לשכת ראש מטה אגף כוח האדם

לשכת ראש מערך השירות

ט' באדר תשפ"ו

26 בפברואר 2026

לוח תפוצה

הנדון: מדיניות בנושא מניעת אובדנות

1. תופעת האובדנות הינה תופעה כואבת וקשה ועל המפקדים לבצע את כל המאמצים למיגורה.
2. דמותו המוסרית של צה"ל ומחויבותו לאדם מחייבת הקפדה יתרה למניעת סיכון חיי אדם שלא לצורך. **הערבות ההדדית** היא התנהגות הנגזרת מערכי הרעות, האחריות וחיי אדם.
3. נוכח המלחמה גדל הצורך בחיזוק החוסן הנפשי בקרב המשרתים והעלאת המודעות למניעת אובדנות.
4. המפקדים והחברים ביחידה הינם הגורמים המשמעותיים ביותר שיכולים לזהות שינויים התנהגותיים אצל הפרט ובכך מהווים "רשת ביטחון" וסנסורים **לאיתור סימני מצוקה**. עליהם להבין את האחריות המוטלת על כתפיהם, לפעול לאורה ולקיים מערכת השומרת על החיילים, לייצר יחידה עם אקלים יחידתי מיטבי וערבות הדדית בין משרתיה.

מטרת המסמך:

5. מסמך זה יפרט ויאחד את כלל הכלים וההנחיות הקיימים לכדי מדיניות בנושא צמצום האובדנות לרבות מתודות העברה, זמני ההסברה ותחומי אחריות.

שיטה:

6. העיסוק באובדנות חוצה מערכים וחילות (סגלי המשא"ן, חינוך, נפגעים, ברה"ן, רפואה ועוד).
7. יצירת מארז כלים אטרקטיבי ומגוון יאפשר לשיח בנושא מניעת האובדנות להיות אפקטיבי ומציל חיים.
8. **פירוט הכלים:**

א. הסברות בנושא מניעת אובדנות יתקיימו בכל יחידות צה"ל לכלל היחידה והמפקדים, עד דרגת רס"ן.

1) "איתור סימני מצוקה":

א) תדירות ההסברה:

יחידה סדירה – פעמיים בשנה (אחת לחציון).

יחידת הכשרה והדרכה – במהלך כל הכשרה בצה"ל (חניכים וסגל הדרכה בנפרד).

חיילי מילואים – בתחילת כל תחילת שמ"פ (חיילים ומפקדים בנפרד).

ב) מעביר ההסברה: בעל תפקיד בתחום בריאות הנפש. במידה ואין בעל תפקיד זה ביחידה, תועבר ההסברה בידי קצין שהסמיכו לכך מפקד היחידה. על הקצין לקבל הדרכה בנושא מטעם מרפאת ברה"ן המרחבית.

Scanned with CamScanner

2) "<u>ערבות הדדית</u>":

א) <u>תדירות ההסברה</u>:

יחידה סדירה – פעמיים בשנה (אחת לחציון).

יחידת הכשרה והדרכה – במהלך כל הכשרה (חניכים וסגל הדרכה בנפרד).

חיילי מילואים – בתחילת כל תחילת שמ"פ (חיילים ומפקדים בנפרד).

ב) <u>מעביר ההסברה</u>: מפקד בדרגת רס"ן ביחידות הסדיר וביחידות הכשרה.

3) <u>מתודות העברה</u>:

א) מערכי שיעור וסימולציות – נמצאים באתר 'חיל חינוך והנוער' בצה"לנט ובאתר 'חינוך בכף היד' בטלפון הנייד. קיימת הסברה מותאמת לכל אוכלוסייה (טירונים, חיילי חובה ומפקדים).

ב) הרצאה של משפחות שקרוב משפחתם התאבד – ניתן להזמין הרצאות מטעם עמותת "בשביל החיים" דרך מוקד החינוך או לתאם מול ק. הנפגעים ביחידה.

