילותיכם, בדגש על המלצות להורים לילדי בית ספר יסודי ולנוער.

אם אתם מרגישים כי אתם זקוקים לכלים נוספים על מנת לקיים שיח יעיל, או אם אתם מודאגים משינוי התנהגותי או רגשי בקרב ילדכם, ניתן לפנות לצוות החינוכי הפורמלי או החברתי, ליועצות ולפסיכולוגים במערכת החינוך, לעובדים הסוציאליים באגף לשרותים חברתיים ולמטפלים של מרכז חוסן.

- מוקד המחלקה לשירותים חברתיים של אשכול זמין עבורכם 24/7 – 08-9929170
- מוקד חוסן אשכול זמין עבורכם 24/7 – 054-4819859
- כל צוותי היעוץ והפסיכולוגים החינוכיים זמינים במערכות החינוך.

המלצות להורים לילדי היסודי

ילדי היסודי לא יהיו נוכחים במפגש, אך אנו יוצאים מנקודת הנחה שהם חשופים למידע ולשיח המתקיים במרחבים השונים, כמו גם לתחושות שלכם ושל סביבתכם נוכח המפגש. לכן, אנו ממליצים לשוחח עם הילדים/ות, בהתאם לגילם ולהבנתם ולפתוח ערוץ לתקשורת סביב הנושא.

איך מתחילים? כדאי להתחיל לנסות להבין איפה הילדים/ות נמצאים, ומה הם מבינים מהמציב: "מה את/ה מבינים ממה שקורה? מה שמעתם? מה זה אומר שיש תחקיר? מה את/ה חושב או מרגיש/ה לגבי מה שקורה?". בהתאם לתשובות שלהם, כדאי להתאים את ההסבר לגילם של הילדים.

על מנת להסביר לילדים מהו תחקיר צבאי, ומה המשמעויות שלו אפשר להשתמש בהסבר הזה: "תחקיר זה אומר שהצבא בדק גם את עצמו וחקר מה עבד ומה לא עבד כדי שיוכלו ללמוד מכך, כדי שהם ידעו לדאוג שלא יהיו עוד אירועים כאלה ויכולו להבין איפה היו טעויות ואיפה צריך לתקן כדי להבטיח את הבטחון שלנו. הם הגיעו לשתף אותנו בלמידה שלהם, זה יכול לתת לנו תשובות לגבי חלק מהשאלות שהיו לנו. זה לא פותר את הכאב, ולא מפחית ממנו, וזה גם יכול לעורר תחושות של מתח ולחץ. אנחנו פה אתכם, לענות על מה שנוכל, ולשמוע אתכם. נעבור את זה יחד".

במידה והילדים חווים מתח או לחץ, אפשר:

- כמו תמיד חשוב שאתם ההורים תהיו רגועים ככל האפשר כשאתם עם ילדיכם. חשוב לארגן מראש את מחשבותיכם ורגשותיכם בקשר לתחקיר.
- **לחזק משאבי התמודדות:** לנסות להבין יחד עם הילדים מה עוזר/עזר להם בעבר להתמודד עם חוויות של לחץ ומתח ולעודד אקטיביות. שימוש באמצעים גופניים הוא דרך טובה לוויסות רגשי ואפשר לנסות לעשות נשימות יחד (פרח ונר), לעשות פעילות ספורטיבית משותפת, או להשתמש ביצירה ככלי לפורקן רגשי.
- **להדגיש חווית "ביחד":** הדגישו לילדים שאתם איתם, ופה בשבילם. שאלו שאלות ופתחו ערוץ תקשורת, נסו לזהות אם יש התנהגויות שקשורות במתח ולחץ ועודדו את הילדים לשתף ולפרוק מתחים דרך דיבור, ספורט, יצירה, מוזיקה וכל דרך שמתאימה לילדכם.
- **להימנע מחשיפת יתר לתכנים מציפים באמצעי התקשורת.**

המלצות להורים לנוער

לאור העובדה שאין "נכון ולא נכון" מוחלטים בכלל בהתמודדות עם אבדן וטראומה, **עיקרון הבחירה המודעת תקף גם במקרה זה**. אנו ממליצים מאוד לקיים חשיבה מעמיקה – גם כאנשים פרטיים וגם כהורים – עם הנערים/ות, ולשקול זה מול זה: מצד אחד, את הצורך לדעת ואת חשיבות המידע והנרטיב הקוהרנטי, אל מול הצורך לווסת את כמות המידע והגירויים המציפים. בהתאם לכך, להחליט באופן מושכל מה נכון לנערה/ה וגם לכם. חשובה הבחירה שלכם ההורים כיצד ואיך לחשוף את הנערים לתחקיר תוך שילוב השיח שלכם איתם.

אנו ממליצים בחום על מספר צעדים ביחס למפגש האלוף המתחקר עם הנוער:

1. **נהלו שיח מטרים עם הנערה/ה לפני המפגש**. שיח זה כולל 3 היבטים:
 - **מתן מידע: המטרה** – לשפוך אור על מה שידוע ולסמן את האזור שאיננו ידוע. שתפו במידע אמין ככל שאתם יודעים על תוכן השיחה, אופי השיחה, הדוברים, קולות ותחושות שעשויים/עלולים לעלות במהלכה: מנגד, "סמנו" את האזורים הלא ידועים לכם – מה אינכם יודעים אודות מה שיעלה במפגש.
 - **שיח רגשי הדדי**: שאלו אודות תחושות, ציפיות וחששות לקראת המפגש, שתפו בתחושותיכם, שימו לב למסרים לא מילוליים הבאים לידי ביטוי בהתנהגות, ונסו לתת גם להם מקום. תנו מקום ולגיטימציה לכל מגוון התחושות והרצונות.
 - **בחירה** – לגבי עצם ההגעה למפגש, תוך מתן משקל "לשני צדי המשוואה". כאמור – כל אדם זקוק להתייחסויות ומענים אחרים. חשוב לציין כי ניתן גם לצאת במהלך המפגש אם התחושה היא של הצפת יתר.

2. **הגעה למפגש**: במידה שהוחלט יחד עם הנערה/ה על הגעה למפגש, ההמלצה היא: להגיע למפגש בליווי של ההורים.

3. **לאחר המפגש**: חשוב מאוד לחזור ולקיים שיח רגשי הדדי שיסייע בעיבוד התחושות והמחשבות בעקבות השיחה. בדומה לשיח הרגשי המקדים, גם כאן מומלץ לשאול אודות התחושות בעקבות השיחה, לשתף בתחושות שלכם, תוך לגיטימציה לכל מגוון התחושות והמחשבות. במידה ועולות תחושות של מתח ולחץ בעקבות המפגש, חשוב לנסות לעזור לנערים גם למצוא דרכים שיקלו על תחושות אלו. כדאי לעודד אותם לפעולה יעילה ולשאול מה יכול לעזור להם להתמודד עם הרגשות שצפו. ניתן להיעזר כמובן באנשי הטיפול שיהיו זמינים בישוב באותה העת, או בזמן אחר.

בתפילה לחזרת כל החטופים במהרה הביתה,

השרות הפסיכולוגי חינוכי אשכול
מרכז חוסן אשכול
האגף לשירותים חברתיים אשכול
אגף חינוך אשכול
המרכז הקהילתי אשכול