

A photograph of four children of diverse backgrounds sitting together. In the foreground, a young girl with long dark hair and bangs is smiling and looking towards the left. Behind her, a boy with short brown hair is also smiling and looking in the same direction. In the background, two more children, a girl with long blonde hair and a girl with dark curly hair, are visible, both looking towards the camera. The setting appears to be indoors with large windows in the background.

טיפול נמרץ

מרחב חינוכי-טיפולי בטוח לגיל הרך
כמענה לטראומה ראשונית
בישראל ובעולם

יערה שילה ויולי חרומצ'נקו

ד"ר יערה שילה היא מתנדבת פעילה במרחבים הבטוחים של ארלי סטארטס (Early Starters). היא מייסדת ומנהלת תוכנית הלימודים לתואר ראשון למנהלות מעון, מנהלת היחידה "גירסא דינקותא" במכללת אפרתה ומומחית לגיל הרך במצבי חירום.

יולי חרומצ'נקו מנהלת את פעילותו של ארגון Early Starters International במזרח אירופה, שם היא אחראית לפיתוח והטמעה של תוכניות חדשניות לקידום התפתחות של ילדים בגיל הרך. נוסף על כך, בתפקידה כמנהלת מחלקת תוכן והכשרות, היא מובילה את עבודת הפיתוח של חומרים חינוכיים ומכשירה אנשי מקצוע בתחום.

ארגון Early Starters (התחלה) הוא עמותה הומניטרית המתמחה בהענקת סיוע לילדים בגיל הרך באזורי משבר. הארגון פועל שנים רבות וצבר ניסיון עשיר בעבודה עם ילדים במצבי חירום, בד בבד עם פיתוח תוכניות ייחודיות המיועדות להורים וילדים להתמודדות עם טראומה, הכשרת צוותים, ושיתוף פעולה עם גורמים מקומיים ובין-לאומיים.

בשנתיים האחרונות התמקד הארגון בסיוע לילדים באוקראינה בעקבות המלחמה, ולפני שנה הקים מרחבים בטוחים עבור ילדים פליטים ממרכז ודרום אמריקה שהגיעו לניו יורק. מאז אירועי 7 באוקטובר הקים הארגון 17 מרחבים בטוחים בישראל עבור ילדים שנפגעו מהלחימה, וסייע להם להתמודד עם הטראומה ולחזור לשגרת חייהם.

עם חזרתם של תושבי העוטף לבתייהם, מקים הארגון מרחבים חינוכיים-טיפוליים בטוחים כדי ליצור רצף התפתחותי. מרחבים אלו מיועדים להתמודדות עם טראומה בטווח הרחוק ולפיתוח חוסן הן בקרב ההורים והצוותים והן בקרב הילדים. המרחבים מספקים מענה להכשרת צוותים מקומיים וכן תמיכה למשפחות, ומוקד ההכשרות והתמיכה הוא יצירת חוסן בקרב המבוגרים המשמעותיים הפוגשים את הילדים ויכולים לתווך להם את המציאות המורכבת שיצרה המלחמה. מאמר זה יעסוק במשמעות המרחבים הבטוחים ובחשיבותם.

שלושה סיפורים על בית משחק שהוא מרחב בטוח (כל השמות בדוגמאות בדויים)

- "אפשר להיכנס לבית?" שאל אמיר. "כן", ענו הילדים, "האם יש לכם ממ"ד? כי אני לא בא אם אין". "בטח, בוא בוא", ענו הילדים. הילד נכנס לבית שבמרחב, ופתאום הילדים קראו

של האירוע המשברי על המשך חייו של הילד ואת הסיכוי להעברת טראומה בין-דורית.

שניצר-משיח (2020) מתייחסת למרחב המעברי, לפי התיאוריה של ויניקוט, כהיבט הכרחי ליצירת סביבת טיפול מיטבית. המרחב הפיזי הבטוח משמש לילדים מרחב מעברי – בין תלות מוחלטת במצב החיצוני ובמבוגרים בעת אירוע משברי וטראומטי, ובין תלות יחסית נמוכה יותר המאפיינת את מצבי השגרה. המרחב הבטוח מאפשר לילדים לעבד את המעברים החדים בין מצבי התלות ולפתח התמודדות מותאמת ובריאה.

