

"אם יש סופים מאושרים, אני אבנה אותם לאט מהשברים"

נועם חורב



אסופת מאמרים

עבודה עם בני נוער בצל המלחמה

אוקטובר 2024

לצערנו, האסון לא פסח גם על עלם כארגון, עת איבדנו שלושה מתנדבים יקרים ואהובים: סיגל לוי, יונתן ריכטר וליאור חדד אטיאס זיכרונם לברכה, אשר נרצחו בעת מילוי תפקידם כמתנדבי עלם בתוכנית "אנשים טובים", בשעה שהפעילו מרחב בטוח במסיבת הנובה. באותו היום איבדנו גם את יסמין בירה, מתנדבת עלם בתוכנית "צעירות אמהות", שנרצחה יחד עם בני משפחתה בקיבוץ בארי.

אנחנו מתגעגעים, כואבים את לכתם, מוקירים את פועלם ומקדישים אסופה זו לזכרם.



יסמין בירה ז"ל

ליאור חדד אטיאס ז"ל

סיגל לוי ז"ל

יונתן (שפיק) ריכטר ז"ל

"אם יש סופים מאושרים, אני אבנה אותם לאט מהשברים" (נועם חורב). אנחנו יודעים שעבור רבים מדי כבר לא יגיע סוף מאושר, עבור רבים אחרים דרוש מסע ארוך, איטי. ובכל זאת, עלינו החובה לקוות כי מצב החירום בו אנו נמצאים יגיע בקרוב לסופו, עם השבת החטופים והחיילים לבני משפחותיהם רק כך נוכל, כיחידים וכחברה, להתחיל סוף סוף בתהליך של החלמה, שיקום, ובתקווה, גם של צמיחה מתוך המשבר למציאות שבה בני נוער, צעירים וצעירות, וכל אזרחי מדינת ישראל, יוכלו לחיות את חייהם בצורה מיטיבה, בטוחה ושלוה יותר.

בשבעה באוקטובר לפני שנה החלה ספירה אחרת. בבת אחת הוטחנו כמדינה וכיחידים, לתוך מציאות שמרכיביה הם טראומה, זעזוע, עקירה, פליטות, שכול ואובדן. המדינה שהכרנו השתנתה באיבחה של אלימות וכתוצאה מכך עברנו באחת למצב של הישרדות, אובדן שליטה, חוסר וודאות וחרדה.

המתקפה הנוראית והמלחמה שפרצה בעקבותיה, יצרו שבר עמוק בעולמם של בני נוער, צעירים וצעירות בישראל. בכל מקום אליו הגענו, עובדי ומתנדבי עמותת עלם, נתקלנו במאפיינים של חרדה, היעדר תמונת עתיד, ערעור ואובדן זהות, תחושות של נטישה, בדידות וחוסר אמון בעולם המבוגרים. כתוצאה מכך, אנו עדים לכניסתם של אלפי בני ובנות נוער למעגלי הסיכון וכן להקצנה של התנהגויות מסכנות.

לנוכח מצבי מצוקה אלה, בתוך טראומה שעדיין ממשיכה להתרחש, עובדי ומתנדבי עלם, יחד עם שותפינו במשרדי הממשלה, הרשויות המקומיות וארגוני חברה אזרחית נוספים, עבדנו בשיתוף פעולה ויצרנו מענים ייחודיים עבור בני נוער בתקופה כאוטית זו, במטרה לנסות ולייצב את המציאות המעורערת שבה הם חיים, להכיל ולתקף את הטראומות והכאב שלהם, ובהדרגה להתחיל לשקם את תחושת האמון שלהם בעולם ובעצמם וביכולת שלהם לצלוח את המשבר ואף לצמוח ממנו.

אסופת מאמרים זו, הינה תרומה צנועה, למחשבה ולשיח רב מגזרי בנושא מצבם של בני נוער, צעירים וצעירות בישראל של אוקטובר 2024; ההתמודדויות, האתגרים והצרכים שלהם, והתפקיד שלנו, אנשי ונשות המקצוע בשטח ובאקדמיה, ושל קובעי המדיניות, בתקופה קריטית זו. באסופה זו מופיעים מאמרים של עובדי ועובדות עלם, לצד מאמרים של קולגות ושותפים שלנו מארגונים אחרים ומן האקדמיה, הפועלים אף הם לסייע לבני נוער ולצעירים.ות.

הרב שי פירון, יו"ר עלם

בחודשים האחרונים בקרתי פעמים רבות במחלקת השיקום שבבית חולים תל השומר. פגשתי פצועים ובני משפחותיהם. בכל פעם יצאתי נפעם, רבים מהם לא הניחו לפציעות הקשות לפגוע ברוח הגדולה. הם היו נחושים לחזור ולחיות, לעשות כל שניתן כדי לסייע למאמץ המלחמתי, בכל דרך.

ולידם, כמעט תמיד, הורים ורעיה. כאלה שסועדים את ילדיהם, נוהגים בהם בעדינות משל היו תשמישי קדושה. ופעם בפעם, יוצאים ונכנסים ישראלים וישראליות טובים. מחבקים, אומרים מילה טובה, משאירים עוגה או ספר. ממשיכים לחדר הבא. הפצועים הללו ישתקמו, יחזרו לחיות. חלקם יהיו מוגבלים, אחרים יצליחו להתגבר על הפציעה לגמרי. הם החליטו שלא לוותר, רק בגלל הרוח.

אולם לא רק פצועים בגוף יש למלחמה הזו. אלפי בני נוער הפכו לפצועים בנפש. את הפציעה שלהם לא רואים, טרם נוצרה מחלקת שיקום שתאפשר להם לחזור לחיים, ההורים שלהם לא תמיד יודעים מה עבר עליהם, מה עובר עליהם. חלקם - היו חלק ממעגל הזוועות. אחרים נעקרו מבתיהם. ורבים, חוו שירות מילואים של אבא או אימא, קשיים כלכליים. הם חוו חברים שאבדו את היקר להם, הם היו חשופים לסרטוני זוועה.

הלילה הפך ליום. הרחוב הפך לבית. אצל חלק מהם, נפגעה הסמכות ההורית, הם הפכו אדונים לעצמם. בית הספר לא הצליח לתת מענה לצרכים הרגשיים שלהם. הנגיעה ב'אסור' הפכה למקום של מפלט, לרגע שבו הכאב הודחק. הם מסתובבים, פצועים, פגועים, כואבים, ואין מזור לפגיעה.

וכמו בשעת חרום, מלאכי עלם הופיעו. בידיהם חוסמי עורקים ללב שותת, מכשירים למדידת לחץ פנימי, מכונות החייאה ואמצעי הנשמה. עובדי ומתנדבי עלם הפכו לכח חרום לאומי

| | |
|----|--|
| 5 | לומדים ללכת מחדש - צעדים הכרחיים בדרך לשיקום הרב שי פירון, יו"ר עלם |
| 8 | "השביל הזה מתחיל כאן" - עקרונות להתערבות נכונה עם בני ובנות נוער בישראל של אחרי השבעה אוקטובר רננה דננון והדס גול, עלם |
| 17 | "הנשכחות שאי אפשר לשכוח האבדות שאין מהן מפלט" ג'נייה קליוט ומאיה ברון, עלם |
| 22 | התשמע קולי? השפעות המלחמה על בני נוער וצעירים בשוליים החברתיים רעות גיא, לשנות עולם |
| 27 | נוער בונה קהילה בונה נוער - נוער בסיכון - קהילה בסיכון: נוער כבבואה לקהילה דר' שרה שדמי וורטמן, מרכז ורדה |
| 32 | "פוריו מלחמה" - בני ובנות נוער ברשת במלחמת חרבות ברזל מיה מגנט, עלם |
| 37 | לשמור על הלב הפועם: שימור כח ההתנדבות הקבוע בזמן מלחמה ומשבר יערה לב, אותות, אח.אחות בוגרת, אוניברסיטת תל אביב |
| 41 | פסיכדליה בגובה העיניים - חשיבותה של הכרות מבפנים עם תת התרבות הפסיכדלית, לשם הענקת טיפול יעיל לשורדי המסיבות ממתקפת ה-7.10.24, ולצעירים. ות מאזורי הלחימה המשתתפים במסיבות טבע עמית פרלסון ומיקה שוהם, עלם |
| 47 | "שכחו אותי מחוץ לבית" - מספר תובנות שעולות מקשר של שנה עם בני נוער מפונים בצפון, בניסיון לבנות יחד מרחב בטוח שיכיל את היעדר הבית מיכל אליחי ומיקה שוהם, עלם |
| 54 | בין נוער מפונה מ"גוש קטיף" לנוער מפונה מ"חרבות ברזל" ניתוח תופעות וגורמי סיכון דומים ושונים - תקציר מאמר גאיה ניר, עלם |
| 61 | נוער, מיניות ומלחמה כפי שמשתקפים בצ'אט האנונימי "קול הקיץ" יעל שחם, מרכז סיוע השרון |
| 66 | שייכות קבוצתית כמפתח ליצירת חוסן מחלקת אימפקט, חינוך לפסגות |
| 69 | איך זה שד' אחד מעז - על גבורתו של ד' ועל התמודדותם הייחודית של גברים נפגעי תקיפה מינית מאז ה-7.10 - שנה אחרי אורי שרמן, עלם |
| 73 | התמקמות בעשייה כבסיס לריפוי. תקציר ההרצאה מכנס עלם 2024 ד"ר גילה אמיתי, מכללת עמק יזרעאל |
| 76 | למדוד או לא למדוד - זאת השאלה (גם בצל משבר ומלחמה) קרן נאור, עלם |
| 80 | אפוטרופסות לקטינים - "התייצבות לצד" כבסיס לחוסן בימי מלחמה אבנר ברקאי, ילדים בסיכוי |
| 84 | טראומיזציה משנית בקרב נוער חרדי בעידן הדיגיטלי שירה ה, עלם |

זוהי משימה לאומית, היא מהווה את התשתית לעתידנו, לביטחון הלאומי שלנו. אי אפשר להמשיך בתכניות הקודמות, הן לא רלוונטיות לנוכח ההיקף והעומק של הצרכים. דומני שעלם, ועמותות נוספות נכונים לעמוס את המשימה על כתפם. שנות פעילות רבות הפכו אותנו להיענות למשימה הלאומית, להשיב בקול גדול: "הנני!"

ומעל הכל, אנחנו חייבים להעמיק את התקווה, את האמון במדינה, את האמונה שיהיה טוב, שהאתגר הגדול לא מרפה את ידינו. אנחנו מגויסים, נכונים לכל קריאה, מחויבים למטרה הקדושה. אלה הילדים והילדות שלנו, אנחנו נעשה הכל כדי להבטיח להם עתיד אחר, נפעל לאיחוי השברים ולריפוי הפצעים.

הכותב

הרב שיר פירון, יו"ר עמותת עלם

”

בסוף יהיה

יהיה טוב

הפרחים ישונו לפרוח

תראה שיהיה טוב

יהיה טוב

גם אם יש עוד דרך לעבור

בסוף יהיה

יהיה טוב

הפרחים ישונו לפרוח

תראה שיהיה טוב

יהיה טוב

גם מתוך החושך יידלק האור”

(יסמין מועלם).

התורם לצמצום הפגועות והפגועים, לכאלה שהושיטו יד ולב לשבורי לב. היינו שם, בכל מקום.

במרכזי המפונים השונים, במרכזי הערים, באזורי כינוס של בני נוער. היינו ברשתות החברתיות, איתרנו אותם, הצענו להם אוזן קשבת, שיחת נפש, צעד אחד קטן בדרך לשיקום. היינו שם, בכל שעה.

ביום ובלילה, בימי חול, בשבתות ובימי מועד. השתדלנו, אבל עוד לא עשינו די.

שנה חלפה, מענה החרום חייב להפוך לתכנית לאומית כוללת.

ראשית, תכנית המשנה את ההגדרה המקובלת של נוער בסיכון. אנחנו צריכים לטפל בדור שלם שיש בו הכוח להפוך מדור של סיכון לדור של סיכוי. בעבר, התייחסנו לנוער בסיכון כנוער בקצה הרצף, איתרנו את בני הנוער על פי מאפיינים ברורים כגון הופעה סדירה בבית הספר, דפוסי בילוי, התנהגויות סיכוניות, ועוד. אָל לנו לזנוח הגדרות אלה, חובה עלינו להוסיף את רוב בני הנוער שאינם עונים להגדרה הקלאסית, הם לא 'נוער בסיכון' אבל הם נוער עם מצוקה, נוער שחווה משבר, נוער שכמהה לתיקון ולתקווה.

שנית, עלינו לשבור את המחיצה שבין בתי ספר למסגרות לא פורמליות. נדרשת מערכת חינוכית הוליסטית. בתי הספר צריכים למנות "מומחי שיקום" היוזעים לאתר נערים ונערות הזקוקים לעזרה. עליהם להציע מדריכים היוזעים לדבר בשפתם, זמינים ונגישים. כאלה שיוכלו להמתיק איתם סוד, לגלות פצע, לחפש ביחד רפואה.

בתי הספר חייבים להוסיף לצד חובת הלמידה את חובת התמיכה. אסור שנער ונערה יסתובבו בחצר בית הספר, יחברו לבני נוער אחרים, ויחד יחפשו מקלט בחומרים מפחיתי כאב, מטשטשי תודעה, ישקעו בכאב. בתי הספר צריכים להקנות לבני ובנות הנוער כנפיים שיסייעו להם להפוך את הימים הקשים לימים של חוסן ובניין. בתי הספר צריכים להיות מסוגלים להיות גם 'מחלקות שיקום', שבהן כולנו נלמד ללכת, מחדש.

שלישית, אנחנו חייבים לשפר ולשכלל את יכולות האיתור שלנו. לדעת לאבחן, להפנות, לטפל, להתאים לכל נער ונערה את החבילה הטיפולית התואמת את כאביו. לשם כך עלינו לפעול בשלושה צירים מרכזיים:

להרחיב את כלי האיתור ברשתות החברתיות, לפתח כלים ייחודיים פורצי דרך שיאפשרו קשירת קשר עם בני נוער המאותתים על מצוקה, הקוראים לעזרה. להרחיב את הנוכחות בשעות הלילה במרחבי הבילוי ובאזורי הסיכון. וכמובן, לפתח מסגרות איתור בתוך בתי הספר.

"השביל הזה מתחיל כאן" -

עקרונות להתערבות נכונה עם בני ובנות נוער בישראל

של אחרי השבעה אוקטובר

רננה דנון והדס גול

מאז השביעי באוקטובר השתנה באחת מצבם של עשרות אלפי בני ובנות נוער בישראל. חלקם פונו מבתייהם בזריזות, חלקם ישבו בממ"דים ובמקלטים ורבים מהם נחשפו ברשתות לזוועות שקשה לנפש להכילן. לצד החשיפה לתכנים קשים וסכנת החיים הממשית בה היו נתונים, נעקרו בני נוער רבים מבתייהם, ממסגרות החינוך והחינוך הבלתי פורמלי בהן היו ולעיתים אף מהקהילות שלהם.

לחשיפה לטראומה השפעות בתחומים רבים; השלכות רגשיות ונפשיות (דיכאון וחרדה), השלכות קוגניטיביות והתנהגותיות (קשיי לימוד, הימנעות והתנהגויות סיכון), השפעות חברתיות ומשפחתיות (קשיים ביחסים בין אישיים) והשלכות פיזיולוגיות שונות (קשיי שינה ותגובות גופניות שונות) (Caffo, Forresi, & Strik Lievers, 2005). לפי דו"ח עלם מחודש אפריל בני נוער וצעירים רבים שהתמודדו עם אתגרים טרום המלחמה, חוו החרפה במצבם ודיווחו על תחושת בדידות מוגברת (עלם, 2024).

הקושי של בני נוער לפנות למענים טיפוליים פורמליים

מחקרים מראים כי רבים מבני הנוער מתקשים (גם במצבי שגרה) להגיע לטיפול. במאמר שריכז וסקר את הספרות הקיימת בנושא חסמים של בני נוער בצריכת שירותי טיפול, עולה כי סטיגמה כלפי בריאות הנפש, חוסר אמון באנשי מקצוע, ודעות שליליות על יעילות הטיפול הם מהגורמים המרכזיים שמונעים מהם לפנות לעזרה (Aguirre Velasco, Silva Santa Cruz, & Billings, Jimenez, & Rowe, 2020).

מחקר שנערך בספטמבר 2023 בישראל מצא כי מחצית מהילדים היתומים והילדים ששבו מהשבי הפסיקו את הטיפול הפסיכולוגי, למרות שקשריהם החברתיים והמשפחתיים לא

שוקמו. הם עדיין סובלים מבעיות התנהגות מורכבות, שהוחמרו בשל הריחוק מהבית, היעדר מסגרת קהילתית וקשיי תיאום בין מערכות (Gal, Ben-Porat, & Ovadia, 2024).

האלטרנטיבה של עלם - חזרה לעקרונות ההתערבות

עמותת עלם פועלת מעל 40 שנה עם ולמען בני נוער, צעירות וצעירים שחוו קשיים ומשברים, לרבות טראומות עבר והווה. במרוצת השנים ועם הניסיון המצטבר פותחו בשטח תורת עבודה וכלים ליצור קשר משמעותי, בלתי פורמלי עם אותם בני נוער ולסייע להם לשיפור מצבם ותנאי חייהם. מאורעות השביעי באוקטובר והשנה הקשה שבאה בעקבותיהם, הכניסו עוד עשרות אלפים של בני נוער למעגלי הסיכון. ההיכרות עם טראומה והשלכותיה מלמדת אותנו שבהיעדר מענה מידי ומותאם, הנזקים עשויים להיות מרחיקי לכת והרסניים.

גם בימי שגרה, העבודה עם בני נוער שחוו טראומה, מובילה לא פעם לרגעי משבר וקושי, לצמתי דרכים בהן אנשי הצוות חווים בלבול, מצוקה, לעיתים אובדן דרך. חזרה לעקרונות העבודה שנכתבו במרוצת שנות ניסיון רבות, מסייעת לצוותים למצוא את הכיוון והדרך בתוך סבך הטיפול באזורי הטרומה.

בתום שנה מפרוץ המלחמה, ניתן לומר, שגם במקרה זה, כמו במצבים משבריים אחרים, חזרה ל"מצפן" המקצועי וחיבור מחודש לעקרונות העבודה, מזכירים לנו שגם אם הערפל כבד, כל עוד נלך על פי הסימנים נצליח למצוא את הדרך לשינוי ושיפור המצב. עבודה על פי העקרונות אפשרה לנו להתעשת במהירות, ואל מול צרכים שהשתנו בקצב מהיר, לייצר מענים חדשים ולחזק ולערוך התאמות לקיימים.

במאמר זה נבחן בקצרה את עקרונות ההתערבות של עמותת עלם לעבודה עם בני נוער במצבי סיכון, בתקווה לסייע לאנשי ונשות מקצוע נוספים להצליח להגיע לאותם בני נוער שזקוקים כל כך לסייע וריפוי.

"אורות ערפל" - עקרונות עבודה עם בני נוער בסיכון כמצפן בתקופה של חוסר וודאות
העקרונות המרכזיים בעבודה עם אנשים שחוו טראומה מתמקדים ביצירת סביבה בטוחה, מתן אמון, שיתוף פעולה, בחירה והעצמה (Levenson, 2017). עקרונות ההתערבות עם בני נוער במצבי סיכון לפיהן עובדים הצוותים בעלם, נשענים ויונקים מהבנה זו.

1. קשר אישי כמפתח לשינוי

"באו לשם [למלון] המון אנשים, כולם רצו כל הזמן לעזור, שאלו הרבה שאלות, הלכו, חזרו, נעלמו. מתישהו ראיתי שזה [המרחב של עלם] משהו קבוע, כשהבנתי את זה אז באתי".¹

בני נוער בכלל, ובני נוער שחוו טראומה בפרט, זקוקים לקשר אישי וקרוב. ישנה חשיבות רבה ביצירת קשר מיטיב, המבוסס על קבלה, הדדיות, אמון וכבוד. קשר מסוג זה, גם מהווה מודלינג לקיום מערכות יחסים מיטיבות ומרחב בו ניתן לתרגל גבולות מותאמים. חיזוק וחיזוד הגבולות של בני נוער, תורמים אף הם לתחושת השליטה העצמית והיכולת להשפיע על מצבם. על מנת לסייע לבני נוער בעת הזו יש לפעול בדרכים יצירתיות, בצניעות ובכנות רבה, בכדי לייצר תשתית של קשר אישי, אותנטי ומכבד, עליו יהיה ניתן לבנות תוכנית התערבות המותאמת למצבם.

2. הסכמה לדבר על הכל, השהיית השיפוטיות

"אני דווקא כן מנסה לשתף, אבל וואלה כל אחד קרה לו משהו במלחמה הזאת, ואם אני משתף במחשבות שלי זה ישר גורם לאנשים לשפוט, לעשות השוואות, לקחת את זה אל עצמם. אז אני מעדיף לשמור לעצמי".

אתגר נוסף העומד בפני בני הנוער הוא הקושי לבטא רגשות וחוויות קשות. על מנת לאפשר להם לעשות כן, על הקשר להיות חף ככל הניתן משיפוטיות וביקורת. כולנו כאנשי מקצוע חוונו וחווים את המלחמה והשלכותיה גם בעצמנו, לכולנו יש דרכים להתמודדות, סל ערכים ודעות על המצב. עם זאת, בבואנו להגיש סיוע לבני הנוער עלינו להשהות את השיפוטיות ואת החוויה האישית שלנו, לקדם שיח שמאפשר פתיחות ולהדגיש בכל דרך שמותר לדבר על הכל, גם על נושאים רגישים ומורכבים. ההסכמה לדבר על הכל היא שתוביל להיכרות אמיתית עם בני הנוער, עם האתגרים שעומדים בפניהם והאופציות שיש לפתוח בפניהם על מנת לסייע להם בבחירותיהם.

ברור כי הימנעות מוחלטת משיפוטיות אינה מציאותית, אך השהיית השיפוטיות ועיבודתה בפלטפורמות נוספות (כגון הדרכה) הינה הכרחית לטובת קיום קשר מיטיב המאפשר חיזוק הדרגתי של היבטי החיים של בני הנוער שנפגעו בעקבות הטראומה.

3. סיוע שאינו מותנה

"מסתכלים עליי ומחפשים לראות מתי אני אתקדם, מתי אני אחלים, מתי אני אשכח, אבל אני לא רוצה להתקדם בכלל, מה יש להתקדם כשהכל בפנים עוד בוער?"

פעמים רבות הסיוע לבני נוער מותנה בדרישות גלויות או סמויות - לעמוד בתנאים, להתחייב לטיפול, לקבל על עצמם שינוי. תנאים אלו מהווים חסמים לפנייה לעזרה וליצירת קשר מיטיב. סיוע הניתן ללא תנאי, מבלי לדרוש דבר בתמורה, מבלי להתחייב לתהליך או

שינוי, כזה שמותאם למצב ולרצון של בני הנוער, בשלב בו הם נמצאים על מעגל השינוי, הינו בעל סיכוי גדול יותר להצליח לגשר על פערים, חששות, מבחנים של בני הנוער. סיוע שאינו מותנה מסייע גם להקטין את חווית ההדרה ולהגדיל את האמון באחרים, בעולם ובעצמם וכן לחזק את תחושת השליטה והבחירה של בני הנוער.

4. זמינות ונגישות

"הם רצו שקט במלון אז החליטו שב 22:00- יש כיבוי אורות. וככה בלילה כולם בחדרים, באפליקציות, במסכים, נעולים בחדרים, בחדרות, לא נרדמים עד הבוקר"

שירות לבני נוער צריך להיות זמין ונגיש לצרכיהם, למאפיינים שלהם, ולמצבם. הזמינות והנגישות מתבטאות בשעות הפעילות, במיקומי המרחבים ועיצובם, בזמינות עובדי הנוער בפלטפורמות השונות. שעות הערב והלילה הן פעמים רבות השעות הקריטיות. אלו השעות בהן הקושי לעיתים מתגבר ואיתו גם הפוטנציאל להתנהגויות סיכון שונות. כדי לייצר אלטרנטיבות לסיכון על אנשי המקצוע להיות שם, בזמנים ובזירות שהוא עלול להתרחש. אמנם לא כל מסגרת מקצועית מאפשרת זמינות ונגישות במאת האחוזים, אך עלינו כאנשי מקצוע לעשות את ההתאמות שניתן בתוך המסגרות המקצועיות מהן אנו באים בכדי למקסם את הזמינות והנגישות של השירות שלנו ולייצר מענה המותאם לצרכים.

5. איתור פעיל וחיזור יצירתי

"השינוי הגיע כשהם באו איתנו לצעדה, [הצעדה למען החטופים] פתאום במקום כמה פעמים בשבוע, היו שם אנשים של עלם כל לילה, חיכו לנו בסוף המסלול של אותו יום, היו שם איתנו. נראה לי ששם הבנתי שאולי אפשר לסמוך עליהם"

לעיתים רבות ניתן לראות כי בני נוער אינם מחפשים עזרה באופן ישיר ממבוגרים (Zwaanswijk et al., 2003). בעבודה עם בני נוער במצבים אלו, יש לעשות צעד אקטיבי באיתורם וביצירת הקשר. יציאה למרחבים בהם נמצאים בני הנוער, בין אם פיזיים ובין אם ברשתות, היא לעיתים הצעד הראשון בקשר. פרקטיקה זו מייצרת תחושת נראות לבני הנוער, ומעבירה את המסר שהם מספיק חשובים בכדי שנתאמץ לקיים איתם קשר. החיזור אחר בני הנוער צריך להיות עיקש ומתמשך, גם בשלב יצירת הקשר וגם במהלכו (להתמודדות עם משברים וקשיים).

6. בחירה ושליטה

"כולם [אנשי הטיפול] מצפים שנדבר על מה שעברנו. לא תמיד בא לי. פה אני לא חייבת,

¹כל הציטוטים במאמר הם של בני נוער שמקבלים סיוע מתוכניות שונות בעמותת עלם

אני בוחרת על מה לדבר ומתי, זה עוזר לי להיזכר שאני יותר מ"מפונה", שיש אותי, שאני עדיין קיימת."

חוויות הטראומה, המאופיינת בתחושת חוסר אונים וחוסר יכולת להשפיע על המצב, מובילה פעמים רבות לתחושה של אובדן שליטה בהיבטים שונים בחיים. תפיסות אנושיות בסיסיות על יכולת האדם להשפיע, על טבע האדם כטוב בבסיסו ועל העולם כמקום בטוח, נפגעות, והעולם נדמה כלא צפוי ומסוכן (הרמן, 1992). אחד העקרונות הבסיסיים בעבודה עם בני נוער שחוו טראומה, הוא שימת דגש על החזרת תחושת השליטה.

מרחבי העבודה, הפרטניים והקבוצתיים, חייבים להיות כאלו שיאפשרו לבני הנוער לתרגל את החזרת השליטה, לתרגל בחירה, להרחיב את סל האופציות הקיימות בפניהם ולאפשר להם סביבה בטוחה ותומכת שתעודד בחירות מיטיבות. לעיתים במצבי טראומה ומשבר היכולת לבחור "נעלמת", כך גם הרצונות, השאיפות, החלומות פתאום כמו נמחקים. קשר מיטיב עשוי לעזור לבני הנוער לשחזר את היכולת לבחור, את היכולת לחלום, זאת באמצעות תרגול מתמיד של בחירה - בני הנוער יבחרו עם מי ישוחחו ועל מי, מי מאנשי הצוות והמתנדבים יהווה "איש קשר" עבורם, לאילו ממגוון פעילויות שנציע ונייצר עבורם הם רוצים להגיע, באילו מרחבים הם מעוניינים להשתתף, מהן המטרות שהן מעוניינים להציב לעצמם לשינוי, מה הקצב הנכון עבורם ועוד. חיזוק הבחירה מחזק את תחושת השליטה ויכולת ההשפעה של בני הנוער על חייהם ומצבם.

