



# עוֹבְנִים בסערה

כלים לצוותי חינוך להתמודדות  
עם השפעות המלחמה על יחסי  
יהודים ערבים בהווה ובעתיד

## הקדמה

המלחמה שפרצה ב-7 באוקטובר 2023 יצרה טלטלה עזה בחברה בישראל. היקף הפגיעה ואופי האירועים עוררו בקרב רבים בציבור תחושות ורגשות שליליים וחריגים בעוצמתם גם ביחס לאירועים קודמים של הסלמה ומתיחות ביטחונית. החברה בישראל מצויה כעת בעיצומה של **טראומה קולקטיבית**. טראומה קולקטיבית היא מצוקה פסיכולוגית שחווה קבוצה או קהילה גדולה של אנשים בעקבות אירוע טראומטי. הטראומה שנוצרת עקב אירוע אלים כמו מלחמה מעוררת רגשות קשים של פחד, זעם ואובדן לצד תחושות של חוסר ודאות, אובדן שליטה ואובדן אמן ומשמעות. הטראומה הקולקטיבית מערערת ואף מנפצת תשתיות יסוד בחברה שבה היא מתרחשת, ונודעת לה השפעה ארוכת-טווח גם זמן רב לאחר שהאירוע האלים מסתיים. על כן למצב הנוכחי צפויות השלכות מרחיקות לכת על עיצוב דמותה הערכית של ישראל ועל המרקם החברתי בה לשנים רבות. על רקע זה בולטת ביתר שאת העובדה כי היכולת של הקבוצות החברתיות השונות בישראל לשמר מערכת יחסים סובלנית ומכבדת הכרחית לביסוס החוסן של החברה כולה כחברה ערכית, סולידרית ומתפקדת.

הטראומה הקולקטיבית והתחושות הקשות אינן פוסחות על ילדים ובני נוער המצויים בשלב התפתחותי רגיש במיוחד בו הם מגבשים את זהותם ואת תפיסותיהם ביחס לעולם שמסביבם. לאחר שנים אחדות בצילה של מגפת הקורונה נקטעה עתה שוב שגרת חייהם ולימודיהם, והציפה תחושות מוכרות של בלבול וחוסר ודאות, לצד כאבים, פחדים ורגשות חדשים ומערערים.

מסמך זה נועד לסייע לצוותי החינוך להבין את התהליכים הפסיכולוגיים המתרחשים ומתהווים בתקופה זו ולחדד תובנות לגבי הפעולות החינוכיות המותאמות לזמנים אלה לשם התמודדות עם מתחים בין קבוצות בצל המלחמה<sup>1</sup>. **המסמך מציע תובנות יישומיות ועקרונות לפעולה בקרב צוותי חינוך בחברה היהודית והערבית כדי לקדם עשייה חינוכית שמטרתה למתן רגשות שליליים כלפי קבוצות אחרות בחברה ולשמר מרקם חיים סובלני, מכיל ושוויוני בין הקבוצות גם בעת הזו.** חשוב לציין כי העת הנוכחית עודנה נפוצה ולא יציבה. יש להכיר בדינמיות של האירועים ולבחון כל העת את המצב במרחב החינוכי אל מול האירועים המתרחשים.

<sup>1</sup> המסמך הנוכחי מצטרף למסמכים אחרים שהוציא מרכז אקורד, ובכללם המדריך **לנווט בים סוער** הכולל תיאור נרחב של מודל לפעולה והתמודדות חינוכית בכיתות בעיתות הסלמה בין יהודים וערבים. מסמך זה אינו אמור להחליף את המודל המוצע כי אם לשפוך אור על מאפיינים ייחודיים של המצב הנוכחי.

