



פישוט לשוני

# בְּשׁוֹרָה מְרָה (הודעה לא טובה)

## לאדם עם מוגבלות קוגניטיבית

מילון מונחים וסמלים בפישוט לשוני



המכון הישראלי  
להנשאה קוגניטיבית  
אגודת עשׂי פסיכיאטריה ופסיכיאטריה



אוניברסיטת  
בר־אילן  
Bar-Ilan University



משרד הרווחה  
והביטחון  
החברתי



בית איזי שפירא  
לשני באיכות חיים עם מוגבלויות  
מכון טראמפ  
פיתוח מחקר והכשרה



קרן  
שלום  
מאפשרת - מחברת - אחרת

## הקדמה

ההתמודדות עם המציאות שנכפתה על אזרחי מדינת ישראל היא קשה וכואבת, היא גם הפגישה אותנו עם מושגים של מלחמה, מוות, חטיפה, פציעה, אובדן וקבורה של אזרחים, חיילים וקרובי משפחה. מושגים אלו הינם מטלטלים מבחינה רגשית, ועבור אנשים עם מוגבלות שכלית הינם מושגים לא קלים להבנה.

אנשים עם מוגבלות קוגניטיביות, מבינים באופן מלא או חלקי ובעיקר מרגישים את מה שקורה בסביבתם, אולי הם לא תמיד יבינו את מלוא האירוע ולא תמיד ישאלו כדי לקבל את המידע. לפיכך, נדרש מאיש המקצוע פעולת תיווך ופישוט המידע בצורה שתאפשר להם להבין, להכיל ולקבל את הטיפול המתאים ביותר עבורם. השיח המותאם של אנשי המקצוע עם האנשים עם מוגבלות שכלית, מאפשר הבנה טובה יותר של המצב, פיזור ענני ערפל ואי ודאות ויכולת לפתח חוסן ותיקווה להמשך.

משימת ההתאמה וההנגשה של מושגים הרלבנטיים למציאות זו, עבור אנשים עם מוגבלות שכלית היא משימה לאומית וערכית שמטרתה לאפשר גם לאנשים אלו להבין טוב יותר את המציאות ולהתמודד בצורה המיטבית עם הכאב, האובדן והעצב שמלווים אותה. הנגשת המושגים תסייע גם למוסר ההודעה ולאנשי המקצוע לנהל שיחה ולהסביר את האירועים לאנשים עם מוגבלות שכלית ומוגבלות קוגניטיבית.

מילון מונחים זה פותח במסגרת **מיזם הבשורה המרה** הינו מיזם משותף בית איזי שפירא וקרן שלם יחד עם משרד הרווחה והביטחון החברתי מתוך הכרה בזכותם של אנשים עם מוגבלות שכלית לקבל מידע ככל האדם, להיות מסוגלים להמחיש ולדבר את רגשותיהם בצורה שתאפשר להם להיות חלק בלתי נפרד מהחברה הישראלית ולהיות שותפים באבל הפרטי והלאומי. המילון פותח על מנת לשמש ככלי עזר בעבודתם של אנשי המקצוע, יש לשים לב כי מפאת התכנים הקשים המצריכים תיווך, החוברת אינה מתאימה לקריאה עצמית לאנשים עם מוגבלות שיכלית עצמם. במסגרת המיזם פותח פרוטוקולים להנגשת הבשורה המרה, סרטון הדרכה וכרטיסיות שיח, בעברית ובערבית בהתאמה תרבותית וחלקם אף באנגלית. אנו מזמינים אתכם לבקר **בעמוד המיזם** << ולהיעזר במגוון התוצרים.

\* כל המונחים והסמלים במילון זה הינם פטורים מזכויות יוצרים ופתוחים לשימוש חופשי של הציבור.

## וועדת ההיגוי המלווה

הילה תמר אדרי, בית הספר ללימודי עבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן

ד"ר דליה נסים, מנהלת פיתוח מקצועי, מכון טראמפ, בית איזי שפירא

ליאת ריינהרץ, מובילת פיתוח הדרכה, מכון טראמפ, בית איזי שפירא

אדוה אהודה גמליאל, מנהלת תחום מומחיות בסוגי מוגבלויות, שרות רש"ט, אגף להערכה, הכרה ותכניות, מינהל מוגבלויות, משרד הרווחה והביטחון החברתי

ד"ר שגית ארבל אלון, רופאה ראשית, מערך שירותי הבריאות, משרד הרווחה והביטחון החברתי

יעל שדלובסקי-פרס, מרפאה בעיסוק ראשית, מערך שירותי הבריאות, משרד הרווחה והביטחון החברתי

שרון גנות, מנהלת ידע ומחקר, קרן שלם

## ייעוץ מקצועי נוסף

ד"ר אלון זמיר, פסיכותרפיסט וחוקר בתחום המוגבלויות, מרכז מינרבה לחקר אוכלוסיות מודרות בזקנה, (MCIA), אוניברסיטת חיפה.

אורנית אבידן זיו, מרפאה בעיסוק ומורשית נגישות שירות, מנהלת המכון הישראלי להנגשה קוגניטיבית.

## הנגשה קוגניטיבית

צוות המכון הישראלי להנגשה קוגניטיבית של אגודת עמי והקריה האקדמית אנו: דר' מיכל טנא-רינדה, זיו שמש, אנה סמואל ואורנית אבידן זיו.

