



אדברים ביחד
הורים וילדים



עם כלביא

התערבות חירום
"כפתור אדום"

סדר היום

- עדכון על מסגרת ההתערבויות – סטטוס נוכחי
- סטינגס של התערבות
- אפשרויות התערבות
- דגשים לפגישת זום עם ההורה

התערבויות מיידיות (סטטוס נוכחי)

- התערבויות עם מפונים במלונות- מטעם שפ"חים, חוסן ארצי, רווחה
- פניות נוספות: מפונים שאינם במלונות, משתחררים מבתי חולים
- פניות למוקד חוסן ארצי (מעגל שני)

סטינגס אפשריים להתערבות

- מלונות
- קליניקה פרטית
- זום

מבנה ההתערבות

- במלונות - במתכונת המוכרת: מפגש מקדים עם הורים ולאחריו התערבות דיאדית, שיחה מסכמת עם ההורים
- התערבויות שאינן במלונות:
 - מפגש זום עם ההורים- התערבות ראשונית
 - בשל הקושי לקיים פגישה דיאדית במצב הנוכחי, ברוב המקרים נכון להסתפק בפגישת הזום להורים בה ננחה אותם לקיים שיח עם הילד.
 - שיקול דעת קליני האם יש צורך להוסיף התערבות דיאדית:
 - בהתאם לשיחת follow up שתתקיים לאחר יום-יומיים, ולפי הרצון והאפשרות של המשפחה
 - במקרה של חשיפה גבוהה לאירוע טראומטי נוכל לקבל החלטה מיידית על קיום מפגש דיאדי (אפשר לשיקול מפגש זום)

אדמיניסטרציה

- מילוי טופס גוגל
- תיעוד פגישות בטיפולוג (אופן הדיווח ותנאי לתשלום)
- ביטוח מקצועי אישי

מטרות ההתערבות

- לעזור להורים לחוש מסוגלות ביכולתם לתמוך בתהליך העיבוד הרגשי של ילדיהם
- לעזור להורה לסייע לילדו לעבד חוויות ורגשות מאיימים מהאירועים הטראומתי באמצעות שיח על האירועים ומגע עם הרגשות הכואבים
- לסייע באיחוי ההתקשרות: מתן אפשרות לביטוי רגשות קונפליקטואליים שהילד חש כלפי ההורה - קבלה ותיקוף ע"י ההורה לצורך יצירת תחושה חדשה של ביטחון
- לסייע בהבנת הסימפטומים כמנגנון היעיל ביותר שנפש הילד מצאה להתמודד עם הרגש הנובע מהטראומה. מתוך הבנת ההיגיון של הסימפטום, המטפל מסייע להורה לאמץ עמדה מקבלת ואמפתית ולסייע בהתמודדות עם הסימפטום ובמציאת דרכי הבעה אדפטיביות יותר.

מבנה ההתערבות – התערבות מניעתית אקוטית

☐ מפגש עם הורים

☐ מפגש משותף הורים-ילד (מפגש דיאדי/טריאדי עם כל אחד מהילדים במשפחה, או מפגשים משותפים לכמה ילדים ביחד אם מתאים מבחינה התפתחותית ורגשית)

☐ שיחה מסכמת עם ההורים (שיחת טלפון קצרה/מפגש)

☐ פגישות בודדות נוספות לפי צורך (מורכבויות קודמות, קשיי ויסות משמעותיים)

☐ שיחת מעקב

מפגש עם ההורים

1. יצירת ברית איתנה עם ההורים כשותפים מלאים בהתערבות הדיאדית. (שואפת ליצירת תחושת ביטחון מהירה ומרבית באמצעות תקשורת רגשית ברורה, חמה ומיטיבה באופן אקספליציטי)
2. איסוף רקע – על הילדים ועל אירוע הטראומה (דגש על הבנת החוויה מנקודת המבט של הילד – מה הבין, מה הפחיד אותו, מה סיפרו לו, מה שאל, מה עזר לו)
3. בחירת מוקד להתערבות
4. בחירת מוקד לתיקון
5. ביסוס חווית המסוגלות ההורית לעזור לילד בתחום הרגשי (אפילו אם באירוע עצמו זה היה בלתי אפשרי על רקע מצב החירום)
6. הכנת ההורים להתערבות – מה הולך להיות ומה תפקידם