7. פרקטיקה של שותפות

"פה לא אומרים לי מה לעשות, פה שואלים אותי מה אני רוצה ואיך אני רוצה, אני יכולה להשפיע, אני יכולה ליצור"

פרקטיקה של שותפות כוללת את מעורבותם הפעילה של בני הנוער בתהליך קבלת ההחלטות בנוגע לתוכנית ההתערבות, מתוך מטרה להעצים אותם ולהחזיר להם תחושת שליטה (Levenson, 2017). העקרונות המרכזיים בפרקטיקה זו כוללים שימת דגש על בטיחות פיזית ורגשית, יצירת סביבה אמינה ושיתוף פעולה הדדי בין אנשי המקצוע לנער. תוך שמירה על בחירה ושקיפות. גישה זו מסייעת לבני הנוער לפתח תחושת אמון ותקווה, ומקדמת שיקום וצמיחה פוסט-טראומטית. בנוסף, כדי להימנע מהפעלה חוזרת של דפוסים טראומטיים, הפרקטיקה שואפת לשלב ידע על טראומה בכל רבדי הטיפול והארגון, ולמנוע מצבים של טראומטיזציה משנית בקרב אנשי הצוות. כך, מושם דגש על יצירת סביבת עבודה תומכת ובריאה גם למטפלים, שחשופים לעיתים לסיכון של עומס רגשי עקב העבודה עם נפגעי טראומה.

8. הפחתת נזק

"בהתחלה סתם באתי [למרחב של עלם], באמת לא התכוונתי שיצא מזה משהו, פשוט אמרתי יאללה, סיבה לצאת קצת מהחדר"

גישת "מזעור נזקים" נולדה בעולם ההתמכרויות, אך משמשת אותנו, במיוחד בהיבטים הרגשיים שלה, בכל מפגש עם מצבי סיכון. המטרה המרכזית היא לצמצם את הנזק (הפיזי והרגשי) ולאפשר לבני הנוער להתמודד עם האתגרים בקצב שלהם.

על פי עקרונות הגישה, גם אם אין רצון לשינוי כרגע, יש לפעול לפחות לצמצום נזקים (Marlatt, 1996). בני נוער רבים מדווחים בתקופה זו על תחושת בדידות קשה. יציאה מהחדר/ מהבית/ מהמסכים והשתתפות במרחב חברתי מהווה לכשעצמה הפגה מסוימת של הבדידות. מרחב שכזה יכול להציע, גם אם לזמן מוגבל, צמצום של נזקיה. רכישת כלים להתמודדות עם חרדה, עם דיכאון, גם אם עדיין לא בתוך טיפול פורמלי, יכולים להקל במעט על ההתמודדות. בכל מפגש עם בני הנוער, במיוחד כאלו שאינם מוכנים לסיוע וטיפול, יש לבחון מה האתגרים איתם הם מתמודדים, מה הנזקים הכרוכים בהם וכיצד ניתן למזער אותם, מבלי לדרוש או לכוון לשינוי מיידי או מוחלט. בעבודה עם בני נוער המתמודדים עם טראומה, מזעור הנזק עוזר לשמור על מידה של יציבות רגשית ומאפשר לבני הנוער לעבור את תהליך ההחלמה בצורה המותאמת להם, תוך מתן תיקוף לכל שינוי חיובי.

9. עבודה הוליסטית ומודעת הקשר

"כל יום הגיעו לכאן עשרות אנשים, כולם שואלים שאלות, אף אחד לא מדבר עם השני, כל פעם זה להתחיל מהתחלה אם את רוצה עזרה תספרי עוד פעם הכל, כמה אפשר כבר לספר את הסיפור הזה שאת בעצם רק רוצה להצליח לחשוב על דברים אחרים?"

לחשיפה לאירועים טראומטיים השלכות רבות, והטיפול והליווי של הנער. ה מחייבים תמיכה נרחבת. אחד הביטויים הקשים של טראומה, הוא פגיעה ברצף החיים בהיבטים שונים (עומר & אלון, 2023). העקירה מהבית, מהמסגרות שאינן פועלות, פרידה מחברים ובני משפחה, כל אלו פוגעים ביכולת של הנער. להחזיק תחושה של רציפות ובהירות. פעמים רבות, המענים הניתנים לבני הנוער במצבים אלו מתחלקים בין מספר גורמים שונים, כך שלנער. מגוון דמויות, אך לעיתים הן אינן מתקשרות אחת עם השניה. מצב זה משמר ואף עלול להחריף את תחושת הפיצול. במצבים מסוג זה, ניתנת חשיבות רבה לאופי עבודה הוליסטי ומודע הקשר. על המבוגרים המסייעים לוודא שהם מבינים את ההקשרים של בני הנוער, לדאוג לקחת בחשבון את החוויות השונות ולהתנהל תוך כבוד למרקם הקהילתי. על עובדי הנוער להכיר, לתקשר ולייצר שיתופי פעולה רבים ככל הניתן עם הגורמים הנוספים

מקורות

לואיס הרמן, נ' (2001). טראומה והחלמה. עם עובד

עומר, ח' & אלון, נ' (2023). עקרון הרציפות: גישה מאוחדת לאסון ולטראומה. פסיכולוגיה עברית.
<https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=4652​>

עלם (2024). בני נוער בצל מלחמת 'חרבות בחל': דוח חצי שנתי למלחמה. עמותת עלם לנוער בסיכון;
<https://blank-site.com/elem-reports/six-months-report>

Caffo, E., Forresi, B., & Strik Lievers, L. (2005). Impact, psychological sequelae, and management of trauma affecting children and adolescents. *Current Opinion in Psychiatry*, 18(4), 422-428.
<https://doi.org/10.1097/01.yco.0000172062.01520.ac>

Gal, J., Ben-Porat, S., & Ovadia, Y. (2024). Welfare during the war and after: The welfare system in Israel during the October 7th war and policy proposals. *Taub Center for Social Policy Studies in Israel*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13743045>

Levenson, J. S. (2017). Trauma-informed social work practice. *Social Work*, 62(2), 105-113.
<https://doi.org/10.1093/sw/swx001>

Marlatt, G. A. (1996). Harm reduction: Come as you are. *Addictive Behaviors*, 21(6), 779-788.
[https://doi.org/10.1016/0306-4603\(96\)00042-1](https://doi.org/10.1016/0306-4603(96)00042-1)

Zwaanswijk, M., Verhaak, P. F. M., Bensing, J. M., van der Ende, J., & Verhulst, F. C. (2003). Help seeking for emotional and behavioural problems in children and adolescents: A review of recent literature. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 12(4), 153-161.
<https://doi.org/10.1007/s00787-003-0322-6>

בח"י הנער. יצירת מעטפת של מבוגרים משמעותיים, שרואים את הנער.ה ביחד ומהווים רשת תמיכה רחבה הינה משמעותית מאוד לקיום סביבה מאפשרת החלמה וצמיחה עבור אותם נערים ונערות.

לסיכום, לצערנו מספר בני הנוער הנמצאים במצבי סיכון, גדל והתרחב דרמטית בשנה האחרונה, בני נוער רבים שנחשבו עד לפני פרוץ המלחמה כ"בטוחים" יחסית מחוץ למעגלים מסכנים, מצאו עצמם בין יום בקבוצת סיכון גבוהה עם פוטנציאל גדול לנוזק מתמשך על חייהם. עלינו כאנשי מקצוע למצוא את הדרך אליהם, אל ליבם, אל המצוקות בהן הם שרויים, לא להמתין שיגיעו לטיפול או שיראו נכונות לקבל סיוע; אלא ליזום, לייצר יש מאין, לפעול על מנת להוציא אותם ממעגל הסיכון ולאפשר להם התמודדות בטוחה עם השלכותיה של השנה הקשה בתולדות מדינת ישראל.

על אף ההפתעה הגדולה, המכה הכואבת והטלטלה המתמשכת, בבואנו לבחון את המענים לבני הנוער, לא נדרשנו להמציא את הגלגל מחדש. הידע שהצטבר ב-40 שנות פעילות שירת אותנו נאמנה. חזרה לעקרונות העבודה עם בני נוער במצבי סיכון, המהווים לנו כאנשי מקצוע "סימני דרך" מוארים בתוך ערפל של חוסר וודאות וכאוס, מאפשרת מתן מענה מותאם בימים של טראומה ומלחמה ומסייעת לנו להמשיך להושיט יד בטוחה ולחתור לעתיד טוב יותר עבור בני הנוער.

הכותבות

רננה דנון, מנהלת מחלקת ידע ולמידה, עלם
הדס גול, ראש תחום הדרכה וידע, עלם

”הנשכחות שאי אפשר לשכוח

האבדות שאין מהן מפלט” | (לאה גולדברג)

ג'ניה קליוט ומאיה ברון-

ילדים, בניגוד למבוגרים, לעיתים קרובות אינם מבינים את מלוא ההשלכות של האירועים המתרחשים סביבם. עם זאת, הם מרגישים את ההשלכות הללו ברמה הרגשית והנפשית, והתוצאות הן לעיתים קרובות טראומטיות ומתמשכות. המחקרים מראים שהשפעות הטראומה נמשכות שנים רבות לאחר תום המלחמה, ולעיתים הופכות לנדבך מרכזי בהתפתחות הנפשית של הילד.

מצב בני הנוער ערב המלחמה

בני הנוער בישראל כבר התמודדו עם מציאות מורכבת עוד לפני אירועי השביעי באוקטובר 2023. תקופת הקורונה, שהחלה בשנת 2020, הביאה עימה קשיים רבים, והייתה מהקשות עבור צעירים בישראל. בעוד במדינות רבות בעולם מערכות החינוך נותרו פתוחות או נסגרו רק באופן חלקי, בישראל הוטלו סגרים נרחבים שהשפיעו ישירות על חוויותיהם של הילדים ובני הנוער. מחקרים הראו כי הסגרים והלמידה מרחוק פגעו משמעותית בהתפתחות החברתית, הרגשית והלימודית של בני הנוער (איילון, 2022). חוסר הוודאות, ההגבלות החברתיות והקשיים הלימודיים יצרו תחושות של ניכור ובדידות בקרב רבים.

בנוסף, ישראל הייתה בתקופה זו נתונה למשברים חברתיים-פוליטיים משמעותיים. מחלוקות סביב רפורמות משפטיות, המתח הביטחוני והתחושה של פיצול חברתי העמיקו את התחושות הקשות בקרב הנוער. מחקרים מצביעים על כך ששיח ציבורי מפולג מהווה גורם סיכון נוסף לבריאות הנפשית של ילדים ובני נוער, ויוצר מצבי חרדה, דיכאון ותחושות של חוסר יציבות (כץ, 2024).

מעבר לכך, לא ניתן להתעלם מהפערים החברתיים והכלכליים שהיו קיימים לפני המלחמה. ילדים ונוער בפריפריה הגיאוגרפית והחברתית של ישראל, התמודדו עם תנאי חיים מאתגרים

מילים טובות / שניקה שקד

לקח לי חיים שלמים להבין
שמכל מה שאעשה,
העבודה הכי חשובה שתהיה לי
היא להניח מילים טובות בתוכי,
על ליבם של אחרים,
בליבו של העולם,
בין הרווחים של הכאב
ובין הסדקים של הקושי,
להניח מילים טובות
ולתבל אותן בכוונה ואמת
שיוכלו לתת חיים איפה שבדיוק הסתיימו להם,
שיוכלו להביא שקט איפה שסערה מתחוללת,
לקח לי חיים שלמים להבין,
שהמילים שאניח בתוכי
יהיו הנכסים הכי חשובים בחיי,
ושמכל הבגדים שאמדוד
האמת תהיה הכסות שהכי תחמיא לי.

יותר, לרבות נגישות מוגבלת למשאבים חינוכיים, שירותי רווחה ותמיכה נפשית. נתוני השנתון הסטטיסטי "ילדים בישראל" (2023), מעידים על כך שמצבם של ילדים בפריפריה היה קשה עוד יותר בשל רמות גבוהות של עוני ואי-שוויון הזדמנויות, דבר שהעצים את תחושת התסכול וההזנחה אצל בני נוער רבים.

הספרות המקצועית מצביעה על כך כי ילדים ובני נוער רבים עשויים לחוות פוסט טראומה לאור אירועי השביעי לאוקטובר:

החשיפה המתמשכת לתמונות קשות וסרטונים של חטופים או אזרחים במצבי סכנה, משפיעה על המוח בדיוק כמו טראומה חווייתית. פטמן (2014) חקר את ההשפעות של צפייה באירועים טראומטיים על ילדים במצבי סכסוך ומצא שהתגובות הרגשיות של ילדים הצופים במדיה עשויות להיות חזקות לא פחות מאלו של ילדים שנמצאים פיזית באזורים מוכי לחימה.

מפונים מביתם

בסוף דצמבר 2023 כ-48 אלף ילדים בגילאי חינוך התגוררו ביישובים שפוננו מכוח החלטת ממשלה. מתוכם, כשני שלישי מדרום הארץ. מתוך סך הילדים, 17,725 ילדים בגיל הרך עד גיל שש. בנוסף כמובן, ישנם ילדים רבים ממשפחות שהתפנו עצמאית (המועצה הלאומית לשלום הילד, 2023).

מחקרי אורך, אשר בחנו את ההשפעות ארוכות הטווח של מצבי פליטות ועקירה, קשרו בין מצבים אלו ובין רמות גבוהות של חרדה ודיכאון בקרב משתתפי המחקרים ורמות נמוכות יותר של בריאות ושביעות רצון מן החיים בבגרותם (סבג, חניקובסקי-קוראס וארזי, 2024).

במצב המלחמה טמון עוד אתגר ייחודי, באיתור ילדים במצבי סיכון ובהגנה עליהם בשל התמקדות של גורמי מקצוע בילדים שנפגעו ישירות מאירועי המלחמה. בהקשר זה ישנו חשש כי הילדים ימנעו לשתף במצוקותיהם, מתוך תפיסה שהן פחות חשובות או דחופות ומתוך רצון שלא להעמיס על המבוגרים.

נוסף על כך, מגורים בתנאי דוחק וצפיפות הם עצמם גורם סיכון לפגיעה בילדים, דבר המגביר את החשש לשלום הילדים במלחמה הנוכחית, בשל השהייה הממושכת של משפחות בבתיים, במרחבים מוגנים, במקלטים או במרכזי הפינוי, שם שוהות לעיתים משפחות שלמות בחדר יחיד במלון.

השפעה על ילדי הורים במילואים

ילדים של הורים במילואים מתמודדים לא רק עם העדר ההורה, אלא גם עם החרדה המתמדת

לגבי שלומו. לפי תיאוריית הלחץ וההתמודדות של לזרוס ופולקמן (1984), כאשר אדם חווה מצבי לחץ, הוא מנסה לגייס משאבים פנימיים וחיצוניים להתמודד עימם. אך כאשר מדובר בילדים, המשאבים לעיתים קרובות אינם מספיקים.

מנגנוני התמודדות

ילדים צעירים עלולים לפתח מנגנונים של התנתקות רגשית או דפוסי התנהגות חרדתיים, בעוד מתבגרים עשויים להתעמת עם הרגשות הללו באופן ישיר יותר, דרך התקפי זעם, דיכאון או קושי בתפקוד יומיומי.

השפעה על התפתחות קוגניטיבית

ככל שההיעדרות של ההורה נמשכת, הילדים חווים ניתוק רגשי ממושך יותר. זה עלול לפגוע ביכולת שלהם לבנות אמון ולהתמודד עם מצבים חברתיים או רגשיים בעתיד. ילדים צעירים עלולים לראות בהיעדרות זו סוג של "נטישה", גם אם ההורה חזר בריא ושלם. הניתוק הממושך, לצד חוויות של פחד ואי-ודאות, עלול להוביל להחרפה של בעיות רגשיות עם הזמן.

תחושת אחריות מוגברת

בני נוער רבים במשפחות של חיילי מילואים, נוטים לקחת על עצמם אחריות מוגברת בבית. הם מתמודדים עם חובות נוספים, כמו שמירה על האחים הצעירים, או טיפול במטלות ביתיות, דבר המכניס אותם לתפקיד של "מבוגר אחראי" בגיל צעיר.

תיאוריית קולברג מדברת על כך שמתבגרים מתחילים לפתח תחושת מוסריות ואחריות כלפי הסביבה שלהם בשלב זה של חייהם. אולם במצב מלחמתי, תחושת האחריות הזו עלולה להיות מכבידה במיוחד. ההורים שאמורים לספק את הביטחון הרגשי, אינם זמינים במלואם, והמתבגרים מרגישים שעליהם למלא את התפקיד הזה בעצמם.

חשיפה ישירה לטראומה

19,407 ילדים נפגעו בגוף ובנפש בפעולות איבה מאז פרוץ מלחמת 'חרבות בחל' ועד לסוף פברואר 2024. כ-37% מהם מתחת לגיל 6. בעקבות מתקפת הטרור ב-7.10, 20 ילדים נותרו ללא הורים ו-96 ילדים התייתמו מהורה אחד (המועצה לשלום הילד, 2023).

בני נוער אשר נחשפו לרמות לחץ בעוצמה רבה יותר, גילו תגובות לחץ שלהן ביטויים רבים בתחומים שונים, כגון: רמת חרדה גבוהה, רמת אגרסיה גבוהה ועלייה בצורך בהתקשרות

ושייכות. עוצמתו של אירוע לחץ, המתבטאת כפונקציה של מידת הקרבה אליו והחשיפה אליו, הנה גורם משמעותי בתגובות הלחץ שיתפתחו כתוצאה ממנו (חן גל, 2016).

טראומה מורכבת

"אני לכודה ב-7 באוקטובר ואני נמצאת בשקיעות וזריחות אינסופיות בתוך יממה אחת" ¹ משך החשיפה למלחמה או לסכסוך: חשיפה מצטברת לטראומה, כמו במקרים של קונפליקט כרוני או מלחמה ממושכת, נקשרה עם שכיחות גבוהה יותר של תסמינים לעומת חשיפה לאירוע חד-פעמי (Lahad & Leykin, 2010). טראומה שהיא תוצאה של מלחמה כוללת, לרוב מלווה חשיפה מצטברת וממושכת לאירועים, ונמצא כי במצבים אלו שכיחות של PTSD חריפה בקרב ילדים היא כ-75% (Pine, Costello & Mastel, 2005).

מחקרי אורך שנערכו על ילדים שנחשפו לקרבות ומלחמה, הצביעו על השפעות לטווח ארוך, גם הרבה אחרי סיום המלחמה. כך למשל, במחקר שנערך לאחר מלחמת המפרץ, נמצא כי ילדים המשיכו להציג סימפטומים של חוזרנות והימנעות בעוצמה גבוהה חצי שנה עד שנה לאחר המלחמה, ובעוצמה גבוהה אך פחותה שנתיים לאחר המלחמה, ללא התערבות או מתן מענים במסגרת המחקר (Dyregrov, Gjestad & Raundalen, 2002).

למרות הקושי והזוועות שחווינו ועודינו חווים, ההערכות היום מדברות על כך שבעקבות אירועי ה-7 באוקטובר והמלחמה, כ-60 אלף אנשים בישראל יסבלו מפוסט טראומה. חוסן קהילתי, חוסן במקום העבודה והביטחון שהאדם אינו לבד, הם היבטים קריטיים שיקבעו כיצד נתמודד לאחר אירוע טראומתי. האנשים שאין להם קהילה תומכת או משפחה קרובה נמצאים בקבוצת סיכון לפתח תסמינים של פוסט טראומה. בקרב 30% מהאנשים פוסט טראומה תחלוף מעצמה ללא טיפול, במיוחד כשהסביבה תומכת. כשאדם מקבל תמיכה מתאימה הוא יוכל אפילו לצמוח מתוך הטראומה. https://hcp.teva.co.il/soul-care/article/prf_prochter_rise_of_trauma_care

א. פרוכטר

סיכום

האם בתום המלחמה נדבר במושגים של פוסט טראומה? האם נאמץ את המושג טראומה מורכבת בשל המצב הייחודי בו שוהים חלק מילדי ישראל? האם נפתח מושג חדש? בהינתן העובדה שכולנו עדיין שרויים במלחמה ובמצב של חוסר ודאות קשה להעריך כעת. יחד עם

זאת, עלינו לאמץ המשגה ייחודית שלוקחת בחשבון את הימשכותו של האירוע, רמות גבוהות של חוסר וודאות ו-101 חטופים שעדיין נמצאים בעזה.

ההבנה של ההשפעות הרגשיות והנפשיות של מלחמה על ילדים ובני נוער מחייבת אותנו לפעול. התמיכה הנפשית בילדים שנפגעו במישרין או בעקיפין מהמלחמה חייבת לכלול טיפול מותאם טראומה, כמו טיפול מבוסס טראומה (Trauma-Informed Care), המבוסס על זיהוי, הבנה והפחתת השפעות הטראומה.

בנוסף, עלינו לחזק את מערכות החינוך והתמיכה החברתית כדי לספק לילדים ולנוער את הכלים הנדרשים להתמודד עם המציאות הקשה שהם חיים בה. מדינות שחוו מלחמות בעבר, כמו בוסניה או סוריה, הראו כי תמיכה מערכתית ומתמשכת היא המפתח להתמודדות מוצלחת עם טראומה מתמשכת.

הכותבות

עו"ס ג'ניה קליוט, מנהלת מקצועית בתחום טראומה עמותת עלם
עו"ס מאיה ברון, מנהלת תחום טראומה עמותת עלם

מקורות

- בולבי, ג'. (1969). Attachment and Loss.
- המועצה הלאומית לשלום הילד (2023). השנתון הסטטיסטי "ילדים בישראל" 2023 נתונים אודות ילדים במלחמת חרבות ברזל לקט נתונים. אוחר מ: <https://www.children.org.il/wp-content/uploads/2024/03.pdf>
- הרמן, ג'. (1992). טראומה והחלמה. הוצאת עם עובד.
- כץ, כ' (2024). כשהמדינה מדממת ואבלה: ילדים נפגעי התעללות במלחמת חרבות ברזל. הרצאה בכנס "שימו לב לילדים: כשטראומה אישית פוגשת טראומה קולקטיבית", מכון חרוב, ירושלים.
- סבג, י', חניקובסקי-קוראסקי, א', ארזי, ט'. (2024). השפעות מלחמת "חרבות ברזל" על ילדים ובני נוער בישראל. מכון ברוקדייל, ירושלים.
- Dyregrov, A., Gjestad, R., & Raundalen, M. (2002). War and children: A study of children exposed to the Gulf War. Child Development, 73(6), 1407-1417.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York : Springer Publishing Company.
- Lahad, M., & Leykin, D. (2010). Ongoing exposure versus intense periodic exposure to military conflict and terror attacks in Israel. Journal of traumatic stress, 23(6), 691-698.
- Pine, D. S., Costello, J., & Masten, A. (2005). Trauma, proximity, and developmental psychopathology: The effects of war and terrorism on children. Neuropsychopharmacology, 30(10), 1781-1792.
- Pittman, R. (2014). Media exposure and childhood trauma: The impact of witnessing traumatic events. Psychological Trauma, 6(3), 234-245.

¹תא"ל דניאל הגרי דו"צ, מצטט דברי נערה מתוך: 'היום שאינו נגמר', כאן 11.

התשמע קולי? השפעות המלחמה על בני נוער וצעירים בשוליים החברתיים

רעות גיא

בעתות מלחמה וחירום, כולנו ללא יוצא מן הכלל נדרשים להתמודד עם אתגרים מורכבים ומצבי לחץ קיצוניים. עבור בני נוער, צעירות וצעירים הנעדרים מערכות תמיכה בסיסיות כמו משפחה וקהילה, השלכות המלחמה עלולות להיות הרסניות במיוחד. מצב החירום מעצים את הפגיעות הקיימת ממילא ומחריף את האתגרים היומיומיים עמם הם מתמודדים.

המצב בישראל מאז ה-7 באוקטובר 2023

מאז פרוץ המלחמה ב-7 באוקטובר 2023, ישראל חוותה זעזוע עמוק, שהשפיע על כל שכבות החברה. חייהם של בני נוער, צעירות וצעירים רבים הופרעו ויחד איתם גם מערכות התמיכה, כמו מסגרות חינוך שנסגרו ומסגרות רווחה וטיפול שהוסבו כל כולן לטובת טיפול בנפגעי ונפגעות המלחמה הישירים תחילה, או צמצמו פעילות בגלל כח אדם חסר. אל מול זה, נרשמה עלייה במקרי אלימות, ניצול ופגיעה, במיוחד באזורים שהושפעו ישירות מהלחימה. בידוד חברתי מוגבר והיעדר רשתות תמיכה, הוביל לתחושת בדידות עמוקה יותר. חרדה ומצוקה נפשית ללא גורמי תמיכה מחריפה והופכת קשה יותר. אובדן מקומות עבודה ופגיעה בענפי משק שלמים, מעמיקים את המצוקה הכלכלית; והיעדר הגנה משפחתית או קהילתית מגבירה את הסיכון לניצול ופגיעה, במיוחד בקרב בני נוער צעירות וצעירים נעדרים עורף משפחתי או תמיכה קהילתית כלשהי. הבדידות, הפחד, חוסר האונים – הכל מתעצם ומחריף יחד איתו גם את מצבי ההישרדות וההגנה. אלה שאינם זוכים למרחב מוגן פיזי ורגשי – כמו חסרי בית, צעירות וצעירים בזנות או נוער ללא עורף משפחתי – הופכים לבלתי נראים, בזמן שהחברה כולה מתמודדת עם המלחמה ונוזקיה הרבים. בעודם מתמודדים עם טראומות יומיומיות המשבר הכללי שנחת על כולנו, לא רק שאינם מציעים להם מקלט והפוגה, אלא גם מעצים את מלחמת ההישרדות הפרטית שלהם. מי שהיה לבד כעת עוד יותר לבד. לבדידות מסתבר, אי אפשר להתרגל.

"אתם בוכים שאין לכם מאיפה לקנות גנרטור לממ"ד, לנו אין בכלל לאן או בשביל מה לרוץ כשיש אזעקה"¹

בני נוער, צעירים וצעירות במצבי הישרדות הם בין הראשונים להיפגע בזמן מלחמה. הקושי במציאת מרחב מוגן, בין אם פיזי או רגשי, מחמיר את מצבם. עלייה במעורבות בזנות או בשימוש בחומרים פסיכואקטיביים, נובעת לעיתים קרובות מהצורך להישרדות כלכלית ורגשית בעקבות הלחץ המוגבר בתקופת חירום, ורבים מהם מוצאים את עצמם מנותקים ממערכות התמיכה החברתיות שיכלו לסייע להם בשגרה.

מנתוני עמותת עלם - המסייעת לנוער במצבי סיכון עולה, כי מאז פרוץ המלחמה באוקטובר 2023, כ-60% מבני הנוער המפונים מדווחים על תחושת בדידות, וכ-46% חווים דיכאון וחרדה, ובנוסף, שיעור השימוש בחומרים פסיכואקטיביים כמו סמים ואלכוהול עלה ל-47% בקרב גילאי 12-15 (עלם, 2024). הנתונים הללו שצריכים להדיר שינה מעינינו מעידים על הידרדרות ברווחתם הנפשית של בני הנוער בישראל באחוזים דרמטיים.

חסרות בית כהגדרתה הבינלאומית מכסה מגוון רחב של מצבים, כולל אנשים שפוננו מבתיהם, אלו שנאלצו לעזוב את אזורי הסכנה, ואחרים שאיבדו את ביתם או את יכולתם לשלם שכר דירה בעקבות המצב הכלכלי, אם כך ניתן לומר שמאז ה-7 באוקטובר, הצטרפו למעגל חסרי הבית בישראל מעל 100,000 בני אדם.

מחקר מלווה של מכון ברוקדייל, שפורסם ב-2024, בדק את יישום החוק לאיסור צריכת מין בישראל. המחקר, יחד עם דיווחים מארגוני סיוע, מצביע על כך שהמלחמה גרמה לדחיקה כלכלית ותעסוקתית רחבה, אשר הובילה לעלייה או חזרה של אנשים לזנות כאסטרטגיית הישרדות מוכרת (ברנדר ואחרים, 2024). זוהי עדות נוספת לאופן שבו משבר לאומי מעמיק את הפגיעות של אוכלוסיות בשוליים.