# תוכן עניינים

6

## מלחמה

7

מלחמה

8

נעדר

8

פצוע

10

נפגע חרדה

11

קטוף, שבוי

12

שאלות בנושא של מלחמה

14

## מצב רפואי קשה של אדם קרוב

15

אובדן הכרה

16

אדם מורדם ומונשם

18

יחידה לטיפול נמרץ

20

פרידה מאדם ברגעים האחרונים שלו בחיים

23

הוספיס

24

שאלות בנושא מצב רפואי קשה של אדם קרוב

## 26

27

27

28

## מוות

מת

הרוג

שאלות בנושא של מוות

## 30

31

32

33

33

## לוויה

לוויה

בית קברות

מצבה

שאלות בנושא של לוויה

## 36

37

38

39

39

40

41

## פרידה מאדם שמת

שבעה

אָבֵל

ניחום אבלים

אירוע ה-30

אזכרה

שאלות בנושא של פרידה מאדם שמת

פרק מספר 1:

# מלחמה

מושגים:

- מלחמה
- נעדר
- פצוע
- נפגע חרדה
- קטוף, שבוי

# מלחמה



מצב של ריב גדול מאוד בין שתי קבוצות (או יותר).  
כל קבוצה חושבת אחרת.  
במלחמה, שתי הקבוצות כועסות אחת על השנייה.  
במלחמה, במקום לדבר משתמשים בכוח. לדוגמה: רובים, טילים.  
הקבוצות במלחמה פוגעות אחת בשנייה.  
מדינת ישראל נמצאת עכשיו במצב של מלחמה.  
מדינת ישראל במלחמה עם חמאס והג'יהאד האיסלמי  
(קבוצות של טרור, קבוצות של אלימות וכוח).

במלחמה יש צבא.  
בצבא יש חיילים.  
החיילים של כל קבוצה שומרים על הקבוצה שלהם.  
החיילים של צה"ל (הצבא של ישראל)  
שומרים על האנשים שגרים במדינת ישראל.  
במצב של מלחמה גם האנשים שגרים במדינה מרגישים את המלחמה.  
במלחמה שעכשיו, האויב (הקבוצה שנלחמת בנו) יורה טילים על ישראל.  
לכן, אנחנו שומעים אזעקות.  
האזעקות עוזרות לשמור עלינו.  
האזעקות הן סימן מתי צריך להגיע למרחב מוגן (מקום בטוח).  
לדוגמה: מקלט, ממ"ד, חדר מדרגות.

לפעמים במלחמה יש אנשים נעדרים (אנשים שלא מוצאים אותם).  
לפעמים במלחמה יש אנשים חטופים (אנשים שהאויב לקח אותם  
למקום אחר).  
לפעמים במלחמה יש אנשים פצועים (אנשים שנפגעים בגוף).  
לפעמים במלחמה אנשים גם מתים.



## נעדר

אדם שאנחנו לא יודעים איפה הוא.

אדם שנעדר יכול להיות:

- חי ובריא
- חי ופצוע
- חטוף (שאדם אחר לקח אותו)
- מת

במלחמה עכשיו יש נעדרים.

במלחמה עכשיו יש אנשים שלא מוצאים אותם.



## פצוע

אדם שיש לו פגיעה בגוף.

אדם שיש לו פצע גדול או שריטה גדולה.

דוגמאות לדברים שאדם יכול להיפצע מהם:

- מכה חזקה
- נפילה קשה
- כדור של נשק (אקדח או רובה)
- שריפה (אש)



אדם פצוע יכול להיות פצוע בכל מיני רמות (מידות, שלבים). למשל:

- פצוע קל
- פצוע קשה
- פצוע אנוש (גוסס, פצוע מאוד קשה)

פצוע קל:

אדם שיש לו פצע אחד או כמה פצעים קטנים.  
לאדם יש כאבים בפצע.  
בדרך כלל, האדם יכול ללכת לבד, לדבר ולזוז.  
בדרך כלל, הרופאים מטפלים באדם פצוע קל במרפאה או בבית חולים.  
בדרך כלל, אדם פצוע קל חוזר לבית שלו אחרי כמה ימים.

פצוע קשה:

אדם שיש לו הרבה פצעים, או פצע אחד גדול.  
האדם מרגיש לא טוב.  
לאדם קשה לדבר או ללכת לבד.  
הרופאים מטפלים באדם פצוע קשה בבית חולים.  
לפעמים אי אפשר לבקר פצוע קשה בבית החולים.  
אדם פצוע קשה יכול גם למות.

פצוע אנוש (גוסס, פצוע מאוד קשה):

אדם פצוע מאוד.  
אדם שמרגיש מאוד רע.  
אדם שיכול למות מהר.  
אדם שיכול למות היום.

חשוב שאדם פצוע יקבל טיפול רפואי. לדוגמה: רופאה, אח.



## נפגע חרדה

אדם שהיה באירוע מפחיד מאוד.  
אדם שפחד מאוד להיפצע או למות.  
לדוגמה: אדם שהיה בתאונה או בפיגוע.  
האירוע המפחיד נגמר,

אבל האדם עדיין מרגיש מאוד לא טוב בנפש שלו (בהרגשה,  
במצב הרוח).

האדם מרגיש מאוד מבוהל (מפחד מאוד).

אדם שהוא נפגע חרדה יכול להרגיש חלק מהדברים הבאים:

- דפיקות לב מהירות
- הרגשה שקשה לנשום
- רעידות בגוף
- זיעה, גם כשלא חם
- קשה לזוז או לדבר
- בלבול
- פחד גדול
- בכי

חשוב שאדם נפגע חרדה יקבל טיפול מקצועי.  
לדוגמה: פסיכולוג, פסיכיאטר.



