



עלון מס' 7

מידעון

לדעת יתר לקבלת עזר

מידעון למשפחות נפגעי טרור

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

סיוע רגשי

איך מתמודדים עם נפגע פוסט טראומה?

בני משפחה וחברים אינם יודעים כיצד להתמודד עם נפגע פוסט טראומה, ועובדה זו מקשה גם עליהם וגם על עליו. בני משפחה וחברים מאבדים את החופש שהיה להם בהתנהלות מול הנפגע לפני הטרואומה, והם מרגישים מלאכותיים ומהלכים סביבו "על קצות אצבעות". חשוב לכל הצדדים שהקרובים ביותר לנפגע יחזרו להתנהג מולו כרגיל. כל מקרה הוא לגופו, ולכן אי-אפשר לתת הצעות ספציפיות שיתאימו לכל מקרה ומקרה, אבל אפשר לדבר על מספר עקרונות כלליים:

- הקשיבו למה שיש לנפגע לספר. לנפגע קשה מאוד לבטא את תחושותיו, אך אוזן קשבת ואוהדת יכולה לצמצם את הנטייה שלו לסגת ולהיסגר בתוך עצמו. אל תגידו לו שאתם יודעים מה עובר עליו, משום שקרוב לוודאי אינכם יודעים, אלא הפגינו את אהדתכם כלפיו בכך שתכירו בקושי שלו ובכך שתסייעו לו במקום שבו אתם יכולים ("אני רואה שזה מאוד קשה לך ושאתה סובל. אני יכול לעזור במשהו?")
- העניקו תמיכה לנפגע, אך כבדו גם את הצורך שלו להתאבל ולהיות לבד. כולנו זקוקים שיהיו סביבנו אנשים שאוהדים אותנו, והנפגע אינו יוצא דופן. אין צורך לעשות משהו מיוחד, אלא את הדברים הרגילים שאנשים עושים ביחד. אינכם חייבים לדבר על הטרואומה ולנסות לשמש כפסיכולוג של הנפגע, ועדיף לא להתייחס אליו כאל ילד. ואולם,

כמו כולנו, גם הוא צריך לפעמים להיות לבד ויש לכבד זאת, גם אם ה"לבד" כרוך בסבל הפרטי שלו. הצורך שלו להיות לבד לא אומר שהוא אינו מעריך אתכם או אינו רוצה בקרבתכם.

- כדאי שתהיו באינטראקציה חיובית ככל האפשר עם הנפגע. זה יכול להיות ללכת לסרט, לאכול ארוחת ערב ביחד, לחבק, לשחק משחק או כל דבר אחר ששניכם יכולים ליהנות ממנו. אל תחששו להשתמש בהומור, אבל רצוי להימנע מהומור על הטרואומה.
- אל תנסו לנחם את הנפגע (ולמעשה גם את עצמכם) באמירות המייחסות לו כוחות שאין לו ("אני בטוח שאתה יכול להתגבר על זה") או כאלה המציינות עד כמה מצבו טוב יחסית לאחרים ("יש לך מזל שלא נפצעת או נהרגת שם כמואחרים"). אמירות כאלה אינן עוזרות ואינן מנחמות אותו, אלא מראות לו שאינכם יכולים לשאת את הטרואומה שלו. צער על מה שקרה לו, הכרה בכאבו ונכונות להבין אותו יהיו אפקטיביים הרבה יותר.
- אל תבטלו את עצמכם מתוך מחשבה שהנפגע לא יוכל לשאת זאת. שמרו על העצמיות שלכם ברגישות ובאהדה לנפגע, תוך התחשבות באירוע הטרואומטי שעבר. התנהגות כזו תקל על הנפגע להבין את הצרכים שלכם. לעומת זאת, ויתור ניכר על עצמכם ועל צורכיכם יגרום לכם תסכול רב, ובסופו של דבר גם יפעל נגד הנפגע.
- אתם יכולים להציע לנפגע לפנות לעזרה מקצועית או להשתתף בקבוצות תמיכה, אך יש להציע הצעות כאלו בזירות וברגישות (למשל, לא במהלך ויכוח).



זכותו לנפגעי תקיפות גזעניות ולאומניות - המשך

בן משפחה שנהרג בתקיפה על רקע גזעני או לאומני

האם קרובי משפחתו של מי שנהרג כתוצאה מתקיפה על רקע גזעני או לאומני זכאים לזכויות של בני משפחה של חללי פעולת איבה?

על מנת לקבל זכויות על פי חוק נפגעי פעולות איבה, נדרשת הכרה בקרוב המשפחה שנהרג כנפגע פעולת איבה (כפי שצויין בעלון מידע 5).

בנוסף, צריכה להתקיים קרבה משפחתית מסויימת אל הקרוב שנהרג לצורך זכאות (מידת הקרבה הנדרשת משתנה בהתאם לזכות). למידע נוסף ראו בפורטל המלא משפחות חללי פעולות איבה.

לאילו זכויות זכאים קרובי משפחתו של מי שנהרג כתוצאה מתקיפה על רקע גזעני או לאומני?

לאחר ההכרה בקרוב המשפחה שנהרג עקב תקיפה גזענית או לאומנית כנפגע איבה, זכאים בני משפחתו לזכויות להן זכאיות משפחות של חללי פעולות איבה.

בנוסף, המשפחה עשויה להיות זכאית לזכויות אחרות. למידע נוסף ראו בפורטל סוף החיים (זכויות הניתנות לכל אדם שקרובו נפטר) ופורטל נפגעי עבירה.



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 (אבא, אמא, אח, אחות) 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.

המשפחה של ההרוג.

אם הרשויות לא ביצעו פנייה מיוזמתן, יש לפנות אל המוסד לביטוח לאומי לצורך ההכרה בפעולה בה נהרג הקרוב כפעולת איבה.

כיצד על בני משפחתו של מי שנהרג כתוצאה מתקיפה על רקע גזעני או לאומני לפעול כדי לממש את זכויותיהם?

במקרים רבים הרשויות יפנו מיוזמתן אל בני