זעקות ואז שתיקה

"מדינה שלמה בטראומה, כל אחד שקוע באבדן של עצמו, היום הרבה יותר מפעם אני יודעת שאין מקום לטראומה שלי, אין איפה לדבר עליה, מי אני שאבקש עזרה על האונס שעברתי, כשיש חטופות שעוברות עדיין אונס כל יום?"

¹הציטוטים במאמר של צעירים וצעירות הנעזרים בעובדות עמותת עלם

המלחמה הורגת, הבדידות גם

"אחרי האזעקה שלחתי לעצמי הודעה שהכל בסדר, את יודעת מה זה שאפילו אין לך למי להודיע שאת חיה? שאת יודעת שאם תמותי אף אחד לא ישים לב?"

המלחמה מציפה בין היתר גם את היעד הבית, היעד המשפחה, השייכות. בעוד שרבים גילו את כוחה של קהילה ביצירת חוסן, יציאה ממשבר וצמיחה מטראומה, רבים ורבות מבני הנוער, הצעירות והצעירים מתמודדים עם ההשלכות רחבות ההיקף של היעדרה.

הנתונים המדאיגים על מספרם הגדול של בני הנוער המדווחים על בדידות, מרמזים על מה שעוד עלול לקרות בהמשך – חרדה, דיכאון, שימוש בחומרים, פגיעות עצמיות, כולן תופעות הגדלות ומתרחבות על קרקע הבדידות הגדולה שמציפה בשגרה ומתעצמת בעת מלחמה; כאשר הקשב של עולם המבוגרים ושל השיח הציבורי והלאומי מתרחקים אף יותר מבשגרה.

שעתנו היפה

"אני יודעת שיש לך הרבה עם הראש עכשיו, אבל בבקשה, אל תשכחי לזכור אותי"

עוד דבר גדול קרה מאז ה-7 באוקטובר, אומרות ואומרים שזו היתה ועדיין שעתה היפה של החברה האזרחית בישראל. אלו שלקחו יוזמה בלי לחשוב פעמיים, שמו הכל בצד לזמן אחר ודהרו על הכבישים הבוערים, פרצו לחלץ לכודים, לאסוף שרידי גופות, לאתר נעדרים. הקימו חמ"לים, הטיסו, הלינו, שינעו, ביטלו, ניקו, כמו שרק בישראל כנראה יודעים, עם כל הלב והנשמה. המופע המרהיב הזה, עד כמה שהוא מרגש, הוא כמובן זמני וגם הוא צובט לפעמים את הלב. אם יש דבר כזה – בלי שיפוטיות, ככה היינו רוצות לראות את המלחמה האזרחית נלחמת בחסרות בית, בזנות ובאלימות מינית – במהירות, ביעילות ועם כל הלב והנשמה היתרה שיש לנו – בחירום כמו גם בשגרה. כולנו הבנו באחת, שסולידריות חברתית ואמפתיה יהיו התרופה הכי טובה למצב הנוראי הזה שלנו, התעוררנו מאז מידי יום (או לילה) עם הידיעה הברורה שחייבים לעשות משהו; כולנו, גם אלו שביתם לא נשרף וגם מי שבתה לא נחטפה.

בעוד שקולותיהם של בני הנוער במצבי סיכון עלולים להיעלם בעתות חירום, ישנה חשיבות עליונה להבטיח שהם יקבלו את התמיכה הנחוצה להם. באמצעות הגברת המודעות

אלימות ככלל ואלימות מינית בפרט במצבי חירום ומלחמה, מחריפה את הפגיעות באוכלוסיות הקצה. על פי דיווח מרכזי הסיוע לנפגעות ונפגעי תקיפה מינית, נרשמה עלייה חדה בפניות מאז תחילת המלחמה, כאשר חלקן מתייחסות לפגיעות מהעבר שעולות מחדש בגלל מצב המלחמה (איגוד מרכזי הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית, 2024). חלה עלייה של עשרות אחוזים במספר הפניות, במיוחד מצד קטינים וקטינות. נתונים אלו מצביעים על כך שמצבי חירום כמו מלחמות ומשברים גורמים לחשיפת טראומות מודחקות ולטשטוש הגבולות בין פגיעות ואלימות מינית לבין מיניות. בזמן מלחמה, חשיפה לאלימות מוגברת ולמצבי לחץ, עלולה להוביל לפגיעות מיניות ואחרות בתוך המשפחה ובקהילות, עם שיעור גבוה של פגיעות מצד אנשים קרובים כמו בני משפחה או בני זוג. ההשפעה על נפגעות ונפגעי תקיפה מינית היא ארוכת טווח, והעלייה במספר הפניות מראה, כי חלק מהתלונות הן על פגיעות שהתרחשו בעבר ועתה עולות מחדש עקב המצב הכללי הקשה. במקביל, קיימים ומתעצמים גם האתגרים בקבלת סיוע, למשל אחוז הפונות והפונים שדיווחו על התקיפה לגורמי אכיפה, עומד על 6% בלבד, דבר המעיד על כך, שמרבית הפניות אינן מדווחות לרשויות האמונות על אכיפת החוק. מצבי החירום הנוכחיים רק מעצימים את הקושי במתן מענה מתאים בזמן אמת, וההשלכות ממשיכות ללוות את הנפגעות והנפגעים שנים רבות לאחר מכן.

מצבי חירום המגבירים את האלימות המינית וטראומות מיניות בזמן מלחמה, אינם רק פצע אישי אלא פגיעה חברתית רחבה יותר, המשפיעה על כולנו. הסרט "זעקות ואז שתיקה" של הבימאית ענת סטלינסקי והמפיקה שריל סנדברג כל כולו מסמך עדות חשוב לאלימות המינית הקשה שהופעלה כנגד קורבנות ה-7 באוקטובר מדגיש את ההשפעה ההרסנית של טראומה מינית על הנפגעות והחברה כולה. הסרט מתאר כיצד נשים וגברים שעברו תקיפות מיניות או היו עדים אליהן, מוצאים עצמם במעגל של שתיקה שנכפה עליהם על ידי החברה, המתקשה להתמודד עם ממדי האלימות המינית בזמן מלחמה. במקום לעמוד לצד הנפגעות והנפגעים, רבים נוטים להתעלם מהמציאות, דבר שמעמיק את תחושת הבידוד והטראומה של הקורבנות.

המסר הברור הוא הצורך הקריטי בשבירת השתיקה סביב האלימות המינית, גם ובעיקר בעתות חירום, כיוון שהדרך לשיקום כוללת גם הכרה חברתית רחבה יותר בטראומות אלו, ומתן קול לאותם קולות מושתיקים. השמעת הסיפורים של הנפגעות.ים היא צעד חשוב בדרך לשבירת מעגל האלימות, כמו גם הדחיפות בפיתוח מערכות תמיכה לנפגעות ונפגעים, כולל תוכניות המאפשרות שיקום ותמיכה נפשית מיידית וארוכת טווח.

נוער בונה קהילה בונה נוער

נוער בסיכון – קהילה בסיכון:

נוער כבבואה לקהילה

ד"ר שרה שדמי וורטמן

המלחמה והמשבר הגדול שאנו נמצאים בעיצומו, כמו תקופות חיים קיצוניות אחרות, מעצימים תופעות חברתיות קיימות. אחת המרכזיות שבהן היא ההשפעה של מצבי משבר על בני נוער וצעירים, תפקודם בזמן המשבר וההשפעה ארוכת הטווח עליהם כמבוגרים לעתיד.

נקודת המוצא של מאמר זה מניחה כי לעולם המבוגרים יכולת מרכזית לקבוע כיוון ולהשפיע, באמצעות הרחבת התפיסה של בני הנוער כמושפעים וכנזקקים למשפיעים ומובילים. מפעולה לזיהוי צרכים, לפעולה הממפה את הנכסים שלהם. מעבודה מול הנוער לעבודה עם הנוער והצעירים. בהקשר זה הפעולה במרחב קהילתי, בו קיימת הכרות רב דורית מתמשכת לאורך שנים, יש בה על מנת ללמד אותנו את האופן המטיבי לפעול בכיוון זה.

עולם המבוגרים מעמיד בפני צעירים ובני נוער ציפיות סותרות במהותן: מצד אחד מעין שאיפה נסתרת כי הם הצעירים, המבוגרים של מחר, יחדשו, יגביהו עוף, יקחו אותנו כחברה למקומות "טובים יותר", יותר מאלו, שאנחנו דור המבוגרים, הצליח לעשות. שהם הצעירים יהיו יותר מאיתנו: יותר מוסריים, יותר מצליחים, יותר. מהצד השני, יש לנו ציפייה שהם יהיו ההמשך שלנו, שהם יבטאו את כל מי שאנחנו היום, שהם יהיו הביטוי למה שהצלחנו לייצר ליצור כחברה (YOUTH AND SOCIAL CAPITAL). יחס מורכב זה בא לידי ביטוי בתנועה קיצונית בין השתאות גדולה מול כעס רב מצד עולם המבוגרים כלפי הדור הבא.

המסרים הדו-משמעיים משפיעים במיוחד על בני נוער במצב של שוליות חברתית, הנמצאים בין זהות ילדית לבוגרת. הם כבר עזבו את עולם הילדות אך עדיין לא התקבלו לעולם המבוגרים. מצב זה יוצר מלכוד: מצד אחד, רצון עז להתקבל לעולם המבוגרים, ומצד שני, צורך להבחין

והרחבת התמיכה הרגשית, ניתן להקל על סבלם של מי בשוליים ולמנוע הידרדרות נוספת במצבם במהלך ובעקבות תקופות של מלחמה ומשבר.

מי שפגשה יודעת, כי בני נוער, צעירות וצעירים בסיכון הם לא רק סיפור של כאב ואובדן, אלא גם של כוח הישרדות ויצירתיות אין סופית. ספק אם מי מאתנו שקורא, כולל כותבת שורות אלו, יש בו מהיכולות שיש להן. במלחמת הקיום היומיומית שלהם, לפעמים זה כל מה שהם צריכים מאתנו: סולידריות, אמפתיה, לשמוע ולהשמיע את קולם, שנכיר במלחמה היומיומית שלהם. ושנתגייס גם לטובתם.

הכותבת

רעות גיא, מנכ"לית עמותת "לשנות עולם".

מקורות

ברנדר, ד., קפרנוב, א., ענבר (אייזיק), ע., ריבקין, ד., לוי-זוהר, א., & פלק, א. (2024). יישום חוק איסור צריכת זנות: תמצית המחקר המלווה. מכון מאיירס-ג'וינט-ברוקדייל.

https://brookdale-web.s3.amazonaws.com/uploads/files/Heb_Summary_ES-54-24.pdf

נתוני איגוד מרכזי הסיוע: <https://www.1202.org.il/centers-union/info/statistics>

עלם (2024). בני נוער בצל מלחמת 'חרבות ברזל': דוח חצי שנתי למלחמה. עמותת עלם לנוער בסיכון: <https://blank-site.com/elem-reports/six-months-report>

עצמם מהילדות. התנהגותם מתאפיינת בתסכול, חיקוי מוגזם של המבוגרים, לצד ציפייה להכרה מהם והתנגדות לדחייה. במקביל, גיל ההתבגרות מעצים את הרצון להשתייך לעולם המבוגרים וגם את הרצון לייחד את עצמם מהמבוגרים, מה שמתבטא ב"מרד" וחתייה לייחודיות.

כל אלו מקבלים משנה תוקף בזמן משבר: אובדן הערך העצמי, חוסר בהירות לגבי מי אני ומה תפקידי, מועצם ואיתו הנטייה להתנהגויות קיצוניות לכל הכיוונים: מצד אחד התגייסות ורצון להתנדב, לעלות יוזמות לקחת חלק ובצידן פניה לפעילויות מסכנות.

כיצד יתבטא המרד? לאיזה צד ינווטו אותן רגשות של תסכול ורצון לקול ייחודי? מה יהיה מסלול המרד: להוכיח שאנחנו יותר טובים מהמבוגרים, כל שתחושות המסוגלות שלנו יכוונו לעלייה במידה מוסרית, בבחינת המבוגר היותר אחראי מהמבוגר? או ביצירת מרד שבועט בכל מה שמוסכם על עולם המבוגרים ויפנה למה שבתרבותינו אנו מכנים 'התנהגויות מסכנות'?

ההכרעה על הכוון מונחת בידינו - חברת המבוגרים ובדברים שאנו ניצור כתשתית ל"מרד" עבור בני הנוער. תפיסת בנינו קהילה, מנסה להתמודד עם האתגר הזה דרך בחינת תפקידיה של הקהילה וייחודיותה בהתמודדות עם הסוגיה.

המונח "נוער בסיכון" שונה מהביטוי "נוער מסוכן". הראשון מתייחס לתיאור מצב של יחיד, והשני מדבר על תיאור מצב של יחיד ביחס לזולת אחר. אם כי המציאות מראה גם את הקשר ביניהם ואת הסיכוי של מי שנמצא בסיכון לסכן גם אחרים. התפיסה ההומניסטית מניחה כי סיכון הוא תוצר חברתי, והיא עומדת בסתירה לזכות של אחד ואחת מאיתנו מצד אחד לביטחון אישי, ומצד שני לזכות לממש את הפוטנציאל האישי.

אף אחד לא נולד בסיכון! המונח ב"בסיכון" מעביר את האחריות לחברה בכללה ולקהילה בפרט, מתוך תפיסת עולם הומניסטית, המכירה בטוב שבאדם ומניחה כי מי שמרגיש טוב, יעשה טוב. נקודת המוצא על החברה והקהילה ככזו הנושאת באחריות על תפקודיהם של חבריה, מקבלת משנה תוקף בתפיסת בנינו קהילה. בבנינו קהילה אנחנו מניחים כי נוער הינו בבואה של המסגרת בה הוא גדל וחי, והוא מהווה ביטוי לעולם הערכים והנורמות המקומיות (שדמי וורטמן 2011) לכן יש טעם לעסוק בזיקה שבין בני הנוער בכללם והקהילה בה הם חיים, ללא התייחסות נקודתית לבני נוער בסיכון, מתוך הנחה שאם נפעל נכון כחברה וקהילה, לא יהיו לנו בני נוער בסיכון.

הצלחת קהילה נמדדת בין השאר בכך שבנות/ בני המקום ממשיכים את מורשתה. התמנותם לראשי העיר, מגבירה גאווה ואמון, שכן הם נתפסים כמשקפים נאמנה את ערכי הקהילה והמשכיותה.

תפיסת בנינו קהילה רואה בבני הנוער משאב מרכזי - **נוער בונה קהילה**. היא מתייחסת לזיקה שבין בני הנוער והצעירים לקהילה בה הם חיים ומניחה כי היחס של הקהילה לדור הבא שלה יקבע את מהותו של "המרד" - אותה ייחודיות אותה מחפשים בני הנוער במצב השוליות שלהם. תפישה זו מדגישה את שיתוף הפעולה בין כל גורמי הקהילה—שלטון, גופים אזרחיים (תנועות נוער, ארגוני צעירים וכו'), מגזר עסקי ותושבים—כדי לקדם את בני הנוער ככוח לצמיחה קהילתית.

זיקה זו פועלת בשני כיוונים המזינים זה את זה:

1. קהילה עבור הנוער: העמדת כלל המשאבים והכוחות המקומיים בכל התחומים, על מנת להוות מערך תמיכה לצמיחה ומימוש של כלל הכוחות המצויים בשכבת גיל זו. ולצד זאת, מענה לצרכים הייחודיים של הקהילה, לרבות זיהוי נקודות הסיכון והתמודדות עם קבוצת גיל זו כאתגר כלל קהילתי.

2. נוער עבור קהילה: ראייה כלל קהילתית של כלל השחקנים המקומיים על מנת לחבור לייחודיותה של קבוצת גיל זו וכוחותיה. ועל בסיס כוחות אלה, לקדם שותפות מלאה של בני הנוער בעיצוב חיי הקהילה ובקידום נושאים קהילתיים מנקודת מבטם הייחודית. חוסן קהילתי על פי תפיסת בנינו קהילה, הינה קהילה המאופיינת ברמת קהילתיות גבוהה. קהילתיות מתייחסת "ליכולת של כלל הקבוצות והחברים בקהילה לפעול יחד זה למען זה ולמען המקום, לכונן יחסים של אמון וערבות הדדית, באופן שגורם להם להרגיש בעלי ערך והשפעה ולחוש גאווה מקומית." (שדמי וורטמן 2011:31). היא נמדדת ברמת מאמ"ש גבוהה: משמעותיות, אמון, מחויבות ושייכות, שמרגישים צעירים ובני נוער בקהילה שלהם. כאשר רמת המאמ"ש גבוהה, בני נוער וצעירים ישתתפו יותר בפעילויות, יזמו, יארגנו ויתרמו מזמנם ויכולותיהם. הם יבקשו להוכיח שהם יותר טובים מהירים ויעילים מעולם המבוגרים בתרומה שלהם לקהילה בה הם חיים (שדמי וורטמן 2011). מאפייני גיל הנעורים, כמו דבקות, אותנטיות ורצון לחדשנות, לצד חוסר ביטחון, יכולים לדרוך אותם לקדם את סביבתם ולעצב את זהותם וגאווה בקהילה.

הכותבת

ד"ר שרה שדמי וורטמן, מנכ"לית ומייסדת מרכז ורדה לבינוי קהילה.

מקורות

1. דיבורי קהילה מגויסים" - בינוי קהילה בלחימה מתמשכת עם ד"ר שרלה שדמי וורטמן חלק א' - https://open.spotify.com/episode/48t2hjmNMoy8H3ecr4kdu?si=a3s4BojLQmiVaB_tcPTETg
חלק ב' - <https://open.spotify.com/episode/4jCnaYnd56xZj8x0W7gJvc?si=g8cK1-f-TuSueB3K0RBWKA>
2. Youth and Social Capital <http://www.bettertogether.org/pdfs/Youth.pdf>
3. שדמי- וורטמן, ש. "חינוך בונה קהילה-בונה חינוך" בתוך: שדמות, 2010. לשם שינוי ביחד-בינוי קהילה-פתוח הון חברתי כבסיס לקהילתיות מתחדשת. משרד הרווחה והשירותים החברתיים. לשכת הפרסום הממשלתית. תל אביב. עמ' 93-110
4. שדמי-וורטמן, ש. 2011. חברותא זהות וזיקתם להון חברתי בקהילה- (פדגוגיה של זהות בשלוש זירות פעולה 1989-206). חיבור לשם קבלת דוקטוראט. אוניברסיטת תל אביב. תל אביב.

במצב מלחמה, בקהילה מועצמת התנועה שבין מצב קפאון ובין פעילות מוגברת מתוך רצון בתחושת שליטה על מה שקורה, וניהול המשבר ברמה האישית והקהילתית. אחת הנטיות הראשונות, הינה החלוקה בקהילה למי שזקוק לסיוע ולמי שמסייע. החלוקה עצמה חוטאת למציאות, מנציחה את המוחלשים ולא מאפשרת למצות את העובדה הפשוטה כי לכל אחד ואחת יש נכסים רלוונטיים ויש מה לתת. התמקדות בנכסים בנוסף להתבוננות בצרכים תאפשר לקבוצות ויחידים בקהילה לנוע בין שני המצבים, ובכך ליצור תחושת משמעותיות וייחודיות לתרומה של כל אחד ואחת לקהילה. חוסן נבנה מהסתמכות על נכסים ויכולות. במובן הזה אפיון נכסי בני הנוער והייחודיות שלהם במצב, יכולה להכריע את יכולת הקהילה לגייס את צעירה, ליצור בתוכם חווית **מאמי"ש** גבוהה, ולמנף את השפעת המשבר והמלחמה לתחושת ערך עצמי ומסוגלות גבוהות יותר. ניצול המשבר כהזדמנות.

על מנת להפוך את הצעירים ובני הנוער לגורם מרכזי בקהילה, יהי נכון להתייחס לשלושה עקרונות מרכזיים (Youth and Social Capital):

עקרון ראשון: לכבד אנשים צעירים ולהגביר את קולם.

עקרון שני: ליצור פעילויות משמעותיות בתוך הקהילה, הלוקחות בחשבון את עמדתם ודעתם כקובעי מדיניות.

עקרון שלישי: להתבסס על ערכים אזרחיים - לבסס פעילויות שמפתחות ציפיות גבוהות, מעמידות מדדים גבוהים להשתתפות אזרחית, ואשר נתמכות ע"י המבוגרים.

קהילה ייחודית ביכולתה לאפשר לבני הנוער הזדמנויות לבטא את יכולותיהם, לחוש בעלי ערך, ולבסס גאווה גדולה בהם ובתרומתם לסביבתם. השפעתה מכרעת בימי שגרה ומועצמת עוד יותר במצבי משבר ומלחמה. לכן, פעולה במרחב הקהילתי היא מפתח לקידום בני נוער בכלל, ובני נוער בסיכון בפרט, ונכון לתת לה תיעודף גבוה בבואינו להשפיע בזירה זו.

אנשים ישכחו מה עשית להם

אנשים ישכחו מה אמרת להם

אבל הם לעולם לא ישכחו כיצד גרמת להם להרגיש

(מאיה אנגלו).

"פוריו מלחמה" - בני ובנות נוער ברשת

במלחמת חרבות ברזל

מיה מאגנט

לפני כחודש חווינו בישראל מתקפת טילים חסרת תקדים. במשך כשעה אזרחים רבים שהו במרחבים המוגנים כשברקע נשמעו קולות היירוט. בעוד שפיזית היינו מוגבלים למרחב המוגן, באמצעות הטלפונים התכתבנו עם יקירנו כדי לשאול לשלומם, חיפשנו מידע ברשת וצפינו בזמן אמת בתיעוד התקיפה. אירוע זה המחיש את החיבור בין המציאות הפיזית והוירטואלית, בתקופת חירום וכיצד אנחנו משתמשים בטכנולוגיה כדי להתמודד עם מצבי משבר.

החוויה הדואלית הזו בין המרחב הפיזי והדיגיטלי היא חלק בלתי נפרד מהחיים של בני נוער בשגרה ובחירום. עבורם המרחב הדיגיטלי אינו רק כלי או אמצעי - אלא מרחב חיים ממשי. בני נוער לא רק "משתמשים" במסכים, הם חיים בסביבה דיגיטלית: מתקשרים, משחקים, לומדים, יוצרים קשרים ובונים את הזהות האישית והחברתית שלהם ברשת (Franco & Boniel-Nissim, 2024).

על פי דו"ח האינטרנט של בזק מ-2024, בשנת 2015 בני נוער בילו בממוצע כ-7.9 שעות ביום מול המסך ואילו ב-2023 מספר השעות עלה ל-12.1 שעות ביום. בתחילת המלחמה, המשק, מערכת החינוך והחינוך הבלתי פורמלי הושבתו, ועד היום חלק מהמסגרות לא חזרו לפעילות מלאה, מה שהוביל לעליה בשימוש ברשתות החברתיות ולחשיפה מוגברת למסכים (סבג, רוניקובסקי-קוראס וארזי, 2024).

כך הרשת נותרה עבור בני הנוער אחד המרחבים היציבים היחידים - נקודת אחיזה בתוך הכאוס. כשהמציאות הפיזית משתנה ללא הרף - בין אם מדובר בפינוי מהבית, ניתוק פתאומי מחברים או בהתמודדות עם הדאגה לקרובי משפחה שגויסו למילואים - האינטרנט מספק מרחב נגיש, מוכר ויציב ותחושה של "נורמליות". תמיד יהיו אנשים מעבר למסך לדבר איתם

ותמיד יהיו סרטונים חדשים בטיקטוק לצפות בהם. בעוד המציאות הפיזית הופכת לבלתי צפויה, הרשת מעניקה לבני נוער עוגן של יציבות, ביטחון ותחושת המשכיות, המסייעים להתמודד עם חוסר וודאות בתקופה של משבר. כל עוד יש חיבור לאינטרנט, כמובן.

אולם המלחמה מחלחלת גם אל המרחב הדיגיטלי ומערערת את תפקידו הרגיל עבור בני הנוער. בימי שגרה, הרשת משמשת כמרחב מפלט המאפשר קשרים חברתיים, ביטוי עצמי, בידור והתנתקות זמנית מהמציאות. כעת, גם מרחב זה "נכבש" על ידי המלחמה דרך עדכוני חדשות, סרטוני זוועות ודיווחים מהשטח. גם מי שנכנסים לרשתות החברתיות כדי לברוח מהמציאות, מוצאים את עצמם נחשפים אליה בעל כורחם. כך נוצר מצב פרדוקסלי, שבו גם המרחב הדיגיטלי שאמור היה לספק מרחב מפלט, הופך למראה של המציאות הקשה בחוץ. התוצאה היא ערעור כפול של עולם בני הנוער, הן במישור הפיזי והן במישור הוירטואלי.

למרות זאת, דווקא המרחב הדיגיטלי יכול לשמש כמקור לחוסן ולהתמודדות חיובית עבור בני נוער. ילדים ובני נוער הם אוכלוסייה פגיעה במיוחד להשפעות המלחמה, עם זאת, הם מגלים חוסן נפשי ומפתחים אסטרטגיות התמודדות, לעיתים אף יותר ממבוגרים (סבג, רוניקובסקי-קוראס וארזי, 2024). הרשת, על אף מורכבותה, מספקת פלטפורמה למימוש חלק מגורמי החוסן האלו: היא יכולה לספק תחושת שייכות לקהילה תומכת ומלוכדת, מקדמת שמירה על קשרים חברתיים ומעודדת שימוש בהומור ועזרה לאחרים כמנגנוני הגנה. כך, אותו מרחב דיגיטלי שמחד גיסא חושף את בני הנוער למציאות הקשה, מאידך גיסא מעניק להם כלים ייחודיים להתמודד עימה.

יתרה מזאת, הרשת מהווה מרחב ייחודי המאפשר לבני נוער לקבל סיוע ותמיכה בדרכים שאינן זמינות עבורם במרחב הפיזי (רוזנברג, אופיר וביליג, 2022). מתבגרים זקוקים לעתים קרובות לתמיכה בהתמודדות עם אתגרים נפשיים וחברתיים, אך הם לרוב נרתעים מפנייה ישירה לעזרה. במרחב הדיגיטלי, לעומת זאת, הם חשים עצמאיים ובטוחים יותר, ויכולים לבקש סיוע באופן אנונימי ובלי חשש מפגיעה בדימוי החברתי שלהם (Romi & Kaim, 2015; Billig & Friedman, 2018; בן חור וג'ורנו, 2010). התקשורת ברשת מאפשרת לבני נוער לנהל שיח אותנטי, לאורר רגשות שליליים ולשתף בתחושות ומחשבות אישיות ללא בושה (Barak & Chen-Dolev, 2013). לאור זאת, אין זה מפתיע כי דווקא בתקופה של מלחמה ופחד קיומי, בני נוער פונים למרחב הדיגיטלי בחיפוש אחר תמיכה, נחמה ועזרה.

ב"עלם דיגיטלי", אנו מזהים את הפוטנציאל הטמון במרחב הדיגיטלי ומנצלים אותו כדי להגיע לבני נוער במקום שבו הם נמצאים. הצוות המקצועי שלנו פיתח מגוון כלים להענקת סיוע מותאם במרחב הווירטואלי: החל מאיתור של בני נוער במצוקה ברשתות החברתיות ויצירת קשר יזום עמם, דרך מתן מענה טיפולי באמצעות צ'אט אנונימי ובווטסאפ, ועד להתערבויות טיפוליות ממוקדות בזום.

בניגוד לתפיסה הרווחת בקרב אנשי מקצוע רבים, הרואים ברשת בעיקר מקור להשפעה שלילית ומרחב המועד לפגיעה ולחשיפה לתכנים סיכונים, אנו ב"עלם דיגיטלי" מזהים את הפוטנציאל החיובי הרב שהמרחב הדיגיטלי מציע לבני נוער, במיוחד בתקופת המלחמה. באמצעות הבנה מעמיקה של השפה והתרבות הדיגיטלית של בני נוער, אנו לומדים לזהות את האופנים המגוונים שבהם הם מביעים חוסן, נוקטים באסטרטגיות של התמודדות ומחפשים תמיכה ברשת.