## מה חווים עתה הציבור היהודי והערבי בישראל?

הטראומה הקולקטיבית שחווה הציבור בישראל אינה מופיעה בחלל ריק והיא מוצאת לה הדים במתחים הבין קבוצתיים בהווה ובאירועים טראומטיים מהעבר הקרוב והרחוק של יהודים וערבים כאחד. הן יהודים והן ערבים חשים כאב, חשש וחרדה בתקופה הנוכחית (לצד רגשות אחרים), אולם **המקורות והסיבות לחוויות הללו עשויים להיות נבדלים זה מזה**. ועם זאת, לרבים מאיתנו ישנן נקודות עיוורון ביחס לחוויה המטלטלת העוברת על קבוצת הלאום השנייה בשל הנטייה הטבעית להפריד בין "אנחנו" (מי ששייכים לקבוצה שלנו) לבין "הם" (מי שאינם חלק מהקבוצה) בעתות משבר. אנו מתחברים אל השייכים לקבוצה שלנו, מתמקדים בכאבינו ונוטים להסתגר ולדחות כל מידע או נקודת מבט חיצונית או מאיימת. במציאות הזו **אנו מתקשים יותר להכיר בחוויות ובצרכים של מי שנתפסים כ"הם"**. תהליכים אלה מגבירים רגשות שלילים כלפי קבוצות אחרות וכך מלבים את המתחים הבין קבוצתיים. מתחים אלה צפים היום במרחבים ציבוריים, חברתיים וחינוכיים שונים ואף בכיתות הלימוד. בקרב הנוער עלולה תופעה זו לבוא לידי ביטוי ביתר שאת מכמה סיבות. ראשית, הנעורים הם תקופה קריטית בגיבוש הזהות. במצב הנוכחי, לנוכח התחדדותן של זהויות קבוצתיות (ובעיקר לאומיות), צפוי עיסוק מוגבר של בני הנוער בנושא ואף הטמעה של הזהות הקבוצתית כרכיב מרכזי ומשמעותי מזהותם האישית. שנית, בנות הנוער ובני הנוער בוחרים כיום לצרוך מידע ופרשנות על העולם שמסביבם בעיקר דרך הרשתות החברתיות. אופיים הפשטני, הישיר ולעיתים הקשה והגרפי של התכנים המוצגים ברשתות ואף העובדה שהן חושפות את בני הנוער לסיפורים ולעמדות התומכים בנקודת מבטם בלבד, מגבירים את העיוורון כלפי נקודות מבט אחרות.

### בציבור היהודי

האירועים הקשים שהתרחשו בדרום עוררו בקרב רבים בחברה היהודית **פחד וחרדה קיומיים לגורלם האישי**. רגשות אלה לצד רגשות של צער, אובדן, כעס, שנאה ורצון בנקמה מועצמים כעת לנוכח התחושה של היעדר שליטה במצב, ועלולים להתרגם הן לחיפוש אחר אשמים והן לתמיכה בפעולה פוגענית או אלימה נגד מי שאינם נתפסים כחלק מקבוצת הפנים.

התעצמות הצורך לבידול ולהפרדה בין הנתפסים כ"אנחנו" לבין הנתפסים כ"הם" מובילה לתפיסה שלילית והומוגנית של כל מי שאינו נכלל בקבוצה שלנו ("הם כולם אותו הדבר"). **בקרב הציבור היהודי בישראל עשויה תפיסה הומוגנית להתבטא בהכללה של הציבור הערבי בישראל כמקשה אחת יחד עם תושבי עזה, תושבי ארצות ערב ואף עם מחבלי חמאס**. תהליכים פסיכולוגיים אלה נכרכים בהפחתה של אמפתיה כלפי הצד השני ואף בתמיכה באלימות ובאפליה כלפיו. בו בזמן, בעת המשבר הנוכחי צפים על פני השטח שסעים חברתיים אחרים ומקבלים ביטוי בהקשר החדש. למשל, ברמה הפוליטית והחברתית ניתן להבחין בציבור היהודי במופעים ובביטויים שונים של סכסוך פנימי ושל חיפוש אשמים על רקע המאבק שנסוב על הרפורמה המשפטית. התהליכים הללו נוכחים גם בקרב תלמידים ותלמידות צעירים ובוגרים, שבגילם נוטים לראות את העולם במונחים של "שחור ולבן" ובאופן דטרמיניסטי. כך הריחוק והניכור ההדדי וההתכנסות בתוך הנרטיב הפרטי של כל קבוצה מגבירים את הקושי לשמור על אווירה חברתית וחינוכית מכילה וסובלנית.