## חטוף, שבוי

אדם שלקחו אותו בלי שהוא רצה או הסכים.  
כשאנשים חוטפים אדם,  
האנשים משתמשים בכוח או באלימות.  
במלחמה שלנו האויב חטף (לקח בכוח) הרבה אנשים מישראל.  
אנחנו לא יכולים לראות או לדבר עם אדם חטוף.  
אדם חטוף נמצא בשבי (כלא).  
אדם שבוי נמצא במקום שהוא לא רוצה להיות בו.  
אדם שבוי לא יכול לצאת מהמקום או לברוח ממנו.  
אדם שבוי לא יכול לעשות מה שהוא רוצה.  
אדם שבוי לא יכול להתקשר אלינו ולספר לנו איך הוא מרגיש.  
שבוי מלחמה הוא אדם שהאויב לקח אותו בכוח בזמן של מלחמה.

# שאלות בנושא של מלחמה:

## מתי המלחמה תיגמר?

מלחמה יכולה להיות קצרה. לדוגמה, כמה ימים.  
מלחמה יכולה להיות ארוכה. לדוגמה: כמה שבועות,  
חודשים או אפילו שנים.  
כרגע אנחנו עוד לא יודעים מתי המלחמה "חרבות ברזל" תיגמר.  
בטלוויזיה וברדיו אומרים שהמלחמה תהיה כמה שבועות,  
או כמה חודשים.  
הצבא עושה כל מה שהצבא יכול כדי לשמור עלינו.

## האם הפצועים ירגישו טוב יותר?

הצוות הרפואי עושה כל מה שהוא יכול כדי לעזור לפצועים.  
יש לנו תקווה שהמצב יהיה יותר טוב.  
תקווה היא מחשבה, רצון או הרגשה שהמצב יהיה טוב.  
אנחנו רוצים שהפצועים ירגישו טוב יותר.  
יש אנשים שמתפללים כדי שהפצועים יהיו בריאים.

## **האם יש חטופים במלחמה הזו? מיהם החטופים?**

האויב לקח את האנשים בכוח. האנשים לא רצו ללכת.

חלק מהאנשים שהאויב לקח הם חיילים.

חלק מהאנשים שהאויב לקח הם ילדים.

חלק מהאנשים שהאויב לקח הן נשים.

חלק מהאנשים שהאויב לקח הם גברים.

חלק מהאנשים שהאויב לקח הם זקנים.

## **האם החטופים של המלחמה יחזרו לישראל? מתי?**

הצוות של הממשלה וצה"ל (הצבא של ישראל) עושים כל מה שהם

יכולים כדי שהחטופים יחזרו הביתה.

אנחנו לא יודעים אם ומתי החטופים יחזרו הביתה.

אנחנו מקווים (רוצים מאוד) שהחטופים יחזרו הביתה כמה שיותר מהר.

אנחנו מקווים (רוצים מאוד) שהחטופים יחזרו הביתה בריאים.

יש אנשים שמתפללים כדי שהחטופים יחזרו הביתה בריאים,

כמה שיותר מהר.

פרק מספר 2:

# מצב רפואי קשה של אדם קרוב

מושגים:

- אובדן הכרה
- אדם מורדם ומונשם
- יחידה לטיפול נמרץ
- פרידה מאדם ברגעים האחרונים שלו בחיים
- הוספיס



## אובדן הכרה

אובדן (חוסר, בלי) הכרה הוא מצב שבו אדם לא מגיב לסביבה שלו. בזמן אובדן הכרה,

האדם בדרך כלל שוכב עם עיניים עצומות. בזמן אובדן הכרה, האדם בדרך כלל לא יודע מה קורה סביבו. לפעמים האדם נראה כאילו הוא ישן. כשאדם ישן, אנחנו יכולים להעיר את האדם. כשאנחנו קוראים לאדם עם אובדן הכרה, האדם לא עונה.

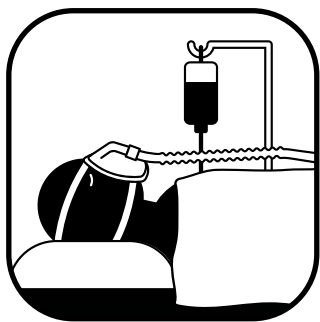
יש סוגים שונים של אובדן הכרה. לדוגמה:

- התעלפות היא אובדן הכרה קל לזמן קצר. התעלפות יכולה לקרות בגלל התרגשות, התייבשות או פחות מדי אוויר.
- אחרי שאדם מתעלף, האדם יכול להתעורר ולעשות דברים.
- תרדמת היא אובדן הכרה קשה לזמן ארוך. תרדמת היא בגלל מצב קשה בגוף. תרדמת יכולה לקרות בגלל סיבות שונות. לדוגמה: מכה חזקה מאוד בראש או אירוע מוחי (בעיה במוח), בעיות קשות בנשימה.

אובדן הכרה יכול להיות מצב מסוכן.

הצוות הרפואי (לדוגמה: רופא, רופאה, אח, אחות) יודע לתת טיפול מתאים לאובדן ההכרה.

לכן, כשאדם במצב של אובדן הכרה, חשוב שהאדם יקבל טיפול רפואי מהר.



