

בצל מלחמת חרבות ברזל - השפעות של אובדן ושכול על משפחות וקהילות סקירת ספרות

ברכי בן סימון | אורטל טופורק בר | אילא קרמל-שיפמן | יואה שורק |
שירלי רזניצקי | יונית יעקובוביץ

עיקרי הדברים

- מתקפת הטרור של חמאס בשבעה באוקטובר והמלחמה שפרצה בעקבותיה הותירו את החברה בישראל בטרומה לנוכח ריבוי הנרצחים והנופלים ואכזריות המעשים, בהם חטיפה של ילדים, צעירים, נשים וזקנים. במתקפות טרור ובאסונות בכלל מדינות נוקטות מדיניות שמיועדת לענות על צרכי האנשים שנפגעו ישירות מהאסון ועל צרכי כלל האוכלוסייה. מטרת מסמך זה היא לסייע ביישום מדיניות קיימת ובפיתוח מענים חדשים על בסיס תובנות מן הספרות על ההשפעה של אסונות על קהילות ושל אובדן ושכול על יחידים ומשפחות וכן על צרכי השכולים.
- אסון שנגרם מידי אדם ואסון טבע הם אירועים מורכבים המאתגרים את משאבי המערכות ומשאבי הקהילות שנפגעו. הם מחייבים התערבות מיידית ומתמשכת, קצרת טווח וארוכת טווח, המקיפה את כל מי שהושפע מן האירוע ישירות ובעקיפין. יש לציין שנדרשת התערבות של מגוון גופים ומשרדים ושל אנשי מקצוע רבים.
- אסון שנגרם במכוון מידי אדם במטרה לפגוע באחרים ולהפר או לחלל נורמות של קהילה פוגע פגיעה נפשית גדולה מזו של אסון טבע. מלחמת חרבות ברזל מתאפיינת בגורמים שעל פי הספרות עלולים להחריף את הפגיעה הנפשית, ואלה הם: פגיעה נרחבת בקהילה ובנכסיה, אירוע פתאומי שמתרחש במהירות ואשר נמשך זמן רב וקרבה גאוגרפית ורגשית לאירוע. במקרים שבידוד, תחושת חוסר אונים והיעדר ביטחון הם חלק מההתנסות קטנה היכולת להתאושש במהרה.
- היקף הפגיעה הנפשית באסונות עצום וכולל לא רק את הנפגעים הישירים, אלא את הקהילה והחברה כמכלול. בספרות המחקר הפגיעה מוגדרת 'טרומה קולקטיבית', ונטען שהיא עלולה לפגוע חמורות בליבת הקשר הקהילתי ולשנות מהיסוד את תפקוד הקהילה, בפרט במצבים של הרס המשאבים של הרס המשאבים וקושי לספק את הצרכים של חברי הקהילה. עם זאת, לטרומה

קולקטיבית עשויות להיות השפעות חיוביות על חייהן של קהילות. כך למשל יכולה להיווצר מערכת של אמונות משותפות שמעניקה משמעות ורצון לתמוך זה בזה כדי להמשיך לצמוח כקהילה.

- ברמת הפרט, מוות של אדם אהוב נחשב לאחד מאירועי החיים הקשים ביותר ומעוררי הדחק; זוהי חוויה כואבת בעלת השפעות פיזיות, פסיכולוגיות וחברתיות. האופן שבו יגיב הפרט לאובדן תלוי בנסיבות השכול, בטיב מערכת היחסים עם המנוח ובמתחים בסביבה המשפחתית והחברתית.