## בציבור הערבי

בעקבות אירועי 7 באוקטובר והמלחמה שפרצה ברצועת עזה התעורר בציבור הערבי שיח פנימי על זהות ושייכות, שבבסיסו המתחים סביב מרכיבי זהות שונים וסביב היכולת לבטא את זהותם המורכבת בעת הזו. למתחים אלה שחווים אזרחים ערבים בישראל מאז ומעולם – וביתר שאת בחודשים האחרונים – כמו גם לאופני ההתמודדות איתם, ישנן השלכות פרקטיות, מוסריות ופוליטיות, הן ברמת הפרט והן ברמת הקבוצה. גם כאן, בני הנוער במלכוד. גיל ההתבגרות הוא תקופה מאתגרת ומבלבלת ממילא בכל הקשור לבניית הזהות האישית. תהליך החקר האישי של מתבגרים ומתבגרות חיוני לעיצוב זהותם, והאתגרים שמציבה התקופה הנוכחית מקשים עליהם עוד יותר.


יתר על כן, רבים בציבור הערבי בישראל חווים תחושה של רדיפה ודרישה להוכחת נאמנות. תחושה זו מתחזקת לאור החשדנות הרבה מצד הציבור היהודי, אשר לעיתים אף מובילה לחיפוש התבטאויות נפוצות מצד ערבים ברשתות החברתיות ולסימונן ואף קריאה להדירם מהמרחבים הציבוריים המשותפים (כגון מקומות עבודה, מוסדות לימוד ועוד). לפיכך, לא מתאפשר לציבור הערבי מקום לביטוי כנה ומורכב של תחושותיו ותפיסותיו, ומתחוללת חוויה של השתקה. יתרה מזו, לצד החשש מפגיעה בפרנסתם ובאורחות חייהם, רבים מספרים על חשש ממשי מפעולות נקם ומהתנהגות פוגענית מצד הציבור היהודי.


# המלצות לפעולה חינוכית


תקופה זו סוערת הן ברמה האישית והן ברמה הציבורית. האירועים מעוררים רגשות ומחשבות חריגים בעוצמתם והשלכותיהם עלולות להיות קשות וכואבות. כדי למתן את הפגיעה עלינו לשמר את החוסן החברתי ואת מרקם היחסים בין יהודים וערבים בישראל. נדגיש כי לצד הפעולות שחשוב והכרחי לנקוט בכיתות הלימוד, יש גם פעולות שייתכן שהשעה מוקדמת עבורן; למשל, בכיתות רבות אין זה הזמן לנסות להגביר את האמפתיה ואת הנכונות של התלמידים לראות את נקודת המבט של הצד השני או להעמיק את הקרבה אליו – עוד יבואו ימים שבהם נעסוק בכך.


**התמודדות חינוכית התומכת בחוסן החברתי והמגיבה באופן בונה ומיטיב למתח הבין קבוצתי ולרגשות העזים המתעוררים בתקופה זו תכלול פעולות חינוכיות שונות ומשלימות והן תוצגנה כאן לפי הסדר המומלץ לנקיטתן בכיתה.**

לעורר תקווה 

לאתגר 

להחזיק 

לאזורר 

לאבחן 

## לאבחן:

כל אחד ואחת מאיתנו חווים את התקופה הנוכחית באופן שונה. גם המצב בכיתות בימים אלה מגוון ודינמי. על כן, טרם ההחלטה על אופי הפעולה החינוכית, נכון יהיה לעצור ולזהות מה הרגשות והתפיסות הדומיננטיים בקרב התלמידים והתלמידות בעת הזו ואילו התבטאויות והתנהגויות באות לידי ביטוי בנושא זה. על בסיס האבחון נוכל להגדיר את המטרות של השיחה החינוכית שנרצה לקיים בנושא, את תכניה ואת גבולותיה.