# אדם מורדם ומונשם

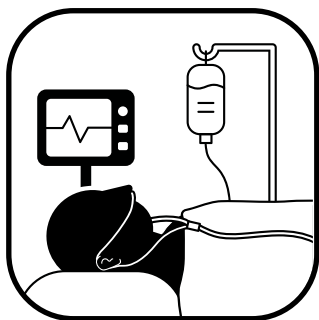
## מה זה מונשם?

אנחנו חייבים לנשום כדי לחיות. במצב קשה, לפעמים לאדם יש בעיה לנשום. כלומר, לאדם יש בעיה להכניס ולהוציא אוויר לריאות (החלק בגוף שעוזר לנו לנשום). לכן, אם יש בעיה בנשימה האדם צריך טיפול רפואי שיעזור לו לנשום.

הצוות הרפואי מחבר את האדם למכשיר מיוחד בשם 'מכשיר הנשמה'. מכשיר הנשמה זה מכונה שמחובר אליה צינור. הצינור נותן לאדם אוויר. אם אדם לא יכול לנשום עכשיו בעצמו (לבד), מכשיר ההנשמה עוזר לאדם לנשום.

לפעמים מכשיר ההנשמה עוזר לאדם לנשום בזמן של מחלה. למשל, לכמה ימים. אחר כך, האדם חוזר בהדרגה (לאט-לאט) לנשום לבד. לפעמים האדם כבר לא יכול לנשום לבד. לכן, אותו אדם מחובר למכשיר הנשמה כל הזמן.





## מה זה מורדם?

לפעמים לאדם יש בעיה קשה בגוף. לדוגמה: מחלה קשה מאוד, או פציעה מסוכנת. במצב קשה, צריך לתת לגוף טיפול רפואי. אדם מורדם הוא אדם שנותנים לו תרופות מיוחדות. התרופות האלה עושות לאדם כמו אובדן הכרה, אבל בכוונה. כלומר, האדם נראה כאילו הוא ישן. כך אפשר לתת טיפולים רפואיים מסוגים שונים לאדם. כך הגוף יכול לנוח ולנסות להתחזק.



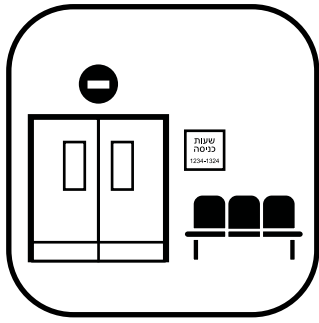
## מה זה מורדם ומונשם?

הרבה פעמים, האדם גם מונשם וגם מורדם. בדרך כלל לחבר מכשיר הנשמה זה לא נעים לאדם. לכן, לפעמים כדי לחבר את מכשיר ההנשמה, האדם צריך להיות בסוג של אובדן (חוסר, בלי) הכרה.

כך, האדם לא מרגיש את מכשיר ההנשמה. כך, האדם יכול לנוח בזמן שהוא מונשם עם מכונת הנשמה.

חשוב לדעת:

כשאדם מורדם ומונשם זה מצב קשה לגוף. הצוות הרפואי עושה כל מה שהוא יכול כדי לעזור לאדם.



# יחידה לטיפול נמרץ

יחידה (מקום) מיוחד בבית החולים. בבית החולים הצוות הרפואי (לדוגמה: רופא, רופאה, אח, אחות) נותנים לחולים ולפצועים טיפול רפואי מיוחד.

ביחידה לטיפול נמרץ הצוות הרפואי מטפל בחולים ובפצועים במצב קשה.

לדוגמה: חולים עם בעיות קשות בנשימה, בלב ובכליות. החולים בטיפול נמרץ נמצאים בסכנה מיידית, עכשיו. כלומר, אדם שצריך טיפול נמרץ יכול למות. לכן, אדם שנמצא בטיפול נמרץ צריך טיפול רפואי צמוד כל הזמן מהצוות הרפואי.

## ביקור של אדם ביחידה לטיפול נמרץ

### מי יכול לבקר את האדם

- לפעמים רק משפחה קרובה יכולה לבקר
- לפעמים רק מבקר אחד או שניים יכולים להגיע בכל ביקור
- רק מי שבריא יכול להיכנס ליחידה לטיפול נמרץ, כדי שהחולים לא ידבקו במחלות

### מתי אפשר לבקר את האדם

- יש רק זמן קצר ביום שמותר לבקר בטיפול נמרץ
- לפעמים השעות שאפשר לבקר שונות או קצרות יותר ממה שחשבו בגלל המצב הרפואי של האדם

## מה לעשות כשמבקרים את האדם

בכל יחידה לטיפול נמרץ יש כללים אחרים למבקרים. לפעמים מבקשים ממבקרים ביחידה ללבוש בגדים מיוחדים או לשטוף ידיים עם סבון מיוחד. כשאתם מקבל טיפול ביחידה לטיפול נמרץ, חשוב מאוד לשמור על הכללים של הביקור.

חשוב לדעת:

לפעמים אדם בטיפול נמרץ נראה ומתנהג שונה מאיך שאנחנו רגילים. אדם בטיפול נמרץ יכול להיות מאוד חלש, מורדם, מונשם או מחובר למכשירים ולצינורות. לדוגמה: צינורות לפה, לאף, ליד. אדם בטיפול נמרץ יכול להיות מאוד מבולבל, או בכלל לא יכול לדבר. בטיפול נמרץ יש הרבה מכשירים וציפופים. זה יכול להיות לא נעים לראות אדם שאנחנו מכירים במצב כזה. לכן, כדאי להתייעץ עם אנשים שאנחנו סומכים עליהם או אנשי מקצוע (לדוגמה: עובדת סוציאלית, רופאה, אחות). כך אפשר לחשוב ביחד על הביקור ביחידה לטיפול נמרץ.



