

# מרכז רותם עד הבית – כלים להערכות למצב חירום וזיהוי מצבי חירום מ- "רחוק"

משבר הקורונה חייב את כולנו לעבור למתכונת חירום. בשונה ממצבי חירום בעבר, הפעם היה צורך להיערך לעבודה מרחוק. למרות שכל המערכות נאלצו לעשות זאת, האתגר לשירותים חברתיים המבוססים על קשר אישי ועבודה קבוצתית שונה וגדול. השאלה המרכזית שהובילה אותנו בהערכות לעבודה מרחוק היא: איך אנחנו יכולות להישאר רלוונטיות עבור הצעירות? רלוונטיות ומשמעותיות גם בימים של בידוד חברתי, של אתגר בריאותי, בימים שאנחנו לא יכולות להיפגש כדי להביע אכפתיות, לתת תחושת שייכות או לבטא אהבה דרך מחוות פיזיות. החלטנו להעביר את כל הפעילות שלנו, כמו שהיא, למרחב הווירטואלי: חיזור, מפגשים פרטניים וכמובן ימי פעילות של התוכניות שכוללים מרחב פתוח, הרצאה ושיעור עיוני. עשינו זאת כי **למדנו מהקשר עם צעירות על שני דברים שחשובים להן:**

1. העיסוק בתכנים מעניינים ומקדמים התפתחות אישית חשוב מאוד ומסית את תשומת הלב מהמצב.
  2. המשך קשר עם צעירות נוספות השייכות לקבוצה נותן ערך מוסף משמעותי ומספק תחושת תמיכה וסולידריות.
- כדי לעמוד במשימה התארגנו במהירות ויום הפעילות הווירטואלי הראשון התקיים עוד לפני שהוכרז על הסגר. משיחות עם הצעירות הבנו שכולנו, צוות וצעירות, חוששות מנסיעה בתחבורה ציבורית ומפגש רב משתתפות ולכן הקדמנו ופעלנו ברשתות החברתיות.

## מה זה הצריך?

- (א) התארגנות מהירה של כולנו כצוות ורכישת שליטה בתוכנות (זום, יו טיוב וכו').
- (ב) צעדים המוודאים שכל הצעירות יכולות להתחבר באמצעות מחשבים או במידה ואין באמצעות מכשיר סלולרי.
- (ג) התאמת התכנים ללמידה סינכרונית וא-סינכרונית (כלומר: חלקים של השיעור מוקלטים וחלקים נערכים בזמן אמת).
- (ד) תיאום ועבודה משותפת של כל הצוות - רכזות, מנחות, מנטוריות- להפעלה מתואמת של יום הפעילות.

## אתגרים שהעבודה מרחוק מעלה:

- איך "נרגיש" מה עובר על צעירה? איך נזהה מתי או מה קשה? איך נזהה "נורות אדומות"?
- איזה קשר כדאי שנציע? פרטני, קבוצתי?
- האם להמשיך ולעסוק בסילבוס המתוכנן של התוכניות או לעסוק בהסתגלות למציאות הלא צפויה?
- איך נוכל להיות רלוונטיות במצב של חוסר במשאבים בסיסיים זמינים: כסף, מזון, תרופות וכד'.

## אלה התנהגויות מעוררות בנו דאגה:

(א) מצאנו שאנחנו דואגות במצבים של שינוי באופי הקשר: **ניתוק קשר** - למשל, צעירה שבעבר הייתה בקשר רציף, הגיעה למפגשים וגם הייתה בקשר טלפוני, ובתקופת הקורונה הפסיקה לענות באופן מוחלט לשיחות והודעות, לענות בצורה תמציתית מאוד או להיות זמינה רק בהודעות. המצב יכול להצביע על מספר קשיים. ניתוק קשר שהוא שינוי דרמטי ביחסים שלנו עם צעירות יכול להעיד על שינוי במצב הרגשי ואפילו על דיכאון. על אף שזו יכולה להיות תגובה טבעית בזמן משבר, אנחנו רוצות להיות שם כדי לעצור ולמנוע מצבי חירום רגשיים קיצוניים כגון תחושת אובדנות ופגיעה עצמית.

בנוסף, ניתוק קשר יכול לרמוז על בעיה במשפחה או בזוגיות שגורמת לניתוק מהנייד, חוסר נוחות לדבר בנוכחות בני משפחה וחוסר במרחב אישי. המצב יכול להצביע גם על סוד מול בני המשפחה, אלימות שמתרחשת או רמת פיקוח גבוהה בבית.

(ב) **לחילופין - קשר מוגבר, או פניה תכופה** - למשל, כיש שיח מוגבר בצורה קיצונית בעקבות הקורונה. השיח יכול להיות גם סביב

סיוע קונקרטי או שיח יומי ועל נושאי חולין. המצב יכול להצביע על מספר קשיים:

- בדידות ושעמום וקושי להפיגם שמתבטאים ברצון בתשומת לב מוגברת מגורמי הסיוע.
- קשיים רבים שצפים בעקבות משבר הקורונה וחוסר תמיכה חברתית ומשפחתית בסיוע.
- קשיים סמויים שקשה יותר לשוחח עליהם. במקרה זה חשוב לשאול בצורה נקודתית על צרכים שיש, גם במידה והצעירה אינה מעלה אותם באופן גלוי.

(ג) **תגובות גופניות וקוגניטיביות** - מבחינה גופנית, חוסר בשינה או שינה מוגברת, שינויים בהרגלי אכילה וכאבים חריגים יכולים לתת לנו אינדיקציה שמדובר בקושי רגשי. מבחינה קוגניטיבית חשוב לשים לב חוסר ריכוז או בלבול, מצמוצים רבים, קושי בקבלת החלטות, חוסר מסוגלות לקיים שיח קוהרנטי. חשוב לבחון כיצד הצעירה מתמודדת עם תגובות אלו? האם יש לה למי לפנות כדי לדבר על כך? האם זה מצב מתמשך יותר מכמה ימים?