70% מבני הנוער בגילאי 13-17 בישראל פעילים בטיקטוק, המאפשר להם להשתתף במרחב ציבורי דיגיטלי ולהשמיע את קולם. עם פרוץ המלחמה, לצד תיעוד הזוועות וסיפורי הקרבות, החלה להתפתח בטיקטוק תופעה ייחודית המכונה "פוריו מלחמה": תכנים הקשורים למלחמה שהציפו את עמוד ה- For you שמראה למשתמש תכנים מותאמים אישית. ניתן לזהות מספר תמות מרכזיות ב"פוריו מלחמה":

הומור כמנגנון התמודדות: סרטונים המציגים התנהגויות מצחיקות ומוזרות של ישראלים בזמן המלחמה, כגון אנשים הרוקדים ברקע שידורי חדשות או "מתלוננים" שחמאס לא משגרים רקטות על העיר שלהם והם מרגישים "מקופחים". ההומור משמש ככלי להתמודדות עם הלחץ והחרדה, ואף מאפשר עיסוק בנושאים טראומטיים, כפי שניתן לראות, לדוגמה, בסרטונים שהעלו מספר בני נוער חטופים שחזרו מהשבי והשתמשו בטיקטוק כדי לשתף ולצחוק על החוויות שלהם.

גאווה לאומית וסולידריות: תכנים המדגישים פטריוטיות ותחושת "ביחד" ולרוב מציגים חיילים וחיילות או פעולות התנדבות ועזרה. לדוגמה בסרטונים המשתמשים בשיר "אין לך מה לדאוג", בהם צעירים לפני גיוס וחיילים מחטיבות שונות רוקדים, מחייכים ומציגים שמחה ומוטיבציה גבוהה לשירות צבאי.

ארוטיקה פטריוטית: סרטונים המבטאים משיכה והערצה לדמויות סמכות גבריות, כמו חיילים או שדרנים. דוגמאות בולטות כוללות את גל סרטוני ההערצה לשדרן דני קושמרו על רקע השיר "אבא שלי הוא דני קושמרו" של קבוצת ציפורלה או את הציטוט של דנה בן ארי מהסדרה "אהבה חדשה" - "חוטב עצים, כבר אמרת? שורש ח.ט.ב לגמרי" בו השתמשו בעיקר נשים ונערות כדי לצלם חיילים ונערים וכך להביע את המשיכה שלהן אליהם.

אמנם תופעת "פוריו מלחמה" לא ייחודית רק לבני נוער, אלא לכל טיקטוק ישראל, אבל אפשר לומר כי היא משמעותית במיוחד עבורם, בגלל החשיבות שיש למרחב הדיגיטלי לבני נוער. דרך הטרנדים האלו אפשר לראות כיצד בני נוער משתמשים בטיקטוק כדי להתמודד עם המשבר, תוך שימוש בהומור, יצירת תחושת שייכות ופטריוטיות והפגנה של כוח חיים ותשוקה. סרטוני המלחמה משקפים את יכולתם של בני נוער לגייס את הכלים העומדים לרשותם במרחב הדיגיטלי כדי לפתח מנגנוני התמודדות והסתגלות בזמן משבר, דרך יצירה של שפה חזותית והומור משותף.

ככל שהמלחמה התארכה ועברה ל"שגרת חירום", תופעת ה-"פוריו מלחמה" דעכה בהדרגה. נראה כי בני הנוער שאפו לחזור לשגרה ככל האפשר, להתמקד בחיים ולא לחשוב על המלחמה. עם זאת, התופעה מתעוררת מחדש, אם כי בעוצמה פחותה, בתגובה לאירועי חירום או התפתחויות משמעותיות במלחמה (כמו לאחר חיסול נסראללה או בתקיפה של איראן בתחילת אוקטובר 2024).

אמנם הטרנדים הקשורים למלחמה ישירות התמעטו עם הזמן, אך המלחמה עדיין נוכחת מאחורי הקלעים. בעוד שבתחילת המלחמה בני נוער דיברו על המלחמה באופן ישיר עם התומכים בצ'אט של "עלם דיגיטלי", היום הקשיים שעולים בשיחה הם לרוב אתגרים מוכרים של גיל ההתבגרות. אך כאשר נכנסים לעומק מגלים כי המלחמה נמצאת מתחת לפני השטח. הטרנדים בטיקטוק שמשקפים את המצב הנפשי של בני נוער בתקופה זו הם אלו שעושים שימוש בשאלה "את/ה בסדר?". לדוגמה, סרטונים בהם הנערה/ה מראה צילום מסך שלה/ה כותבת בהודעות ווטסאפ באריכות את כל התחושות הקשות שלה ואז מוחקת הכל וכותבת "הכל בסדר" במקום, או סרטונים בהם מופיעות המילים "אני בסדר" ומתחתן כל הסיבות האמיתיות למה הנערה/ה בסרטון לא באמת מרגישים בסדר.

לשמור על הלב הפועם: שימור כח

ההתנדבות הקבוע בזמן מלחמה ומשבר

יערה לב

ארגונים חברתיים רבים, ובפרט אלה הפועלים למען ילדים ובני נוער, נעזרים במתנדבים קבועים. למרות שבתקופות מלחמה ומשבר ניתן לראות עליה ביוזמות אזרחיות ובהתנדבויות ממוקדות, מאז ה-7 באוקטובר, קיים קושי בשימור פעילות התנדבותית מתמשכת; מילואים, אובדן של קרובים וקושי רגשי הם רק חלק מהסיבות בגינן נוצר מחסור במתנדבים. מה ניתן לעשות?

מצבי חירום הם מצבים הגורמים לפגיעה בשלום הציבור, בביטחון הנפש, ברכוש ובתפקוד רציף של האוכלוסייה (מרכז שיתופים, 2014). שורת אירועי החירום שפקדו את ישראל בשנים האחרונות, ששיאם מאז פרוץ מלחמת "חרבות ברזל", פגעה רבות בילדים ובני נוער: חלה עלייה בהתנהגויות סיכון בקרב אוכלוסייה זו, במצוקה הרגשית, בקושי בסיפוק הצרכים הפיזיים, הרגשיים והחברתיים, של ילדים ובני נוער ועוד (מכון ברוקדייל, 2024). ואולם, גם הארגונים החברתיים העובדים עם בני נוער נותרו פגועים מן המלחמה. לצד עלייה בכמות המתנדבים הספונטניים בארגונים חברתיים ובפרויקטים הנוגעים למלחמה, חלה ירידה בכמות כח האדם הקבוע, למשל לאור יציאה למילואים (המרכז לחקר החברה הישראלית והפילנתרופיה, 2024). במילים אחרות, הצורך הולך וגובר – אך היכולת של הארגונים לתת מענה קטנה (שם).

מאפייני ההתנדבות בזמן מלחמת "חרבות ברזל"

נכון, פרוץ המלחמה הוביל לעלייה חדה בשיעור ההתנדבות בחברה הישראלית – לפי המועצה הישראלית להתנדבות (2023). בחודש הראשון של המלחמה, 45% מכלל האוכלוסייה לקחו חלק בפעילות התנדבותית; אולם, התנדבויות אלה היו בעיקר התנדבויות ספונטניות וקצרות מועד, כך שכבר בחודשה השני של המלחמה אחוז ההתנדבות צנח מ-45% ל-29%. בנוסף, רוב הפעילות נעשתה בתחומי החקלאות, ההסברה, הסעות ושינוע, גיוס תרומות או חלוקת מזון – ונראה כי הסיוע לילדים ונוער נדחק הצידה לאור הצרכים המידיים של המלחמה.

טרנד "אני בסדר" משקף את התחושה של הנוער שחי ב"שגרת החירום": לעומת מי שסובלים באמת, מי שמפונים מהבתים שלהם, שחוו מוות של קרובי משפחה וחברים, לעומת החטופים – אנחנו בסדר. במציאות כזאת בני נוער מתקשים עוד יותר לשתף בקשיים שלהם וכך עוטים את מסכת ה"בסדר". אך בניגוד למציאות הפיזית, בה בני נוער נוטים להסתיר את הקושי, בטיקטוק הם יכולים לשתף את הכאב שלהם באופן אנונימי דרך טרנדים כמו זה ולקבל תמיכה מבני נוער אחרים שמזדהים איתם.

בשגרה ובחירום בני נוער חווים את המציאות שלהם דרך שילוב של המרחב הפיזי והווירטואלי. בתקופות משבר המרחב הדיגיטלי הופך עבורם לעוגן של יציבות ומציע דרכים להתמודדות עם לחץ וחרדה ולקבל סיוע ותמיכה בצורה אנונימית ובטוחה. בין אם באמצעות אסקפיזם, הומור, שיתוף אישי או יצירת תחושת סולידריות, בני נוער משתמשים בכלים של הרשת כדי להתמודד יחד עם קשיי המלחמה. הבנת התפקיד המכריע שממלאים מרחבים אלו בחייהם, במיוחד בתקופות משבר, תאפשר לנו למנף אותם לטובת מתן תמיכה משמעותית. הנוכחות שלנו במרחב הדיגיטלי חשובה כדי לעזור למתבגרים להרגיש שיש מי שרואים אותם ויכולים לעזור להם דווקא בסביבה בה הם מרגישים בנוח להיות "לא בסדר".

הכותבת

מיה מגנט, מנהלת מרחבים דיגיטליים, עמותת עלם.

מקורות

- בן עטר, ע' וג'ורנו, ג'. (2010). מצמצמים את פער השירות למתבגרים - ייעוץ ותמיכה נפשית למתבגרים ברשת האינטרנט: Yelem כמקרה מייצג. עט השדה, 5, 43-48.
- סבג, י., חניקובסקי-קוראס, א., ארזי, ט'. (2024). השפעות מלחמת "חרבות ברזל" על ילדים ובני נוער בישראל. מכון מאיר-סגל לייסודות-ברוקדייל.
- רוזנברג, ח', אופיר, י' וביליג, מ'. (2022). היי! קראתי את הפוסט שלך: קשר מקוון ברשתות חברתיות בין נוער בסיכון לאנשי סגל טיפולי. מפגש לעבודה חינוכית סוציאלית. 55, 127-157.
- Dolev-Cohen, M., & Barak, A. (2013). Adolescents' use of instant messaging as a means of emotional relief. Computers in human behavior, 29(1), 58-63.
- Franco, L., & Boniel-Nissim, M. (2024). Adolescents' Exposure to Violent Content Related to Conflict on Social Media: Qualitative Research.
- Friedman, S., & Billig, M. (2018). Education, socialization and community: Coping with marginal youth in rural frontier communities in Israel. Children and Youth Services Review, 84, 103-109.
- Kaim, Z., & Romi, S. (2015). Adolescents at risk and their willingness to seek help from youth care workers. Children and Youth Services Review, 53, 17-23.

של מתנדבים בשגרה (Forner et al., 2023) והן לשימור של עובדים בחירום (שלום-כהן וטליאס, 2023). חשוב להמשיך ולשקף את פעילות הארגון בזמן המלחמה, ובכך להבליט עבור המתנדבים את תרומתם למצב החירום דרך הסיוע לארגון ולמטרותיו. גורם זה ידוע כמסייע לשימור מתנדבים גם בשגרה (Forner et al., 2023), ועשוי להגדיל את הסיכוי שגם מתנדבים אשר הפסיקו את התנדבותם, ישובו להתנדבות ביום שאחרי המשבר.

- **יצירת מרחב לדיאלוג** - כדאי לעודד מפגשים קבוצתיים שיאפשרו שיח על התחושות והרגשות העולים בתוך מצב החירום. מניסיון בשטח, עצם הידיעה כי מפגש כזה מתקיים מועילה, גם אם בפועל מעטים מגיעים למפגש עצמו.
- **מנהיגות ו-Self Care** - כמו בניהול עובדים, מנהלי מתנדבים צריכים להיות ערוכים לתגובות רגשיות שליליות מצד המתנדבים, ולכעס המאפיין מצבי חירום העשוי להיות מופנה כלפי מקור הסמכות באופן השלכתי (שלום-כהן וטליאס, 2023). יש להכין מראש את מנהל/רכזי המתנדבים בארגון לכעס זה, כמו גם להבנה כי הספק העבודה ישתנה, לא כל המשימות יושלמו ואין ציפייה מאיש להחליף את כל כוח האדם החסר. זאת, על מנת "לשמור על השומרים" ולמנוע שחיקה של המנהלים בארגון.

לסיכום, בזמני משבר ומלחמה, ארגוניים חברתיים עשויים להתקשות להמשיך בפעילותם המבוססת על התנדבות ממושכת, לצד הצורך הגובר מן השטח. נקיטת אמצעים לשימור המתנדבים הקבועים, יכולה לצמצם את ההשלכות השליליות ולסייע לארגון, למתנדבים ולמקבלי השירות. גילוי גמישות לגבי אופי הפעילות ההתנדבותית, שמירה על קשר שוטף, שיקוף פעילות הארגון, יצירת מרחב לדיאלוג ושמירה על השומרים, יכולים לסייע להמשך הפעילות בזמן החירום, וכן לחזרה מיטיבה לפעילות ביום שאחרי המשבר.

הכותבת

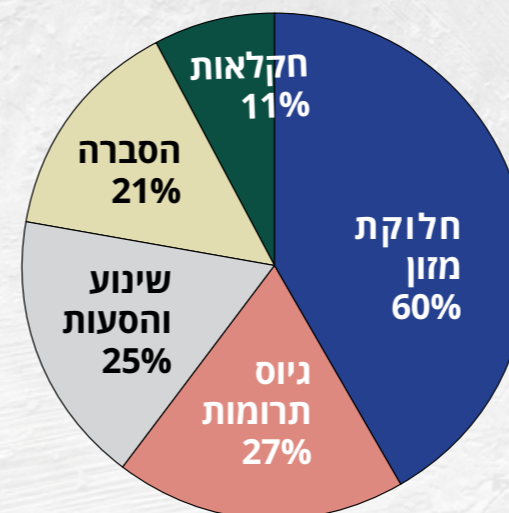
יערה לב, עמותת אותות, עמותת אחות בוגרת ישראל לשעבר, אוניברסיטת ת"א.

מקורות

המועצה הישראלית להתנדבות, משרד הרווחה והשירותים החברתיים, השירות להתנדבות והמכון לחקר החברה הישראלית והפילנתרופיה בישראל (2023). דפוס: ההתנדבות במלחמת חרבות ברזל - לקט נתונים לרגל יום ההתנדבות הבינלאומי 5.12.2023. לוד: ישראל.

המרכז לחקר החברה האזרחית והפילנתרופיה בישראל, מנהיגות אזרחית (2024). פעילות הארגונים החברתיים בישראל במלחמת חרבות ברזל. ירושלים, ישראל: אלמוג-בר, מ., ברקאי, ר., ושונים-הלוי, ב.

כהן ב.ש., טליאס מ. (2023). היערכות ניהולית בארגונים בחירום. אתר משרד הרווחה והביטחון החברתי, בית הספר המרכזי להכשרת עובדים בשירות הרווחה. אוחר מתוך: <https://mowcs.org.il>



בנוסף חשוב לציין כי רבים מהמתנדבים הקבועים בארגוניים חברתיים, גויסו למילואים, התיקו את מקום מגוריהם (לאור פינוי, יציאה לחל"ת או מעבר למגורים בסמוך למרחב מוגן), איבדו קרוב משפחה או גילו קושי רגשי להתנדב עם ילדים ובני נוער בתקופה זו. כך, למרות התשבוחות (המוצדקות) על ריבוי ההתנדבות בחברה הישראלית, ניסיון השטח מראה כי בעבודה המתמשכת עם ילדים ובני נוער בסיכון, נוצר מחסור במתנדבים.

שימור פעילות מבוססת מתנדבים קבועים

מעטה הספרות בתחום שימור התנדבות מתמשכת במצבי חירום. ואולם, שלום-כהן וטליאס (2023) כתבו מאמר העוסק בניהול עובדים בחירום, ממנו ניתן לשאול כמה עקרונות לעולם ההתנדבות:

- **מיפוי** - לפי שלום-כהן וטליאס, על מנהלים בחירום למפות את הצרכים בזמן המשבר, את המשאבים הקיימים, את האופן שבו ניתן להשתמש בהם במצב החדש ובמידת הצורך לחפש משאבים נוספים מחוץ לארגון. בהקבלה, יש למפות את המתנדבים הזמינים במלחמה, את הצרכים של מקבלי השירות, וכיצד ניתן לתת עליהם מענה באמצעות המתנדבים הקיימים (למשל, ארגון בו המתנדבים משמשים כחונכים לבני נוער, ימפה את המתנדבים הממשיכים לפעול, את הצורך העולה מן השטח, ויבחן האם נכון להשתמש במתנדבים ספונטניים לחונכויות זמניות, או שעדיף דווקא להשתמש בהם למשימות אחרות (למשל, העברת פעילות חד פעמית קבוצתית לחניכים).
- **גמישות ואדפטציה** - מנהלים עשויים לגלות נוקשות כתגובה לאיום ולהיצמד לשגרות העבודה הרגילות. חשוב לזהות זאת, להגיב בצורה אדפטיבית ולגלות גמישות לגבי שעות הפעילות, תדירותה ואופייה (למשל, ייתכן שמתנדב המסייע לימודית לבני נוער, יסכים להמשיך בהתנדבות אם תתקיים פעם בשבוע במקום פעמיים בשבוע, ובזום במקום במפגש פרונטלי), לצמצם משימות או להסתפק בביצועים באיכות נמוכה יותר (לעבור על פחות מקצועות בכל מפגש, או להבין כי עצם המפגש חשוב יותר מאיכות ההוראה שבו).
- **תקשורת ואמפתיה** - דרישה רציפה ועקבית לשלומם של כלל השותפים לעשייה (בין אם עובדים או מתנדבים, וגם אלה שנפסקה התנדבותם), מקושרים בספרות הן לשימור

פסיכדליה בגובה העיניים

חשיבותה של הכרות מבפנים עם תת התרבות הפסיכדלית,

לשם הענקת טיפול יעיל לשורדי המסיבות ממתקפת

ה-7.10.24, ולצעירים.ות מאזורי הלחימה המשתתפים

במסיבות טבע

עמית פרלסון ומיקה שוהם

רקע - מסיבות טבע והתרבות הפסיכדלית

החל משנות ה-90, החלה להתפתח בישראל תרבות טראנס פסיכדלית, תוצר של השתרשות "הטיול אחרי צבא". אחרי שנים רבות של שירות צבאי מלחיץ במסגרת נוקשה, אשר כלל לעיתים חוויות של סף מוות, צעירים.ות אלה מצאו במזרח מרחב לשחרור והתפרקות. רבים מהם נהרו למסיבות החופים בהודו ובתאילנד, שבהן יכלו במשך ימים לרקוד יחד עם צעירים.ות אחרים מכל העולם, לצלילי מוזיקת טכנו אלקטרונית; המתאפיינת בחזרה רפטיבית, היוצרת מקצב בעל השפעה היפנוטית, המועצמת עם צריכה של חומרים שונים משני תודעה.

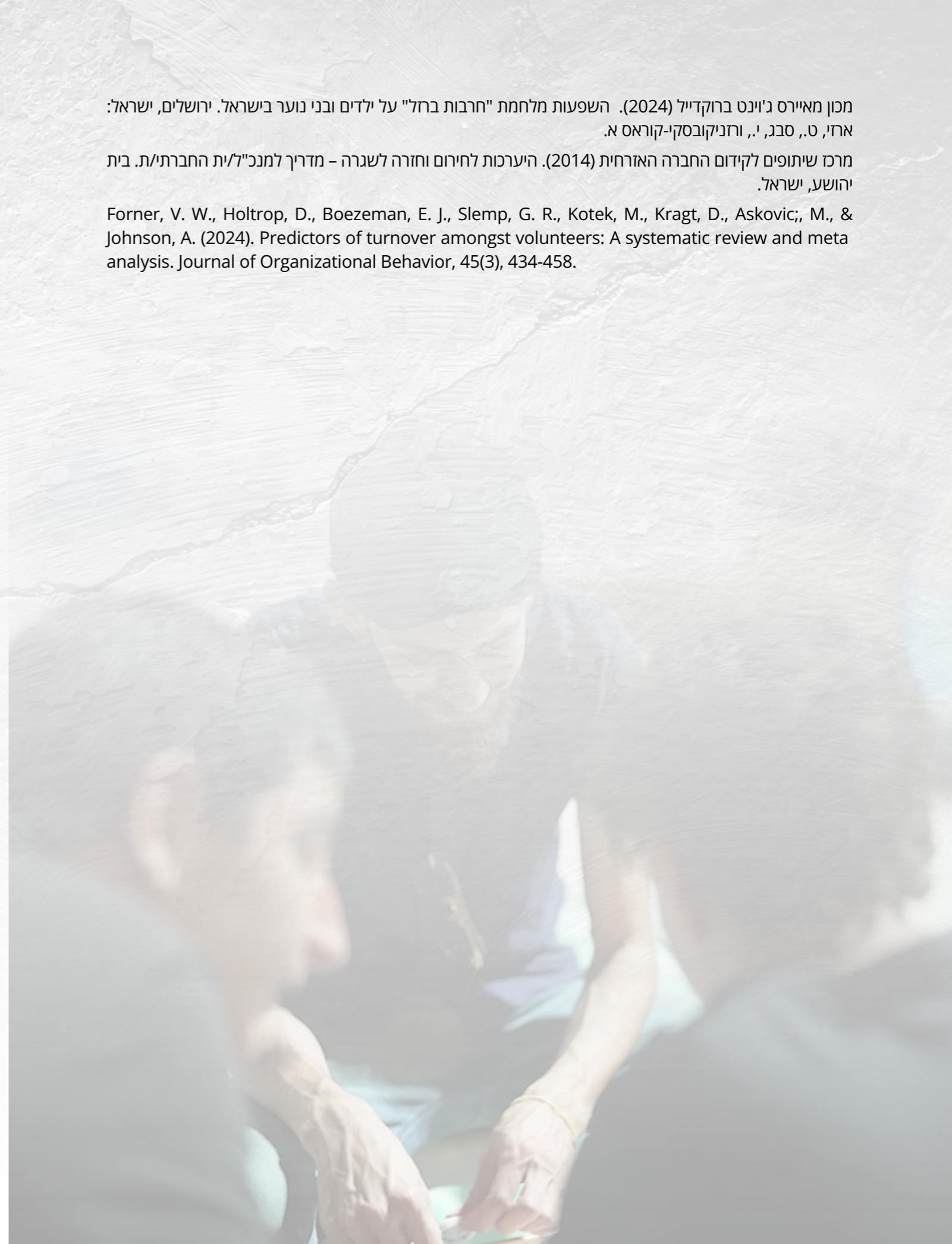
צעירים.ות אלה ייבאו את מסיבות הטראנס לארץ, ובהדרגה, החלה להיווצר בישראל תת תרבות חוצת גילאים, המוצאת פורקן מחיי היום יום בהשתתפות במסיבות טבע, בסביבה של אנשים אנרגטיים, אוהבי אדם וחופש, "רוחניקים", וחובבי מוזיקה והתנסויות משנות תודעה (כרמי, 2015).

במהלך תקופת מגפת הקורונה, סגירה חלקית של מקומות הבילוי, הביאה לעלייה בביקוש של אלפי בני נוער וצעירים.ות למסיבות טראנס המתקיימות בטבע, הרחק מריכוזי האוכלוסייה. תרבות זו התעצמה אף יותר, עם התפשטותן של הרשתות החברתיות והקלות בה ניתן להעביר מידע על מיקום המסיבה. חלק מהמסיבות מאורגנות על ידי הפקות גדולות שדואגות לקיומם

מכון מאירס ג'וניט ברוקדייל (2024). השפעות מלחמת "חרבות ברזל" על ילדים ובני נוער בישראל. ירושלים, ישראל: ארזי, ט., סבג, י., ורזניקובסקי-קוראס א.

מרכז שיתופים לקידום החברה האזרחית (2014). היערכות לחירום וחזרה לשגרה – מדריך למנכ"ל/ית החברתית/ת. בית יהושע, ישראל.

Forner, V. W., Holtrop, D., Boezeman, E. J., Slemp, G. R., Kotek, M., Kragt, D., Askovic, M., & Johnson, A. (2024). Predictors of turnover amongst volunteers: A systematic review and meta analysis. *Journal of Organizational Behavior*, 45(3), 434-458.



תרבות ספציפית, כדי לתת מענה מעמיק ויעיל לסוגי אוכלוסייה שונים.

לאור עקרון זה, לצורך ביצוע התערבויות חירום במסיבות טבע, צוות "אנשים טובים" מורכב מאנשי טיפול ומתנדבים המתאפיינים במידה לא מבוטלת של א-ממסדיות, רוחניות, סקרנות, אנשי חופש עם נגיעה והבנה של התרבות הפסיכדלית, הטרמינולוגיה שלה והשיח המתקיים בתוכה, ומידה מסוימת של הכרות עם השפעת סמים על מצבי תודעה שונים.

ההכשרה שעובר הצוות ממוקדת מאוד למטרתו, וכוללת היכרות עם עולם הסמים ומשני התודעה, היכרות מעמיקה עם מגוון הסמים - שמותיהם וכיצד הם נראים, השפעות, סכנות מיידיות וארוכות טווח; כיצד יש ללוות ולתמוך בזמן משבר פסיכדלי הנגרם כתוצאה משימוש בסמים ומשני תודעה; כיצד לאתר ולזהות מצבי סיכון וליצור קשר עם בני נוער וצעירים. את בסיסו. עקרונות התערבות בשעת משבר, וביצוע ליווי ארוך טווח בקהילה; עקרונות חיזור אחר בני הנוער וביצוע תיווך אל הגורמים הרלוונטיים, כולל פרויקטים נוספים של עלם ועוד.

מודל העבודה כולל הגעה למסיבה וביצוע מיפוי מקדים של הגורמים השונים בשטח - מארגנים, שירותי אבטחה ורפואה במידה וישנם; קביעת מיקום הזירה והקמת מרחב בטוח להפחתת נזק (אוהל, מחצלות, צילייה ומקומות ישיבה נוחים); הסברה מקדימה שתכלול איתור בלוינים צעירים, למתן ידע מוקדם על פעילות המרחב ומטרותיו, כולל מתן מידע על סיכונים אפשריים, זיהוי סימנים מחשידים להתפתחות משבר, וכיצד להעניק סיוע ראשוני.

במהלך המסיבה הצוות מבצע פעולות איתור אחר צעירים. את המפגינים סימני מצוקה, ומביאים אותם למרחב להפחתת נזק. במקרה של משבר או מצוקה, הצוות פועל על פי עקרונות MAPS להתערבות במשבר פסיכודלי. המודל מבוסס על תפקיד של ליווי ומתן תמיכה, מבלי "לכוון" את החוויה (Mishor, 2015). אנשי הסיוע דואגים שהצעיר ישתה מים, נותנים לו כלים להתמודד עם קשיים פיזיים, ומשוחחים איתו על החוויה שלו במטרה להבין את משמעותה ולזהות צרכים מידיים. במידת הצורך מזמינים למקום אמבולנס. במקרים רבים, בשל העדר הכשרה מתאימה של צוות האמבולנס לטיפול בפסיכדליה, על אנשי הסיוע להסביר ולתווך את המצב לשם מניעת מתן טיפול שגוי שיכול להחריף את מצב המצוקה (פינוי למיון, מתן תרופות לא מתאימות וכו'). במקרים בהם נראה צורך להמשך טיפול, הצוות מפנה את הצעירים. את לשירותי המשך בקהילה, מתווך את האירוע ואת המענה הרצוי למצוקות שנבעו מהחוויה הפסיכדלית שעברו, ועוקב אחר מצבם.

