



הטיפול בתלמידים בסיכון לפני, במהלך ואחרי המסע

- א. שמירה על הבריאות הנפשית של משתתפי המסע**
- ב. הגדרת הקריטריונים של קבוצת התלמידים שבסיכון**
- ג. הטיפול בתלמידים בסיכון לפני, במהלך ואחרי המסע**

א. שמירה על הבריאות הנפשית של משתתפי המסע

כמה סוגיות למחשבה

החברה הישראלית, המאופיינת בעומס אירועים ובחוויות בעלי משמעות לאומית, היסטורית ואף קיומית, מעמידה את המתבגר בפני אתגר מיוחד ומורכב. למורשת ולמטענים ההיסטוריים, כמו גם לציפייה לשירות הצבאי, השפעה משמעותית על תהליך ההתפתחות של המתבגרים בישראל: הם יוצרים אצלם דואליות ולעתים קונפליקט בין הצורך לפתח אוטונומיה ואינדיבידואליות מחד גיסא, לבין הצורך להזדהות ולחוש לזיאליות לחברה, למדינה ולמורשת המשפחתית - מאידך גיסא.

בתקופה סוערת זו של גיל ההתבגרות ניצבת בפני המתבגרים הישראליים והמבוגרים המלווים אותם החלטה נוספת: האם להצטרף אל משלחת הנוער לפולין?

להחלטה זו קשורות דילמות ושאלות הנוגעות לזהותם ולכוחותיהם, לעמדותיהם ולערכיהם המשפחתיים, החברתיים והלאומיים, ומשמעות החיים והמוות בעיניהם. לא אחת מתלווים להחלטה אודות השתתפות במסע לחצים וציפיות חיצוניים משמעותיים הן משפחתיים (בעיקר כשהמתבגרים הם בנים למשפחה של ניצולי שואה), והן חברתיים (בחברות נוער בהן הנורמה המקובלת היא השתתפות במסע). ציפיות אלה מקשות על המתבגרים לקבל החלטה אישית בנושא, ועלולות לדחוף אותם להשתתפות במסע גם כשהם חשים מראש ספק לגבי יכולתם ו/או רצונם להשתתף בו.

המסע לפולין הוא חוויה אינטנסיבית רגשית וחברתית, הדורשת מהמתבגרים משאבים וחוסן נפשיים. במהלך המפגש מתרחש מפגש בין מסע ההתבגרות האישי לבין המסע אל ההיסטוריה היהודית, אל השורשים המשפחתיים, ואל השואה.

בתקופה בה עסוקים המתבגרים בחיפוש ובחיזוק ייחודיותם, כוחותיהם ויכולותיהם, מתחבר המסע בהכרח גם לספקות בדבר היעדר כוחות והיעדר התמודדות של יחידים בשואה, מה שעלול לאיים על המתבגר. במהלך המסע, האינטנסיבי מאוד גם מבחינה חברתית, זקוקים המתבגרים לתמיכה, לקרבה וללכידות חברתיים, בעוד שבפועל הם חשים, לעיתים, בודדים, או עסוקים דווקא בשאלות של ייחודיות והיפרדות. המסע מערער לא אחת גם אמונת ודעות שבהן האמינו המתבגרים בעבר, ומעורר שאלות קשות על משמעות החיים והמוות, על טבע האדם, שאלות שעלולות לבלבל אותם וליצור גם הן איום וחרדה.

ההשתתפות במסע גורמת לניתוק ברור וחד, לעיתים ראשון, מהבית ומהגנת ההורים. בעת המסע נדרשים המתבגרים לתפקוד עצמאי יותר ולגילוי משאבים פנימיים, ולא תמיד הם כבר בשלים לכך. החשיפה לחוויות עוצמתיות כל כך מבחינה רגשית במהלך המסע, בתקופה בה הזהות העצמית עדיין לא לגמרי יציבה ומגובשת, עלולה להיות קונפליקטואלית אף היא.

בעת שהמסע לפולין טומן בחובו סיכון לבריאותו הנפשית של המתבגר, הוא גם מאפשר הזדמנות להתבגרות מהירה. המסע פועל כמאיץ להשגת בגרות דווקא אצל מתבגרים שאינם בשלים דיים ומשפר את מיקומם החברתי של חלק מבני נוער לא מקובלים ואף דחויים חברתית.

עובדות אלה הופכות את החלטה של אנשי חינוך ובריאות הנפש אם להמליץ על השתתפותם במסע של נער או נערה המעוררים דאגה בדבר יכולותיהם להתמודד נכון עם אתגרי המסע, למורכבת מאוד.

