



עלון מס' 6

מידעון

לדעת יותר לקבלת עזר

מידעון למשפחות נפגעי טרור

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

סיוע רגשי

טיפול מקצועי בפוסט טראומה

הצעד הראשון אינו פשוט

כניסה לטיפול מקצועי מתאים הינה צעד חשוב עבור נפגעי פוסט טראומה, אולם תהליך זה אינו פשוט כפי שהוא נראה במבט ראשון.

ראשית, על נפגע פוסט טראומה להכיר בכך שהוא זקוק לעזרה מקצועית.

נפגעים רבים, ואנשים בכלל, אינם ששים להגיע לטיפול נפשי מקצועי, זאת משום שטיפול נפשי עדיין נושא עימו סטיגמה חברתית שלילית, משום שהם חושבים שכניסה לטיפול הינה הודעה בחולשה, משום שאי-הוודאות שבטיפול מעוררת חששות, ומשום שכניסה לטיפול הינה צעד בכיוון ההפוך מההימנעות ששימשה אותם עד כה.

שנית, לא קל לפתח אמון וקרבה עם אדם זר. נפגעי טראומה מרגישים לעתים קרובות שאדם אחר לא יכול להבין את מה שעבר ועובר עליהם. הם מתקשים להבין בעצמם את מה שקורה להם, לעתים קרובות מרגישים נטושים ונבגדים על ידי החברה, ולכן הם נרתעים מלהתמסר ולשים את עצמם בידי של אחר - גם אם הוא איש מקצוע. ברמה הפחות מודעת נפגעי טראומה חוששים מלהיפגע שנית. חלק ניכר ממקרי הטרומה הם מעשי ידי אדם, ואך מובן הוא שהנפגע איבד חלק מהאמון שהיה לו בבני אדם, בכוונותיהם וביכולתם ורצונם לפעול למענו.

התסמונת הפוסט טראומטית הינה רבת-פנים והשפעתה עשויה לכלול מרכיבים אישיים (סימפטומים), בין-אישיים (יחסים במשפחה) וחברתיים (קשיים בעבודה ובחברה). נפגעים שונים אלה מאלה בסוג הסימפטומים שלהם ובעוצמתם, ולכן דרושה הערכה מקצועית שתמפה את הצרכים של הנפגע ותסייע להפנות אותו לסוג הטיפול המתאים לו.

שלבי טיפול

באופן כללי, טיפול בנפגעי פוסט טראומה יכול לכלול אחד או יותר מהשלבים הבאים:

- המתנה והשגחה - בחלק גדול מהמקרים הסימפטומים חולפים מעצמם.
- בניית אמון וקשר טיפולי.
- מתן מידע על טראומה - ידע הוא כח. ככל שהנפגע יודע ומבין יותר מה עובר עליו, כך ההתמודדות תהיה טובה יותר.
- טיפול ממוקד בטרומה - התמודדות עם הזיכרונות המכאיבים ועם המצבים שנמנעים מהם.
- טיפול דינמי - יצירת משמעות חדשה לטרומה.
- הכנה לאפשרות של רה-אקטיבציה (חזרה של סמפטומים בעקבות אירועים שונים במהלך החיים) והתמודדות איתם
- גיהול משבר מידי וחרף.

המידע מתוך אתר נט"ל לנפגעי טראומה לאומית

המשך בחודש הבא---



מידע

שמחים לבשר כמדי שנה נקיים פעילות ימי כיף במהלך חודש אוגוסט, בימים אלו החלה ההרשמה לימי הכיף. ימי הכיף מיועדים לילדים וילדות בגילאי 7-14 שנים, ויתקיימו באזור אילת.

במהלך ימי הכיף נהנים הילדים משלל אטרקציות מדהימות, חוויות בלתי נשכחות, מופעים מרהיבי עין, ושאר תוכניות מהנות וכל זה ע"מ להקל מעליהם את סבלם וכאבם מהפגיעות שנפגעו פיזית ומהטראומות הנפשיות בהם נמצאים. את המחנות מלווים מדריכים ומדריכות הצמודים לילדים לאורך כל הזמן, אנשי מקצוע עו"ס, פסיכולוגים ומרפאים בעיסוק.