תפיסת ההפעלה של המרחבים הבטוחים של הארגון מעוגנת בתיאוריה חינוכית וטיפולית המחברת תפיסות סביב צמיחה והתפתחות של הילד עם הבנה של תהליכים העוברים עליו במצבים של טראומה וסטריס מתמשך. ההתבוננות בילדים בתוך המרחבים על פני תקופת זמן, בשלוש זירות משבר שונות בעולם, מספקת תובנות מעניינות על הכוחות שיש לילדים לשקם ולרפא את עצמם אם מספקים להם תנאים מתאימים (Ager & Metzler, 2022).

מאפייני ההפעלה של המרחבים הבטוחים חשובים מעבר לתוכן המועבר בהם. המרחבים חיוניים להתפתחותם התקינה של הילדים בטווח הקצר והארוך, ובו בזמן הם מספקים מענה לצורך המיידי בהגנה על שלמות הילדים בהווה, בעיצומו של המשבר (שוחט ואחרים, 2021).

עקרונות המרחב הבטוח

מרחב בטוח לילדים מבוסס על ארבעה עקרונות:

1. מרחב פיזי בטוח

החלל המוצע צריך להיות במיקום קבוע ומוכר לילד, כך שיתאפשר לגבש בו שגרה מיטבית. כך יוכל הילד לחזור יום אחר יום למרחב שבו אלמנטים קבועים שיצרו עבורו סביבה מוכרת. אפשר ליצור את המרחב בדרכים שונות – חדר, אוהל או יורט – ובלבד שיהיה נגיש ויספק לילדים תחושת ביטחון. העקרונות של המרחב מתוארים בהלימה עם המונח "המרחב הפוטנציאלי" שהציג ויניקוט, המשלב בין המרחב הפנימי הפרטי של האדם ובין המציאות הממשית החיצונית (אוגדן, 2003; ויניקוט, 1967).

מציאות חיצונית משברית עלולה לנתק את הילדים מעצמם ומהחווייה של עולמם הפנימי (שניצר-משיח, 2020). אפשר לראות בסיפורים כיצד **המרחבים הבטוחים מאפשרים לילדים לחוות את מציאות החיים המשברית בסביבה בטוחה ומוגנת, ולחבר מחדש בין המציאות הפנימית שלהם למציאות**

הילדים. הילד נכנס לבית שבמרחב, ופתאום הילדים קראו "צבע אדום, צבע אדום...", "בוא לממ"ד!" הם קראו לאמיר. זהו רגע אחד מתוך רבים במרחב הבטוח במלון בים המלח.

- "אה, יופי, יש פה בית", קבע בשמחה נאור, בן עשר, הבכור במשפחה של חמישה אחים שנמלטו עם אימם מהמלחמה באוקראינה לפרבר של קישינב, בירת מולדובה. הוא נכנס למרחב הבטוח ראשון, מבטו חלף על פני הקופסאות עמוסות האפשרויות, וכעבור דקות מעטות עמד בראש משחק ער שנושא אצטקות: הוא צעק "אזעקה! טילים!" והפיק קול צופר, בשעה ששאר הילדים התחבאו בבית. אחרי דקה הוא צעק "נגמר!" וכולם יצאו, וכך שוב ושוב.
- אימא של עדי אמרה לה: "עדי, תגידי שלום לכולם, צריך ללכת הביתה". עדי נכנסה לתוך הבית (מעץ שבמרחב) ואמרה לאימה: "אני בבית".

מהו מרחב בטוח לילדים בגיל הרך?

שלושת הסיפורים שתוארו לעיל התרחשו בשלושה מרחבים בטוחים שהקים ארגון Early Starters במרווחי זמן של שנה וחצי זה מזה, במולדובה שקלטו ילדים פליטים מאוקראינה, במלונות באזור ים המלח שקלטו ילדים מפונים מהדרום בעקבות אירועי 7 באוקטובר, ובשדרות שם קיים מרחב ילדים והורים שחזרו לעיר לאחר תקופת שהייה מחוץ לביתם כמפונים. אדם שיתבונן במרחבים במבט שטחי יבחין בקווי דמיון רבים: לכאורה, כולם נראים כמו מסגרת חינוכית לגיל הרך, עם שולחנות וכיסאות נמוכים ואזורים ייעודיים ליצירה, משחק, פעילות ומנוחה. המרחבים נועדו לילדים שחווים מציאות של מלחמה ועקירה מביתם, עתידם נטול ודאות, והמבוגרים המשמעותיים בחייהם (ההורים) טרודים במציאות של הישרדות, טראומה ואבל אישי. בתוך הקשר זה, קיומו של מרחב פיזי שמעוצב באופן מזמין ומותאם, מאויש במבוגרים משמעותיים קשובים, מאפשר לילד לחוות שוב חוויה של ילדות, ובכך יוצר שינוי עמוק באופן שהוא חווה את המציאות המשברית.

