

איך נקבל אנשי צוות חזרה לבית הספר, לאחר שירות מילואים ממושך במלחמה?

אנשי המילואים חוזרים בימים אלה למשפחותיהם ולשגרת חייהם, לאחר שהתנתקו מהיקירים להם, משגרת יומם ומעבודתם, ו"נזרקו" באחת אל ההווה הצבאית ואל ה"יקום המקביל" של המלחמה. הם חוו לחצים, אובדן וכאב, פחד וגעגוע, תחושת עילוי, משמעות ואחוות לוחמים, אך הם חוו גם את מוראות המלחמה.

החזרה הביתה לאחר תקופה כה ארוכה, מטלטלת לא פחות. היא עשויה להיות מורכבת הן ברמה הרגשית והן ברמה התפקודית היום יומית. תפקידינו המנהלים הוא לאפשר לאיש הצוות שחזר ממילואים להיקלט בחזרה בבית הספר בצורה מיטבית, לאפשר לו נחיתה רכה וחזרה מוצלחת ככל האפשר לשגרה האזרחית ולהיות עוגן עבורו באתגר החזרה לחיים אזרחיים שלווים ופוריים ככל האפשר.

כמה נקודות שכדאי לקחת בחשבון בתהליך:

אם אתה המנהל או את המנהלת חזרתם בעצמכם משירות ארוך - מסמך זה נכון גם עבורכם. גם אתם זקוק לאזון קשבת, לאמפתיה ולחזרה הדרגתית לשגרת הניהול. מצאו מישהו שאתם יכולים להיוועץ בו ושיתמוך בכם בתהליך החזרה.

1 רכשו ידע מקצועי, אך אם "לא רצו אחת"

דעו למה לצפות ואיך תוכלו להתנהל אל מול השבים מהמילואים ומהמלחמה. הבינו את החוויה שעברו חיילים, מפקדים ולוחמים, את השפעותיה השונות על חייהם ואת מגוון התחושות שייתכן שיחוו עם החזרה לביתם ולשגרת חייהם. למדו על ההשפעות הנפשיות של לחימה ועל מגוון התנהגויות נורמליות שאפשר לצפות ממי שחזר מאזורי לחימה. תוכלו לעשות זאת בעזרת פגישה עם פסיכולוג בית הספר, באמצעות שיחה עם מורות שבני זוגן חזרו זה עתה מהשירות ובעזרת חומרי קריאה כמו זה: [השיבה הביתה - טיפים לקליטת עובדים שחוזרים משירות מילואים, מדרך מקוצר למנהל/ת](#) מאת יותם דגן, פסיכולוג קליני.

2 שתפו את הוות בצטיק ראונוטיק

הציפו את הנושא בפני צוות בית הספר והדגישו נקודות חשובות (למשל שחשוב לאפשר למי ששב לשתף בחוויותיו בקצב שמתאים לו, בלי ללחוץ עליו להיפתח ולשתף). בנוסף, ודאו שאין ציפייה אצל המורים, שמי ששב יכנס מיד לעניינים וייקח על עצמו כבר ביום הראשון לחזרתו את כל תפקידיו (שאלו העיקר על אחרים שנאלצו למלא את מקומו).

3 היוק הראשון בבית הספר

מומלץ להתחיל את תהליך החזרה של המורה ששב לבית הספר ביום התאקלמות (או אפילו בחצי יום). זהו מעין יום קליטה חזרה לבית הספר. שלבו בו שיחה אישית שלכם עם המורה ששב; זמנו שיחות שלו עם מורים שהחליפו אותו בתפקידיו; אפשרו לו זמן לפגישה מחדשת עם חדר המורים וכמובן כניסה שלו לביקור קצר בכיתות.

4 קבלת הנתיק

כדאי לאפשר לתלמידים ולמורים לקבל את המורה ששב בהתרגשות ובשמחה אבל לא בקרנבל מתמשך שעשוי להיות מעיק עבור המורה. מחוות קטנות עדיפות על מסיבות גדולות: מכתבי תלמידים, עוגה עם מכתב הערכה, זר פרחים מחדר המורים, וכו'.

5 שיחה אישית איתן המנהל/ת

קיימו שיחה אישית עם המורה ששב. הדגש בשיחה זו הוא על הקשבה, בירור הצרכים של המורה ומסגור של תהליך החזרה שלו לבית הספר (מבלי לייעץ ומבלי להרחיב בדיבור מצדכם). שלבו בשיחה את החלקים הבאים:

א. אפשרו למורה לשתף במקצת ממה שעבר עליו וממורכבות החזרה הביתה, ברמת השיתוף שהוא יבחר ובלי לחטט וללחוץ. תוכלו לשאול על הדברים שעזרו לו להתמודד במהלך התקופה ועל הדברים שנתנו לו תקווה.

ב. אפשרו לו להביע חששות או ציפיות שיש לו מהחזרה לעבודתו בבית הספר, והזמינו אותו להעלות צרכים גם בהמשך. בהחלט ייתכן שהניתוק הארוך הציף אצלו מחשבות או ציפיות לגבי התפתחות הקריירה שלו (או רצון לסיים אותה). אם עולים דברים מסוג זה כדאי להקשיב, ולקבוע שיחה נוספת לאחר תקופת ההסתגלות והקליטה חזרה, במצב בו נכון יותר לקבל החלטות גדולות.

ג. עדכנו את מי ששב בדברים חשובים שקרו בבית הספר בזמן שחלף.

ד. תאמו ציפיות בדבר החזרה ההדרגתית לבית הספר. לא ישר לכל התפקידים פלוס להתנדב לכל משימה. הגדירו יחד יעדים, בחרו משימות חשובות לשבוע הקרוב והחליטו אילו משימות יחכו להמשך, ובנו לוח זמנים ריאלי להתנעת פרויקטים שנעצרו.