## פרידה מאדם ברגעים האחרונים שלו בחיים (אדם גוסס, לפני שאדם מת)

לפעמים הגוף כבר לא עובד טוב.  
למשל: בגלל זיקנה (גיל מבוגר מאוד), מחלה קשה מאוד,  
פציעה (פגיעה) קשה מאוד.  
הצוות הרפואי (לדוגמה: רופא, רופאה, אח, אחות) עושה  
כל מה שאפשר כדי לעזור לאדם.  
אבל לפעמים הגוף חלש מדי,  
והצוות הרפואי לא יכול לפתור את הבעיה בגוף.  
הגוף של האדם יפסיק לעבוד בקרוב.  
האדם ימות בקרוב.

כשהאדם ימות, הגוף שלו לא יעבוד יותר.  
האדם לא ירגיש כאב, עצב או שמחה.  
כשהאדם ימות, המצב הזה לא ישתנה.

כשאדם מת, אנחנו לא יכולים להיפגש איתו יותר.  
זה עצוב, כי זה אומר שאנחנו צריכים להיפרד.

# איך אפשר להיפרד מאדם שהוא ברגעים האחרונים שלו בחיים?

פרידה מאדם ברגעים האחרונים שלו בחיים זה דבר לא פשוט. יש דרכים שונות להיפרד. יש אנשים שעוזר להם להכין משהו לאדם. לדוגמה: ציור, מכתב. יש אנשים שעוזר להם לדבר עם אנשים שהם אוהבים. יש אנשים שעוזר להם להתפלל. כל אחד בוחר להתמודד עם הפרידה בדרך שמתאימה לו. לפעמים אפשר לבקר את האדם. לפעמים אי אפשר (לא יכולים) לבקר את האדם.

אם אפשר לבקר, אפשר להגיד לאדם דברים שחשוב לנו שהוא ישמע. למשל, להגיד לו שאנחנו אוהבים אותו. אפשר להשמיע לאדם שיר שהוא אוהב. אפשר לצייר לאדם משהו ולהניח לידו.

אם אי אפשר לבקר, אפשר להקליט לאדם דברים שחשוב לנו שהוא ישמע, ולבקש שישמיעו לאדם. למשל, להגיד לו שאנחנו אוהבים אותו. אפשר לכתוב מכתב, לצייר ציור או לשלוח תמונה ולבקש שישומו ליד האדם. אפשר גם להתפלל.

# מפגש עם אדם ברגעים האחרונים שלו בחיים

חשוב לדעת:

לפעמים אדם ברגעים האחרונים שלו נראה ומתנהג שונה מאיך שאנחנו רגילים.

אדם ברגעים האחרונים שלו יכול להיות מאוד רזה, חלש, עם פצעים.

אדם ברגעים האחרונים שלו יכול להיות מבולבל, עצוב, או כועס.

לפעמים האדם מורדם ומונשם.

כלומר, לפעמים האדם לא יכול לדבר.

לפעמים האדם מחובר לצינורות ולמכשירים שעושים ציפופים.

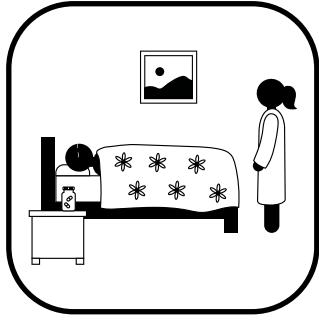
זה יכול להיות לא נעים לראות אדם שאנחנו מכירים במצב כזה.

לכן, כדאי להתייעץ עם אנשים שאנחנו סומכים עליהם או אנשי מקצוע

(לדוגמה: עובדת סוציאלית, רופאה).

כך אפשר לחשוב ביחד על המפגש עם אדם ברגעים האחרונים שלו.

# הוספיס



הוספיס הוא מקום לטיפול באנשים עם מחלה קשה.

יש מחלות קשות שאי אפשר להבריא מהן (מחלות שלא מבריאם מהן).

לפעמים הצוות הרפואי (לדוגמה: רופא, רופאה, אח, אחות) לא יכול לפתור את הבעיה בגוף.

הצוות הרפואי יכול לעזור לאדם שיהיה לו יותר קל, פחות כואב. כשאדם חולה במחלה קשה שאי אפשר להבריא ממנה, והאדם עדיין צריך עזרה מהצוות הרפואי, לפעמים האדם עובר להוספיס.

הוספיס הוא מרכז לטיפול תומך (עוזר, עושה שיהיה קל יותר). בהוספיס יש צוות שיודע איך לעזור לאנשים עם מחלות קשות שאי אפשר להבריא מהן.

לדוגמה, הצוות הרפואי נותן לאדם תרופות כדי שפחות יכאב לו. הצוות הרפואי גם מדבר עם האדם ועם המשפחה. כך, מחליטים ביחד איך להתמודד עם המחלה.