פרטים נוספים יבואו בהמשך, יש להתעדכן על מועד מדוייק של הימי כיף באתר האינטרנט או במייל.

מי זכאי להגיע לימי הכיף?

ילד שנפצע בפיגוע טרור או בפעילות חבלנית עוינת בדרגות חומרה קל-בינוני-קשה.

ילד שאחד מבני משפחתו בדרגה ראשונה (אבא, אמא, אח, אחות) נהרג בפיגוע טרור או בפעילות חבלנית עוינת. ילד שאחד מבני משפחתו בדרגה ראשונה נפצע בפיגוע טרור או בפעילות חבלנית עוינת בדרגת חומרה קשה ונזקק לשיקום ועזרה צמודים.

מאחר וישנה דרישה גבוהה להשתתף בימי הכיף, עדיפות ראשונה ניתנת לילדים שהמקרה קרה במהלך השנתיים האחרונות. במידה ויש מקום פנוי אנו נוכל להכניס ילדים נוספים.

כל בקשה נשקלת ונבדקת על ידי ועדה מיוחדת המורכבת מנציגי המשפחות השכולות, הנהלת הארגון והנהלת המחלקה. אישור סופי להשתתפות בימי הכיף מותנה באישור רפואי ובאישור הנהלת המחלקה.

לרישום ילדים ניתן להיכנס לאתר האינטרנט שלנו.

מיצוי זכויות



זכותון לנפגעי תקיפות גזעניות

ולאומניות - המשך

פגיעה בגוף כתוצאה מתקיפה על רקע גזעני או לאומני

אילו זכויות מקבל מי שמוכר כנפגע פעולת איבה?

נפגעי פעולות איבה זכאים לזכויות שונות כגון תגמולים, מימון טיפול רפואי, סיוע בדירה, זכויות תעסוקתיות ועוד. למידע נוסף ראו פורטל נפגעי פעולות איבה.

איזה הליך על הנפגע בתקיפה על רקע גזעני או לאומני לנקוט כדי לקבל את הזכויות המגיעות לנפגעי פעולות איבה?

- במקרים רבים יוצרות הרשויות קשר עם מי שנפגע בפעולות איבה באופן יזום, ודואגות לכך שיוכר כנפגע איבה ויקבל את הזכויות המגיעות לו.

- אם הרשויות אם לא יצרו עם הנפגע קשר, עליו לפנות למוסד לביטוח לאומי.

התביעה להכרה כנפגע פעולת איבה נדחתה. האם ניתן לערער על ההחלטה?

ניתן להגיש ערר לוועדת העררים. החלטת הוועדה היא סופית ואין אפשרות לערור עליה.

נזק לרכוש כתוצאה מתקיפה על רקע גזעני או לאומני

נגרם נזק לרכושי כתוצאה מתקיפה על רקע גזעני או לאומני. האם מגיע לי פיצוי מהמדינה?

לא כל נזק לרכוש כתוצאה מתקיפה על רקע גזעני או לאומני מזכה בפיצוי מטעם המדינה.

על מנת להיות זכאי לזכויות בשל התקיפה, יש לעמוד במספר דרישות:

1. הנזק שנגרם לרכוש, אירע בעקבות תקיפה על רקע גזעני או לאומני המוגדרת כפעולת איבה.

2. אתה צריך להיות בעל הרכוש שנגרם לו נזק או הנושא בעלות הוצאות התיקון או שיקום הנזק שנגרם לרכוש של אחרים.

3. הנכס או הרכוש שניזוק צריכים להימצא בשטח ישראל.

- גובה הפיצוי מוגבל בתקרה, אך ניתן לבטח מראש את הרכוש תמורת תשלום פרמיה, על מנת להגדיל את גובה הפיצוי.

מה ההליך שעלי לנקוט כדי לקבל את הפיצוי על הנזק לרכוש?

- במקרים רבים יוצרות הרשויות קשר עם מי שנגרם לו נזק בפעולות איבה באופן יזום, ודואגות לכך שיוכר כנפגע איבה ויקבל את הזכויות המגיעות לו.

אם הרשויות לא פנו אליך ביוזמתן, עליך לפנות אל רשות המסים - הקרן לפיצויים ולהודיע על הנזק תוך שבועיים ממועד גרימת הנזק.