מרחבים בטוחים לילדים (child friendly spaces) הם פרקטיקה מקובלת בעולם ההומניטרי מאז סוף שנות התשעים, הגורסת שבעת משבר יש להגן על הילדים בקהילה הנפגעת ולייצר עבורם מרחב בטוח שיאפשר לתת להם מענה נפרד ומותאם גיל. ארגון Early Starters התאים את המודל ההומניטרי של מרחב בטוח לעבודה עם ילדים בגיל הרך. תקופת הגיל הרך היא תקופה קריטית מבחינת פוטנציאל הפגיעה מחוויה טראומטית. עם זאת, הגמישות היחסית של המוח המתפתח בתקופה זו מחזקת את הסיכוי לריפוי ולשיקום באמצעות התערבות מותאמת, ובכך מצמצמת את ההשפעות

4. קבוצת שייכות

במרחב הבטוח הילד נמצא בחברת ילדים אחרים, לעיתים זו חברה קרובה אליו בגיל ולעיתים היא רב-גילית. מערכות היחסים שנוצרות בין הילדים הן מרכיב חשוב בתהליכי ההתפתחות הרגשית והחברתית וביצירת תחושת ביטחון עצמי וחוסן רגשי. ילדים באים ממקומות שונים, לעיתים מאותה עיר אך משכונה אחרת, והמרחב הבטוח מאפשר להם להתאגד בקבוצה מלוכדת, עם קשרים חברתיים משמעותיים בסביבה מוגנת, לעיבוד המצב המשברי המתמשך.

באחד המרחבים, קבוצת ילדות דאגה לאחד הילדים בן שנה וחצי, כאילו היו אחיותיו. הן שיחקו איתו והקריאו לו סיפורים, והילד הפך להיות משמעותי עבורן. דאגת התפתחה עד כדי כך שהן פנו לאנשי הצוות החינוכי שבמרחב בבקשה שיפגינו תשומת לב רבה יותר וישגיחו עליו, אף שלא היה חשש ממשי.

יישום עקרונות אלו של המרחב הבטוח מאפשר לילדים לעבור תהליכים התפתחותיים קריטיים. לדוגמה, למרחב הגיע ילד בן שבע עם מיומנויות קוגניטיביות של ילד בן חמש. המעטפת שהציע המרחב והיכרות הצוותים החינוכיים עם השגרה היומית במלון תרמו להתפתחותו של הילד. הוויסות החושי והרגשי שלו התחזק, ובמנהגיו בחדר האוכל חל שינוי של ממש. אם בתחילה נהג לשתות שמונה כוסות שוקו בארוחת הבוקר, כעבור כמה ימים של תיווך של הצוות הוא סימן בידו לאחת המובילות בצוות "רק שתיים", כאומר שעכשיו הוא שותה רק שתי כוסות שוקו. השיח המתמשך סביב היכולת לבחור בתוצאה מיטבית, לצידו של דיון משותף על תחושת כאבי הבטן לאחר הארוחה, הביאו לתובנה שהשתייה המרובה של השוקו הובילה לכאבי בטן, והילד הציע להפחית את כמות השוקו בארוחות. כאשר הילד חזר לביתו וניהל שיחות וידאו עם המובילה, הוא הראה לה כיצד הוא מכין שיעורי בית – כי הוא מקשיב, והוא יודע להקשיב.

מחירום להסתגלות: שלושה שלבים בעבודת המרחבים

המרחבים הבטוחים ואופן ההקמה והפעילות שלהם משתנים ביחס לממד הזמן – הן הזמן החולף מרגע האסון/המשבר והן הזמן החולף מיום הקמתו של המרחב. **מתוך ניסיון העבודה שלנו בזירות המשבר השונות הגדרנו שלושה שלבים:**

1. החירום האקוטי – הקמת מרחב בטוח סמוך מאוד לרגע האסון (כמו המרחבים הבטוחים שהוקמו במלונות המפונים ימים מעטים אחרי 7 באוקטובר 2023 בישראל או מרחבים זמניים שהוקמו על ידי הארגון במולדובה סמוך לפרוץ המלחמה בין רוסיה לאוקראינה בפברואר 2022) ממוקדת תחילה בצרכים

החיצוניות. באמצעות המשחק מתקיים מפגש מחודש בין שתי המציאויות, מתקיימים תהליכים של עיבוד החוויה, למידת החוויה, גילוי מחדש והשתנות.