ה. סיימו את השיחה במתן לגיטימציה למורה להציף את הצרכים שלו ואת מצבו בצורה חופשית, ונרמלו את תהליך החזרה ("זה בסדר ל...").

איך נקבל אנשי צוות חזרה לבית הספר, לאחר שירות מילואים ממושך במלחמה?

6 חפצה לעסרה בהנצחה, עם התאמות

החזרה לשגרה ולעבודת ההוראה חשובה ומגבירה אצל מי שב את תחושת המשמעות, את הבטחון והשליטה, את ההתחברות למשימה החינוכית החשובה ואת תחושת השייכות לבית הספר ולצוות. אפשרו למי ששב לחזור לשגרה שכזו - זה יעשה לו טוב. עם זאת, כדאי שהדברים ייעשו **בהדרגה** ולא בבת אחת כבר ביום הראשון, כדי לא ליצור עומס והצפה. בנו יחד תכנית מסודרת של חזרה הדרגתית על פני זמן לכלל המשימות והתפקידים. נסו לעזור למי שזקוק **להתאמות** בשבועות הראשונים לחזרתו, ובואו לקראתו היכן שאפשר כדי שיוכל לחזור להיות שוב גם הורה ובן זוג נוכח.

7 אף תחשו אנה

גם לכם ולבית הספר יש צרכים. אל תחששו לדרוש, להנחות, להקפיד על הרף הגבוה, גם אל מול מי שזה עתה שב לבית הספר. עשו זאת ברגישות, תוך הקפדה על חזרה מדורגת והתאמות שהמורה זקוק להן.

8 היפגרו מהנטייה לאבחון

אנחנו סקרנים לראות איזה אדם חזר אלינו וכיצד הוא הושפע מהחוויות שעבר. היזהרו מהנטייה לבחון כל רגע מה מצבו והאם הוא סוחב איתו טראומה. מה שיוכל להיראות לנו כסימן מחשיד הוא ברוב המקרים תגובה נורמלית למי ששב זה עתה ממציאות לא נורמלית: רגישות לרעש הדלת הנטרקת, חלימה בהקיץ או לחילופין לחץ והזעה, פחד רגעי מהמסדרון הצר או מהגג המאיים. אצל מרבית החוזרים תופעות אלו ונוספות ייעלמו תוך מספר שבועות. אצל אחדים מהחוזרים משדות הקרב הסימנים הללו לא ייעלמו, ויופיעו סימני מצוקה קשים יותר ושינויי התנהגות חריפים יותר. [קראו על כך בקישור](#) והתייעצו עם סמכות מקצועית בכל חשש שיהיה לכם.

9 המשיכו להתעניין ולהזיז את תמיכתכם

המשיכו להתעניין במי ששב גם בשבועות שלאחר חזרתו. תהליך ההתאקלמות חזרה עשוי לקחת זמן וגם מי שמשדר שהכל כרגיל עשוי להיות בסערה פנימית, שקשה להבחין בה. גלו סבלנות לקצב ההסתגלות של המורה ששב, והישארו עם היד על הדופק בפגישה שבועית, וכן בשיחות מסדרון או בכל דרך אחרת שתמצאו לנכון. הציעו את התמיכה שלכם, את ההקשבה שלכם ואת הזמן שלכם. גם אם הצד השני לא ינצל אותם - עצם הידיעה שאתם שם עבורו עשויה לעזור.

10 הוקרה, פראון וקידום

מעבר להבעת ההערכה בשיחה אישית, ועל הוקרת תודה באופן פומבי בפני תלמידים ומורים, חשובו על דרכים שבהן אפשר להוקיר ולציפר את מי שחזר. הנה כמה דוגמאות: משימה שהמורה יאהב (ליווי משלחת למשל), קידום תחום עניין שלו בבית הספר, זימון המורה להתייעצות בישיבת הנהלה גם אם אינו חבר בה, הגשת מועמדותו למורה מצטיין, המלצה לתכנית פיתוח מקצועי יוקרתית ודרכים נוספות שממחישות למורה ששב שחושבים עליו, שדואגים לו ושמוקירים את תרומתו למדינה. [תוכלו לקרוא כאן](#) על רעיונות נוספים לקידום אנשי צוות ולפיתוח קריירה של מורים.

11 אף תשכחו את יתר אנשי הצוות

לבסוף זכרו להודות, להוקיר ולעטוף גם מורים נוספים מהצוות שאמנם לא התגייסו, אך נשאו בנטל במהלך התקופה, "נכנסו מתחת לאלונקה" ועזרו להחליף את אנשי הצוות שנעדרו עקב שירות המילואים. ייתכן שחלקם זקוקים גם הם לליווי ולהסתגלות. למשל מי שמצא משמעות חדשה בתפקיד זמני שלקח על עצמו, ועתה הוא נלקח ממנו, עם חזרתו לביה"ס של בעל התפקיד המקורי. הזמינו אותו לשיחה וחשבו באופן יצירתי על שימור האנרגיה של מורה שכזה.

לקריאה נוספת

מילואימניק שב משדה הקרב - והסיפור שלו רק מתחיל, הארץ, 11.1.24
"הם מגיעים עם האדרנלין מהמלחמה לשגרה שבה דברים נראים זניחים" - המילואימניקים חוזרים לעבודה,
כלכליסט 29.12.23

חזרת משרתי ומשרתות המילואים לעבודה בשירות המדינה, מידע וכלים של נציבות שירות המדינה, ינואר 2024