◀ מרכז אקורד פיתח מודל פסיכולוגי-חברתי שעוזר לערוך אבחון מסוג זה – ניתן למצוא [כאן](#) תיאור מקיף של המודל ושל משמעויותיו החינוכיות.

## לאזורר:

הרגשות בכיתה עלולים להיות קשים וסוערים. חשוב לאפשר לתלמידים ולתלמידות לבטא את רגשותיהם ו"לאזורר" אותם. המחקר הפסיכולוגי מלמד כי ליכולת של התלמידים לדבר על רגשותיהם, לבחון אותם ולהסבירם יש השפעה מיטיבה. עצם הביטוי של הרגש הוא הצעד הראשון הדרוש לתלמידים כדי שיוכלו לווסת את רגשותיהם.

**הקצו מקום ומרחב לביטוי רגשי, סייעו בוויסות הרגשות השליליים והקפידו שיבוטאו בדרכים בונות ולא פוגעניות.** ניתן לשאול ולכוון: מה אתם מרגישים? אילו מחשבות הרגש הזה מעלה בכם? מה אפשר לעשות במצב הזה? נסו לתעל רגשות עזים ומוטיבציה לפעולה לביטוי התנהגותי משמעותי ובלתי פוגעני כלפי קבוצת הלאום השנייה (למשל – התנדבות במקומות שנפגעו מהמצב, עזרה לאנשים בקהילה הזקוקים לכך בעת הנוכחית).



**שימו לב** כי בתקופה הסוערת שבה אנו נתונים המציאות דינמית ומשתנה תדיר. לפיכך הרגשות הדומיננטיים בכיתה משתנים גם הם. מומלץ להקצות באופן חוזר מקום ומרחב לשיח רגשי על המצב ולא להסתפק בדיון או בשיחה כיתתית או אישית חד-פעמית.

כלים פדגוגיים מבוססי ידע פסיכולוגי-חברתי הרלוונטיים לקידום מטרה חינוכית זו:  
◀ סדרת המערכים '**מרגישים.ות ביחד**' פותחו עבור תלמידים ותלמידות דוברי עברית בכיתות ה'-ט' ונועדו לקדם הבעה, עיבוד וגם ויסות של רגשות בתקופה הנוכחית.  
◀ מערך השיעור '**מה עובר עלינו?**' בשפה הערבית מעניק כלים למורה לשם הובלת שיח רגשי בקרב תלמידות ותלמידים בבתי ספר על-יסודיים בחברה הערבית. המערך פותח בשיתוף פעולה של אקורד עם עמותת קדמה לשוויון בחינוך.

## להחזיק:

בססו בכיתות נורמות ברורות המגנות אלימות ושיח פוגעני. הגדירו כללי שיח בנושאים טעונים והדגימו אותם. כדאי לעגן את הנורמות בערכים מוסריים או דידיקטיים ("אנחנו לא מדברים כך ב...", "זה אף פעם לא בסדר לדבר כך על אנשים"), שלא יהיו קשורים לשמאל או לימין, ליהודים או לערבים. ביסוס כזה של נורמות יכול להסתמך גם על נורמות ברורות שמציגים בימים אלה גורמי הממסד הקוראים להרגעת הרוחות וליחס מכבד בין יהודים לערבים (לדוגמה **פוסט** ובו מפקד תחנת משטרת עירון מבקש להתייחס לכל אדם באשר הוא אדם או **הצהרתו** של חבר הכנסת מנסור עבאס הקוראת לשיתוף פעולה יהודי-ערבי ולשמירה על השקט בימים אלה). אחד האתגרים בתחום זה הוא ויסות או הגבלת החשיפה לשיח מסית ופוגעני המתקיים ברשתות החברתיות. נהלו שיחה פתוחה עם התלמידים על האופן שבו רשתות חברתיות עלולות להפיץ מידע שגוי או כוזב ולחשוף אותנו לתכנים מתסיסים באופן המלבה את השיח ומעצים רגשות שליליים. נסו לכוון את התלמידים לצריכה מווסתת של מידע מן הרשתות ולהפעלת חשיבה ביקורתית כלפי המידע המופץ בהן וכלפי האינטרסים שבבסיסו, וגבשו יחד עם התלמידים כללי "עשה ועל תעשה" לחשיפה ולשיתוף ברשתות.