ג) סרטונים בנושא מניעת אובדנות – נמצאים באתר 'חיל חינוך והנוער' בצה"לנט ובאתר 'חינוך בכף היד' בטלפון הנייד.

ד) הרצאות וימי עיון ע"ב מכרז המכונים של חיל חינוך.

ב. <u>לומדה דיגיטלית</u>:

1) על כל <u>חייל בשירות חובה</u> לבצע במהלך הטופס טיולים לומדה דיגיטלית בנושא "מניעת אובדנות לחיילי חובה". - עדכון

2) על כל <u>משרת בקבע</u> עד דרגת רס"ן/רס"ר לבצע במהלך הטופס טיולים לומדה דיגיטלית בנושא- "התמודדות עם מצוקה נפשית בצהל".- עדכון

3) ציון מעבר הלומדה הינו 90, משרת שאינו עובר בציון 90 יבצע את הלומדה שוב, עד מעבר בציון הנדרש.- עדכון

4) בקרה על ביצוע הלומדה יהיה באחריות ק. משא"ן של היחידה באמצעות דוחות בקרה במערכת ינשוף.

ג. <u>בוט דיגיטלי</u>: באתר צ'360 קיים בוט המכיל שאלות ותשובות בנושא ברה"ן ואפשרות לחיוג מהיר למוקד ברה"ן ועמותת ער"ן.

ד. <u>תפיסת הפעלה מטכ"לית</u>: כחלק מחיזוק הקשר הרציף בין העמותות האזרחיות העוסקות באובדנות (ער"ן וסה"ר), מוסדה תפיסת הפעלה מטכ"לית הכוללת דרכי פעולה בעת יצירת קשר של חייל המעלה מצוקה אובדנית דחופה, בעלת סיכון גבוה לאחת העמותות הנ"ל.

ה. <u>העלאת מודעות ליצירת קשר</u>: בכל תאי השירותים בבסיסי צה"ל יודבקו מדבקות למניעת אובדנות. (נספח ג')

ו. <u>צמתי בקרה למפקד</u>:

1) ראיונות חיילים ע"י מפקדים, משא"ן וסגל ת"ש הם כלי משמעותי מאוד לאיתור סימני מצוקה ומתן מענה לבעיות העולות לחייל. יש לוודא כי הראיונות העיתיים עם החיילים מתקיימים ע"פ זמני התקן הנדרשים באופן מעמיק ואיכותי.

2) ועדות פרט – ועדות אלו הינן כלי משמעותי לאיתור בעיות פרט של החייל בתחום הפרט, רפואה וברה"ן, מתן הנחיות מפקד יחידה ובקרה עליהן. יש לקיים ועדות פרט

Scanned with CamScanner

ע"פ זמני התקן המחויבים בחק"א 35-02-03, אחת ל- 4 חודשים ביחידה סדירה ואחת לשבועיים ביחידת הכשרה.

9. **<u>הגדרת תפקיד ממונה אובדנות:</u>**

א. <u>ממונה יחידתי</u>: עדכון

1) בקיאות בפ"מ 33.0219 'טיפול בחייל הנמצא במצוקה נפשית'.
2) ווידוא ביצוע הסברות ביחידה (ע"פ סעיף 8א), בקרה ע"פ נספח א'.
3) לוודא שישנם מדבקות בכלל תאי השירותים ביחידה.
4) העלאת מודעות בנושא מניעת אובדנות בקרב חיילי ומפקדי היחידה בדרכים ומתודות שונות.
5) לוודא מימוש הלומדה בקליטה ליחידה – 100% מימוש.