של האמצעים הנחוצים לשמירה על שלומם של הבלוינים ולקבלת אישור מהרשויות. עם זאת, למרות נסיונותיהם של גופים שונים כולל עלם, להסדיר רגולציה בנושא, אין כיום הגדרה ברורה של קריטריונים לקבלת אישור, כך שנושא הפיקוח על המסיבות פרוץ ונתון לרצונם הטוב של המארגנים. מסיבות רבות אינן טורחות לקיים דיאלוג עם גורמי האכיפה ומתקיימות ללא ידיעתם. גם במסיבות אלה ניתן לראות שימוש מוגבר בסמים מסוגים שונים, אשר חלקם מיוצרים במעבדות פרטיות ומוצעים למבלים בגלוי, על ידי סוחרי הסמים המסתובבים במסיבות. למרבה הצער, לא פעם מסתיים הבילוי במסיבות הפיראטיות בפגיעה קשה ואף במוות של בלוינים.

כאמור, העדר החוקיות של המסיבות והמחתריות שלהן, מובילים לכך שאין אף גורם שיכול להעניק תמיכה לבלוינים המוצאים עצמם במצב של מצוקה בזמן המסיבה או לאחריה. כמו כן, גם במסיבות המפוקחות, השימוש הנרחב בחומרים משני תודעה, מעלה את רמת הפגיעות של אוכלוסיית שונות. יש לציין כי מסיבות הטבע מושכות אליהן בני נוער בקצה רצף הסיכון, מודרים, חסרי עורף משפחתי, וזאת דווקא בזכות אווירת הקבלה של קהילת בלויני המסיבות. בניגוד לבלוינים המנוסים, בהעדר מידע על שימוש נכון בסמי המסיבות, בני נוער אלה נמצאים בחשיפה גבוהה יותר, למשברים פסיכדליים, התקפי חרדה, שחזורים של טראומות מהעבר, הטרדה, אלימות פיזית ומינית ומצוקות רפואיות שונות שיכולות לסכן את שלומם. יותר מהשימוש בסמים שהוא עובדה קיימת במסיבות הללו, מסוכנת העובדה שבגלל היחס השיפוטי מראש של הממסד לתופעה, אין במרחבים הללו כל הנגשה למידע אמין על שימוש מושכל, או אישור להשתמש בערכת לבדיקת איכות החומרים.

עקרון העבודה הרב תרבותית של עלם ופרויקט "אנשים טובים"

על רקע זיהוי מצבי הסיכון המוגברים של בני נוער וצעירים. את בסיסו במסיבות הטבע, עוד בשנת 2012, גובש בעמותת עלם צוות של עובדים ומתנדבים, שנועד לבצע פעולות איתור אחר מוקדי מצוקה והפעלת מרחב בטוח עבורם במסיבות - פרויקט "אנשים טובים".

עוד בתחילתו של המיזם, היה ברור כי על מנת להעניק סיוע לבני נוער וצעירים. את בסיסו שמשותפים במסיבות, יש להגיע אליהם נטולי שיפוטיות ולדבר בשפת המקום ובגובה העיניים. הבנה זו הייתה מושתתת על עקרון הרב תרבותיות המאפיין את שיטת ההתערבות של עלם, לפיו על מנת להצליח ליצור קשר אמיתי שיהיה בו פוטנציאל לטיפול, יש לדבר לכל אדם בשפת התרבות שלו; ומסיבה זו, יש להפעיל אנשי טיפול ומתנדבים מתוך קהילה או ת

במשך 12 השנים האחרונות פרויקט "אנשים טובים" פעל בעשרות מסיבות מפקחות ומחתריות. לאחר עבודה של שנים כגוף יחיד המבצע התערבויות בתוך סצנת מסיבות הטראנס, המענה הפך מוכר מאוד והצוות מקבל פניות הן ממפיקי מסיבות, לבוא ולבצע פעילות איתור ומזעור נזקים במסיבות, והן מהצעירים. את עצמם, המשתתפים במסיבות ויודעים להפנות בליינים שנקלעים למצוקה. למרות אופייה הבלתי פורמאלי, הפעילות זוכה בשנים האחרונות לתמיכה של המשרד לביטחון לאומי.

פרויקט "אנשים טובים" במסיבת הנובה ב-7.10.2023

במסיבת הנובה שהתקיימה ב-7.10 בקיבוץ רעים, נכח גם צוות פעיל של פרויקט "אנשים טובים" שמנה 2 עובדים ו-7 מתנדבים. כמו צעירים. ות בליינים רבים באותו היום, גם הצוות של עלם ניסה בשעות האימה, למצוא מחסה ולהיחלץ ממתקפת הטרור. למרבה הצער, שלושה ממתנדבי הפרויקט, סיגל לוי ז"ל, ליאור חדד אטיאס ז"ל ויונתן ריכטר ז"ל, נחשבו במשך מספר שבועות לנעדרים, ומאוחר יותר נודע כי נרצחו באותו יום נורא. לאחר תקופה של החלמה וליווי מקצועי, לאחר 4 חודשים, חזר צוות הפרויקט לבצע התערבויות במסיבות טבע מחתריות ומאורגנות.

טיפול בשורדי המסיבות, וצעירים. ות מאזורי הלחימה

מתוך הבנת מימדי התופת והטראומה שחוו אלפי המשתתפים במסיבות במרחב רעים ב-7.10, הוקמו מיזמים טיפוליים רבים במטרה לעטוף את השורדים, במסגרת של מגוון מענים פרטניים וקבוצתיים, מסורתיים ואלטרנטיביים. גם המדינה הכירה ב-3,693 שורדי המסיבות כנפגעי פעולות איבה, ובעקבות זאת הזמינה אותם להגיש בקשות לקבלת תגמולים על טיפולים רפואיים ונפשיים. עם זאת, גם מתוך התרשמות ממפגשים בשטח של שורדי המסיבות, וגם מתוך נתוני הביטוח הלאומי אודות מספר שורדים שהגישו בפועל בקשות לקבלת תמיכה, נראה כי רבים מן השורדים אינם מגיעים לצורך את המענים והשירותים הממסדיים והפרטיים הקיימים.

הסיבה לכך לדעת אנשי המקצוע בעלם היא שחלקם עדיין מתקשה להבין את ממדי הטראומה שחוו, המחייבים קבלת טיפול; אחרים חשים חוסר אמון גורף במערכת, או שהם חסרי עורף משפחתי שיכול לתמוך בהם במהלך של בקשת סיוע נפשי, וכעת הם סובלים ממה שמוגדר בספרות המקצועית כ"שוליות כפולה" והם מתקשים להתנהל מול הבירוקרטיה הכרוכה בצריכת המענים השונים.

בחודשים האחרונים החלה העמותה להפעיל בשיתוף עם קרנות הביטוח הלאומי ומשרד הרווחה, פרויקט "התערבות ממוקדת טראומה בתרבות הפסיכודלית לצעירים. ות שורדי המסיבות ומאזורי הלחימה", במסגרתו פועל צוות של רכי איתור מומחים בטראומה ובעלי מומחיות במצוקות התרבות הפסיכודלית, לאיתור, חיזוק ויצירת קשר אישי עם שורדי מסיבות, שאינם מקבלים מענים רלוונטיים או יעילים במקומות הימצאותם; לצורך ליווי ותיווך בינם לבין השירותים הקיימים, במטרה לעזור להם להתגבר על הטראומה ולחזור לתפקוד מיטיב.

בנוסף לקהל יעד זה, אנשי הצוות פוגשים במסיבות הטבע, או מקבלים מידע מסוג "חבר מביא חבר", צעירים. ות או חיילים. ות המתמודדים עם טראומה ומפגינים התנהגויות סיכון כתוצאה מאירועי המלחמה, כאשר חלקם אינם מודעים לכך, ואחרים מנסים "לרפא" את עצמם באופן עצמאי (self-medicate), באמצעות השתתפות במסיבות וצריכת חומרים משני תודעה.

התערבות ממוקדת תת התרבות הפסיכודלית

המפגשים במסיבות הטבע עם צעירים. ות וחיילים. ות המתמודדים עם טראומה ואינם פונים לקבלת עזרה, ופניות שמתקבלות מהורים, חברים, ממטפלים עצמם המרגישים כי הטיפול שהם מעניקים אינו יעיל מספיק, או שהמטופלים נעלמים פתאום מהטיפול; התחדדה ההבנה כי בבואנו לטפל במטופלים המשתייכים בדרך זו או אחרת לתת התרבות הפסיכודלית, יש לדבר אליהם בשפתם. מטפלים שאינם מכירים מקרוב את תת התרבות הזאת, יכולים מראש להפעיל שיפוטיות לגבי השימוש בחומרים השונים, או לגלות חוסר הבנה לגבי המנעד התודעתי שיצר השימוש בחומרים שונים בשעת המתקפה ולאחריה והשפעתו על התגובה לטבח.

יש להדגיש את החשיבות של הרחבת ההכשרות הניתנות לאנשי מקצוע מתחומי הטיפול במאפייני תת התרבות הפסיכודלית והשיח המאפיין אותה. השימוש בסמים פסיכודליים (MD, LSD, דוסה, קטמין ועוד) הפך להיות מאוד נפוץ בשנים האחרונות גם בקרב קטינים, והפך להיות נגיש לא רק במסיבות. ייתכן כי גורם נוסף שהגביר את השימוש בסמי המסיבות, הייתה עצם החשיפה של מסיבות הטבע בהקשר של מתקפת ה-7.10, כאשר התברר כי משתתפי המסיבות במרחב רעים, לא היו "סטלנים" משולי החברה, אלא צעירים. ות רגילים לחלוטין שרצו ליהנות במסיבה, דבר שגרם לנרמול נוסף של התופעה.

כרוע של יישוג, אנשי הצוות יוצאים אל אותם צעירים. ות שאינם מקבלים מענה ומבצעים פעולות לחיזור שמטרתן לרתום אותם למענים טיפוליים שונים או למיצוי זכויות, פעולות

”שכתו אותי מחוץ לבית” –

מספר תובנות שעולות מקשר של שנה עם בני נוער מפונים

בצפון, בניסיון לבנות יחד מרחב בטוח שיכיל את היעדר הבית

מיכל אליחי ומיקה שוהם

היררכיה של כאב

לפני שנה, אלפי בני הנוער מיישובי קו העימות בצפון הארץ, התבקשו להתפנות מבתיהם בתוך שעות בודדות, מתוך חרדה גדולה לחייהם וללא תאריך יעד כלשהו לחזרתם הביתה.

בני נוער אלה נאלצו להיעקר מהסביבה ומהקהילות הטבעיות בהן גדלו כל חייהם במושבים ובקיבוצים, או ברחובות קריית שמונה, שלומי ויישובים אחרים, להתנתק מכל המסגרות שאפיינו את רצף החיים שלהם ומחבריהם הקרובים, שהתפזרו במוקדי פינוי שונים ברחבי הארץ. רוב בני הנוער המפונים, עברו להתגורר יחד עם בני משפחותיהם בבתי מלון, בחדר אחד, בגיל שהדבר העיקרי שמאפיין אותו הוא הרצון בנבדלות ובפרטיות. בשנה האחרונה המעבר של בני נוער אלו בין מספר מסגרות חינוך, יצרו פערים לימודיים עמוקים. הצורך שלהם להשתלב כ”מפונים” בקרב בני נוער שבמקרים רבים מקבלים אותם בעוינות, הצריכה מהם שוב ושוב להנכיח את היכולות החברתיות שלהם לעיפה. חלקם נאלצו לעבור מספר בתי מלון, כאשר כל מעבר כזה ערער שוב את היציבות הרעועה שלהם גם כן.

עם זאת, למרות שפינוי תושבי הצפון מבתיהם בהיקף זה ולזמן כה ממושך, הינו אירוע חסר תקדים, הן בהתרחשותו והן בהשלכותיו, נראה כי הוא התגמד בעין הציבורית על רקע הטראומה הלאומית של מתקפת החמאס על יישובי הדרום, הטבח הנרחב שבוצע בתושבים, חטיפת למעלה ממאתיים תושבים וחיילים לרצועת עזה, והמלחמה שפרצה בעקבותיו. נראה שעל רקע זה נוצרה היררכיה ברורה של כאב, גם לתחושתם בני הנוער המפונים עצמם, אשר שללה מהם את הכרה בכאב שלהם, כאב הפינוי, התלישות, אובדן רצף החיים, הביטחון, האמון, החברים, המשפחה והבית. זוהי אחת התמות המרכזיות שעלו בשיחות שצוות עלם ניהל עם בני נוער מפונים מהצפון.

הנגזרות מהצרכים של כל אחד מהם, כולל ליווי בביצוע ובהתמדה בצריכתן. הניסיון רב השנים מלמד כי המפתח לרתימה לתהליכי שיקום, טיפול ומיצוי זכויות, הוא יצירת אמון. ההבנה שמי שחווה ברגע השיא של החוויה הפסיכדלית שלו, שבמהלכה הגיע למקסימום חשיפה ופתיחות לעולם, מתקפה אכזרית שנמשכה שעות בלי שאיש הגיע להושיט עזרה (כמו חלק מאנשי הצוות שחוו את אותו מצב של חוסר אונים); מבין את מידת חוסר האמון שאותם צעירים. ות חשים כלפי העולם.

כאשר הצוות של ”אנשים טובים” בעמותת עלם מייצר עם השורדים שיח, שיש בו שפה רוחנית עם גבולות רחבים, ותיאור של תכנים הקשורים לטבח שעלו בעקבות השימוש במשני תודעה, נוצרת גם קרקע מכילה ומבינה, בעוד שייתכן שמטפל מסורתי היה מסווג את אותו שיח בדיוק כהתקף פסיכוטי.

היכולת של אנשי הצוות להכיל את המורכבות ואת הסכנות לצד היופי והעומק, של צריכת חומרים משני תודעה, וכן היכולת שלהם להבין את הכאב הגדול, הפגיעה באמון והאובדן של מי ששרד; היכולת הזאת מאפשרת לאותם צעירים. ות להיפתח ולשתף בטראומה שלהם, מבלי לחשוש שישארו איתה לבד.

הכותבים

עמית פרלסון, מנהל במטה קהילה, עמותת עלם
מיקה שוהם, מנהלת מכרזים וקשרי מגזר ציבורי, עמותת עלם

מקורות

כרמי, א'. (2015). טראנסמישן: תרבות הטראנס בישראל 1989-1999. תל אביב: הוצאת רסלינג.
Mishor, Z. (2015). The Manual of Psychedelic Support: A Guide for Psychedelic Care Services. MAPS Bulletin Special Edition. Retrieved from <https://maps.org/manual>

מרחבי נשימה

מרחבים לנשימה, הינם מרחבים רגשיים בלתי פורמאליים לתמיכה בבני נוער בסיכון ובטראומה במוקדי הפינוי. צוות של עובדי נוער ומתנדבים מגיע בימים קבועים למקום עם ניידת עלם ופוח מרחב בתוך המלון או בקרבתו; פורש מחצלות, פופים, משחקים, מנות חמות ושתייה, ומזמין את בני הנוער להגיע למרחב, בין השעות 21:00 עד 1:00 בלילה.

בנובמבר 2023, נפתח "מרחב הנשימה" הראשון בטבריה. מאז נפתחו עוד ארבעה מרחבים דומים בבתי המלון בעיר, בהם צוות עלם עובד עם בני נוער מפונים מקריית שמונה, שלומי, דובב-אביבים ומקיבוצים בגליל המערבי. הצוות נכנס אל המלונות בתקופה בה המענים היחידים שהיו הם מענים הפגתיים. התחושה הייתה שהנוער שבע מפעילויות פנאי והופעות, והוא צמא לקשר אישי ואמיתי, יציב וקשוב לצרכיו.

כאמור, המשימה הראשונה שעמדה בפני הצוות הייתה להגיע אל בני הנוער, שהלכו ו"כבו" בתוך החדרים, כמי שסגרו את הדלת בחוסר אמון כלפי עולם המבוגרים. אחרי פעילות חיזור בהדרגה בני הנוער החלו להגיח מהחדרים ולהגיע למרחב. עם הזמן, החלו להיווצר קשרים משמעותיים בינם לבין אנשי הצוות. ככל שהצוות מוכיח יציבות, אכפתיות אמיתית והיעדר שיפוטיות, בני הנוער משתפים יותר ומספרים על הקשיים והמצוקות שלהם. ישנם בני נוער שבאים לשתף ואחרים שבאים לנוח במרחב קשוב ומכיל. בשעות הלילה נוצר חיבור מיוחד מאוד. בין המשחקים לשיחות החולין, מתקיימות גם שיחות עומק שקטות או סוערות מאוד.

הדבר הבולט ביותר מתחילת הפעלת המרחבים, היה הצורך של בני הנוער לדבר עם מישהו ולנסות לעבד יחד איתו את הדברים שהם עוברים, לקבל תיקוף והכרה לכאבים שלהם, לאפשר להם להכיר בכאב של עצמם, לדבר על הגעגוע לחברים שעברו לגור במקומות שונים בארץ, לספר על הבדידות, הקושי, הפחד וחוסר הוועדות, על התסכול שלהם בבתי הספר. מעבר לאוזן הקשבת, להכלה ולעצה, צוות עלם גם מתווך בשעת הצורך, בין בני הנוער לבין גורמים שונים בקהילה, כגון מציאת מסגרות לימוד מתאימות יותר, תיווך למחלקת הרווחה ועוד.

בני הנוער מספרים על חרדות וקשיים רגשיים מסוגים שונים, אך מתקשים לצרוך טיפול מיטיב. למרות שקיימים עבור המפונים מענים טיפוליים, בני הנוער נרתעים מתיוגם כמי שזקוק ל"טיפול". גם כאשר הם מסכימים בלית ברירה לקבל טיפול, הם מוצאים את עצמם ברשימות המתנה ארוכות. על רקע זה, הקשר שנוצר בצורה לא פורמאלית וולונטרית בין איש הצוות לבין בני הנוער,

היררכיה נוספת שהעסיקה רבות את בני הנוער מקריית שמונה שפנו למלונות בטבריה, הייתה זו שבינם לבין בני הנוער מהקיבוצים והמושבים, שלתפיסתם פונו למקומות איכותיים יותר וזכו למענים ראויים יותר. גם כיום, שנה לאחר הפינוי, כאשר ישנה מגמה של מעבר מבתי המלון לבתי מגורים באזור טבריה, נוצרת היררכיה נוספת, כאשר המשפחות החזקות יותר, לרוב מצליחות למצוא מקום מגורים, המוחלשות יותר נמצאות בתהליך ממושך של חיפוש בתים שיתאימו לתקציב שלהן, דבר שמוסיף לתחושת העראיות שלהן, והמשפחות המוחלשות ביותר – אפילו לא מנסות. בני הנוער הנותרים בבתי המלון הטובים פחות, חשים את הפער ומפנימים אותו אליהם.

אסונות גדולים ולאומיים פוגעים באופן לא שווה באוכלוסיות מוחלשות חברתיות. האסונות יוצרים לעיתים "היררכיה של טראומה" שבה חלק מהקורבנות נתפסים כ"ראויים" יותר לתשומת לב ולסיוע מהחברה. בקרב אוכלוסיות מוחלשות כמו מיעוטים אתניים, פריפריות חברתיות ונכים, ההתאוששות וההחלמה מהאסון לוקחת זמן רב יותר ופוגעת בהם בצורה עמוקה יותר, בשל חוסר במשאבים, תשתיות חברתיות חלשות וחוסר נגישות לשירותים (Norris, 2002). ההיררכיה החברתית משתקפת גם בהיררכיה של הטאומה והכאב בעת האסון, על כן, חשיבות התיקוף וההכרה בכאבם של בני הנוער אותם פגשנו הייתה ועודנה חשובה במפגשים איתם.

חיים ב"בית" מלון

בני הנוער מתארים את המלון כ"סיר לחץ" שבו קיימת אווירה קשה ולא נעימה. בהיותם מצויים בחלל אחד עם בני המשפחה, הם חשים את המצוקה של המבוגרים שנמצאים במצבים של חרדה או של הישרדות ומעדיפים שלא לפנות לעזרתם בעת הצורך. חלקם מתארים היעדר נוכחות הורית מוחלטת, פיזית או רגשית.

בתקופה הראשונה של הפינוי, בני הנוער נהגו להסתובב בלובי של בתי המלון ובאזורים הסמוכים, אולם בעקבות תלונות על רעש, הוחלט כמעט בכל המלונות להגדיר את השעה 22:00 כשעת כיבוי אורות, שלאחריה יש להיכנס לחדרים. בני הנוער שחשו כי אינם רצויים, נכנסו אל החדרים ולמרות שהחוק הזה לא נאכף, הם נמצאים שם רוב שעות היום. כאשר צוות של עלם נכנס אל המלון כדי להפעיל את פרויקט "מרחב נשימה", האתגר הגדול שעמד בפניו ועדיין הוא מתמודד עמו, הוא להגיע אל בני הנוער המסוגרים בחדרים, בתוך מסכי הפלאפון שלהם, ולשכנע אותם לצאת החוצה.

מאפשר פתיחות וכנות ומעניק להם את התחושה שיש מישהו זמין עבורם ושהם לא לבד.

המרחב גם מאפשר מורטוריום לשם מפגש בין בני הנוער לבין עצמם. גם בני נוער שמכירים אחד את השני, לא נוטים להיפגש במהלך היום, ובזכות המרחבים הם מצליחים להיפגש במקום להסתגר עם הפלאפון בחדרים. לעיתים המרחב משקף גם אלימות שהיא תוצר של מאבק על זהות ומקום. המפגש בין בני נוער מקריית שמונה ושלומי עם בני נוער מהקיבוצים יוצר לא פעם חיכוכים, והתפקיד של הצוות הוא להחזיק את הכאב שצף על פני השטח, לתווך ולאפשר לבני הנוער השונים מפגש אמיתי.

מצוקות מרכזיות:

במסגרת עבודת צוות עלם במרחבי הנשימה במלונות השונים בטבריה, ישנם מספר מצוקות מרכזיות המאפיינות את בני הנוער המפונים:

בדידות – במסגרת הפינוי, בני נוער רבים נאלצו להיפרד מחבריהם הקרובים. בתקופה בה בני הנוער נדרשים לגיבוש זהות, פרידה כזו הקרובים היא דרמטית. בנוסף, במהלך הזמן ישנה התפוררות של קהילות שפוננו יחד למלונות בטבריה, עם עזיבה של משפחות את בתי המלון. בני הנוער שנשארים מאחור, נדרשים להפעיל מיומנויות חברתיות, כאשר לא תמיד יש להם את המשאבים הנפשיים לכך. העזיבה של המשפחות החזקות, מחזקת את תחושת הפער והנחיתות אצל הנותרים. בתנאי חוסר יציבות אלה, בני הנוער מתקשים לייצר קשרים חברתיים, וברירת המחדל שלהם היא הפלאפון האישי אליו הם מחוברים כל הזמן.

מעברים רבים בין מוסדות חינוך – בשל המלחמה, בני הנוער המפונים עברו בין מוסדות לימוד שונים או לא נכחו כלל במסגרות לימודיות בשנה שעברה. בני הנוער האלה, שחלקם בעלי פוטנציאל לימודי אדיר, צברו פער גדול מאוד בלימודים. השנה הם גילו שעל ההנחות הלימודיות שקיבלו בשנה שעברה, הם נדרשים לשלם בריבית השנה, והם מספרים על דרישות לימודיות שהם לא מצליחים לעמוד בהן, בעוד שמצבם הנפשי לא רק שלא התייצב, אלא הופך ונהיה קשה יותר ככל שעובר הזמן. הם מרגישים את הלחץ הגובר של ההורים שלהם, נפשי וכלכלי, הם מרגישים שהם נחנקים. הם מוצאים את עצמם בבית ספר ענק וצפוף של 600 תלמידים, והם מתקשים לעמוד בקצב ונותרים מאחור. בשל הצפיפות לא תמיד רואים אותם ואת המצוקות שלהם ואף להיפך, חלקם מספרים שמעט האמפתיה שזכו לה עם הפינוי, נשחקת בהדרגה במסגרות החינוך.

בדידות בחדרים – חוויה בולטת היא העדר פרטיות הנדרשת לבני הנוער בשל הצורך לחלוק חדר קטן עם שאר בני המשפחה. ישנם בני נוער שמגיעים למרחבים כדי למצוא מפלט מהצפיפות והחיכוך עם בני המשפחה בחדרים. ישנם בתי מלון שהקצו חדרים נפרדי לבני נוער. הדבר מגביר את ההסתגרות שלהם, כאשר מרגע חזרתם הם נכנסים לחדר ולא יוצאים עד למחרת. לאורך כל השעות הללו, הם לא פוגשים עוד נפש חיה.

בדידות במשפחה - הורים רבים נמצאים במצב של מאבק על הישרדות כלכלית, דבר שמביא לעיתים להתפרקות המשפחות. בעוד המשאבים המוגבלים של ההורים מופנים לאחים הקטנים, ההורים לא מצליחים להתפנות לבני הנוער ולצרכים שלהם. בני הנוער העדים לקושי של ההורים, סופגים את החרדה שלהם ומתקשים להתרכז בלימודיהם. ישנם הורים שבמשך השבוע, לא גרים ביחד עם המשפחה כדי להמשיך להפעיל את עסקיהם בצפון. ישנם בני נוער שגרים לגמרי לבד במלון, ופוגשים את הוריהם רק בסופי שבוע.

עוינות של בני הנוער המקומיים - נראה כי בני הנוער הטבריינים חשים מקופחים אל מול הנערים המפונים, שמקבלים מענים שלא היו בעיר לפני כן. הם מרגישים ש"לקחו להם את העיר". תחושה זו באה לביטוי בתגרות רחוב רבות שפורצות בין בני נוער מקריית שמונה ומטבריה. במקרים שיש חיבור בין בני נוער מטבריה לאלה מקריית שמונה, הוא לא חיובי ומדובר בחיבור בין בני נוער בשוליים החברתיים, משתי הערים. לאור העוינות ומקרי האלימות, נערים מקריית שמונה מדווחים כי הם מרגישים לא בטוחים להסתובב ברחוב.

הטלפון כמרחב כמפלט – בני הנוער מחוברים לטלפון יותר מתמיד. אנו רואים בני נוער רבים ברשתות חברתיות לא בטוחות כדוגמת אפליקציית "אומיגל", אפליקציה להיכרות עם אנשים זרים. בתוך המרחב הזה, הם חווים פגיעות רבות.

שימוש באלכוהול וסמים – בני נוער רבים מדווחים על עלייה בשימוש באלכוהול וסמים. אופן השימוש השתנה. אם בעבר השימוש היה "ליליו" היום הנערים מעידים חד משמעית, כי הם שותים כדי לישון, מעשנים כדי להשתיק חרדה.

פגיעות מיניות – צוות עלם עד לסיפורים רבים אודות פגיעות מיניות המתרחשות בין עובדי מלון לנערות וכן פגיעות מצד מפונים אחרים. אין ספק שרבות מהפגיעות המיניות עדיין לא נחשפו. בנוסף, בני נוער שנמצאים בחדרים בודדים, מזמינים אליהם בני נוער אחרים למרחב

התנסות שאין בו עין של מבוגר מיטיב.

תיקוף ותקווה

בני הנוער המפונים בצפון, חוו את השנה האחרונה כשנה של נטישה. הם חשים ש"שכחו אותם מחוץ לבית". ההכרה והתיקוף לכאב שלהם חשובים מאוד במרחב העבודה איתם. ההבנה כי שלל האתגרים שלהם מתרחשים על רקע גיל ההתבגרות, שלב מאתגר כשלעצמו היא חשובה.