## לאתגר:

תפיסות סטראוטיפיות ומכלילות הצפות ועולות בתקופה הנוכחית כלפי חברי הקבוצה השנייה מובילות לתפיסת מציאות פשטנית ומוטה אשר עלולה להתקבע ולהשפיע לרעה על היחסים בין הקבוצות גם בחלוף הטראומה הנוכחית. **אתגרו תפיסות אלה באמצעות קידום תפיסה מגוונת של קבוצת הלאום השנייה.** צעד כזה נועד להפחית בקרב התלמידים והתלמידות תחושות של פחד

ואיום כלפי הצד השני, ואגב כך להפחית גם לגיטימציה ומוטיבציה להתנהגות פוגענית כלפיו.

## כיצד לעשות זאת?

« **הציגו את הגיוון של הקבוצה השנייה באמצעות חשיפה למעשים של סולידריות ושותפות בין קבוצתית.** ניתן להיכנס לאתר המיוחד שבנינו במרכז אקורד המרכז [סיפורים מעוררי השראה על סולידריות בין-קבוצתית](#) המיועדים לשימוש חינוכי. חשפו תלמידות תלמידים יהודים למעשי גבורה ולפעולות המבטאות סולידריות של אזרחים ערבים כלפי אזרחים יהודים ב-7 באוקטובר ובמהלך תקופת המלחמה (למשל אירוח תושבים יהודים מאזור עוטף עזה בערים ערביות או הקמתו של חמ"ל יהודי-ערבי התומך במשפחות נזקקות). הציגו לתלמידות ולתלמידים ערבים אנשי ציבור בחברה היהודית (למשל חברי כנסת, רבנים, שוטרים) המגנים התנהגות אלימה ופוגענית כלפי ערבים (כמו מכתבו של שר הפנים המגנה הרחקה של עובדים ערבים ממקום עבודתם).

« **הדגישו שמרבית חברי הקבוצה השנייה אינם תופסים אותנו באופן שלילי ואינם תומכים באלימות כלפינו כפי שאנחנו נוטים לחשוב.** במידת האפשר גם הציגו נתונים תומכים בכך. רבים מאיתנו שוגים לחשוב שהעמדות של הקבוצה השנייה כלפי הקבוצה שלנו שליליות מאוד. החשיפה למידע המפריך תפיסות אלה (לדוגמה מחקר שנעשה בזמן המלחמה ומצא שרוב גדול מאוד בציבור היהודי והערבי בישראל מתנגד לאלימות כלפי אזרחי המדינה מהקבוצה השנייה) יכולה להפחית חשדנות וחשש כלפי הקבוצה השנייה.

מומלץ לחשוף את התלמידים והתלמידות למידע המתגבר את תפיסותיהם – למשל סיפורי סולידריות ושיקוף של תפיסות מוטות - באופן נרחב וחזרתי. זאת כדי לתת משקל נגד לשלל הייצוגים האלימים והשליליים שאליהם נחשפים בני הנוער מדי יום ביומו באמצעי התקשורת וברשתות החברתיות. חשוב שהחשיפה לדמויות ולסיפורים תייצג גיוון רחב ככל הניתן מקרב חברי הקבוצה השנייה, ומהבחינה המתודית מומלץ שהתלמידים יהיו פעילים ומעורבים בתהליך הלמידה.