מרחב פיזי בטוח מתאפיין ביכולת הבחירה – היכולת של הילדים להיכנס למרחב הבטוח ולבחור את הפעילות אשר ירצו לעסוק בה בעת שהותם במרחב. הבחירה מקדמת את תחושת החוסן שלהם. מודל "שלושת האני" (Grotberg, 1995) מתייחס לשלושה מרכיבים בפיתוח חוסן מנקודת המבט של הילד: יש לי אנשים (I have), יש לי תכונות (I am), ויש לי יכולות (I can). היכולת לבחור במרחב הבטוח תורמת לפיתוח תחושת המסוגלות והשליטה בחיים. גם מודל החוסן הרב-ממדי, "גש"ר מאח"ד" של מולי להד (1999), עוסק במשאבים גופניים, שכליים, רגשיים ומערכות אמונה וחברה – הכול תומך בפיתוח חוסן במצבי מצוקה. לכן להבטחת יכולת הבחירה של הילדים במרחב חשיבות קריטית.

2. התאמה לצורכי הגיל הרך

מרחב מותאם לגיל הרך צריך להיות בטוח ונעים, מתוך התחשבות בצרכים ההתפתחותיים של הילדים. המרחב יכול ללכוד פינות מוגדרות לפעילויות שונות (בנייה, יצירה, קריאה, משחקי דמיון ותנועה, מנוחה), המאפשרות גירוי חושי דרך מגוון חומרים וטקסטורות, משחקים וחומרי יצירה, המותאמים לעידוד התפתחות קוגניטיבית, מוטורית וחברתית. עיצוב המרחב חשוב ליצירת תחושת ביטחון שתאפשר לילדים להרגיש חופשיים, מוכנים ללמוד ולחקור את העולם סביבם.

3. מבוגר משמעותי

במרחב הבטוח ימצא מבוגר משמעותי, מיטיב, שיספק תחושת ביטחון רגשי לילדים. נוכחותו הקבועה קריטית וחשובה, ולכן הכשרת המבוגר בחינוך מודע טראומה, בהתאמה לגיל הרך, היא חובה. על פי בולבי (Bowlby, 1979), מבוגר משמעותי יוצר עבור הילדים בסיס בטוח: עוגן רגשי המבטיח שיהיה אדם זמין לתמוך בעת הצורך, ובכך לצמצם תגובות פחד וחרדה במצבים מאתגרים. בזכות המבוגר, הילד מפתח אמונה ביכולתו להשפיע על הסביבה ולהיות מוגן בעזרת דמות ההתקשרות הבטוחה.

חשוב לציין שאיכות ההתקשרות עם הצוות החינוכי חשובה ביותר, לצד הנוכחות הקבועה של הצוות. לילדים יש צורך מולד בהתקשרות לדמות טיפולית משמעותית, וקשר זה תומך בהתפתחות מיטבית של הילד. קשר מיטיב עם דמות התקשרות מאפשר לילדים להתמודד עם מתח וחרדה ולפתח מיומנויות לוויסות רגשי גם בהיעדרה של דמות ההתקשרות.

לסיכום

המרחבים הבטוחים מספקים לילדים סביבה מוגנת לעיבוד הטראומה והמצב המשברי, ומקשרים בין מערכות חייהם השונות, כפי שמתואר במודל האקולוגי של ברונפנברנר. התפתחות הפרט מושפעת מהדינמיקה בין מיקרו-מערכות שונות (Bronfenbrenner, 1979) וממערכת הכרונ, המתייחסת לממד הזמן, לאירועים היסטוריים, לחוויות אישיות ולמעברי חיים משמעותיים (Martinello, 2020). כל אלו באים לידי ביטוי במרחב המוגן, המאגד סביבה מתאימה לצרכים ההתפתחותיים של הילדים בגיל הרך עם צוות חינוכי-טיפולי מוכשר ואיכותי המיועד לקבוצת גיל דומה.

הבסיסיים ביותר של ילדים והורים שחוו משבר אקוטי: יצירת אי של ודאות בתוך מציאות נטולת ודאות וכאוטית, ואבחון ראשוני של מי שזקוק להתערבות טיפולית ולסיוע מוגדל אל מול מי שפחות זקוק לכך. בתקופה זו, שנמשכת חודש אחד עד שלושה חודשים (ויכולה להשתנות עוד בהתאם לסוג ועוצמת המשבר), המטרה המרכזית היא חיזוק תחושת הביטחון ויצירת קשרי אמון וביטחון רגשי בין כל באי המרחב (אנשי הצוות, ילדים והורים).