מפגש הורים - ילדים

- דיבור משותף על האירועים ועל החוויה הרגשית שהילד חווה – בקצב ועוצמה שונים מאשר באירועים עצמם
- הילד לא לבד – הפעם ההורה נמצא איתו בזמינות רגשית, ועוזר לו להבין ולווסת רגשות, מעניק תשומת לב, אהבה ותובנות
- המטפלת אקטיבית, דירקטיבית ומשחקית, ומזמינה את הילד להבעה רגשית באמצעות הרבה עזרה (שאלות, הצעות איך ילדים מרגישים)
- המטפלת מסייעת להורה להגיב באופן מקבל ומתקף כל רגש באשר הוא, תוך עמדה חומלת שמבטאת welcoming לכל רגש
- עידוד ביטוי רגשות קונפליקטואליים שעולים ביוזמת ההורה/ ביוזמת המטפל/ מהמשחק, תוך שותפות וכבוד להורה, ועזרה להורה להגיב ממקום מקבל ולא הגנתי
- ביחד מתאפשר ליצור נרטיב שלם שמחבר בין התחושות הקשות שהרגשתי לתחושת ביטחון בזכות הכרה של ההורה במה שהרגשתי

דגשים למפגש עם ההורים

- לשמוע מה עבר על הילד וההורים
- מה ההורים חושבים שהשפיע ביותר על הילד
- תגובות של הילד שההורה מודאג לגביהן או שם אליהן לב
- לעזור להורה לחבר אותם לאירוע והסבר מה יעזור (יצירת משולש)
- הכנת ההורה לשיחה

הכנת ההורה לשיחה עם הילד:

- שיחה על שיקולים לעיתוי, מיקום ומשתתפים:
- איפה ההורה חושב שיתאים לילד לדבר (בשיחה לבד בחדר, לפני השינה, בזמן משחק משותף)
- האם שני ההורים או אחד מהם
- האם ילדים ביחד או לחוד
- אפשרות להדגמה ומשחק תפקידים

מרכיבי השיחה

- המסר המרכזי: אני כאן, חשוב לי מה אתה מרגיש, אני יכול לעזור לך
- שאלות והצעות על מה הילד הרגיש ומרגיש
- תיקוף של כל מה שהילד אומר
- תיקון ולקיחת אחריות כאשר רלונטי
- החזרת בטחון בקשר וביכולת של ההורה לעזור לילד ולהגן עליו

שאלות והצעות על מה הילד הרגיש ומרגיש

- דיבור טנטטיבי ולא חקירתי, הצעות, שיתוף של מה ההורה הרגיש, שימוש במשחק השלכתי
- "אולי הרגשת פחד בגוף?", "ראיתי בעיניים שלך תחושה ממש לא נעימה, נראה לי שאולי פחדת מאוד.", "גם אני פחדתי מאוד, בטח ראית עלי.", "מה את חושבת? נראה לי שגם הבובה רינה ממש פחדה?"
- מה לא? שאלות פתוחות, הטלת ספק, תיקון הרגש שהילד מביע, או תיקון הנרטיב, לספר לילד בצורה מוחלטת מה הוא הרגיש

תיקוף של מה שהילד אומר

- חשוב לי לדעת מה אתה מרגיש
- אני שמח שאתה מספר לי מה הרגשת
- אתה ממש צודק זה היה מאוד מפחיד
- זה באמת מכעיס כל הזמן האזעקות האלה
- אפילו שזה רגש לא נעים אני רוצה לדעת

תיקון ולקחת אחריות כאשר רלונטי

- מסרים קצרים ופשוטים אם זה עולה במהלך הפגישה

- דוגמאות:

- אני מצטער שאין לי סבלנות כל כך הרבה פעמים

- אני מצטער שהבהלתי אותך

- ראיתי שנעלבת, גם אני הייתי נעלב וכועס

- זה באמת לא יפה כשהורים ככה צועקים ומלחיצים

- מה לא: הסברים ארוכים על למה

- העברת אחריות לילד

- הכחשה ותיקון העובדות (לא בדיוק צעקתי)

החזרת בטחון בקשר וביכולת של ההורה לעזור לילד ולהגן עליו

- מעכשיו חשוב לי ממש שתספר לי כדי שאוכל לדעת ולעזור לך עם כל הרגשות האלה
- אני לא יכול להבטיח לצערי שלא יהיו עוד טילים אבל אנחנו נעשה הכל כדי להישמר ולעזור לך עם כל מה שקורה
- לפעמים, כמו עכשיו, גם אמהות לא יכולות לפתור את כל הבעיות אבל הן תמיד יכולות לעזור לך
- מסרים מרגיעים: הסיכוי לטיל הוא נמוך מאוד (אפשר לעשות המחשה), יש אזעקות ואז אנחנו הולכים למקום מוגן יותר.
- מה לא:
 - לא להבטיח מה שאי אפשר לקיים,
 - לא לבטל את זה שזה עדיין מפחיד