

17 בינואר 2018  
א' בשבט תשע"ח



עלון מס' 1

**מידעון**  
לדעת יתר לקבלת עזר

מידעון למשפחות נפגעי טרור

יוצא לאור ע"י  
זק"א ישראל  
ילדים של החיים  
03-6164444

## סיוע רגשי

### קבוצות דיבוב

אנשים שהיו עדים לפיגוע, בייחוד להתפוצצות, מתארים תיאורים דומים. המוטיבים החוזרים בתיאוריהם הם אלו: הרעש עצום, ולאחריו השקט לכמה שניות, המראות, הקולות והריחות. מאותו רגע, כפי שהם מדווחים, העולם כבר לא יהיה כפי שהיה. האנשים המגיעים לקבוצת הדיבוב לנפגעי טרור מלינים על בעיות שינה, על קושי בהדחקת האירוע ועל תחושות של חוסר אונים, כעס, אשמה ולעתים אף של בדידות קשה.

### מהו דיבוב פסיכולוגי?

לדיבוב הפסיכולוגי שורשים עוד בימי מלחמת העולם הראשונה לאחר קרב משמעותי נהגו המפקדים להיפגש עם החיילים לדיבוב, שמטרתו הייתה להעלות את המורל באמצעות סיפור ושיתוף הנוכחים במה שקרה.

הדיבוב הפסיכולוגי הוא מפגש קבוצתי של שלוש שעות, (Mitchell, 1983) לפי המודל של מיטשל בקירוב, והוא אמור להתקיים מיזמיים עד עשרה ימים לאחר אסון או אירוע טראומטי. כל מפגש מונה חמישה שלבים. בפתיחה המנחה מסביר למשתתפים את הנוהל ועונה לשאלות. הוא מדגיש שאין מדובר בטיפול נפשי, אלא בהתערבות המיועדת להפחית תגובות נורמליות שנגרמו עקב אירוע קיצוני. בהמשך מתנהלת הקבוצה לפי הנחיות המנחה. המשתתפים מתחילים בתיאור

העובדות, וכל אחד בתורו מתבקש לתאר את האירוע מנקודת המבט שלו. למשתתפים שאינם מרגישים נוח לדבר המנחה מאפשר לשתוק.

האירוע חי מחדש בחדר הדיבוב. השלב הבא נוגע בתגובות הקוגניטיביות לטראומה, ובו מתבקשים אנשים לתת ביטוי למחשבות שעולות בזמן המפגש ועלו בזמן האירוע. מכאן עובר המנחה לביטוי הרגשות ומאפשר קתרזיס למגוון הרחב של הרגשות העולים בדרך כלל בעצמה רבה כתוצאה מן האירועים הטראומטיים.

לאחר מכן הקבוצה מדברת על הסימפטומים הפיזיים והנפשיים, ולקראת סיום המנחה מוסר אינפורמציה חשובה באשר למהלך הצפוי של התגובות, לדרכי התמודדות, למקורות עזרה נוספים ומזמין את משתתפי הקבוצה למפגש מעקב.

### לסיכום:

דיבוב הוא התערבות קבוצתית שבמסגרתה הנפגעים מתבקשים לתאר יחדיו את האירוע לפרטיו,

לספר את הסיפור מתוך החוויה הסובייקטיבית. דיבוב הוא חזרה אל התופת, והוא משמש כלי לחזרה לחיים. צורת התערבות זו שימשה במקורה במסגרת הצבאית לנפגעי קרבות והועתקה למסגרת האזרחית. מאז שנת 1995, לאחר פיגוע אוטובוס קו 5 בדיזנגוף, המוסד לביטוח לאומי מקיים קבוצות דיבוב לנפגעי טרור בתקופה של עד שבוע מיום הפיגוע.

המשך המאמר בחודש הבא---



**מידע**

## הקרן לנפגעי טרור שע"י הסוכנות היהודית

הקרן לנפגעי טרור שע"י הסוכנות היהודית נוסדה בשנת 2002 והיא מעניקה סיוע משלים לכלל נפגעי פעולות האיבה, שהוכרו ככאלה על ידי רשויות המדינה.