- רוב האנשים יסתגלו לאובדן כעבור זמן, אולם בין השכולים יהיו מי שיפתחו תסמינים של הפרעת אבל מתמשכת ויזדקקו להתערבות של אנשי מקצוע. להתפתחות הפרעת אבל מתמשכת כמה גורמי סיכון, ומרביתם נוכחים במובהק במלחמה זו: אובדן של יותר מאדם אחד בפרק זמן קצר; תלות גבוהה במנוח; היות המוות אלים ופתאומי ובגיל צעיר של המנוח; תפיסה של המוות כהתרחשות שהיה אפשר למנוע אותה; חשיפה למוות פתאומי או אלים או לתחושת סבל מתמשכת של המנוח לפני פטירתו; היסטוריה קודמת של בעיות נפשיות, בפרט הפרעת דחק פוסט טראומטית או דיכאון ומצבים של אובדן עמום.

- אובדן עמום הוא אובדן לא ודאי, לא ברור ולא קבוע של אדם שאינו נמצא פיזית, אך נוכח מבחינה פסיכולוגית או רגשית, לדוגמה חטופים ונעדרים. אובדן מסוג זה נתפס כהפיך; בני המשפחה הנותרים ממשיכים להחזיק באמונה שהנעדר ישוב, ולכן אינם מסוגלים להשלים את תהליכי האבל ולסגור מעגל. השפעתו על בני המשפחה והקרובים דומה לזו של אובדן רגיל.

- בתכנון תוכניות ההתערבות לשכולים יש לתת את הדעת על כמה אוכלוסיות שנחשבות פגיעות במיוחד: (1) ילדים – בשל היכולת הרגשית המועטה שלהם להתמודד עם אסון; (2) זקנים – בשל פגיעותם הפיזית והתדרדרות במצבם הקוגניטיבי ובאיכות חייהם; (3) עולים חדשים – עולים שעלו בשנתיים האחרונות ממדינות שמתנהלת בהן מלחמה, היות שקשייהם כפולים: לצד התמודדות עם אִימֵי המלחמה בישראל מלווה אותם דאגה למשפחות שנותרו במדינה שעזבו; (4) אנשים עם מאפיינים שיכולים להוסיף לסיכון, כמו רקע חברתי-כלכלי נמוך, מוגבלות והשתייכות לקבוצת מיעוט.

- לאנשים שכולים יש מגוון צרכים במישורי חיים שונים, בהם צורך במידע, צרכים בריאותיים, רגשיים, כלכליים, משפטיים, תעסוקתיים, דתיים ורוחניים וצורכי הנצחה.

- לסיכום, יש כמה גורמים שעלולים ליצור מעגלים רחבים של נפגעים באוכלוסייה הישראלית: (1) הטראומה הקולקטיבית שמאפיינת את מציאות החיים בישראל בזמן מלחמת חרבות ברזל; (2) ריבוי המרכיבים שעלולים לגרום להתפתחות הפרעת אבל מתמשכת; (3) החיים בצל איום מתמשך; (4) רמה גבוהה של אי-ודאות; (5) מספר המפונים הרב. אומנם מרבית האנשים שנחשפים לאירוע טראומתי אינם מפתחים בעיות פסיכולוגיות ארוכות טווח, אך יש להניח שבמלחמה הנוכחית שיעורם יהיה גבוה מההערכות הנפוצות בספרות. לפיכך, תוכניות ההתערבויות צריכות להתבסס על אבחון מהיר ומוקדם של אנשים שחווים תגובות חמורות המחייבות התערבויות מיוחדות. על המדינה להעניק טיפול לאוכלוסיית הנפגעים ולגבש תוכניות התערבות שיסייעו לה לחזור לשגרה. תוכניות אלה צריכות להתבסס על המאפיינים והצרכים של השכולים והנפגעים אגב מתן תשומת לב לאוכלוסיות בסיכון והתאמת ההתערבות בהתבסס על הצרכים שזוהו בקרב הנפגעים. יש להניח שפעולות האבחון ותכנון תוכניות התערבות יציפו סוגיות רבות שאין להן מענה בספרות בשל חריגות הנסיבות שעימן ישראל מתמודדת בימים אלה. במסמך נפרד יוצגו עקרונות הפעולה והפרקטיקה המיטיבה בתחום אובדן ושכול ודרכי התגובה לאסונות מרובי נפגעים.