ב. <u>ממונה פיקודי</u>: עדכון

1) לוודא מימוש הנחיות תפקידו של הממונה אובדנות היחידתי.
2) לבצע ביקורות יזומות ביחידות הפיקוד בנושא אובדנות.
3) מעקב אחרי עדכונים שוטפים ויישומם ביחידות הפיקוד.
4) ביצוע כנס ממוני אובדנות יחידתיים אחת לשנה.
5) שמירת כתבי המינוי של ממוני אובדנות היחידתיים בפיקוד. (פורמט בנספח ד')
6) כתיבה ויישום תוכנית עבודה פיקודית. - עדכון

10. **<u>בקרה</u>**:

א. עמידה במדיניות תיבדק ע"י ביקורות פיקודיות וביקורת אכ"א.
ב. קביעת התכנים ותיקופם בנושא 'איתור סימני מצוקה' הינה של גורמי ברה"ן.
ג. קביעת התכנים ותיקופם בנושא 'ערבות הדדית' הינה של גורמי מקח"ר.

11. **נספחים**:

נספח א' – תיעוד הסברות למניעת אובדנות – תורה
נספח ב' – קישור למצגות "ערבות הדדית" ו"איתור סימני מצוקה"
נספח ג' – פורמט מדבקות לתאי השירותים
נספח ד' – כתבי מינוי ממוני אובדנות פיקודי ויחידתי

בברכה,

אע"צ טל דוחון

קמ"ט מניעת אובדנות ובקרה

Scanned with CamScanner

נספח א' – **תיעוד הסברות במערכת אנשים - תורה**



בלמ"ס

מקמש"ר		279
ענף		תוה"ד
מדור	תורה	ואימונים
13	נובמבר	2025
כ"ב	חשון	תשפ"ו

סגלי משא"ן

הנדון: **תיעוד הסברות במערכת 'אנשים'**

1. **כללי:**
   א. בכל יחידה נדרש לקיים הסברות מחייבות בנושאים שונים (כגון: יוהל"ם, בטיחות בדרכים, הבחירה בחיים, איתור מצוקות וכו'). עד כה, נוהל התיעוד של ביצוע הסברות בוצע בנוהל ידני, לרוב באמצעות קבצי אקסל, דבר שגרם לעומס, חוסר אחידות ולעיתים חוסר אמינות במעקב.
   ב. לאחר עבודת מטה רחבה, הוחלט להסדיר את תיעוד ההסברות במערכת 'אנשים', במקום תיעוד ידני, במטרה ליעל את התהלך ולשפר את האמינות והבקרה.
2. **מטרה:**
   א. לאפשר שימור ידע, באמצעות תיעוד ההסברות במערכת 'אנשים'.
   ב. ליצור יכולת שליפה, בקרה והפקת נתונים על ביצוע הסברות באופן נגיש ומרוכז.
   ג. לשפר את אמינות הנתונים והמעקב אחר קיום ההסברות המחייבות.
3. **שיטה:**
   ד. תיעוד ההסברות יתבצע במערכת 'אנשים' ע"י קצין המשא"ן תחת לשונית ייעודית - נדרש לגלול מטה במסך הבית ואז יופיע 'באנר' בחירה בין ההסברות.
   ה. נדרש לבחור באחת מהיחידות בעץ המבנה.
   ו. ק.המשא"ן / המפקד יבחר בסוג ההסברה מתוך רשימה מוגדרת מראש.
   ז. יש למלא את תאריך ביצוע ההסברה ולבחור את הנוכחים בהסברה. את הנוכחים בהסברה יש לבחור ע"פ רשימה קיימת של המשרתים ביחידה ולסמן : "נכח"/ "לא נכח".
   ח. בעדכון הגרסה הבא (בעוד כחודש) תופיע חלונית ליד כל חייל על הסטטוס שלו

ח. בעדכון הגרסה הבא (בעוד כחודש) תופיע חלונית ליד כל חייל על הסטטוס שלו בדו"ח 1 (אם יוזן לו באותו היום חופשת מחלה- ככל הנראה לא נכח בהסברה ולכן הדיווח שגוי) . ובמידה ולא נסגר דו"ח 1 טרם הזנת ההסברה, הסטטוס שיופיע

לחייל הוא סטטוס הדו"ח 1 האחרון שהוזן על החייל. כרגע זה על בסיס הקבלה ידנית.