2. שגרת החירום – תקופה זו, שיכולה לארוך מחודשים אחדים ועד שנה מרגע המשבר הראשוני, מתאפיינת בגלים חוזרים של שיאי משבר ורגיעה. בתקופה כזאת כבר נוצרת שגרה כלשהי בתוך אזור האסון, והאוכלוסייה מתחילה להתרגל לחיים בתוך מסגרת שהאסון הוא חלק ממנה ויש בתוכה מעין יציבות. עם זאת, לעיתים מתרחשים אירועים המעלים את המתח ואת תחושת הדחק ו"מחזירים אחורה" את באי המרחב לנקודת הפתיחה של המשבר (למשל – אזהרות או פגיעות חוזרות במקרה של מלחמה, גלי רעידות אדמה חוזרים במקרה של אסון טבע). בשלב הזה משימה חשובה של צוות המרחב היא לחזק את החוסן של הילדים וליצור יחד איתם שגרות של הירגעות, הפגת מתח בדרכים שונות, ומרחב בטוח לשיתוף ברגשות מגוונים.

3. הסתגלות וצמיחה מתוך משבר – שלב ההסתגלות מתרחש כאשר נולדת ההבנה שיש מציאות חדשה קבועה כלשהי שנוצרה בעקבות המשבר, שונה מהמציאות שהייתה לפניו אבל יש לה אופק עתידי קבוע כלשהו שמאפשר תכנון קדימה וקבלת החלטות. בשלב זה חשוב להרחיב את הפעולות גם מחוץ למסגרת של קשרי צוות-ילדים: לבנות לאנשי הצוות מערך הכשרה, תמיכה וליווי כדי למנוע שחיקה, למצוא דרכים מותאמות לליווי ותמיכה בקהילת ההורים ובמעגלים גדולים יותר של קהילת הנפגעים ועוד. כמו כן נכון בשלב הזה לנסות לפעול כדי להשפיע על גופים הקובעים מדיניות לגבי הקהילות הנפגעות – כדי שצורכיהן הייחודיים יובאו בחשבון בתוכניות שיקום שנבנות לטווח ארוך.

המרחבים הבטוחים של Early Starters בערי העוטף הם דוגמה למרחב בטוח שנבנה כדי לשרת את שלב ההסתגלות והצמיחה מתוך משבר, השלב שבו משפחות שנעקרו חזרו לבתיהן ומצאו עצמן מסתגלות מחדש לשגרה. בשלב מעבר זה נדרש מענה אחר, שלא רק מסייע בימי החירום אלא מניח מטרות של התפתחות וצמיחה של ילדים והורים, ומלמד אותם מיומנויות הנדרשות כדי לשאת את השגרה שבעקבות המשבר.

מקורות

- אוגדן, ת' (2003). מצע הנפש. תולעת ספרים.
- ויניקוט, ד"ר (1967). מיקומה של החוויה התרבותית. בתוך *משחק ומציאות* (עמ' 121–114). עם עובד, 1995.
- להד, מ' (1999). מודל החוסן הרב מימדי *BASIC-Ph* ושימושו ברמת הפרט, הקבוצה והארגון. המרכז לפיתוח משאבי התמודדות, קריית שמונה.
- שוחט, צ', גבעון, ד' ועדי-יפה, א' (2021). תוכנית התפתחותית לחינוך ולטיפול בגיל הרך: ערכים, עקרונות וקווים מנחים לצוותים. זרוע העבודה, משרד הכלכלה והתעשייה, ג'וינט ישראל אשלים ואוניברסיטת בר-אילן.
- שניצר-משיח, ד' (2020). מקום שקט עליו תונח הנפש: טיפול מקוון בימי קורונה ומרחב מעברי. פסיכולוגיה עברית.
- Ager, A., & Metzler, J. (2022). The accumulating evidence-base regarding child friendly spaces: Policy and practice implications. *Intervention Journal of Mental Health and Psychosocial Support in Conflict Affected Areas*, 20(2), 188–192.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- Bronfenbrenner, U. (1979). Contexts of child rearing: Problems and prospects. *American Psychologist*, 34(10), 844–850. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.844>.
- Grotberg, E. H. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit. *Early childhood development: Practice and reflections* (Vol. 8). The Hague, Netherlands: Bernard van Leer Foundation.
- Martinello, E. (2020). Applying the ecological systems theory to better understand and prevent child sexual abuse. *Sexuality & Culture*, 24(1), 326–344.