לאור זאת תפקידם של הגורמים החינוכיים והטיפוליים האחראיים על המסעות לפולין לשאול את עצמם ברגישות ובמקצועיות מיהם המתבגרים אשר יוכלו לעמוד במסע מבחינה רגשית וחברתית, מיהם אלה אשר יזדקקו למידה רבה יותר של ליווי ותמיכה מקצועיים לפני, במהלך ואחרי המסע, ומיהם המתבגרים אשר המסע עלול להעמידם במצב של סיכון רגשי משמעותי.

אנו ממליצים בפני אנשי חינוך ובריאות הנפש המתמודדים עם סוגייה זו לאפשר לרוב המכריע של התלמידים החפצים להצטרף למסע, לעשות כן, עם סייגים שעליהם נרחיב.

ככלל ניתן להגיד שקרוב ל-100% מהתלמידים מסוגלים לחוות את המסע ולחזור בריאים ושלמים ממנו, בתנאי שיקבלו את התמיכה הנדרשת בכל שלב ושלב. אך אין זה מספיק לחשוב על התלמידים הזקוקים לתמיכה, אלא יש לחשוב מיהם המבוגרים המשמעותיים המלווים אותם במסע ומיהם חבריהם. בנוסף לחשיבה על המכלול האנושי יש לאבחן את פוטנציאל הקשרים האישיים העשויים להתרחש ביניהם.

לפי האמור אין זה נכון לקבל החלטה בדבר הצטרפותם או אי הצטרפותם של תלמידים למסע רק על סמך הסתכלות עליהם בלבד, אלא נכון יותר לחשב את מכלול המרקם האנושי המלווה אותם, ובמיוחד מיהם המבוגרים האחראים לקבוצה. תלמידים בעלי קשיים מורכבים למדי המוגדרים בקבוצת הסיכון יתמודדו בהצלחה ואף יתבגרו ויתגברו על חלק מקשייהם בזכות המסע, כשהמלווים אותם מספקים להם תמיכה התואמת את צורכיהם. לעומתם, חבריהם שאינם מעוררים סימני שאלה לפני המסע, עלולים לפתח משבר אישי בעת או אחרי המסע ללא קבלת תמיכה קבוצתית או אישית מדמויות סמכותיות.

אנו ערים למורכבות הדברים כפי שאנו מציגים אותם כאן. לא נוכל לתת מדריך עזר לניתוח מקצועי של מורים מלווים או של ההרכב האנושי והחברתי של כל קבוצה וקבוצה. בלי לבטל את עמדתנו זו נתרכז באפיונים השונים של התלמידים המועמדים לצאת למסע ונשתמש בחומר המובא כאן לעזר לנו, בתהליך החשיבה.

ב. הגדרת הקריטריונים של קבוצת התלמידים שבסיכון

התלמידים שבסיכון לפני המסע: המתבגרים אשר מומלץ לאתר לפני המסע כקבוצת סיכון אפשרית ולבחון את שאלת הצטרפותם אליו, מוגדרים על ידינו תוך שימוש בקטגוריות הבאות:

- תלמידים עם בעיות חברתיות - תלמידים מבודדים, דחויים ונלעגים, שיתקשו למצוא מקורות לתמיכה חברתית במהלך המסע.
- תלמידים עם בעיות התנהגות ומשמעת בולטות, או שמאופיינים בהתנהגות תוקפנית ואלימה. (אף שיש לקחת בחשבון את כוחות האגו של התלמיד עם בעיות ההתנהגות: מפני שאם מדובר במתבגר מורד בלבד הוא עלול להפריע בעיקר למבוגרים המלווים אותו, אך הוא בעצמו איננו בסיכון).
- תלמידים מופנמים ורגישים במיוחד, הממעטים בביטוי מילולי ורגשי.
- תלמידים עם נטיות דכאוניות, מחשבות ו/או מעשים אובדניים בעבר או בהווה.
- תלמידים עם בעיות נפשיות מאובחנות / מטופלות.
- תלמידים עם הפרעות אכילה.
- תלמידים שעברו בעצמם ו/או שאירע בסביבתם הקרובה אירוע טראומטי אישי/משפחתי/חברתי בעיקר בתקופה האחרונה.
- תלמידים שבמהלך ההכנה למסע מגלים חרדת-יתר, רגישות-יתר, היסוס ופחדים מפני המראות אליהם ייחשפו במהלך המסע.
- תלמידים עם רקע משפחתי בעייתי במיוחד ו/או היעדר תמיכה הורית.
- תלמידים שנרשמו למסע עקב לחץ משפחתי/חברתי - לא בחרו לצאת, אלא חשים מחויבות לכך. (הקריטריונים מפורטים בפרק 4)