ט. לאחר התיעוד ושמירת ההסברה, תהיה אפשרות לצפות גם באחוזי הנוכחים בהסברה הייעודית מתוך כלל המשרתים ביחידה (האחוזים יופיעו בגרף במסך הבית).

י. על מנת לפתוח אירוע של **השלמת הסברה** לאלו שלא נכחו בה, נדרש לפתוח חלונית נוספת של אותו סוג ההסברה אך בתאריך ההשלמה הרלוונטי.

4. <u>**דגשים נוספים:**</u>

א. כעת מופיעה אפשרות של סימון '<u>תוקף</u>' להסברה. עד **למחיקת** אפשרות זו מהמערכת יש לכתוב תוקף לפי הפקודה הקובעת את זמני התקן לביצוע של אותה הסברה- לחצי שנה מביצוע ההסברה.

ב. מומלץ לבצע בקרה תקופתית על ווידוא השלמת כלל ההסברות.

5. בברכה,

Scanned with CamScanner

נספח ב' – <u>קישור למצגות מקצועיות להסברה</u>

<u>קישור למצגת איתור סימני מצוקת:</u>

<u>https://portal.army.idf/sites/portal_hinuch/suicideprevention/SitePages/%D7%90%D7%99%D7%AA%D7%95%D7%A8%20%D7%A1%D7%99%D7%9E%D7%A0%D7%99%20%D7%9E%D7%A6%D7%95%D7%A7%D7%94.aspx</u>

קישור למצגת לערבות הדדית

<u>https://portal.army.idf/sites/portal_hinuch/suicideprevention/SitePages/%D7%A2%D7%A8%D7%91%D7%95%D7%AA%20%D7%94%D7%93%D7%93%D7%99%D7%AA.aspx</u>

Scanned with CamScanner

נספח ג' – **פורמט מדבקות לתאי השירותים**

חווה מצוקה נפשית? יש לך עם מי לדבר!

לקבלת **סיוע נפשי ותמיכה רגשית**

ניתן לפנות למפקדיך, לקב"ן היחידה או לגורמי הרפואה בצה"ל.

24/7 לאורך כל ימות השנה בכל נושא ועניין הקשורים לשירותך הצבאי

ער"ן
1201

מוקד ברה"ן
***6698 שלוחה 4**

שימו לב: חיילים זכאים לפגוש קב"ן גם ללא חו"ד מפקד

ממונה היתידה: _____

מספר טלפון: _____

Scanned with CamScanner

נספח ד' – **כתבי מינוי ממונה אובדנות פיקודי ויחידתי**

כתב מינוי נאמן אובדנות פיקוד/זרוע/אגף

1. פרטי הממונה:

שם: _____ מ.א: _____ דרגה: _____
תפקיד: _____ פיקוד: _____ מספר טלפון: _____

2. הח"מ ממנה אותך _____ לתפקיד נאמן אובדנות בפיקוד/אגף/זרוע
3. תוקף המינוי החל מיום פרסומו ועד לסיום תפקידך.
4. ממונה תחום האובדנות יהיה בתקן רס"ן/נגד מובהק לפחות.
5. בברכה ,

מ.א	דרגה	שם	תפקיד	חתימה

(רמ"ט)

כתב מינוי נאמן אובדנות יחידתי

1. פרטי הממונה:

שם: _____ מ.א: _____ דרגה: _____
תפקיד: _____ פיקוד: _____ מספר טלפון: _____

2. הח"מ ממנה אותך _____ לתפקיד נאמן אובדנות ביחידה כנע"ת.
3. תוקף המינוי החל מיום פרסומו ועד לסיום תפקידך.
4. ממונה תחום האובדנות יהיה בתקן סרן/רס"ל לפחות.
5. בברכה ,

_____

מ.א דרגה שם תפקיד חתימה

(מפקד יחידה)

Scanned with CamScanner