# שאלות בנושא מצב רפואי קשה של אדם קרוב

## האם האדם תמיד יהיה ביחידה לטיפול נמרץ?

זה תלוי במצב של האדם. לפעמים המצב הרפואי של האדם משתפר (הופך יותר טוב), והאדם עובר ליחידה אחרת בבית החולים. לפעמים המצב הרפואי של האדם נהיה פחות טוב, והאדם יכול למות. הצוות הרפואי עושה כל מה שהוא יכול כדי לעזור לאדם. יש לנו תקווה שהמצב הרפואי יהיה יותר טוב. תקווה היא מחשבה, רצון או הרגשה שהמצב יהיה טוב. יש אנשים שמתפללים כדי שאדם ירגיש יותר טוב.

## אם ההוספיס הוא הבית החדש של האדם, האם אני יכול לעבור לגור איתו שם?

אי אפשר. בהוספיס גרים אנשים מאוד חולים, שצריכים טיפול רפואי צמוד (כל הזמן). יכול להיות שאנחנו מתגעגעים מאוד למי שגר שם. לפעמים אפשר לבקר את האדם שגר בהוספיס. לפעמים אפשר לשלוח לאדם שגר בהוספיס ציור או מכתב. בהוספיס גרים רק אנשים חולים מאוד שהצוות הרפואי אמר שכדאי שהם יגורו שם.



פרק מספר 3:

# מוות

מושגים:

- מת
- קרויג

## מת



אדם שהגוף שלו לא עובד יותר.  
לדוגמה: בגלל מחלה קשה, בגלל פציעה קשה  
או בגלל שהאדם מאוד מבוגר.  
אדם מת לא יכול לדבר או לזוז.  
המצב הזה לא ישתנה.  
אדם מת לא יזוז או ידבר יותר.  
אדם מת לא מרגיש כאב, עצב או שמחה.

## קרוג



אדם מת.  
אדם שמישהו אחר גרם שהוא ימות.  
במלחמה אנשים יכולים למות:  
• מכדור של נשק (אקדח או רובה)  
• מרִיב קשה (עם הרבה כוח)  
• מפציעות קשות  
במלחמה יכולים למות חיילים.  
חייל שמת במלחמה נקרא חלל.  
חיילים מתים במלחמה נקראים חללי צה"ל.  
במלחמה יכולים למות אזרחים (אנשים שגרים במדינה,  
אנשים שהם לא חיילים).  
במלחמה יכולים למות אנשים שמבקרים במדינה. לדוגמה: תיירים.

# שאלות בנושא של מוות:

## האם כולנו נמות? האם גם את/ה או אני יכולים למות?

כן. כולנו נמות בסוף החיים.  
אנחנו לא יודעים מתי אנחנו נמות.  
זה יכול לקרות עוד הרבה שנים, לא היום ולא מחר.  
בדרך כלל אנחנו קודם תינוקות, אחר כך ילדים, נערים, מבוגרים  
וזקנים.  
בדרך כלל אנשים מתים כשהם זקנים מאוד.

## ממה אנשים מתים?

אנשים מתים כשהם זקנים מאוד, כשהגוף כבר לא עובד טוב.  
אנשים מתים ממחלות קשות מאוד.  
אנשים מתים בגלל פגיעה גדולה בגוף, כמו פצעים קשים מאוד.  
למשל, בתאונה של אוטו.  
אנשים מתים גם במלחמות.

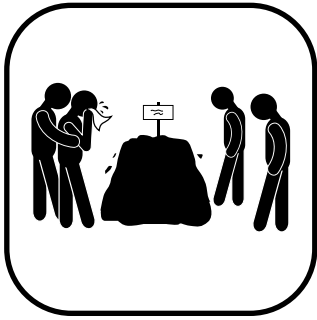
פרק מספר 4:

# לזויה

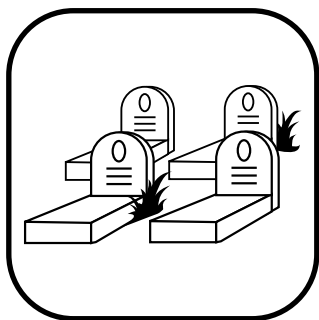
מושגים:

- לזויה
- בית קברות
- מצבה

# לזויה



טקס (אירוע, מפגש) כדי להיפרד מאדם שמת.  
בלזויה שמים את הגוף של האדם שמת בקבר.  
לזויה מגיעים אנשים שמכירים את האדם שמת.  
לזויה מגיעים אנשים שמכירים את המשפחה של האדם שמת.  
בלזויה אנחנו נותנים כבוד לאדם שמת.  
בלזויה אנחנו נותנים כבוד למשפחה של האדם שמת.  
בדרך כלל, הגוף של האדם שמת מכוסה בשמיכה או בדגל.  
לפעמים, הגוף של האדם שמת הוא בתוך ארון (ארגז).  
בלזויה אומרים מילים של פרידה מהאדם שמת או תפילות.  
לדוגמה: התפילה 'קדיש'.  
לזויה זה טקס עצוב.  
בלזויה יש אנשים שבוכים.  
הלזויה מתקיימת בבית הקברות.



## בית קברות

מקום בחוץ שיש בו הרבה קברים.  
קבר הוא בור גדול באדמה או בקיר.  
לבור מכניסים את האדם שמת.  
האדם שמת כבר לא מרגיש כלום, לא כואב לו כלום.

מעל כל קבר יש מצבה.  
בין הקברים בבית קברות יש שבילים (דרכים).  
יש בתי קברות קטנים.  
יש בתי קברות גדולים.  
בבית קברות גדול צריך ללכת לפעמים הרבה זמן עד שמגיעים לקבר.

