

ידיעות אחרונות

בום, בייבי

יעל, בת שמונה חודשים, בוכה מכל דפיקה בדלת. אליה, עוד לא בן שנה, נרתע מאבא שלו מאז שהוקפץ למילואים. ועומר הפעוט מסרב ללכת לשירותים מפחד שתתפוס אותו אזעקה | אלפי ילדים בגיל הרך פיתחו סימני טראומה מאז 7 באוקטובר, אבל לא יודעים להסביר את עצמם | שלוש פסיכולוגיות ילדים התגייסו כדי לתת מענה לקשיים, אבל ההחלמה החברתית תתאפשר רק כשלמלחמה הזו יהיה סוף

הוספת תגובה

חן ארצי סרור | 15.08.25 | 00:00
תגיות עיתון המוסף לשבת

נעמי הפעוטה בוכה ומושכת באוזניים כבר כמה ימים. היא רק בת שנתיים. ההורים שלה מגיעים לרופא משפחה, ואז לרופא אף אוזן גרון - אבל הם לא מוצאים כלום. רק כשמתחילה פתאום אזעקה בגלל טיל מתימן, אמא שלה שמה לב שהיא שוב בוכה שהאוזניים כואבות נורא.

לקח להורים זמן להבין שנעמי פשוט מפחדת מאזעקות, והביטוי הוא פיזי - בגוף ממש. לאורך שנתיים של מלחמה, אלפי ילדים בגיל הרך פיתחו סימני טראומה. לא פעם הטראומה שלהם מתפספת כיוון שהם לא יודעים להסביר את עצמם, וההורים בקשב גבוה יותר לילדים הגדולים במשפחה.





(קרויזה. "זה קצה הקרחון")

"האוזניים החכמות של נעמי מספרות לנו מה שהלב שלה מרגיש", מסבירה נעמה קרויזה, פסיכולוגית ילדים ואחת ממקימות עמותת "מדברים ביחד - הורים וילדים", גוף שנוסד לאחר 7 באוקטובר כדי לתת מענה לילדים צעירים שעברו טראומה המונית. כמה צעירים? מאוד. גם תינוקות רכים עלולים לסבול מטרומה ולהגיב לה. "לעיתים נוטים לחשוב שתינוק הוא קטן מדי ולכן לא יזכור או לא יהיה מושפע מאירוע טראומטי", מסבירה קרויזה, "אבל המחקר מעיד שבכל גיל ישנה השפעה ויש אירועים שמטלטלים את המערכת הגופנית והרגשית.

"למעשה, ההבנה השכלית שלנו היא גורם מגן, כי היא מעניקה פרשנות ומשמעות למציאות. דווקא בגילים צעירים אין כלים להבין את המצב, ולכן כשחווים דברים מעוררי אימה אנחנו כמבוגרים צריכים לתמלל לילדים את הרגשות שלהם. היתרון הוא שלא פעם מספיקה התערבות קצרה בשביל לשפר את המצב".

קרויזה, יחד עם עמיתותיה עינת שקד ונטע עופר, גם הן פסיכולוגיות של הגיל הרך, הקימו את העמותה אחרי שירדו לאילת לפגוש את המפונים מהעוטף. שם הן הבינו שמדובר באירוע לאומי שדורש מענה רחב והיקפי של המומחיות הספציפית הזו. "פשוט הגענו לאחת הקהילות מקיבוץ שפונה והזמנו את המשפחות שהיו בקו הראשון של האירועים ב-7 באוקטובר להגיע אלינו. לאורך שלושה ימים פגשנו יותר מ-50 משפחות שעה אחרי שעה, והרגשנו שאנחנו מבינות משהו על סוג הקשיים ואיך לעבוד. היינו בטוחות שאנחנו באות לתגבר מערך קיים לתקופה קצרה, אבל בינתיים גילינו שהתקופה בכלל לא קצרה והמערך לא באמת קיים. עד סוף שנת 2024 עבדנו רק עם ילדי העוטף, ובשנה האחרונה אנחנו עובדות גם בצפון, גם עם נפגעי המתקפה האיראנית וגם נותנות הדרכות למטפלות ומטפלים רגשיים, רופאי ורופאות ילדים ואחיות טיפת חלב בכל הארץ. עד כה עברו אצלנו כ-2,500 ילדים ואנחנו מבינות שזה קצה קרחון".

איך נראית טראומה אצל תינוקות ופעוטות? במגוון צורות. יעל, בת שמונה חודשים משדרות, נבהלה ובכתה מכל דפיקה בדלת. מיקה, בת שנתיים מהצפון, אמרה שוב ושוב שהיא כועסת על אבא שלא מפסיק את המלחמה המעצבנת. עומר מהמרכז מסרב ללכת לשירותים, אפילו שהוא גמול לגמרי. לקח זמן להבין שהוא פוחד שתתפוס אותו אזעקה. עמית פוחד מאוד מאופנועים. הם נשמעים כמו אזעקה. אליה עוד לא בן שנה, אבל הוא לא הולך לאבא. מאז שהאב הוקפץ למילואים בזמן המתקפה האיראנית, אמא כועסת עליו, וגם האחים הגדולים. הילד הקטנטן מבין הכל. ופשוט משתף פעולה.

