

דף מסרים למפקד המחלקה לאור הגעת ידיעות על אובדנים במעגל קרוב של החיילים

החל משלב הגיוס ולתוך ימי הלחימה מגיעות כל העת הודעות בדבר נרצחים מאירועי הלחימה. בשל היקפי האירוע, בכל פלוגה השמות הללו פוגשים חיילים אשר התקיימה בניהם קירבה חברית ולעיתים משפחתית. מפגש זה עשוי לעורר קושי ריגשי על כן עליו להיות מנוהל על מנת לחזק את היחידה ואת חוסנה ולאפשר לה כשירות מלאה לביצוע משימתה.

העקרון המנחה – לתת מקום לעיבוד האובדן מבלי לערער את החוסן האישי והמחלקתי

כיצד לעשות זאת נכון?

- 1. דמות המפקד** – לתפקיד המפקד ודמותו השפעה מכרעת על תחושת היציבות השליטה והחוסן הפרטי והמחלקתי, על כן, על המפקד להפגין יציבות ושליטה, לקחת פיקוד גם על התכנים בעלי המעורבות הרגשית וליזום את השיחות בהתאם לאירועים.
- 2. אבחנה** – בין אובדן פרטי לאובדן צוותי: במידה ואובדן נוגע לחייל אחד מתוך המחלקה, הוא יטופל מולו ברמה האישית, במידה והאובדן נוגע לכל המחלקה הוא יטופל ברמה המחלקתית.

שלבים לניהול שיחה מחלקתית:

- א. חיבור למשימה** (אנחנו פה כדי....נצלו את הפתיח לחיזוק תחושת המשמעות והמטרה הנעלה)
- ב. התייחסות למצב הנוכחי הספציפי** (אנחנו ממתינים להיות מופעלים...נדרשת מוכנות גבוהה ומכוונות של כולנו להעלאת הכשירות וביצוע המשימות על הצד הטוב ביותר)
- ג. התייחסות לאובדנים שאנשים חוו** (כולנו מכירים את וכואבים את מותו)
- ד. חיבור להווה וחיזוק הצוות** – המחויבות שלנו עכשיו היא למי שיושב פה בצוות ולמשימה שעומדת לפתחנו. כשנסיים נכבד גם את הזכרון של החברים שלא איתנו כעת. נחבור למשפחות נסייע ככל שניתן. אנו יודעים ששותפות הזיכרון תימשך לאורך שנים, לא מדובר על אירוע חד פעמי, אלא על מחויבות מתמשכת ואנו נקיים אותה באותה נחישות וגאווה שאנו עומדים כאן היום.
- ה. התייחסות לכוחה של הקבוצה** – אנחנו יחד, נעבור את זה יחד, תסתכלו אחד לשני בעיניים ותראו מי צריך מה. אנחנו יודעים לתת מענה אחד לשני ואנחנו נשמור אחד על השני.
- ו. השארת כתובת** – אם יש כאן מישהו שמרגיש שהוא צריך לדבר באופן אישי או כל סיוע אחר, הוא מוזמן לפנות אלי, אני כאן בשבילכם. חשוב לציין שאנחנו לא לבד, יש לנו כאן מעטפת שמאפשרת מתן מקצועי, אל תהססו לפנות אלי.
- ז. סיכום מחזק** – המשימה שלנו חשובה, סומכים עלינו, אין מישהו אחר שיכול לבצע את המשימה הזו ואנחנו נעשה אותה על הצד הטוב ביותר כפי שאנחנו יודעים וכפי שמגיע לכל תושב במדינה הזאת. מוטלת על הכתפיים שלנו אחריות גדולה ואנחנו נקיים אותה כי זו ההתחייבות שלנו. אני מכיר את כל החיילים במחלקה הזאת, אתם מחלקה חזקה ואני סומך על כל אחד ואחד מכם. יחד אנחנו חזקים וננצח יחד.

דף מסרים למפקד המחלקה לאור הגעת ידיעות על אובדנים במעגל קרוב של החיילים

שלבים לניהול שיחה אישית

- א. **הקשבה אמפטית** – לא צריך להציע פתרונות אלא לתת לחייל לפרוק. במידה ונתבקש נוכל להציע מענה.
 - ב. **הכרה נרמול המצב** – מה שאתה חווה הוא טבעי, כולנו נמצאים בחוויה דומה כל אחד מגיב קצת אחרת. יש מקום לכל מה שאתה מרגיש וחווה כרגע. אני מבין אם אתה עצוב או כועס, זה ברור במצב שאנחנו נמצאים בו.
 - ג. **תמונת עתיד** – אנחנו נעבור את זה יחד, ואנו הולכים לנצח. חשוב שתישאר חזק כשי שנוכל להשלים את המשימה שלשמה נקראנו, אחרי הניצחון יהיה לנו זמן להתאבל ולעבד את החוויה באופן מלא.
 - ד. **הווה וכתובת** – עכשיו אני כאן איתך, יש את הצוות שרואה אותך. אני רוצה שתפנה אליי אם אתה מרגיש צורך.
 - ה. **סיכום מחזק** – אני צריך אותך איתי חזק עכשיו. יש לנו משימה לבצע. אנחנו צריכים להמשיך יחד עד לסיומה של הלחימה והנצחון המלא. כל אחד חשוב פה כי יחד אנחנו מרכיבים שלם גדול וחזק שיעמוד בהתחייבות שלו למלא את המשימות שלו בדיוק כמו שעשינו יחד בכל הפעמים הקודמות בהן נקראנו.
- ### 5. הערות לסיום
- א. ביקור פצועים והשתתפות בלוויות – על מנת לשמור על חוסן הפלוגה ועל כשירותה למשימה מומלץ לא לבצע שחרורים גורפים וגדולים.
 - ב. מידה ואתם מרגישים כי חייל ממחלקתכם חווה קושי צוותו לו חייל שילווח אותו וידאג לו וכן שבצו אותו למשימות על מנת להסיח את מחשבותיו.
 - ב. גם על המפקדים מופעל לחץ נפשי. קיימו שיחות סגל ואפשרו להם לשתף את תחושותיהם עם חברי סגל אחרים, כך שיוכלו גם הם להיטען על מנת לטעון אחרים.
 - ג. חשוב לסיים עם ההיבט הפרקטי בהווה ולא עם תמונת העתיד, החיבור הוא לכאן ולעכשיו.

חזקים ביחד פק"ל

לחומרים נוספים בנושאי לכידות כנסו לאתר פק"ל

לאתר חצו כאן