מעבר בין בתי ספר, פרידה מחברים, חוסר נוכחות הורית, כל אלו מתעצמים בגיל בו קבוצת השווים היא דרמטית והמקום החברתי תופס נפח רחב בזהות העצמית. כשהצוות עורך מפגשי פרידה לנערים שעוזבים את המלון, הוא נוכח שוב ושוב בחשיבות ההנכחה של הכאב. חוסר היציבות לעיתים מביא איתו חוסר תשומת לב לדרמטיות של כל שינוי ושינוי, וכאשר מאפשרים להנכיח את הקושי, הוא צף על פני השטח ואז בני הנוער יכול לשתף אותו, לדבר עליו. ההבנה כי כל נער רוצה לדבר ולהישמע היא הכרחית. הצוות פוגש בני נוער שחושבים שהכאב שלהם לא נשמע או לא חשוב כמו כאב של אחרים, ומרחב הנשימה מאפשר להם להביא אותו במלואו. הסקרנות והפתיחות של הצוות מאפשרים לבני הנוער גם לדבר על כל כאב שעולה בהם, זו בעצם גם הזדמנות שלהם לדבר על כאבים שמעולם לא נפתחו שלא בהכרח קשורים לפינוי. מעבר לתיקוף הכאב, חשובה לא פחות התקווה. אחת המטרות המרכזיות של הצוות היא להמשיך ללוות את בני הנוער ולהחזיק את התקווה ביחד איתם, להאמין ביכולת שלהם לצאת מחוזקים מהתקופה הקשה הזאת, להתבונן במציאות וללמוד ממנה, וברבות הימים להפוך לבוגרים שעברו דרך וידעו לקחת ממנה גם את הדברים הטובים. להסתכל עליהם בעיניים טובות, להקשיב לצרכים שלהם, להרחיב ככל הניתן את סל האופציות העומדות בפניהם, לעזור להם לבחור בחירות מיטיבות. לראות את החוזקות כוחות העצומים הגלומים בהם ולזכות לשקף להם אותם.

החיים בישראל לא פשוטים וחדורים בחוסר וודאות מתמשך. למבוגרים אין אפשרות לספק לבני הנוער מועד לחזרת היציבות והביטחון, או להבטיח להם שהכאב שלהם יעבור בלי להותיר צלקת, עם זאת מטרת הפעילות של עובדי ומתנדבי עלם, היא להבטיח לבני הנוער שהם פוגשים במסגרת "מרחבי הנשימה", שכל עוד ירצו, הם יהיו שם, להושיט יד, להקשיב, לזכור יחד איתם שהם לא רק "מפונים", אלא עולם שלם ומלא, ולנסוך בהם אמונה, כי הן עוד יצמחו מהמציאות הקשה הזו וילמדו ממנה לעתיד, כי ביכולתם להתמודד ולהיחלץ ממצבי משבר.

הכותבות

מיכל אליחי, מנהלת "מרחב נשימה" טבריה, עמותת עלם
מיקה שוהם, מנהלת מכרזים וקשרי מגזר ציבורי, עלם

מקורות

Norris, F. H., Friedman, M. J., Watson, P. J., Byrne, C. M., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981-2001. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 65(3), 207-239. <https://doi.org/10.1521/psyc.65.3.207.20173>

בין נוער מפונה מ"גוש קטיף"

לנוער מפונה מ"חרבות ברזל"

ניתוח תופעות וגורמי סיכון דומים ושוניים – תקציר מאמר

גאיה ניר

מלחמת "חרבות ברזל" שפרצה ב-7 באוקטובר 2023, הביאה לפינוי נרחב של אוכלוסייה מאזורי הדרום והצפון בישראל. כעת, כשנה לפרוץ המלחמה, אנו עדים להשפעות מורכבות וארוכות טווח על הנוער המפונה.

לצורך למידה ודיוק ההמלצות למענים ארוכי טווח קיימנו אינטגרציה המורכבת מניסיוננו במיזם החירום לנוער מפונה במסגרת מלחמת "חרבות ברזל", ממחקרים בתחום פליטות ועקירות ומאירוע קודם שהתקיים במדינת ישראל בשנת 2005 וכלל פינוי של אוכלוסייה ממקום מגוריהם מחבלי ארץ בשם גוש קטיף וצפון השומרון.

הניתוח המובא לעיל מספק מבט מעמיק על ההשלכות ארוכות הטווח האפשריות של הפינוי והמלחמה הנוכחיים על בני הנוער.

ההסתכלות על דרכי הטיפול והתכנון בשני אירועים אלו יוכלו לסייע לנו בהבנה ובלמידה מטעויות ומהצלחות ובעיצוב מעני ארוכי טווח.

פינוי גוש קטיף המכונה גם "תוכנית ההתנתקות", התקיים בשנת 2005 כתוצאה מהחלטת ממשלה מתוכננת על פינוי והיפרדות קבועה מחבל ארץ ללא אפשרות עתידית לחזור אליו. במסגרת הפינוי פונו מבתיים תושבי חבל ארץ הנקרא "גוש קטיף" וכן 4 יישובים מחבל ארץ המכונה "צפון השומרון". הפינוי התרחש בצל מחלוקת בחברה הישראלית כאשר מחד קבוצות המעודדות את הפינוי ומאידך מאבק ציבורי בניסיון למנוע את ביצוע ההחלטה. ההחלטה על פינוי גוש קטיף אושרה בכנסת בפברואר 2005 והוצאה לפועל באוגוסט 2005. דבר שאפשר הכנה מוקדמת בכל ההיבטים. לאחר הפינוי, על אף השבר הגדול בקרב המפונים והכמיהה לחזור לחבל ארץ זה, התקיימה הבנה שככל שלא יהיה שינוי במדיניות או בהחלטת ממשלה, תושבי ישראל לא ישובו לחבלי ארץ אלו.

בשונה מפינוי "גוש קטיף" פינוי "חרבות ברזל" נכפה על תושבים כתוצאה מאירוע בטחוני פתאומי ללא יכולת לבצע התארגנות מסודרת מראש, משפחות עזבו את מקום מגוריהם בחופזה תוך שהם משאירים מאחור רכוש, דברי ערך ואפילו בעלי חיים ותחת איום חיים ממשי. פינוי זה מוגדר פינוי זמני וקיימת תקווה וציפייה שהתושבים שפוננו יוכלו ויבחרו לחזור לבתיים לאחר המלחמה. על פי נתוני פיקוד העורף פינוי "חרבות ברזל" כלל כ-165 אלף תושבים מקו העימות בצפון ומעוטף עזה בדרום (בתוכם, ע"פ הערכות כ-48 אלף ילדים ונוער בגילאים 0-18) פינוי תושבי "גוש קטיף" התבצע בשלבים וכלל התארגנות ותכנון מוקדמים בסופם פונו כ-9000 תושבים, בתוכם 3,084 ילדים ובני נוער. רוב תושבי גוש קטיף וצפון השומרון אשר פונו היו מקהילות דתיות-לאומיות בעוד שפינוי "חרבות ברזל" כלל מגוון רחב של אוכלוסיות.

תמות בולטות משני הפינויים – דומה ושונה

התמה המשפחתית-קהילתית: מחקר של (Tuval-Mashiach et al, 2018) מצא כי מפונים מתקשים להשתלב בקהילות חדשות ולבנות מערכות יחסים חברתיות. עם תחילת מלחמת "חרבות ברזל" קהילות רבות מהמרכז קלטו קהילות מעוטף עזה, במקרים אחרים בתי מלון קלטו תושבים מצפון ומדרום. השפעת המשבר על הקהילות הייתה משמעותית ובקרב מפונים רבים הקשתה על השתלבות או על חיבור בין קהילות, ניתן להניח שגם הבדלים תרבותיים בין הקהילות תרמו לאתגר השילוב.

מדיווח של מנהלת סל"ע (מנהלת תנופה, הגוף במשרד רוה"מ האחראי לשיקום וטיפול במפוני גוש קטיף) לדו"ח מבקר המדינה בשנת 2009, עולה כי חברי קהילות מלוכדות שבהן הנהגה חזקה חזרו לתפקוד נורמטיבי, לעומתן קהילות שהנהגתן התפוררה, התחלפה או נחלשה, חוו קשיים רבים והתקשו להתמודד עם המשבר ועם החיים אחריו.

מאמרים וניירות עמדה רבים שנכתבו על מצב התא המשפחתי בקרב מפוני גוש קטיף הצביעו על שינויים משמעותיים בדינמיקה המשפחתית, ערעור הסמכות ההורית וגירושים. משיחה שקיימתי עם ד"ר צבי פיירמן פסיכולוג קליני שליווה בני ובנות נוער מפונים מגוש קטיף עלה כי: "...המשפחות איבדו כיוון, איבדו סמכות הורית ואת אווירת המשפחה. זו הייתה קטסטרופה ברמה המשפחתית. ..."

בקרב מפוני "חרבות ברזל" אנו עדים למספר לא מבוטל של משברים הקשורים לתא המשפחתי בריכוזי המפונים. על פי נתוני משרד הרווחה מהחודשים הראשונים למלחמה, עולה כי חלה עליה של כ-30% בפניות למרכזי טיפול במשפחה וכ-20% עליה בפניות לקבלת ייעוץ זוגי,

בהשוואה לתקופה המקבילה בשנה הקודמת.

במקרים אלו ובמקרים אחרים הורים פחות זמינים רגשית לצרכי ילדיהם, בין אם לאור ניסיון לארגן מחדש את חייהם או בין אם לאור בדידות, חרדה או דיכאונות.

פגיעה בתחושת הזהות והערך העצמי: מחקרים על מפונים ועקורים ברחבי העולם ועל בני נוער בפרט מצביעים על הקשר בין הפינוי לפגיעה בתחושת הזהות והערך העצמי. (Timotijevic & Breakwell, 2000) מציינים במאמרם, שהעקירה מערערת את ארבעת העקרונות של זהות: הערכה עצמית, המשכיות, ייחודיות ועילות, דבר המוביל לצורך בהערכה ובנייה מחדש של הזהות העצמית וכי תהליך זה עשוי להוביל לתחושות של חוסר וודאות וחרדה.

כמו כן, עבור בני נוער אשר עסוקים בגיבוש זהות מסמל הבית ביטחון פיזי ורגשי והריסתו עלולה להחריף את משבר גיל ההתבגרות, שכן היא מאיימת על הזהות העצמית של הפרט (בן סימון, וייס ושפירא, 2017)

שחר, מנהלת "מרחבי נשימה" בהרצליה מספרת שאחד הנערים הגיע למרחב וסיפר: "למלון הגיע תייר, דיברנו קצת והוא אמר לי שאני נראה כמו מפונה..."

סיפור הפינוי והזהות כמפונה הופך להיות סיפור מרכזי בחוויית החיים ובתפיסת העצמי.

נכון לאפריל 2024, 50% מבני הנוער עימם אנחנו בקשר ב"מרחבי נשימה" דיווחו על תחושת בדידות וניתוק. תחושה זו תורמת לפגיעה בערך העצמי. בהתאם - במחקר שקיים בן סימון (בן סימון 2017) נערכו ראיונות עומק למשתתפים שהיו תושבי גוש קטיף וחוו את הפינוי כמתבגרים, מטרת המחקר הייתה מבט רטרוספקטיבי על אופן הטיפול כפי שהם רואים אותו כיום. במחקר זה עלה כי 90% מהמראיינים חוו תחושות ניתוק ותלישות חברתית ורגשית, התבגרות טרם זמנם ופגיעה בביטחון העצמי.

קושי בעיצוב תמונת עתיד וקטיעת רצף החיים: בנושא זה ראוי שנצביע על 3 קבוצות השוואה שונות החוות חוסר וודאות וקטיעת רצף חיים - האחת מפוני גוש קטיף, השנייה מפוני עוטף עזה והקבוצה השלישית הינה מפוני הצפון. מידת הקושי ב 3 הקבוצות משתנה, אולם ברור שבשלושתן התקיימה קטיעת רצף חיים ואתגר בעיצוב תמונת עתיד.

אירועי ה 7/10- גרמו לעקירה מיידית של יישובי עוטף עזה ולפינוי מהיר של יישובי הצפון. משפחות רבות עזבו את הבתים ללא תכנון או הכנה מראש. פינוי גוש קטיף לעומת זאת התאפיין בזמן הכנה של מספר חודשים. יחד עם זאת, על פי עדויות רבות, סרטונים וראיונות על פינוי גוש קטיף ניתן להבין שרבים מהמפונים, בעיקר בני ובנות נוער עסקו בחודשים שקדמו לפינוי

במאבק שעיקרו ביטול ההחלטה, אפילו בעת הפינוי עצמו עוד האמינו שההחלטה תתבטל ולכן כאשר הפינוי הושלם הגיע משבר גדול. על אף ההבדלים המהותיים, בשני מקרים אלו ניתן למצוא מאפיינים דומים הקשורים לקטיעת רצף החיים וחוסר וודאות מתמשך. מחקר של (Farbstein et al. 2016) על מפוני גוש קטיף הראה כי רבים מהמפונים סבלו מקשיים כלכליים מתמשכים, כולל אבטלה וירידה ברמת החיים.

נעה מנהלת "מרחב נשימה" זכרון יעקב מספרת: "... הן מאוד מבולבלות לגבי שנה הבאה - מה יקרה, איפה ילמדו ואיפה יגורו". כל אלו נוספים לקושי של משפחות רבות לשקם את מצבן הכלכלי ולייצר יציבות כלכלית בעת הזו.

כאמור, קיים קושי משמעותי בתכנון תמונת עתיד גם לטווח הזמן הקצר (שלושה חודשים הקרובים) וכל שכן בתכנון עתידי ארוך טווח, דבר המהווה גורם מעכב דרמטי ביכולת השיקום של בני ובנות נוער.

טראומה ואירוע טראומטי מתמשך: עקורים הנאלצים לנטוש את בתיהם ולהסתגל לסביבה חדשה עלולים לחוות טראומה, תגובת הטראומה יכולה להופיע שנה ממועד העקירה ולאחר מכן עלולות להופיע תופעות פוסט טראומטיות (וייס, 2013). בעוד שבדרום, הפינוי לקח שעות רבות, התבצע תחת אש ותוך אובדן חברי קהילה רבים, בצפון, הציפייה הארוכה יחסית לחדירת מחבלים נוסח, 7/10 השאירה חוויה של חרדה ורדיפה גם בבתי המלון המוגנים באופן יחסי. מציאות החיים במלונות, העדר הפרטיות וקטיעת רצף החיים במרחב שבו קיימת פגיעה במוגנות האישית, מהווה אירוע המייצר מצבי דחק ולחץ מתמשכים, שכן מציאות חיים זו טרם הגיעה לסיומה וקיים חוסר וודאות גדול באשר למועד סיומה.

במחקר שנעשה בישראל עולה כי מתבגרים עקורים מתמודדים עם שני תהליכים פסיכולוגיים משמעותיים, האחד הוא התמודדות עם שינויים התפתחותיים טבעיים האופייניים לגיל ההתבגרות והשני התמודדות עם השינויים שהעקירה גוררת בעקבותיה. התמודדות זמנית זו מעצימה את תחושת הדחק שמתבגרים חווים (וייס, 2013).

במהלך השנה האחרונה אנחנו עדים.ות לחרדות ופחדים מתמשכים, קשיי התנהגות, קשיי שינה וקושי בתפקוד במהלך שעות היום.

במחקר של (Neria et al. 2008) על מפוני גוש קטיף, נמצאו שיעורים גבוהים של PTSD (26.9%) וסימפטומים דיכאוניים (16.8%) גם שנתיים לאחר הפינוי. כמו כן מצאו החוקרים קשר חזק בין חומרת החשיפה לאירוע הפינוי, לבין התפתחות תסמיני PTSD וסימפטומים דיכאוניים. מחקרים על סימפטומים פוסט טראומטיים בקרב מפוני "חרבות ברזל" טרם פורסמו, עם זאת ניתן לשער שבהעדר מענים מתאימים בטווח הקצר ובטווח הארוך, חשיפת בני נוער לאיום

מענים מידיים ומענים ארוכי הטווח:

בשלב זה של מלחמת "חרבות ברזל" לא ניתן למדוד את הקצאת המשאבים לתוכניות ארוכות טווח. יחד עם זאת, בעת כתיבת שורות אלו כשנה לאחר תחילת המלחמה טרם נקבעה תוכנית לטווח ארוך שעיסוקה שיקום בני ובנות נוער.

בדו"ח מרכז המחקר והידע של כנסת ישראל מיוני 2009 בנושא הטיפול הממשלתי בילדי המפונים מגוש קטיף עולה שאנשי המקצוע הפעילים בשטח ונציגי המפונים טוענים כי הבעיה העיקרית בטיפול של משרדי הממשלה במפונים בכלל ובבני נוער בפרט הוא העדר תכנון ארוך טווח ואישור על תקציב חד שנתי בלבד. על פי דוח זה בשנת הפינוי (2006) הועברו לרשויות כ- 18 מיליון שח בעוד שבשנים שלאחר מכן הייתה ירידה על פי הפירוט:

| שנה | סכום הסיוע (במיליוני ש"ח) |
|------|---------------------------|
| 2006 | 17.54 |
| 2007 | 7.0 |
| 2008 | 10.0 |
| 2009 | 7.0 |

בסיכום הדו"ח עולה, כי הקשיים בטיפול של משרדי הממשלה בבני נוער מפונים נבעו מן התפיסה שהסיוע שניתן למפונים הוא סיוע זמני וכי בעתיד הנראה לעין לא יהיה בו צורך יותר. בהתאם לתפיסה זו לא היה תכנון כולל ורב שנתי, לא הוקצו משאבים ותקציבים מיוחדים, ותקציבים שניתנו אושרו באיחור ניכר ולצרכים נקודתיים.

כיום, רוב הגורמים שליוו את בני הנוער המפונים ממלחמת "חרבות ברזל" סיימו את פעילותם, המענים הקיימים הם מענים קצרי טווח ודלים. רשימות ההמתנה לחוסן עומדות על מאות פניות ותקציבים טרם עברו לאור קונפליקטים במנהלת תקומה ובמנהלת צפון.

המענים המידיים שניתנו לבני נוער עם תחילת המלחמה נחווים כעת כפתרונות זמניים שמגבירים את תחושת חוסר היציבות. בהתאם, אנו צופים בקושי בקרב בני נוער לייצר קשרים עם עובדי נוער וגורמים חינוכיים וטיפוליים אחרים, לאור העובדה שלא ניתן לדעת מתי המענים הללו יפסיקו לקבל מימון ויסגרו.

סיכום והמלצות

- יצירת תוכניות ומסגרות יציבות וארוכות טווח הכוללות תכנון תקציבי רב שנתי המבוססת על מקורות מימון מגוונים. המלצתנו היא שרוב המודלים יכללו שותפות של גורמי חינוך ורווחה.

ממשי על קיומם וחוויות עמוקות של חוסר אונים יביאו להתפתחות תופעות של חרדה, דיכאון, אלימות והתמכרויות ובנוסף לכך ניתן להניח שעלולים להביא להתפתחות של סימפטומים פוסט טראומטיים בעתיד.

פגיעה במוגנות ואובדן אמון במערכת: וועדת חקירה ממלכתית שהוקמה לחקור את הטיפול במפוני גוש קטיף העבירה ביקורת חריפה על הממשלה וקבעה שהממשלה נכשלה כישלון עמוק בטיפול במפונים.

התהליכים החברתיים לפני פינוי גוש קטיף היו פנימיים, המחלוקת הפוליטית העמוקה השפיעה על התמיכה והחמלה כלפי המפונים וגררה תחושה של חוסר הוגנות וחוסר התחשבות בצרכיהם.

פינוי "חרבות ברזל" הגיע על רקע של מלחמה עם אויב מבחץ. החברה האזרחית נרתמה באופן חסר תקדים ותרומות כספיות, תרומות ציוד, אנשי מקצוע וחמ"לים אזרחיים לטיפול בנושאים מגוונים ומשאבים רבים, חולקו לאוכלוסיית המפונים. יחד עם זאת, בשבועות שלאחר 7/10 צפינו בהבדלים משמעותיים במשאבים שחולקו בין כלל אוכלוסיית המפונים, באופן שבו בני קיבוצים ומושבים מהצפון ומהדרום קיבלו מעטפת טיפולית, חינוכית, כלכלית טובה יותר מהערים המפונות. לצד החוסן והכוחות של קהילות הקיבוצים והמושבים בלט לרעה המענה הקהילתי הדל שניתן לערים המפונות, בחלק מהמקומות, ההבדלים בחלוקת המשאבים נצפים גם כיום. בני נוער צופים ומפנימים את תחושת חוסר ההוגנות בחלוקת המשאבים ומביעים אכזבה מהמערכת שבראיתם נותנת להם מענים "הפוגתיים" בזמן שהם זקוקים למענים יציבים וארוכי טווח שסייעו להם בהשתלבות וחזוק החוסן.

נעה, מנהלת "מרחב נשימה" בזכרון יעקב מספרת: "תחושת חוסר האמונה קיימת, הם לא מאמינים שנשאר איתם..."

פגיעה במוגנות מהווה גם היא נדבך משמעותי באובדן אמון במערכת האמורה לספק הגנה. לאורך החודשים האחרונים צוותי "מרחב נשימה" וכן אנשי מקצוע נוספים העידו רבות על הפגיעה במוגנות בני ובנות הנוער באתרי הפינוי. תופעות הקשורות לפגיעות מיניות, פגיעה בתחושת הביטחון, פגיעה במרקם המשפחתי השפיעו באופן משמעותי על חוויית הביטחון של בני נוער בשני מקרי הפינוי ומוסיפים למשבר האמון בעולם המבוגרים.

דו"ח של משרד הרווחה שפורסם כשנתיים לאחר הפינוי, הצביע על עליה של 10% בדיווחים על פגיעות מיניות באתרי המפונים מגוש קטיף. ביחס לפגיעות מיניות בקרב בני נוער מפוני "חרבות ברזל" ציין מנכ"ל משרד הרווחה, עלייה של 20% בדיווחים על חשד לפגיעות מיניות באתרי הפינוי בהשוואה לתקופה שלפני המלחמה.

נוער, מיניות ומלחמה כפי שמתקפים

בצ'אט האנונימי "קול הקיץ"

יעל שחם

*אזהרת טריגר – המאמר כולל תכנים מיניים ותכנים הקשורים בפגיעה מינית

צ'אט "קול הקיץ" במלחמת "חרבות ברזל"

ב"קול הקיץ", הצ'אט האנונימי של מרכז הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית – השרון, הפונים יכולים להיות מי שהם רוצים, ולדבר על מה שהם רוצים. אפשר להתרגש מהנשיקה הראשונה, להתייעץ לגבי קיום יחסי מין, לשתף בנטיות מיניות מגוונות ולדבר על הדברים האינטימיים והמביכים ביותר, בביטחון ובפתיחות. האנונימיות אשר ההתכתבות מאחורי המסך מאפשרת, עודדה את בני ובנות הנוער לשתף אותנו לאחר מתקפת ה-7/10, בפחדים ובתגובות שהרגישו עד לאותה העת לא הגיוניות, מביכות או מפחידות.

"חשבתי להתחיל לפרט למה אני בוחרת להתייעץ דווקא בפלטפורמה הזאת, אבל הגעתי למסקנה שאתם פה בדיוק בשביל שלא נצטרך להסביר, אז קודם כל תודה". כך פתחה נערה אחרת את השיחה בצ'אט ולמעשה, אמרה את מה שכמעט 10,000 בנות ובני נוער אשר פנו אלינו בשנה האחרונה, חשבו לעצמם.

"מאז המלחמה ומאז כל הגרפיות של נשקים שדי מקיפים אותנו, המחשבות שלי פשוט נהיות קצת מטרידות לפעמים. המוח שלי לא היה הולך למקומות האלה בדרך כלל, אולי זה המצב וגם זה שכל החברים שלי מתגייסים והמצב קצת סוגר עליי ובודד. כל החוסר מעש ומסגרת הופך את המצב לקצת בעייתי. ז"א כל פעם שאני רואה סכין (סורי אם זה מלחיץ) אני פשוט חושבת על ... (את יכולה לתאר) וכל פעם שאני רואה אקדח יש לי מחשבות לא נעימות".

- הכשרת אנשי מקצוע להתמודדות עם הצרכים הייחודיים של נוער מפונה - מתן כלים וידע לשיח חינוכי-רגשי.
- בשנים הקרובות יותר ויותר בני נוער מפונים ייקלטו במערכות החינוך הקבועות ומתן המענים החינוכיים והרגשיים בהתאם למאפיינים ולגורמי הסיכון יהפכו נחוצים יותר ויותר.
- שילוב מרכיבים של הסברה חינוך ועיצוב קהילה בקהילות הקולטות –הכנה הן למשפחות הנקלטות והן למשפחות הקולטות. הכנה זו תתבצע על ידי אנשי מקצוע המומחים בבניית קהילות.
- **תוכניות לחיזוק תחושת המוגנות** בקרב בני ובנות נוער **ותוכניות טיפול** המתמקדות בטיפול בקורבנות אלימות ופגיעה מינית הכרחיות גם הן.

הכותבת

גאיה ניר, מנהלת במטה תחום קהילה, עמותת עלם.

[קישור למאמר המלא](#)

מקורות

דו"ח מבקר המדינה בנושא ההתנתקות, מרץ 2006.

דו"ח מרכז המחקר והידע של כנסת ישראל מיוני 2009 בנושא הטיפול הממשלתי בילדי המפונים מגוש קטיף.

בן סימון, מ. וייס, ח. שפירא, מ. (2017) הטיפול בבני נוער יוצאי גוש קטיף: תפקידה המרכזי של הקהילה בהתמודדות. חברה ורווחה, 17, 85-110

Farbstein, I., Mansbach-Kleinfeld, I., Levinson, D., Goodman, R., Levav, I., Vograft, I., Kanaaneh, R., Ponizovsky, A. M., Brent, D. A., & Apter, A. (2016). Prevalence and correlates of mental disorders in Israeli adolescents: results from a national mental health survey. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 57(3), 375-384.

את המילים האלו כתבה לנו נערה בצ'אט האנונימי "קול הקיץ". בימים כתיקונם, מאפשר הצ'אט של "קול הקיץ", מטעם מרכז הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית – השרון, לנערים ולנערות לשאול ולשתף באנונימיות, לגבי נושאים הקשורים למיניות, זוגיות ונטייה מינית. עם זאת, לאור המתקפה, כבר ב-08/10, הזמנו את בנות ובני הנוער לשתף גם בנושאים רגשיים הקשורים להשפעות המצב הביטחוני.

שתיקה בבית, שיתוף בצ'אט

בחודשים הראשונים, השפעות המלחמה הורגשו היטב. בני הנוער שהתכתבו איתנו, התמודדו עם מגוון של פחדים, חששות ובדידות. כך לדוגמה, שיתפה אותנו נערה בפחד שלא עוזב אותה, מפני חדירת מחבלים לביתה. אותה נערה גרה במקום מרוחק מן הדרום והרגישה בוושה גדולה סביב אותו פחד. נער אחר שיתף בבדידות שהוא חש, לנוכח העובדה שכל חבריו נמצאים בבסיס בעוד הוא נותר בבית. בשיחה עם נערה אחרת, אשר שיתפה בפגיעות מיניות שהיא עוברת, התברר שלתחושתה, אין לה עם מי לדבר משום שאביה עסוק באסון שפקד את משפחתו.

כל אותם נערים ונערות היו זקוקים בראש ובראשונה למישהו שיקשיב להם וייתן מקום להתמודדות שלהם. בחוויה שלהם, הסביבה הקרובה לא הייתה פנויה להכיל את הקושי, את הפחד או את הדאגה שלהם. בנסיבות הקיימות הם הציבו את טובתם במקום השני או השלישי. שיחות רבות הסתיימו במילים דומות: "רציתי לשמוע מה מישהו אחר חושב על זה ולא ידעתי את מי לשתף. זה הרגיש לי מוזר אבל פה ממש הרגשתי בנוח לכתוב על זה אז ממש תודה".

השילוב בין מלחמה, מיניות ואשמה

כפי שכתבנו קודם, הצ'אט של קול הקיץ נועד במקור לתת מענה על נושאים הקשורים במיניות, זוגיות ונטייה מינית. "מותר לאונן במלחמה?" שאל אותנו נער בחודשים הראשונים, השאלה הזו חזרה על עצמה במגוון של דרכים.