יש בית קברות כללי (לאנשים שחיו במדינה).  
יש בית קברות צבאי (לחיילים שמתו במלחמה).  
יש בתי קברות לאנשים מדתות שונות. לדוגמה: מוסלמי, נוצרי, דרוזי.

אנשים מגיעים לבית קברות כדי להיפרד מהאדם שמת.  
יש אנשים ששמים אבן קטנה על הקבר.  
האבן היא סימן שביקרנו בקבר.  
יש אנשים ששמים זר פרחים על הקבר.



## מצבה

על הקבר יש מצבה.  
מצבה היא לוח גדול ששמים על הקבר.  
מצבה יכולה להיות מאבן או משיש.  
על המצבה כתובים דברים על האדם שמת.  
לדוגמה: שם, מתי האדם נולד, מתי האדם מת.  
לפעמים גם כותבים משפט על החיים של האדם שמת.

## שאלות בנושא של לוויה:

### אפשר לבוא לקבר גם אחרי הלוויה?

כן, אפשר להגיע לקבר גם אחרי הלוויה.  
אנשים מגיעים לקבר כדי לכבד את האדם שמת.  
לדוגמה: להתפלל, להדליק נר לכבוד האדם שמת או להניח אבן.

### מה יהיה בלוויה? מה אני צריך לעשות בלוויה?

ללוויה יש סדר ברור. לפעמים יכולים להיות שינויים.  
כל משפחה עושה את הלוויה בצורה שהכי מתאימה לה.  
בלוויה מותר לדבר, מותר לבכות ומותר לחבק ולהתחבק.  
בלוויה מותר גם לעמוד בצד בשקט.  
בלוויה לא חייבים להתקרב לקבר. רק מי שרוצה מתקרב לקבר.

## מה יהיה בלוויה? מה אני צריך לעשות בלוויה?

המקום	השלבים (הסדר) של הלוויה
נפגשים בכניסה לבית הקברות.	<b>מפגש:</b> המשפחה של האדם שמת ואנשים קרובים מגיעים ונפגשים אחד עם השני.
ברחבה של <b>ההספדים:</b> מקום שבו מי שרוצה אומר, לפי התור, דברים על האדם שמת. האדם שמת נמצא על מיטה, עטוף בשמיכות או בתוך ארון (ארגז). *בזמן ההספד צריך להיות בשקט, אבל מותר לבכות.	<b>הספד:</b> אנשים אומרים דברים על האדם שמת. לדוגמה: איך הכרנו, כמה אנחנו אוהבים, מה אנחנו מרגישים עכשיו. האדם שמת נמצא על מיטה, עטוף בשמיכה או בתוך ארון (ארגז). לא חייבים להתקרב לגוף של האדם שמת. רק מי שרוצה מתקרב.
הולכים בתוך בית הקברות. ההליכה היא בשביל ליד הקברים.	<b>ליווי</b> האדם שמת לקבר: כל האנשים הולכים ביחד אחרי המיטה של האדם שמת, מגיעים לקבר.



## מה יהיה בלוויה? מה אני צריך לעשות בלוויה?

המקום	השלבים (הסדר) של הלוויה
ליד הקבר של האדם *בזמן התפילה צריך להיות בשקט, אבל מותר לבכות.	<b>תפילה, קדיש:</b> מאחלים שהאדם שמת שינוח, שלא ירגיש כאב או סבל.
ליד הקבר של האדם *בזמן הקבורה צריך להיות בשקט, אבל מותר לבכות.	<b>קבורה:</b> מכניסים את הגוף של האדם שמת לקבר. מכסים את הקבר עם אדמה וסוגרים את הקבר. לפעמים זה חלק עצוב שלא נעים להיות בו. לא חייבים להתקרב לקבר. רק מי שרוצה מתקרב לקבר.
נפרדים ליד הקבר של האדם ויוצאים מבית הקברות.	<b>פרידה מהקבר:</b> נפרדים מהאדם שמת ומהקבר. מי שרוצה שם אבן קטנה על הקבר. מי שרוצה שם פרחים על הקבר. נפרדים מהאנשים שהגיעו ללוויה.

פרק מספר 5:

# פרידה מאדם שמת

מושגים:

- שבעה
- אָבֵל
- ניחום אבלים
- אירוע ה-30
- אזכרה

## שבעה



ימים של אָבֶל (עצב גדול) על אדם שמת.  
בדת היהודית השבעה היא 7 ימים, שבוע.  
בדתות אחרות, 3 ימים.  
לכל אחד יש את המנהגים שלו.

בשבעה, בני המשפחה הקרובה של האדם שמת יושבים ביחד בבית.  
לשבעה מגיעים אנשים שהכירו את האדם שמת ואנשים שמכירים את המשפחה.

החברים והאנשים באים כדי לנחם את המשפחה של האדם שמת.  
לדוגמה: לשבת ביחד, לדבר ולהקשיב.  
לפעמים האנשים שמגיעים לנחם בשבעה מביאים אוכל למשפחה של האדם שמת. לדוגמה: פשטידה, עוגה.  
לפעמים (לא תמיד), מדברים על האדם שמת.  
לפעמים מספרים על דברים שהאדם שמת עשה או אמר.

לכל משפחה יש מנהגים של אָבֶל משלה.  
יש משפחות שיושבות עם בגד קרוע על הרצפה.  
יש משפחות שבוכות חזק כל היום.  
יש משפחות שמספרות סיפורים מצחיקים על האדם שמת.  
יש משפחות שמראות תמונות וסרטים של האדם שמת למי שבא לבקר בשבעה.  
יש משפחות שמתפללות בימי השבעה.