## לעורר תקווה:



אירועי העת הנוכחית עלולים להוביל להקצנת עמדות ולהתפוררות המרקם העדין של החברה בישראל, אך עת זו טומנת בחובה גם הזדמנות לשינוי ולשרטוט תמונת עתיד אחרת. לכן חשוב להדגיש בפני התלמידות והתלמידים את הדינמיות של היחסים ואת השיקום שאפשר לחולל בקשרים שבין יהודים לערבים בישראל. ספרו להם על העדויות הרבות לקשרים ההדוקים שבין האוכלוסיות ועל מקרים שבהם הצליחו שתי הקבוצות לקיים שותפות ולפעול יחד על אף האתגרים האדירים הכרוכים בכך. **עוררו תקווה בקרב התלמידים באמצעות חשיפה לפעולות של תמיכה הדדית ושל סולידריות בין קבוצות בישראל** (ניתן להיעזר גם כאן [במאגר הסיפורים](#) שתואר בסעיף הקודם). עודדו את התלמידים לדמיין כיצד פעולות אלה עשויות להתרחב ולהשפיע על המרקם החברתי ועל יחסי יהודים ערבים גם ביום שאחרי המלחמה.

« **היחידה שכותרתה "לבנות עכשיו את היום שאחרי"** בתוך סדרת המערכים ['מרגישים.ות ביחד'](#) תוכל לסייע בקידום מטרה חינוכית זו.

## לסיכום,

התקופה הנוכחית היא מהקשות שידעה החברה בישראל. הזעזוע והרגשות הקשים מציפים את כולנו ועולים גם במרחבים החינוכיים. אנו מאמינים שלצוותי החינוך נודע תפקיד מהותי ומכריע בליווי ובמתן המענה לנוכח הקשיים והמתחים שחווים ילדים ונוער במצב זה – הן בהקשר האישי והן בהקשר הבין קבוצתי. על מענה זה לכלול התייחסות להתדרדרות ולנפיצות ביחסי יהודים ערבים, המבוססת על שיח מורכב, בונה ומותאם לתחושות ולתגובות השונות של התלמידים והתלמידות. על פי תפיסתנו המקצועית והערכית באקורד, גם בימים אלה אפשר וצריך למצוא את הדרך לחנך ליחסים מכבדים, סובלניים ושוויוניים בין יהודים וערבים בישראל.

**דעתכם חשובה לנו. נודה לכם אם תמלאו [משוּב קצר מאוד](#) על המדריך.**

המדריך נכתב על ידי הצוות המקצועי של מרכז אקורד – פסיכולוגיה חברתית לשינוי חברתי.

**מרכז אקורד** הוא ארגון חברתי-אקדמי ייחודי הפועל באוניברסיטה העברית בירושלים. המרכז מפתח ומנגיש ידע אקדמי חדשני בפסיכולוגיה חברתית כדי לקדם יחסים שוויוניים, סובלניים ומכבדים בין הקבוצות החברתיות השונות בישראל. במסגרת הפעילות שלנו אנו עוסקים בהרחבה ביחסים שבין יהודים וערבים במרחבים שונים בישראל בתקופות שגרה והסלמה.



עריכת לשון: ד"ר נחמה ברוך | עיצוב גרפי: שני צדוק

◀ כלים ומדריכים פרקטיים נוספים להתמודדות בתקופה הנוכחית ניתן לפנות לעמוד המיוחד [באתר אקורד](#).

◀ לעמוד של מחלקת חינוך המרכז כלים חינוכיים שונים מבוססי ידע פסיכולוגי-חברתי להתמודדות עם התקופה הנוכחית במרחבים חינוכיים ניתן להיכנס [לכאן](#).

◀ ניתן לפנות אלינו להתייעצות בדוא"ל [achord@mail.huji.ac.il](mailto:achord@mail.huji.ac.il)