"מלחמה בהגדרתה היא מצב של לחץ, וכל אחד חווה את זה אחרת בפן המיני. חלק מהאנשים ימנעו ממין, כי אין חשק, וחלקם דווקא יחוו חשק מוגבר. מתוכם, אגב, יהיו שיחוו רגשות אשם בגלל מחשבה על מין בזמן מלחמה", אומר ד"ר קובי רייזמן, אורולוג ומומחה לטיפול מיני, בכתבה אשר פורסמה במעריב בנובמבר 2023. (1)

האשמה על העניין במיניות או בקשרים רומנטיים, הפכה לפתיח של כמעט כל שיחה שהגיעה

אלינו במהלך חודש נובמבר. אשמה זו קיבלה צורות שונות. במקרה הטוב, השיחות החלו בהתנצלות על העיסוק במיניות בתקופה שכזו. במקרים אחרים, נערים אף שיתפו אותנו באמונה כי מתקפת ה-7/10 התרחשה בשל העובדה שהם אוננו יום קודם לכן.

אחד הנערים סיפר בבושה גדולה, שהוא מאונן בכל פעם שיש אזעקה, על מנת להפיג את המתח הגדול שהוא נמצא בו. אנו סבורות כי הוא לא היחיד שמשמש באוננות כאמצעי להפגת המתח באופן מוגבר בתקופה זו. כבר מחודש נובמבר התחלנו להרגיש בעלייה משמעותית בכמות השיחות אשר עסקו באוננות.

כשאינן בית ספר, לומדים מן הפורנו

השפעה אפשרית נוספת של הפגיעה בשגרת היום יום, שעשויה גם היא להסביר את העלייה בכמות השיחות שעסקו באוננות, היא היעדר המסגרת. בדומה להשפעות סגרים עולמיים בתקופת הקורונה, ייתכן כי ביטול הלימודים והשהייה בבית, מובילה את בני הנוער לצרוך תכנים פורנוגרפיים בתדירות גדולה יותר. (2)

את השפעת הפורנוגרפיה על תפיסת המיניות של בני הנוער, אנו פוגשים ופוגשות בצ'אט מידי יום. האנונימיות של הצ'אט, מאפשרת לבני הנוער לשתף בשאלות אינטימיות מאוד, המעידות על האופן שבו הם מאמינים שיחסי מין אמורים להיראות. "נשים נהנות מהכאב, בגלל זה הן תמיד בוכות ובגלל זה כל הגניחות", מסבירים לנו נערים רבים.

"הסכמתי לחבר שלי לעשות מין אנאלי. אתה יכול להסביר לי רק מה זה? אני לא רוצה שהוא יחשוב שאני ילדה שאני לא יודעת", כתבה לנו נערה אחרת, בת 13.

"יש מישהי שהתחילה איתי וקבענו להיפגש היום. אבל אני לא יודע איך אמור להגיע איתה למצב של זיון – איך מתחילים?", כותב לנו נער שעוד לא התנשק, אך סבור שפגישה ראשונה פירושה הזמנה ליחסי מין.

עיוות תפיסת המיניות כתוצאה מצריכת פורנוגרפיה הוא נושא שדובר עליו רבות. לתחושתנו, אחת מהשפעות המלחמה על בני הנוער, היא ההקצנה גם בתחום זה.

אז איך יחסי מין אמורים להתנהל בעולם האמיתי?

"קול הקיץ", צ'אט שפועל מטעם מרכז הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית – השרון, הוא צ'אט שהוקם למטרת חינוך למיניות בריאה ומניעת פגיעות מיניות.

כאשר אנו נתקלים ונתקלות בשאלות שעולות בהשפעת הפורנוגרפיה ומשוחחים. זה עם בני

"קול הקיץ", הצ'אט האנונימי של מרכז הסיוע לנפגעות ולנפגעי תקיפה מינית – השרון, פעיל 5 ימים בשבוע בשעות הלילה. המענה ניתן על ידי מנחות ומנחים מטעם מחלקת החינוך במרכז הסיוע, אשר בשגרה מעבירים ומעבירות סדנאות בנושא מיניות מיטיבה ומניעת פגיעות מיניות לילדים, בני נוער, צוותים חינוכיים והורים.

הכותבת

יעל שחם, מנהלת מקצועית 'קול הקיץ', מרכז סיוע השרון.

מקורות

1. "לחווות נורמליות במציאות לא נורמלית: אינטימיות זוגית בעת מלחמה", מתוך: אתר מעריב, בשיתוף או-מדיקל בע"מ, 29/11/2023
2. Zattoni, F., Gül, M., Soligo, M. et al. The impact of COVID-19 pandemic on pornography (habits: a global analysis of Google Trends. Int J Impot Res 33, 824–831 (2021).
3. "אופייה הייחודי של פגיעה מינית בגיל ההתבגרות" / יעל אפריאט ואריאלה פרטיג, מתוך: "כן בבית ספרנו", דו"ח איגוד מרכזי הסיוע לשנת 2019

נוער שמאמינים שיחסי מין הם אקט אלים, ממוקד חדירה, שקורה בין בנים לבנות תוך מספר דקות מרגע המפגש; אנו פועלות ופועלים כדי להסביר שמיניות מיטיבה היא מיניות שמתקדמת באופן הדרגתי. המנחים והמנחות שעונים בצ'אט מסבירים בפתיחות על תקשורת, על הסכמה חופשית, על הדדיות, על הקשבה פנימית, על גילוי משותף של המיניות ועוד. בכוחם של העקרונות אלו למנוע פגיעות מיניות.

"את צודקת במאה אחוז. האמת שרק עכשיו הבנתי כמה זה באמת חשוב. אם הוא לא יכבד אותי ואת הקצב שלי אין לי מה לחפש אצלו. תקשורת זה אחד הדברים הכי חשובים בזוגיות לדעתי ואם לא תהיה לנו תקשורת טובה, הקשר לא יהיה בריא וטוב. רק עכשיו זה באמת נכנס לי לראש", כותבת לנו נערה שסיפרה על חבר שלוחץ עליה לקיים יחסי מין.

"חשבתי לעצמי האם מה שרואים בסרטים זה מה שאני צריך לצפות שיקרה בינינו. עכשיו אני מבין שלא. אז ממש תודה על ההבהרה הזו", כתב לנו נער שחשש שיהיה עליו לשחזר אקטים פורנוגרפיים שצפה בהם.

סיכון ומניעה של פגיעות מיניות בקרב בני נוער

חשוב לזכור שבנוסף להשפעות הצריכה הפורנוגרפית המוגברת, בני הנוער מתמודדים גם עם צמצום מקורות תמיכה. הורים רבים טרודים יותר ופנויים פחות לשמש כאוזן קשבת לילדיהם. במקרה של בני נוער מפונים, לוקח לעתים זמן לגבש אמון בצוותי החינוך במסגרת החינוכיות החדשות.

השילוב בין תפיסות מיניות הממצבות נערות כאובייקט מיני, ונערים ככאלו שאמורים לרצות מיניות אגרסיבית בכל עת ועם כל אחת, לבין בדידות וצורך להשתלב במקומות חברתיים חדשים, מייצרים מצב של יחסי כוחות לא שוויוניים, המהווה קרקע פורייה להתרחשותן של פגיעות מיניות. (3)

למעלה מ-40% מן השיחות אשר הגיעו לקול הקיץ במהלך השנה החולפת, עסקו במניעה של פגיעות מיניות.

בשנה האחרונה חל גידול של 25% בכמות הפניות שהצלחנו לתת להן מענה (ההערכה היא שכמות הפניות עליהן אין באפשרותנו לתת מענה בשל מחסור בכ"א היא 50% נוספים). גידול זה מעיד בעינינו מחד, על הקושי הרגשי עמו מתמודד הנוער בתקופה זו ומאידך, על הרצון החזק מכל – רצון לחוות את הנעורים וצורך במקום שבו יהיה מותר להם. להתנתק מן האירועים הביטחוניים ולעסוק בעצמם.

שייכות קבוצתית כמפתח ליצירת חוסן

מחלקת אימפקט, חינוך לפסגות

זרקור על בני נוער בפריפריה הגיאוגרפית והחברתית בזמן המלחמה, המשתתפים כחניכים בעמותת חינוך לפסגות במרכזים השונים.

רקע

עמותת חינוך לפסגות פועלת לצמצום פערים, באמצעות הענקת הזדמנות שווה לילדים, בני נוער וצעירים מרקע סוציו-אקונומי נמוך, מהפריפריה בישראל. העמותה מפעילה שלוש תכניות לקידום מוביליות חברתית - בחינוך בגילאי היסודי עד התיכון, בהשכלה הגבוהה ובתעסוקה, הממוקמות בלמעלה מ-20 רשויות בפריפריה. החינוך הוא מרכיב מהותי בתהליך פיתוח החברה, במיוחד כאשר מדובר בפריפריה החברתית והגיאוגרפית. בישראל, כמו במדינות רבות אחרות, קיימת הפרדה בין אזורים גיאוגרפיים עם משאבים שונים - המרכז, שבו נמצא הרוב המוחלט של העשייה הכלכלית והחברתית, והפריפריה, המאופיינת במחסור במשאבים, תשתיות וחשיפה להזדמנויות ואפשרויות.

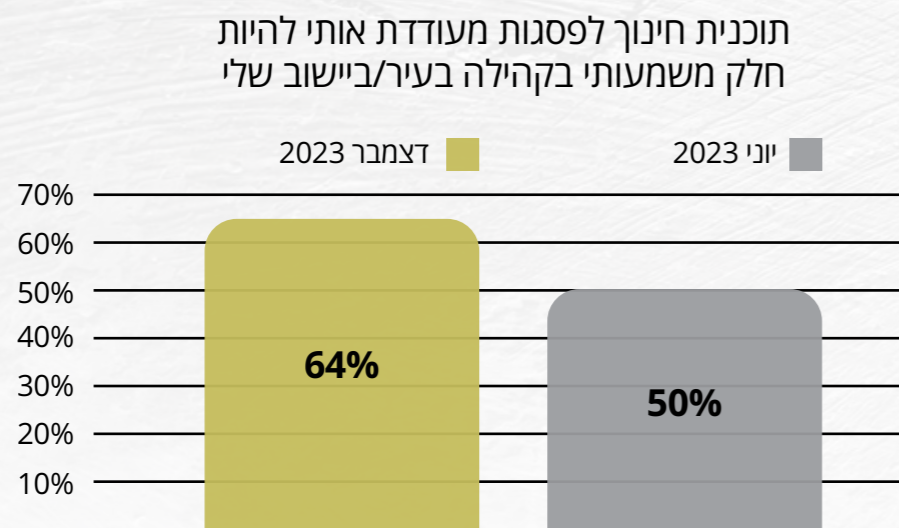
מחקרים מראים כי בעתות משבר כוחם של פערים להתעצם. כשם שהפערים מתעצמים, גדל המרחק של השכבות המוחלשות מעמדות כוח, מנגישות להשכלה, תעסוקה ויכולת שליטה באתגרי החיים. תקופות של סכסוכים צבאיים כמו מלחמת "חרבות ברזל", מקדמות אתגרים חדשים עבור מערכות החינוך. עימותים אלה לא רק מערערים את השגרה, אלא גם יכולים להעמיק ולהחריף פערים קיימים. בתקופות לחימה, מוסדות החינוך חשופים לסיכונים שונים - פגיעות בתשתיות, חוסר במשאבים, ואתגרים רגשיים ופסיכולוגיים שמטילים את חותמם על התלמידים והמורים כאחד. בתנאים אלו, עלולים להיווצר פערים גדלים בין תלמידים בפריפריה לבין תלמידים במרכז, כאשר תלמידי הפריפריה סובלים יותר מהשפעות המלחמה. סוגיות של זהות, שייכות וביטחון אישי עולות וצפות אף הן, ובהינתן מענים חסרים בשעת חרום, הופכות קהילות אלו לחשופות ופגיעות יותר, במובנים רגשיים ופיזיים גם יחד, לצד החמרה במצבן הכלכלי (פלד, 2000; פלד וסנדר, 2011)

במלחמת חרבות ברזל, נוכחנו ביתר שאת לגלות את כוחה של קהילה. כוחן החשוב של קהילות מאורגנות מצוי לא רק במילוי צרכים פיזיים קיומיים, כי אם ביכולת שלהן להוות כוח מרפא ומחזק תחושת שייכות. הן מעניקות לחבריהן משמעות, שייכות חברתית וערך, בתקופה

בה הקרקע נשמטת מתחת לרגלי חבריה. לקהילות מאורגנות יש הזדמנות להוביל את חבריהן למקום חזק יותר מאשר שהיו בו אפילו לפני שהמשבר החל (סומך, אלמוג וכן רבי, 2018). בעמותת חינוך לפסגות, על אף המצב הקשה וחוסר הוודאות בחודשי המלחמה העצימים, הוחלט להמשיך לקיים פעילות חינוכית יצירתית ומגוונת, שהעניקה לחניכיה כוחות לעבור את התקופה ואף לקדם בעצמם יוזמות שהדגישו את החוסן הנפשי הקיים בהם, ואת כוחה של הקהילה. בתוכניות החינוכיות של גילאי היסודי עד התיכון, מקיימים בשעות אחר הצהריים מפגשים לימודיים והעשרתיים, עם סגל קבוע שעובר הכשרה ייעודית, ומעניקים מיומנויות לימודיות, חברתיות ורגשיות. בזמן המלחמה התכנים התמקדו בחיזוק החיבור לקהילה ולחברה ע"י השתתפות בהתנדבויות חקלאיות, איסוף תרומות והכנת אגרות ברכה מחזקות עבור מפונים וחיילים, וכן העברת תכנים מקוונים בתחום ההעצמה והמסוגלות האישית.

תוצאות

תוצאות סקר שנערך בדצמבר 2023 בקרב חניכי ז'י"ב בעמותה, בהשוואה לסקר זהה שנערך ביוני 2023, טרום המלחמה:



בגרף המוצג מעלה, ניתן לראות כי הפער בתחושת המשמעותיות בקהילה בעיר/בישוב גבוה בזמן תחילת המלחמה לעומת טרום המלחמה, בקרב חניכי התוכנית. יתר על כן, במחקר נמצא כי תחושת המסוגלות ותמונת העתיד של החניכים לא התערערה בזמן המלחמה. חוסנם של חניכי חינוך לפסגות נשמר לאורך זמן, גם בתקופה של משבר ארוך וקשה כמו זה שאנחנו חווים בחודשים האחרונים; נמצא כי 85% מתלמידי התיכון מעידים כי הם יודעים לזהות את החוזקות שלהם, 86% מתלמידי התיכון בטוחים כי יקבלו ציונים גבוהים במבחנים בהמשך לימודיהם ו-85% מתלמידי התיכון בטוחים שימשיכו בעתיד ללימודים אקדמיים.

איך זה שד' אחד מעז -

על גבורתו של ד' ועל התמודדותם הייחודית של גברים

נפגעי תקיפה מינית מאז ה-7.10 - שנה אחרי

אורי שרמן

"גדול הפיתוי לעמוד לימין התוקף. זה אינו מבקש אלא שהצופה מן הצד ישב בחיבוק ידיים. הוא פונה אל הרצון האוניברסלי שלא לראות רע, לא לשמוע עליו ולא לדבר עליו. הנפגע, לעומת זאת, מבקש מן העומד מהצד לחלוק עמו את משא הכאב. הוא תובע פעולה, מעורבות וזכירה" (הרמן, 1994)

לכולנו קושי להכיר ולהישיר מבט אל אירועי פגיעה מינית, הנטייה האוטומטית היא להדחיק, להקטין ולהכחיש אירועים מחרידים ובלתי נתפסים אלו.

התקפות הטרור האכזריות של החמאס ב-7.10, אילצו את כולנו להכיר בקיומה האכזרי של האלימות המינית. יתר על כן, עובדת היותה של האלימות המינית ב-7.10 חלק מהתקפה רחבה ומזעזעת על המדינה, החברה הישראלית והעם היהודי, הביאה להתגייסותה של החברה הישראלית במאבק עבור הכרה באכזריות הפגיעות, אל מול השתיקה בעולם.

התגייסות רחבה זו הינה תופעה נדירה ביחס לאירועי פגיעה מינית אחרים. ברוב אירועי הפגיעה, המאבק אינו זוכה לקונצנזוס מקיר אל קיר. לרוב שאלת ההכרה בפגיעה ואפיון של המאבק בפוגע יושפע מזהותו של הפוגע השתייכותו החברתית, הדתית או הפוליטיות וכתוצאה מכך - ציפוף השורות וכיפת הברזל שיעניקו לו הקרובים אליו. העובדה שהפגיעות נעשו על ידי טרוריסטיים אכזריים וחסרי רסן כחלק ממתקפה כוללת, השפיעה על האופן הקונצנזואלי בו החברה הישראלית הגיבה לפגיעות אלו, בזעם ובדרישה לצדק ונקמה.

יחד עם זאת, גם בתוך מציאות קונצנזואלית נדירה זאת, ניתן לסמן אוכלוסייה שקופה בתוך עולם הפגיעות המיניות, והיא הגברים שנפגעו בפסטיבל הנובה, בקיבוצים ובקרב החטופים. עובדתם היותם של גברים נפגעים, אוכלוסייה שקופה בתוך עולם הטרומה המינית, נובעת

נתונים אלה גבוהים או זהים לנתונים שנמצאו לפני תחילת המלחמה. הממצאים נותנים תוקף משמעותי לפעילות, להשפעתה ארוכת הטווח, ליכולת שלה לסייע למשתתפים בה לצלוח משברים, ולתרומתה לחזון צמצום הפערים בישראל. ממצאים אלה בולטים במיוחד על רקע הידע המחקרי לפיו אוכלוסיות מוחלשות נפגעות ביתר שאת ממשברים ומתמודדות עם הנזק זמן ממושך יותר. בנוסף, נמצא במחקר כי **חניכי חינוך לפסגות מרגישים שהשתתפותם בתכנית המצוינות, מעודדת אותם למעורבות חברתית בסביבתם ושבתקופת המלחמה היתה עליה של 30% בנתון זה. ממצא זה תואם את המאמצים שהושקעו בעמותה במעורבות חברתית, התנדבות ותרומה לקהילה בזמן המלחמה בכל רמות הארגון.**

עוד נמצא כי מרבית החניכים (כ-70%), הן מהחברה העברית והן מהחברה הערבית, חשים שייכות לחברה הישראלית ורוצים לפעול בה ולהשפיע עליה. נתון זה משמעותי במיוחד לנוכח המורכבות של זהויות שונות בחברה הישראלית, שחיות יחד בתקופה רגישה זו. אנו סבורים שהעשייה החברתית שבה מתנסים החניכים במסגרת פעילות העמותה תורמת לתחושת השייכות שלהם לחברה שבה הם חיים, ומעמיקה את הרצון שלהם לתרום לחברה ולהשפיע עליה. חשיבות הבנת היתרונות של קבוצה מאורגנת והמשך קיום פעילותה של העמותה, הינה משמעותית; ילדים ונערים שחווים משמעות בשעת משבר, יגיעו לקו הסיוע שלו מסוגלים וחזקים יותר מאשר שנכנסו אליו, ויכתבו פרק חדש בסוגיית צמצום הפערים בישראל. בעתות משבר קיימת הזדמנות לצמיחה, למרות החשש הפיזי והרצון לעתים לכינוס פנימי. לפיכך, דווקא בקבוצות מאורגנות או עמותות העוסקות בילדים או אוכלוסיות בסיכון, חשוב לשמר את השגרה עד כמה שניתן (יאלום וולשץ, 2006; פלד, 2000). **זאת ועוד, תלמידים אלה קיבלו במסגרת העמותה הזדמנות לקחת חלק פעיל בקידום יוזמות של התנדבות ותרומה לקהילה בתקופה מעוררת, ובכך זכו לחזק את מעורבותם בחברה הסובבת אותם ולקדם את שייכותם לחברה הישראלית בכלל.**

מקורות

- יאלום, א. ולשץ, מ. (2006). טיפול קבוצתי- תאוריה ומעשה. (שפלה, ג. (עורך) והרמן, ב. (מתרגם)). ירושלים: כנרת, הוצאת ספרים ע"ש י"ל מאגנס, האוניברסיטה העברית.
- פלד, ד. (2000). עקרונות ההערכות לשיפור החוסן הקהילתי בישובי קו העימות. ירושלים: משרד העבודה והרווחה, האגף לשירותים חברתיים ואישיים, השירות לעבודה קהילתית.
- פלד, ד. וסנדר, א. (2011). צוות חוסן קהילתי במעגל השני - המלצות. ירושלים: משרד הרווחה והשירותים החברתיים, האגף לשירותים חברתיים ואישיים, השירות לעבודה קהילתית.
- סומך, ס., אלמוג, א. ובן-רבי, ד. (2018). יצירת חוסן קהילתי כאמצעי לשיפור רווחתם של ילדים, בני נוער ומשפחותיהם בשכונות מוחלשות בישראל. הערכת תוכנית 'מוטב יחדיו - דוח מסכם. מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל.

מסיבות רבות ומגוונות שלא נוכל לפרט כאן את כולם, אך נזכיר את המרכזיות שבהן.

כאשר גבר עובר פגיעה מינית, הוא מתמודד עם מערכת השתקה כפולה, חיצונית ופנימית. ראשית לגברים שעוברים פגיעה מינית, פעמים רבות קשה לזהות שהאירוע אותו עברו הוא אלימות מינית. פעמים רבות הם יקטינו ויבטלו את המשמעות הטראומטית של הפגיעה תוך שימוש במשפטים כמו "גבר תמיד רוצה את זה", "זה בסך הכל היה משחק", "ככה זה אצלנו הבנים" ועוד.

לרוב אנו רואים גברים כמי שחסינים להטרדות או פגיעות מיניות, התפיסה הרווחת היא כי אינטראקציה מינית לא רצויה, כמעט ואינה קיימת בעולמם של גברים, וגם אם התרחשה, הנזק שהיא תשאיר יהיה שולי, אם בכלל.

בנוסף, עבור גבר, הכרה בכך שעבר פגיעה מינית מהווה חוויה של כישלון מגדרי. חרף הנתונים הברורים, המראים כי גברים רבים עוברים פגיעה מינית (1 מתוך 6 גברים) ואפילו נתונים המראים כי בקרב חברות מסוימות, בנים נפגעים בילדותם ובנעורם יותר מבנות (איגוד מרכזי הסיוע, ח.ת.; איזיקוביץ וזל, 2013; פינקלשטיין, 2022) החברה מספרת לנו הגברים שאנו מוגנים ועמידים ואיננו חשופים לאיום בתקיפה מינית, ואפילו להיפך: מכיוון שרוב הפגיעות נעשות על ידי גברים, כאשר עוסקים באלימות מינית, גבר נתפס כפוגע פוטנציאלי ולא כנפגע פוטנציאלי.

אמונות אלה אינן נובעות מקונספירציה מגדרית כלשהי, אלא מצורך עמוק שלנו כחברה, בתחושת ביטחון והגנה. את האחריות על אספקת הצורך הזה, אנו מטילים על הגברים. במסגרת עבודתי עם בני נוער, פעמים רבות אני עושה איתם תרגיל ומבקש מהם לרשום את עשרת הדברות לנער, מהן עשר הציפיות הגדולות ביותר של ההורים, החברים ובנות הזוג מהם. רובם המוחלט של הנערים ירשמו ברשימה זו את שני המשפטים הבאים: להיות חזק, להגן על הסביבה (ועל עצמי).

הורים רבים חשים אחריות גדולה בצורה מודעת או כזו שאינה מודעת, על הנחלת האופי הגברי הראוי לבניהם, לגדל אותם שיהיו חזקים, יוכלו לשרוד את העולם, לא יתפרקו ולא יגלו חולשה, ולא פחות חשוב מכך, יהיו מסוגלים לשאת כאב וסבל, גופני ונפשי כדי להגן על משפחתם ועל המדינה.

בניגוד ישיר ועמוק לתפיסות אלו, מגיעה התגובה האוטומטית לטראומה, תקיפה, בריחה או קיפאון, זו שאינה מושפעת מזהותו המגדרית של מי שמותקף. פעמים רבות התגובה האוטומטית לתקיפה מינית היא בריחה או קיפאון, גבר שבורח או קופא בזמן פגיעה, עשוי פעמים רבות להרגיש שהוא כשל בתפקידיו כגבר להגן על אחרים, ולא פחות חשוב מכך להגן על עצמו.

נפגעות ונפגעים רבים מתארים את רגע הקפאון במילים הקשות מנשוא: "הוא עשה בי מה שהוא רצה". עבור גברים רבים, הרגע הזה נחווה כרגע שבו הפוגע שלל מהם את הזכות להיחשב כגברים. הוא הרס את הגבריות שלהם, אותם למדו לזהות עם הכוח שלהם והיכולת להגן על עצמם ועל הסביבה. כך למשל גבר דתי שעבר פגיעה, פנה עם שאלה הלכתית: "האם אחרי מה שהוא עשה לי, אני עדיין יכול לעשות קידוש למשפחה שלי, האם אני עדיין נספר למניין?"

כל אלו נכונים לכל פגיעה מינית, אך בפגיעות הנוראיות של ה-7.10 ומאז, הנפגעים מתמודדים עם מחסום נוסף ומשמעותי והוא חזרת מרכזיותו של הגבר הלוחם. בתקופה זו בה חלק גדול מאיתנו הגברים (כולל אותי), יצאנו לשירות מילואים ארוך בתפקידי לחימה וחזרנו לתפקיד הגברי הקמאי של הגנה על השבט. על הרקע הזה, גברים שחוו פגיעה מינית מרגישים פעמים רבות ביתר שאת, שבניגוד להכרה הרחבה בפוסט טראומה גברית על רקע לחימה והשתתפות בקרבות, קשה לסביבה לקבל ולהכיר בפגיעה המינית שעברו. בתקופה בה אנו נשענים על אומץ הלב הגברי והקרביות, קשה להכיר בעובדה שאנו הגברים עלולים להיות פגיעים ולעבור ניצול מיני. הכרה בכך שוברת צורך חברתי מאוד חזק של הישענות על הגבריות היציבה והחזקה. גם אם כיום, אנו מבינים שהגוף והנפש שלנו הגברים עשויים להיפגע במלחמה, קשה לנו להכיר בכך שהגוף והנפש שלנו עשויים להיפגע מינית.

נכון להיום ישנם מספר עדויות על פגיעה מינית שגברים עברו ב-7.10, אך אין כמעט שיח והכרה רחבה בכך. גם אצלנו בפרויקטים השונים של עלם, בקבוצות החברתיות והטיפוליות, בכתובת הרחוב שלנו ב"אורשינא" בעיר, אנו שומעים כמה קשה לנערים ולצעירים לדבר על הפגיעה שעברו. במיוחד בתקופה זו. הם שהתרגלו במשך שנים, לשים את צרכיהם בצד לטובת אחרים. הם שהתרגלו למחיקת הסבל הנפשי שלהם, מדברים על כך ש"זה לא הזמן להתעסק במה שאני עברתי, כי מה זה לעומת מה שקרה ב-7.10, מה זה לעומת המלחמה".

התמקמות בעשיה כבסיס לריפוי

תקציר ההרצאה מכנס עלם 2024

ד"ר גילה אמיתי

הצורך להשתייך ולהיות נאהב ומוערך והצורך לחיות חיים משמעותיים, הם שני בסיסים מהותיים לקיומו ורווחתו של כל אדם. כשקורים דברים חסרי היגיון כמו טראומות ומחסור, אדם לרוב יחפש משמעות, או שייכנע לחוסר ההיגיון וכך גם ייכנע לאובדן הדרך.

המיקום שלנו והשייכות שלנו הינם מהותיים לתפיסת הזהות שלנו. כששואלים אותנו מי אנחנו, אנו נוקבים בשורה של שייכויות [עיר, מוצא, דת, תחביבים, מקצוע] שמגדירות את עצמיותנו.