"הילדים חווים את העולם דרכנו, המבוגרים", מסבירה קרויזר. "לכן הם כועסים שאבא לא מסיים את המלחמה או מרגישים שאמא מאוכזבת או כועסת גם אם הם ממש תינוקות רכים. חלק מהותי מהטיפול זה לדבר עם הילדים, בכל גיל, במילים. להסביר מה קרה באופן פשוט. זה חשוב עוד לפני שיש טראומה, כבר כשקורה משהו מבהיל. להגיד: 'ממש נבהלת, נכון?' 'היה פה רעש מאוד מפחיד'. הטראומה היא הפרת חוזה בין הילד להורה. כשהם רואים אותנו מבוהלים, כועסים או מאוכזבים, זה משפיע.

"לפעמים הורים נאלצו לנהוג בילדים בצורה שהם חוו כפוגעת. למשל, בממ"דים הורים כיסו לילדים קטנטנים את הפה או הכניסו אותם לארון. הם דאגו לצרכיו ההישרדותיים של הילד, אבל הצרכים הרגשיים נשארו בצד והילד נותר המום ופגוע. ובעיקר הוא לא מבין את הסיטואציה ולכן גם לא יעזר בהורה בעיבוד שלה. אנחנו לומדים להתייחס לאירועים האלו, וכן - גם לבקש סליחה. להגיד: 'אני מצטערת שמשכתי אותך חזק ביד כדי שגרוץ למקלט', 'אני מצטער שנאלצתי ללכת למילואים ולא הייתי איתכם הרבה זמן'. גם אנחנו כמבוגרים מחפשים את ההכרה הזו מצד המדינה - מי שאחראית על ביטחוננו".

הילד הכי צעיר שליוותה קרויזר הוא קאי, רק בן שבועיים, מקיבוץ נירים. תמונתו על אדן החלון בזמן שהבית עולה באש בידי מחבלים הגיעה לכל פינה בעולם. "פגשתי אותו ואת ההורים שלו במלון באילת מיד אחרי הטבח", אומרת קרויזר. "כשהם הגיעו הוא ישן בעגלה. אמרתי להם שעדיף שנדבר כשהילד לא בחדר, כי גם אם הוא לא מבין - הוא מרגיש. אבל בגלל שהוא ישן בסוף כן קיימנו את השיחה.

"הם תיארו מה קרה דקה אחרי דקה, וכשהם הגיעו לרגע המבעית שבו ראו את המחבלים במצלמות האבטחה בבית שלהם, קאי התעורר בצרחות. הוא פשוט הרגיש את המתח בחדר עולה. אבא שלו הרים אותו ורעד בעצמו. בסוף אמא שלו הצליחה להרגיע אותו. היא דיברה אליו ונתנה תוקף לפחד שהם הרגישו. היא הדגישה כמה הוא בטוח פה איתה. חלק קריטי בהתמודדות הוא המודעות. התפקיד שלנו הוא לתאר מה קרה בלי להקטין ולסלף, ולהדגיש שאנחנו שם תמיד".

הטראומה לובשת פנים רבות. יש ילדים שצורחים ובוכים יותר, ויש כאלה שהופכים שקטים או חווים נסיגה בתקשורת. יש כאלה שמתקשים להירדם, ויש שנרדמים לשעות ארוכות מתוך פחד. הורים רבים בעוטף שהתחבאו בממ"דים תיארו איך הילדים פשוט הלכו לישון. מערכת העצבים מכבה את עצמה, אבל זה לא אומר שהילד לא הרגיש, אלא שהוא היה מוצף ולכן התנתק.

בקרוב משפחות שבהן הורה נעדר ממושכות, כמו במשפחות מגויסות, מזהים יותר חולי וגם קושי יותר גדול להיקשר להורה הנעדר. בצפון ובעוטף מזהים עיכוב התפתחותי בקרב תינוקות שהיו בקו העימות. "אין ספק שההשלכות הן רחבות, אבל אסור לנו להתיימש ולחשוב שהילדים משתונים 23-24' אבודים", מסכמת קרויזר. "יש ביכולתנו לסייע ולהגיע למצב תקין לגמרי בעזרת התערבויות פשוטות. לפעמים מספיק אפילו מפגש נקודתי. אנחנו עוסקות בהעלאת המודעות, כי ככל שיותר מבוגרים יידעו לתווך את המצב ולתמלל לילדים את המציאות, נפחית את הפגיעה".

כל עוד המלחמה ממשיכה, קשה יותר להגיע להחלמה. ההתערבויות הנקודתיות נכונות למצבים מסוימים, אבל יש מקרים שדורשים ליווי צמוד. בקרב תינוקות ופעוטות שאיבדו בני משפחה, שהיו עדים לרצח, שהיו בשבי או שהוריהם בשבי - מדובר במסע ארוך פי כמה. ההשלכה על חייהם נוכחת באין-ספור רבדים. ההחלמה והצמיחה יתאפשרו כשיהיה אופק, ולמלחמה הארוכה הזו יהיה סוף.