הזכאות לסיוע נשמרת לכל מוטב עד שלוש שנים מיום הפגיעה.

פעילות הקרן מתאפשרת הודות לתורמים ברחבי העולם בראשם איחוד הפדרציות היהודיות של צפון אמריקה (JFNA), קרן היסוד, פדרציית שיקאגו ותורמים נוספים בארץ ובעולם.

לפרטים נוספים:

עו"ס הילה מלמוד, מנהל הקרן

טל: 03-7628373

hilam@jafi.org

או באתר הסוכנות היהודית

כאמור, לנפגע יש עד שנה להגיש בקשה לביטוח לאומי לקבלת פיצויים, כאשר לבקשה מצורף דו"ח רפואי מפורט. הדו"ח הרפואי צריך לכלול פירוט מקיף לגבי כל פגיעה, הן פיזית והן נפשית, של הנפגע, אשר נגרמה כתוצאה מפעולת האיבה.

### זכויות המגיעות לנפגע פעולת איבה

**טיפול רפואי** - נפגע מפעולת איבה זכאי לקבלת טיפולים רפואיים לפגיעות הנגרמו לו מפעולת האיבה כגון אשפוז, תרופות, רופא שיניים, החלמה, שיקום וכדו'. הזכאות לטיפולים רפואיים תתאפשר לאחר שהאירוע בו נפגע הנפגע הוכר על ידי הרשות המתאימה כפעולת איבה. עם זאת, טיפולים במסגרת רפואה פרטית אינם מזכים את הנפגע בהחזר כספי.

**טיפול פסיכולוגי** - כאשר פעולת האיבה משפיעה על הנפגע ברמה הנפשית, ובמידה ודרגת נכותו גבוהה מ-10%, זכאי הנפגע למימון טיפול נפשי אצל פסיכולוג, וזאת בנוסף לסיוע הניתן לו על ידי עובד השיקום העומד לצידו בהליך השיקום. טיפול כאמור יינתן בתנאי שעובד השיקום מעריך כי טיפול מסוג זה עשוי לתרום להצלחת הליך השיקום.

בנוסף לזכויות אלה, מגיעות לנפגע בפעולת איבה זכויות כלכליות רבות כגון השתתפות בתשלום ביטוח בריאות, הוצאות טלפון, סיוע בדיור ועוד זכויות רבות אשר ניתן למצוא פירוט מלא שלהן באתר הביטוח הלאומי.

המשך בחודש הבא---

## מיצוי זכויות



### פיצוי לנפגעי פעולות איבה

על פי חוק התגמולים לנפגעי פעולות איבה, אדם הנפגע בפעולת איבה זכאי לתגמולים כספיים והטבות שונות, שמטרתם לעזור לנפגע בתהליך השיקום. שני החוקים הרלוונטיים לענייננו הם חוק התגמולים לנפגעי פעולות איבה, אשר מגדיר את התנאים לקבלת התגמולים, וחוק הנכים, המפרט את גובה התגמולים המגיעים לנפגע בהתאם לאחוזי הנכות שנקבעו לו בעקבות פעולה האיבה.

### מיהו נפגע פעולת איבה?

אדם אשר נפגע בעקבות פעולת איבה של כוחות אויב מוגדר על פי החוק כנפגע פעולת איבה. הפגיעה יכולה להיות הן פגיעה ישירה והן פגיעה עקיפה מהפעולה. בנוסף לכך, אדם אשר נפגע ממעשה אלימות שהתבצע על רקע לאומני, יוכר כנפגע פעולת איבה, ובלבד שהמניע למעשה האלימות קשור לסכסוך הישראלי-פלסטיני, או שהפעולה נעשתה על ידי ארגון טרור המוכר בחוק כארגון טרור.

### כיצד ניתן לקבל הכרה כנפגע פעולת איבה?

אדם אשר נפגע בפעולת טרור או כל פעולה שהיא שנעשתה על ידי כוחות אויב, או סבור כי האירוע בו נפגע הינה אלימות על רקע לאומני, צריך להגיש בקשה מתאימה למשרד הביטחון. משרד הביטחון צריך לאשר אם אכן האירוע בו נפגע המבקש הינו פעולת איבה. לאחר שאושרה בקשה