התלמידים שבסיכון במהלך המסע: התלמידים אשר מוגדרים כקבוצת סיכון במהלך המסע ואשר מומלץ ללוותם ולבחון את מצבם ואת צורכיהם הרגשיים בתשומת לב מיוחדת:

- תלמידים שהיו מוגדרים כקבוצת סיכון לפני המסע, ויצאו אליו.
- תלמידים המתקשים בעיבוד חוויות המסע ובביטוי רגשי, מופנמים ולא לוקחים חלק בשיחות.
- תלמידים המגיבים בתגובות רגשיות קיצוניות ו/או לא מותאמות שחוזרות על עצמן.
- תלמידים מבודדים חברתית, דחויים ומבוקרים ע"י הקבוצה.
- תלמידים שבעת המסע חל שינוי קיצוני בסגנון ההתנהגות והביטוי הרגשי והאינטראקציות הבינאישיות שלהם יחסית לעצמם לפני המסע.
- תלמידים עם תופעות פיזיולוגיות - תלונות סומטיות (תלונות על כאבים ומיחושים כרוניים או חוזרים במהלך המסע - תלונות אלה מובעות בפני המורה המלווה או הרופא), הפרעות



אכילה ושינה שלא היו קיימות לפני המסע.

- תלמידים עם התנהגות הימנעותית מתמשכת מהשתתפות בפעילויות המסע.
- תלמידים עם בעיות משמעת וסמכות בעת המסע, שלא היו קיימות לפניו.

התלמידים שבסיכון אחרי המסע: התלמידים אשר מוגדרים כקבוצת סיכון לאחר החזרה מהמסע ואשר מומלץ לעקוב אחריהם לאורך תקופה משמעותית:

- תלמידים שהיו מוגדרים כקבוצת הסיכון הקודמות והשתתפו במסע.
- תלמידים שלאחר המסע חל שינוי משמעותי יחסית לעצמם מבחינה התנהגותית, רגשית, חברתית, תפקודית ו/או לימודית, הנמשך מעבר לזמן המייד שללאחר החזרה מהמסע.
- תלמידים שלאחר המסע חל שינוי משמעותי בדפוסי האינטראקציה שלהם עם המבוגרים המשמעותיים להם כגון: התנתקות, הסתגרות, ביקורתיות, ביטוי כעסים קיצוני (במיוחד אם הם בנים למשפחות ניצולי שואה).
- תלמידים שלא יצאו למסע כחריגים בתוך קבוצה כיתתית/חברתית שהשתתפה במסע ברובה.

קבוצת סיכון גבוה במיוחד: את הנכללים בקבוצה זו לא מומלץ ככלל לצרף למסעות לפולין (פרט למקרים יוצאי דופן אשר יישקלו לגופו של עניין):

- תלמידים שביצעו בעבר מספר ניסיונות אובדניים ואשר עדיין מוגדרים כנתונים בסיכון רגשי.
- תלמידים עם התנהגות אנטי חברתית בוטה.
- תלמידים הסובלים מהפרעת אכילה פעילה חריפה.



יער לופחובה

ג. הטיפול בתלמידים בסיכון לפני, במהלך ואחרי המסע

מקוצר היריעה לא יידון כאן נושא העבודה הישירה עם הילדים שבסיכון. אולם בשל חשיבותן יוזכרו להלן מספר נקודות לתשומת לב בעת העבודה עם התלמידים שבסיכון, כיחידים ובתוך הקבוצה:

- חשוב כי הגורמים המלווים יפקחו עין ויצפו בהתנהגות ובתגובות התלמידים, תוך הסתייעות בקריטריונים שהוגדרו לעיל.
- מומלץ להרבות ביחס חם ותומך לכל מי שזקוק לכך, ולוודא שתמיד תהיה בסביבה "אוזן קשבת" זמינה.
- מאידך יש להיזהר ולהימנע מדאגת יתר, שעלולה לחדד קשיים.
- חשוב לתת לגיטימציה ולעשות נורמליזציה לרפרטואר תגובות ורגשות רחב, הצפוי במצבי לחץ בכלל ובהקשר למסע בפרט.
- יש לעודד ולקדם את לכידות הקבוצה, לעודד עזרה ותמיכה הדדית בתוך הקבוצה, ותמיכה של התלמידים ה"עמידים" יותר ברגישים יותר.
- חשוב לעודד את התלמידים לדבר ולדאוג שבשיחות הקבוצתיות לכולם יהיה זמן להתבטא. בעת השיחות יש לשים לב במיוחד למי ששותקים, או למי שמגיבים בתגובות לא מותאמות.
- יש להגן על התלמידים החושפים עצמם בכנות רבה מפני תגובות ביקורתיות של אחרים - לעודד אווירה פתוחה ומקבלת.
- בעת שיחה על מצוקות ועל בעיות מומלץ להפעיל הקשבה אקטיבית ואמפאיתית. לתמוך בדרך של "פתרון בעיות" ולחפש המשך תמיכה לנזקק מתוך הקבוצה או מחוצה לה.
- לא "לברוח" מדיון ומשיחה על נושאים כואבים ורגישים במיוחד.

חשוב לגלות רגישות רבה בתהליך אישור/ביטול היציאה של תלמידים בסיכון, וללוות אותם ואת משפחתם באהדה.

אנו ממליצים לערוך דיון בפורום חינוכי מורחב לגבי תלמידים שיש לגביהם ספק או סיכון. פורום זה יכול את מנהל ביה"ס, רכז המסע לפולין, מחנך הכיתה, יועץ/ת פסיכולוג/ית, מספר מצומצם של אנשי צוות המכירים את התלמיד/ה והורים (בהתאם לשיקול דעת). בית הספר צריך לקבל החלטה מושכלת בשיתוף עם התלמיד/ה והוריו/ה.



לסיכום

רבים מבני הנוער הישראליים מבקשים לקחת חלק במשלחות הנוער היוצאות למסע לפולין. למסע זה, שהוא חוויה ייחודית וחד-פעמית, המהווה שיא של פעילות חינוכית בנושאי ההיסטוריה של עם ישראל, אזרחות ושייכות למדינה, יש משמעות רבה ביותר עבור בני הנוער. היציאה למסע מתרחשת תוך כדי מסע נוסף, מורכב ואינטנסיבי בעוצמתו הרגשית שעוברים בני הנוער - המסע לעבר הבגרות, לעבר פיתוח העצמאות והזהות האישית והקשרים הבינאישיים הבוגרים. מבחינה רגשית, מתרחשים שני המסעות במובנים מסוימים זה בצד זה, ובמובנים אחרים - בניגוד מסוים זה לזה. בגלל עוצמתו הרגשית טומן בחובו המסע לפולין סיכון וסיכוי כאחד. מטרתנו לצמצם עד למינימום את הסיכון לפגיעה רגשית במשתתפים במסע ולעומת זה להגביר ולאפשר את הסיכוי להתפתחות אישית, רגשית וחברתית שהיא מנת חלקם של רוב משתתפי המסעות לפולין.

לדעתנו יש לאפשר בתנאים המתאימים למירב התלמידים הרוצים בכך להשתתף במסע, ויש לעשות כל מאמץ להימנע מניפוי תלמידים, גם כאלה הנכללים בקבוצות הסיכון (פרט לאלה השייכים לקבוצת סיכון גבוה במיוחד). יש להבטיח את שלומם הנפשי של בני הנוער בכלל ושל אלה שבסיכון בפרט בשתי דרכים עיקריות:

1. תהליך הליווי של בני הנוער חייב להתרחש בשלושת השלבים: לפני המסע, במהלכו ואחריו.
2. חיונית ההשתתפות האינטנסיבית של אנשי מקצוע טיפוליים - פסיכולוגים ויועצים, בכל התהליך כולו, החל משלב ההכנה, דרך ליווי הקבוצה במסע בפועל, וכלה בתקופה שלאחר החזרה ממנו.

חוויה חיובית של השתתפות במסע לפולין דווקא לנערים/ות מקבוצות סיכון שונות, ועמידה באתגר הרגשי והחברתי הכרוך בהשתתפות במסע זה, עשויה להיות מנוף חיובי ביותר לחיזוק, לשיקום ולהתבגרות של נערים/ות אלה. חוויה זו, אם תהיה חיובית, עשויה להקרין אל שטחים התפתחותיים נרחבים ולכוון את דרכם של הנערים/ות לעבר העתיד למסלול חיובי ואיתן יותר.



מגדל השמירה, מאידנק