עצב גדול על משהו או על מישהו  
 שאנחנו נפרדים ממנו.  
 כל אדם שנמצא באבל מתנהג בצורה שונה.  
 יש אנשים שבוכים הרבה.  
 יש אנשים שרוצים להיות לבד.  
 יש אנשים שרוצים להיות עם משפחה וחברים.  
 יש אנשים שעושים סימן של קרע בחולצה שלהם.  
 יש אנשים שלובשים רק בגדים שחורים.  
 יש אנשים שלא מסתפרים ולא מתגלחים.  
 יש אנשים שבגלל העצב קשה להם לישון או לאכול.  
 אָבֵל זאת תקופה קשה ועצובה.  
 האבל יכול לקחת זמן.

באבל, כל אדם מתמודד (לומד להסתדר) בזמן אחר.  
 בסוף האבל, אנחנו מבינים שהאדם שאנחנו נפרדים ממנו  
 לא יחזור יותר.  
 אנחנו זוכרים את מי שאנחנו נפרדנו ממנו.  
 אנחנו יכולים להרגיש דברים גם אל מישהו שאנחנו נפרדנו ממנו.  
 למשל: אהבה, געגוע.

## ניחום אבלים



להיות עם המשפחה של האדם שמת.  
לעזור למשפחה של האדם שמת בזמן של האבל.  
להגיד למשפחה של האדם שמת דברים טובים  
על האדם שמת.

## אירוע ה-30



אירוע (טקס, מפגש) זיכרון בבית הקברות  
שעושים לכבוד האדם שמת.  
30 ימים אחרי היום שקברו את האדם שמת,  
עושים את אירוע ה-30.  
באירוע ה-30 רואים את המצבה על הקבר של האדם שמת.

# אזכרה



אירוע (טקס, מפגש) זיכרון לכבוד האדם שמת.  
בדרך כלל עושים את האירוע בבית הקברות.

באזכרה אנחנו נפגשים עם אנשים שהכירו את האדם שמת או את המשפחה.

באזכרה אנחנו זוכרים את האדם שמת: חושבים, מרגישים ומתגעגעים.  
באזכרה יש אנשים שמתפללים לכבוד האדם שמת.

יש מנהגים שונים למשפחות שונות.  
לפעמים יש אזכרה 11 חודשים אחרי שהאדם מת.  
לפעמים יש אזכרה שנה אחרי שהאדם מת.

# שאלות בנושא של פרידה מאדם שמת:

## מה עושים באירוע ה-30 לכבוד אדם שמת?

באירוע ה-30 יש שלבים (סדר).

כל משפחה עושה את אירוע ה-30 בצורה שהכי מתאימה לה.

המקום	השלבים (הסדר) של אירוע ה-30 לכבוד אדם שמת
בכניסה לבית הקברות או ליד הקבר של האדם.	<b>מפגש:</b> משפחה של האדם שמת ואנשים קרובים מגיעים ונפגשים אחד עם השני.
ליד הקבר של האדם *בזמן התפילה צריך להיות בשקט, אבל מותר לבכות.	<b>הַסְפָּד:</b> אנשים אומרים דברים על האדם שמת. לדוגמה: איך הכרנו, כמה אנחנו אוהבים, מה אנחנו מרגישים עכשיו.
ליד הקבר של האדם *בזמן התפילה צריך להיות בשקט, אבל מותר לבכות.	<b>תפילה, קדיש:</b> מאחלים לאדם שמת שינוח, שלא ירגיש כאב או סבל.

## מה עושים באירוע ה-30 לכבוד אדם שמת?

המקום	השלבים (הסדר) של אירוע ה-30 לכבוד אדם שמת
ליד הקבר של האדם.	<b>גילוי מצבה:</b> מציגים לוח אבן גדול שכתוב עליו השם של האדם שמת וכמה מילים עליו.
נפרדים ליד הקבר של האדם ויוצאים מבית הקברות.	<b>פרידה מהקבר:</b> נפרדים מהאדם שמת ומהקבר, נפרדים מהאנשים ויוצאים מבית הקברות. מי שרוצה שם אבן קטנה על הקבר. מי שרוצה שם פרחים על הקבר.



## מה עושים באזכרה?

בדרך כלל באזכרה עושים כמה דברים.

לפעמים יכולים להיות שינויים.

כל משפחה עושה את האזכרה בצורה שהכי מתאימה לה.

המקום	הסדר של האזכרה
ליד הקבר של האדם.	<b>מפגש:</b> משפחה של האדם שמת ואנשים קרובים מגיעים ונפגשים אחד עם השני.
ליד הקבר של האדם *בזמן התפילה צריך להיות בשקט, אבל מותר לבכות.	<b>הספד:</b> אנשים אומרים דברים על האדם שמת. לדוגמה: איך הכרנו, מה אנחנו מרגישים עכשיו.
ליד הקבר של האדם *בזמן התפילה צריך להיות בשקט, אבל מותר לבכות.	<b>תפילה, קדיש:</b> מאחלים לאדם שמת שינוח, שלא ירגיש כאב או סבל.
נפרדים ליד הקבר של האדם ויוצאים מבית הקברות.	<b>פרידה מהקבר:</b> נפרדים מהקבר, נפרדים מהאנשים, ויוצאים מבית הקברות. מי שרוצה שם אבן על הקבר. מי שרוצה שם פרחים על הקבר.

# ביחד ננצח