הצורך בהשתייכות מהותית גם לנוער שפרש מהמבנים החברתיים הפורמאליים – זה לא מקרי שבני נוער הולכים בחבורות, או שתופעת הכנופיות היא קודם כל של בני נוער gangs. בכנופיות רחוב הנערים אפילו בונים לעצמם משפחות מדומיינות ומחלקים תפקידים של הורים וילדים בחבורה. הם בונים להם קונסטלציה משפחתית בתוך החבורה. חיפוש השייכות תמיד יהיה למשהו נורמטיבי – למשפחה [או חבורה], לארגון [גם כנופיה או ארגון פשע], לבית ספר. לכן, התחלת תהליך הריפוי דווקא מהאספקט הנורמטיבי מסייע לאדם למקם את עצמו בעולם כחלק מ- .

מרחבי עשייה נורמטיבית מהווים כר טוב ליצירת משמעות. יצרנות, הצלחה לימודית, השתכרות כלכלית, הוכחה שיש באדם יכולות שלא שיער שיש בו – אלו מייצרים אצל האדם תחושת משמעותיות לחייו ולעשייתו.

פרקטיקה אחת לניכוס מחדש של תחושת שייכות ומשמעות מתרחשת במרחבים בהם יש פעילות שמתוך הפעילות נובעות פרקטיקות של טיפול וריפוי.

כל מי שעובד בתחום ההשכלה לנוער שנשר מכיר את הדינמיקה הזו. בהשכלה ובתעסוקה התוצאות בתחום הנורמטיבי, כמו הצלחה במבחן או השתכרות כלכלית הן מיידיות והן מוחשיות – יש תעודה, יש תלוש, יש כסף שנכנס לחשבון. ההצלחה המיידית הזו לרוב מביאה רצון להמשיך לחוות אותה; כן, ההצלחה היא "ממכרת" [לכן יש לתבל אותה בכישלונות וביכולת להכיל אותם].

רבים מהם מדווחים על נסיגה במצבם הנפשי וכניסה לדיכאון, קושי לצאת מהמיטה ומהבית והחמרה של הסימפטומים השונים והסבל הנפשי שהם חווים כבר שנים. דווקא בתקופה זו, על החברה שלנו לעשות את הצעד הנוסף ולהכיר בעובדה שמסתובבים בקרבנו גברים רבים המתמודדים בשתיקה ובבדידות עמוקה עם סבל נפשי ופיזי שאין לו מילים.

הם נושאים את כאב הפגיעה לרוב תוך הסתרה גם מהקרובים אליהם ביותר. הגיע הזמן לדבר על זה, עכשיו יותר מתמיד.

בדיוק בגלל מורכבות ייחודית זו, בחירתו האמיצה ומעוררת ההשראה של ד', לחשוף את הפגיעות הקשות שעבר, ולדבר על הדברים שפעמים רבות אין להם מילים ואין מי שמעז לבטא אותם, ראוי להערכה עצומה. בבחירתו זו, ד' נותן קול ומילים עבור מאות אלפי נפגעים שגם היום, בתקופה בה המילה טראומה הפכה לשגורה בפי כל, מרגישים חרדה ואימה עצומה מפני האפשרות להוציא לאור את הפגיעות המיניות שעברו.

אנו במרכז אורשינא ובעמותת עלם, שמנו למטרה לשנות את השיח, ולהעביר מסר ברור לכל גבר או אשה שעברו פגיעה מינית: אל תשארו עם זה לבד, אנחנו כאן כדי לסייע לכם להגיע להכרה, צדק וריפוי.

הכותב

עו"ס, אורי שרמן, מנהל מרכז אורשינא, מרחב חברתי-טיפול לילדים בגילאי 15-25, שעברו פגיעה מינית, עמותת עלם, ירושלים

מקורות

איזיקוביץ, צ. ולב-ויזל, ר. (2016). אלימות כלפי ילדים ובני נוער בישראל: בין שכיחות לדיווח, גורמים מעודדים מול גורמים מעכבים דיווח. דו"ח מחקר למשרד החינוך https://society.haifa.ac.il/images/report_Dec2014.pdf

הרמן, ג'. (1994). טראומה והחלמה. תל-אביב: עם עובד.

נתוני איגוד מרכזי הסיוע: <https://www.1202.org.il/centers-union/info/statistics>

פינקלשטיין, א. (2022) מטופלים בשירותי הרווחה בעקבות פגיעה מינית בחלוקה לפי מגדר דתי

<https://toravoda.org.il/wp-content/uploads/2022/09/מעודכן-29-9-1.pdf>

ולהקשרים הדינמיים שלהם, ויצירת מרחבי יחסים לבניית קשרי אמון. מרחב המאפשר עשייה משמעותית ושייכות, בתוך הקשר שמדגיש יחסים ושותפות יכול להוות מרחב של ריפוי, גם אם מטרת הריפוי איננה המטרה המוצהרת הראשונית. עם זאת, ברור שלצוות המרחב תהיה אוריינטציה הן של עשייה וציפייה להשגים והן של טיפול, היענות והבנת ההקשר מתוכו פועלים שוהי המרחב וממנו הם מגיעים אל המרחב.

הכותבת

ד"ר גילה אמיתי, מרצה בכירה בחוג לקרמינולוגיה, מכללת עמק יזרעאל.

הרצאה זו מבוססת על מחקרים שערכתי בכמה מרחבים, ביניהם, חווה אורגנית שמעסיקה נוער שנשר, חנות בגדים המנוהלת על ידי צעירות בהדרה חברתית ובית ספר לאמנויות לנוער שנשר ממסגרות חינוך. שלושתם מהווים מרחבים של הצלחה וציפיות נורמטיביות יחד עם הכלה גבוהה יותר ועיבוד מעמיק של כישלונות.

המעניין במרחבים אלו הוא שהפונים [הנוער, הצעירות] באוריינטציה של עשייה, בין אם אקדמית או תעסוקתית, והצוות באוריינטציה כפולה, הן של עשייה והן של ריפוי. אוריינטציית הריפוי מתווספת לפונים רק לאחר תקופה, לאחר שכבר רכשו מידה מסוימת של שייכות ותחושת משמעות בעשייתם במרחב.

מאפיינים בסיסיים של המרחבים

מטרתם העיקרית איננה טיפולית כי אם חינוכית / תעסוקתית. עיצוב החלל הפיזי מאפשר הן ניראות ושמירה על השוהים במרחב' אבל גם מאפשר תחושת מוגנות.

המרחבים לרוב עובדים עבודת מודעת עוני - הם יספקו לפונות/ים גם אוכל וצרכים בסיסיים נוספים.

המרחבים לרוב מנהלים רמה גבוהה של ניראות המעניקה גבול. כששימת הגבול מתרחשת מתוך יחסים היא נחוות כגבול אכפתי. לאיש הצוות יש סמכות' כי הנער סומך עליו. צוות יכול לנהל פנאופטיקון או כל פרקטיקה פיקוחית' אם היא נעשית מתוך יחסים ומתוך חוזה חינוכי בו הנוער סומך ומוכן להשית על עצמו את הסמכות שלו.

מושג אחרון מהותי שאני מוסיפה לתיאור זה הוא הסוכנות ביחסים, relational agency, מושג שטבעה חוקרת החינוך אן אדוארדס (2009). מושג זה מתאר את עבודתם של אנשי המקצוע כעבודה הנעשית בתוך הקשר של יחסים, שותפות והיענות. מושג זה מפרש את מושג הסוכנות (תחושת היכולת), באופן הקשרי: סוכנות ביחסים כוללת יכולת לעבוד עם אחרים כדי לחזק תגובות מכוונות לבעיות מורכבות. זו היכולת לכוונן את המחשבות והפעולות של האדם עם אלה של אחרים, לזהות ולהשתמש בתמיכה של אחרים כמשאב משותף, על מנת ליצור שינוי, ובאותה מידה להיות מסוגל להגיב לצורך בתמיכה מאחרים.

הספרות המחקרית והמקצועית מונה כמה רכיבים הנדרשים לפיתוח של סוכנות ביחסים. זו מחייבת בניית אמון וקרבה עם האנשים שאיתם אנחנו עובדים על ידי הקשבה אקטיבית לסיפוריהם, אימות חוויותיהם והכרה בהן, תגובה אמפתית וחוסר שיפוטיים, עבודה בשותפות איתם ועם גורמים נוספים ביצירת תוכניות מותאמות אישית המתייחסות לנסיבות, לחוזקות ולמטרות הייחודיות שלהם, עיצוב תוכניות גמישות שיכולות להתאים את עצמן לצרכים

למדוד או לא למדוד - זאת השאלה (גם בצל משבר ומלחמה)

קרב נאור

מלחמת חרבות ברזל שפרצה ב-7 באוקטובר, יצרה מציאות חדשה ומאתגרת עבור החברה הישראלית בכלל, ועבור בני הנוער בפרט. בעיצומו של משבר כה עמוק, כאשר המערכות החברתיות והחינוכיות מתמודדות עם טלטלה חסרת תקדים והצרכים המיידיים נראים ברורים וקריטיים (סבג, קוראס וארזי, 2023), עולה השאלה: האם בכלל יש מקום למדידה והערכה? האם איסוף נתונים ומדידת תוצאות הם אכן חיוניים, או שמא הם מותרות שאין להן מקום בשעת חירום? (לוי, סבג ושותפים, 2020; סומך, גולדנר, וכאהן-סטבצ'ינסקי, 2019). מאמר זה יבחן את הדילמה הזו, תוך התמקדות בחשיבות ובאתגרים של מדידה והערכה בקרב בני נוער בזמן המלחמה.

על פי הספרות, בתקופות של חירום לאומי כגון קורונה, מלחמה או אירועי טרור, חשיבותה של מדידה מדויקת ועקבית מתעצמת (סומך, גולדנר, וכאהן-סטבצ'ינסקי, 2019). הדבר נכון במיוחד בהתייחס לאוכלוסיות ילדים ובני נוער, מכמה סיבות: ראשית, אוכלוסיות אלה תלויות באחרים משמעותיים ומצויות בשלבים שונים של תהליך ההתפתחות הפיזית והמנטלית וגיבוש זהותם (בר-אלמוג, איזנשטדט וגל, 2024). עובדה זו הופכת אותם פגיעים במיוחד אל מול מצבי חירום ומשבר. מכאן עולה החשיבות בשימוש בתהליכי מדידה אשר עשויים לתרום לגיבוש מותאם ומושכל של המענים השונים עבורם (סבג, קוראס וארזי, 2023). שנית, מדידה מאפשרת זיהוי מהיר של מצבי מצוקה מה שמוביל להתערבות מיידית או לחילופין למניעת הידרדרות (סומך, גולדנר, וכאהן-סטבצ'ינסקי, 2019). המלחמה יצרה מצבי סיכון חדשים עבור בני נוער שקודם לכן לא היו מוגדרים בסיכון ובמקביל הגבירה את הפגיעות של אלו שכבר היו בקבוצות סיכון (גדסי-פולק, 2024; בר-אלמוג, איזנשטדט וגל, 2024; עלם, 2023; 2024) ובכך למעשה התרחבו או הוחמרו הצרכים בקרב אוכלוסיות היעד (סבג, קוראס וארזי, 2023). מצב זה מגביר את החשיבות של תהליכי מדידה סדורים

אשר עשויים לסייע לארגונים חברתיים להתאים את התמיכה לצרכים המשתנים של בני הנוער ולאפשר יצירת שפה משותפת בין הגורמים המסייעים בתוך הארגונים עצמם ובין הארגונים השונים (בר-אלמוג, איזנשטדט וגל, 2024; לוי, סבג ואחרים, 2020). מעבר לכך, נתונים מדויקים מסייעים בהקצאה נכונה של משאבים למקומות הנחוצים ביותר ובגיוס משאבים נוספים בשעת חירום מהממשלה או מגורמים פילנתרופיים (סומך, גולדנר וכאהן-סטבצ'ינסקי, 2019). לבסוף, מדידה מאפשרת לזהות שינויים ומגמות לאורך זמן ולהעריך את ההשפעה ארוכת הטווח של המשבר על בני נוער בסיכון ותכנון התערבויות מתאימות גם לאחר שהמשבר המידי חולף (סומך, גולדנר, וכאהן-סטבצ'ינסקי, 2019; סבג, קוראס וארזי, 2023).

כאמור מלחמת חרבות ברזל יצרה מציאות דינמית ומשתנה במהירות המשפיעה באופן משמעותי על גורמי הסיכון בקרב אוכלוסיית הנוער בכלל ו"נוער מפונה" בפרט. כך למשל, סגירת בתי ספר ומסגרות חינוכיות, במיוחד באזורי הסכנה, הסירה מנגנוני תמיכה חיוניים (גדסי-פולק, 2024) ורבים מאותם בני נוער נאלצו לעזוב את בתיהם, דבר שגרם לניתוק מסביבתם המוכרת ומערכות התמיכה שלהם, אשר יחד עם החשיפה הישירה והעקיפה לאירועי הטרור ומלחמה יצרה סיכון מוגבר למצוקה נפשית (סבג, קוראס וארזי, 2023). מן הספרות עולה כי שינויים אישיים (כגון: אובדן/חטיפה/פגיעה של בן משפחה או גיוס למילואים של בן משפחה), קהילתיים (כגון: יישובים שחוו ישירות את מתקפת הטרור, או יישובים שתושביהם פונו מהבתים ויישובים שקולטים מפונים) וכמובן רגשיים, משפיעים כיום באופן ישיר על התנהגויות סיכון מגוונות בקרב אותם בני נוער (גדסי-פולק, 2024; סבג, קוראס וארזי, 2023). בדוחות על מצבם של בני הנוער שהוציאה השנה עמותת עלם (עמותת עלם, 2023; 2024) דווח על סימפטומים בולטים של חרדה ודיכאון (46%) ועל עליה של 10% בחשיבה אובדנית והפרעות אכילה בהשוואה לשנים קודמות (גיל-עד, 2024). כמו כן, דווח על התנהגויות סיכון כמו שוטטות, שימוש בסמים ובאלכוהול ונשירה גלויה או סמויה הנובעות בחלקן משיבוש במסגרות החינוכיות (עלם, 2024). בנוסף נמצא כי הקושי לשמור על קשרים חברתיים במיוחד עבור מפונים או אלו הנמצאים באזורי סכנה מוביל לבידוד חברתי משמעותי ולתחושת בדידות גבוהה ב-60% מהמדגם (אפשטיין אליאס, 2024; גיל-עד, 2024; עלם, 2023).

בעקבות אירועי ה-7 באוקטובר, עמותת עלם כמו ארגונים חברתיים אחרים, נדרשה לבצע התאמות בתהליכי המדידה וההערכה שלה, בעיקר בעקבות שינויים והרחבת הפעילות

יעילה, במעקב אחר השפעות ארוכות טווח ובסיפוק התמיכה הנדרשת לדור הצעיר בתקופה מאתגרת זו. האתגרים שזוהו וההמלצות שהוצעו במאמר הנוכחי מהווים להערכתנו בסיס חשוב להמשך פיתוח וייעול תהליכי מדידה בזמן חירום תוך שמירה על האיזון העדין בין הצורך במידע לבין הרגישות הנדרשת במצבים אלה מול אוכלוסיית היעד.

הכותבת

קרן נאור, מנהלת תחום מדידה והערכה, עלם.

מקורות

אפשטיין אליאס, ב. (2024). דיכאון, שוטטות ואלכוהול: המצוקה הגוברת של נוער המפונים. ישראל היום. [/https://www.israelhayom.co.il](https://www.israelhayom.co.il)

בר-אלמוג, מ., אייזנשטדט, מ., וגל, ג'. (2024). רווחה בעקבות המלחמה. בית הספר לעבודה סוציאלית ולרווחה חברתית ע"ש פאול ברואלד, האוניברסיטה העברית בירושלים וקרן מנומדין. https://civilsociety.huji.ac.il/sites/default/files/swcivilsociety/files/rvkh_hmlk_hmh_2024.pdf

גדסי-פולק, ר. וסנד, ה. (2023). כולם מדברים על ההשפעה של המצב על ילדים הקטנים, אבל שוכחים את בני הנוער. וואלה!. <https://healthy.walla.co.il/item/3623700>

גיל-עד, ה. (2024). 47% השתמשו בסמים, 51% לא השתלבו במסגרות: נוער בסיכון, 100 ימים למלחמה. אתר החדשות [Ynet. https://www.ynet.co.il/news/article/yokra13750945](https://www.ynet.co.il/news/article/yokra13750945)

לוי, ד., סבג, י., ואחרים. (2020). ילדים בסיכון בתקופת הקורונה בעיני אנשי מקצוע: מענים של משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים ושל מערכת החינוך. מכון מאיר-ג'וינט-ברוקדייל.

סבג, י., רזניקובסקי-קוראס, א., וארזי, ט. (2023). השפעות מלחמת חרבות ברזל על ילדים ובני נוער בישראל. מכון מאיר-ג'וינט-ברוקדייל. <https://brookdale.jdc.org.il/publication/the-effects-of-the-israel-hamas-war-on-children-and-youth-in-israel/>

סומך, ס., גולדנר, מ., וכאהן-סטרבצינסקי, פ. (2019). חשיבה תוצאתית בתכניות לילדים ולנוער בסיכון. מכון מאיר-ג'וינט-ברוקדייל.

עמותת עלם. (2023). בני הנוער בצל חרבות ברזל [דוח פנימי].

עמותת עלם. (2024). בני הנוער בצל חרבות ברזל [דוח פנימי].

והמענים עבור בני הנוער, כגון: פתיחה של 17 מרחבי תמיכה רגשיים, בשיתוף משרד הרווחה והביטחון החברתי, לבני נוער מפונה מישובי העוטף והצפון, כמו גם הרחבה משמעותית של הסיוע הדיגיטלי (עלם, 2023). התאמות אלו כללו גמישות והתאמה של מדדים ויעדים בכלי המדידה הקיימים (למשל, נוספו מדדים הרלוונטיים ספציפית למלחמה) כדי לשקף את המציאות החדשה והצרכים המשתנים של אוכלוסיית היעד. כמו כן, נדרשה התאמת תדירות הערכה כדי להתאים לקצב השינויים המהיר במציאות המשתנה. על כן, מדידה של נוער מפונה בוצעה בפער של שלושה חודשים בלבד (עמותת עלם 2023; 2024). בנוסף, הוגבר השימוש במדידה איכותנית לצד הכמותית כולל שילוב "סיפורי שטח" ומקרי בוחן (אפשטיין אליאס, 2024; גיל-עד, 2024; עמותת עלם, 2023) כדי לקבל תמונה מלאה יותר של ההשפעות המורכבות של המציאות וכל זאת תוך שמירה על רגישות גבוהה למצב הרגיש והמורכב (עלם, 2024).

על פי הספרות, למרות החשיבות הרבה של המדידה בזמן חירום, ארגונים חברתיים נתקלים במספר אתגרים משמעותיים כגון: קושי בתיקוף הנתונים בשל השינויים המהירים במציאות, כמו גם באיסוף מידע מדויק (סומך, גולדנר, וכאהן-סטרבצינסקי, 2019). במקביל מתחדד הצורך במציאת האיזון הנכון בין הצורך במדידה והערכה, לבין הצורך בפעילות מהירה ואפקטיבית בשטח. מכאן גם עולה החשיבות ביישום תהליכי מדידה שאינם מכבידים על הפעילות השוטפת של הארגון (לוי, סבג ואחרים, 2020; סומך, גולדנר, וכאהן-סטרבצינסקי, 2019).

לאור אתגרים אלה, ובהתאם לניסיוננו, אנו מביאים לכאן מספר המלצות והצעות לשיפור תהליכי מדידה בזמן חירום ומשבר: ראשית, פיתוח מערכות מדידה והערכה גמישות שיכולות להתאים עצמן במהירות לשינויים בפעילות הארגון וצרכי השטח. שנית, יצירת פלטפורמות לשיתוף נתונים ותובנות בין ארגונים שונים הפועלים באותו תחום. שלישית, פיתוח מדדים משותפים המאפשרים השוואה והערכה רוחבית של פעילויות דומות בתוך הארגון ומחוצה לו. לבסוף, אנו ממליצים על קיום מפגשים לשיתוף ידע וניסיון בתחום המדידה וההערכה בזמן חירום ועבודה משותפת על פיתוח שיטות להערכת אפקטיביות של התערבויות חברתיות במצבי משבר לאומיים.

לסיכום, בזמן מלחמה, כאשר המציאות מטלטלת ומשתנה ללא הרף, אכן מדידה עשויה להיראות כמותרות. אך למעשה, מדידה מדויקת ומותאמת, המשתקפת בנתונים, היא כלי חיוני אשר יכול לסייע בזיהוי צרכים עכשוויים, בתכנון מענים אפקטיביים, בהקצאת משאבים

אפוטרופסות לקטינים – "התייצבות

לצד" כבסיס לחוסן בימי מלחמה

אבנר ברקאי

לטרואמה של ה-7/10, ולמתקפות המתמשכות על העורף, ישנן השפעות רבות וקשות על ילדי ובוגרי הפנימיות נעדרי העוגן המשפחתי; שבשונה ממרבית אזרחי ישראל, נאלצים להתמודד עם ההשלכות המערערות והפגיעה בתחושת הביטחון והוודאות, ללא מערכת תמיכה משפחתית ובהיעדר מודלים מופנמים של היקשרות בטוחה.

כשהתותחים רעמו והטרואמה הלאומית התפשטה, נדמה היה כי לצד ההתגייסות המרשימה של הרשויות ושל החברה האזרחית, יש לפתח משאבים ייחודיים המותאמים לילדי ולבוגרי הפנימיות. תקופה זו של אימה כללית חשפה ומחזקת את הצורך בקרבה רגשית במרחב החיים הלא-דווקא טיפולי קלאסי, שמודגשת במודל האפוטרופסות לקטינים המופעל ע"י עמותת "ילדים בסיכוי" בשלושים השנים האחרונות. בעתות מצוקה לאומית אלו, מתחדדת החשיבות של הקרבה האנושית המשרתת את ההתנגדות להאָרָה (Othering), תוך הכרה בקיומו של הצורך לנווט ביחד עם הילד והגורמים המטפלים בו, במציאות של אי-ודאות. הדגש הייחודי, הגורס כי אפשר וצריך להפוך את מינוי האפוטרופסות, הלכאורה משפטי-בירוקרטי גרידא, לפלטפורמה ליצירת קשר משמעותי בשירות הפנמה מיטיבה של היקשרות, התברר כנחוץ אף יותר מתמיד. בימים כתיקונם, על הקשר הקרוב בין הנציגה המשמשת כאפוטרופוסית בפועל ובין הילד, לכוון עמדה רפלקסיבית המפרקת (deconstruction) את השיח הדומיננטי הנהוג ע"י רוב תאגידי האפוטרופסות ולעתים במחלקות לשירותים חברתיים. בימי המלחמה שירתה ההיכרות הקרובה עם חוויית עולמו הפנימי של הילד שהוא מביתו, ועם התנאים החברתיים שהשיטה והידע נוצרו במסגרתם ועם מנגנוני חלוקת הכוח, את הנסיון לייצר תהליכי היקשרות משקמים ולרתום את אנשי המקצוע לגישה מודעת יותר; ובכך ולהבנות סדר חברתי-טיפולי חדש, המרכז את החסמים העומדים בבסיס יחסי האפוטרופוס-קטין, מטפל-מטופל הקלאסיים הנחווים כמנוכרים ולעתים אף כדכאניים.

בנעלים הסרוחות ידועות הדרכים הלאות
כמו בגופי המותש הבנינים עיפים
השתיקה שבשתיקה ההשלמה שבבריחה
הלב הרצוף הפחד הנורא
הרעב...
(ישראל דדון).

בהשראת מאמרו של שחר תימור-שלוין (2020), הבוחן את השיח ההגמוני בפרקטיקה של עובדות סוציאליות בשירות הציבורי, ניתן לומר שמודל האפוטרופוסות מבוסס על פרקטיקה ביקורתית הרואה במצוקה ובהדרה החברתית, כתוצאות של מדיניות אשר מוחרפות לנוכח מבנה חברתי מקוטב. נציגות התכנית מצוידות בתפיסה של "עבודה סוציאלית מודעת-עונוי" ומנסות למזג בין הצורך לייצר קשר המארג את ההיררכיה הממסדית, ובין השתלבות לצדה והערכה לפועלה. במשך השנים התעצבה בתחום האפוטרופוסות פרקטיקה סולידרית של "התייצבות לצד" המייצגת הן עמדה אתית של שותפות ומעורבות (רוזנפלד, 1993), והן עקרון פעולה המכוון את הפרקטיקה היומיומית של הנציגה. המודל מדגיש את חשיבות הקשר הקרוב עם הילדים ודוגל בעבודה אינטנסיבית המבוססת על התערבות בהקשר החיים הממשי. התפישה רואה בחשיבות השילוב בין סיוע רגשי וחומרי תוך חתירה למיצוי זכויות אקטיבי ואינטנסיבי, ליחסים שיתופיים המציעים חלופה להיררכיה המובנית ביחסי העזרה.

בדומה לתימור-שלוין המסמן את הדינמיקה של ההאָקרה של הפונים כ"אחרים" וכנחותים, מכיוון שאין הם עומדים בתנאי החוזה החברתי הניאו-ליברלי הדורש מהאזרח להיות עצמאי, אקטיבי ויזם; יחסי האפוטרופוסות שואפים לצמצם את ההאָקרה של הילדים ובני הנוער שגדלים בהשמה חוץ-ביתית, כמי שאינם עומדים בחוזה המצופה מהם להיות עצמאיים ואקטיביים, על אף שלא זכו לנתינה הורית 'טובה-דיה' ולקבל במקומה טיפול מוסדי עתיר משאבים. חייו של הילד שמונה לו אפוטרופוס והשווה בהשמה חוץ-ביתית, רצופים בדינמיקה של האָקרה המדגישה מרחק פסיכולוגי המשדר עליונות של המערכת על הילד ומשפחתו, הנקשר בנפשו לחוויות של השפלה ובושה. נציגת האפוטרופוסות רואה בילד כסוכן פעיל הנאבק במציאות מבנית של מערכי טיפול בפנימיות ובמערכת הרווחה, שגם אם הם מאד מסורים, הם נאלצים לפעול בחוסר משאבים; ואשר ללא כוונה רעה, נשללים בהן חלקית הצרכים הבסיסיים הדרושים לו להתפתח כסובייקט. השאיפה היא כי בעזרת הקשר יצליח הילד לתפוש את עצמו לא רק כמי שצריך "להתיישר" עם דרישות המערכת, אלא לשפר את יכולתו הפנימית לחשוב ולחוות עצמו כאדם יצירתי וראוי. לתפישתנו, מצוקתם של הילדים אינה אלא הזמנה לעזרה אינטנסיבית וליצירת קשר קרוב ושיתופי, המבטא הלכה למעשה עמדה של "התייצבות לצד". ביסוס יחסים קרובים המבטאים שותפות והכרה בזכותו של הילד לליווי קרוב ואנושי, חותרים תחת הנטייה הניאו-ליברלית להרחיק ולהאחיר את הילדים (ואת משפחותיהם), ומאפשרים פעולה מקצועית סולידרית.

כשד' היה בן 5, הוא ואָחיו הוצאו מביתם לאחר שחוו התעללות פיזית ונפשית והושמו במרכז חירום ואח"כ בפנימיה. בגיל 8 נמסר לאימוץ, אך למרבה הצער תוך כמה חודשים חזר לפנימיה. ב-2013 כאשר מונתה העמותה כאפוטרופוס ואני שימשתי כנציגה, פגשתי נער זועם וכעוס, אך מקסים ומלא תקווה. כשבוע לאחר שהכרנו זומנתי לדיון חירום בפנימיה, בשל התנהגותו הסוערת. מנהלת הפנימיה אמרה שד' הוא הילד הכי קשה שיש בפנימיה ושהיא חוששת ש"אי אפשר לעזור לו", ולכן ביקשה למצוא לו מסגרת אחרת. יציבות האובייקט היא מפתח לשיקום דפוסי ההיקשרות הפגועים ולכן בקשתי ממנה לתת הזדמנות לקשר המתהווה שזה עתה התחיל בינינו, מתוך אמונה אמיתית ביכולתו של הקשר לייצר בהדרגה יכולת ויסות פנימית. חמש השנים הבאות של ד' היו רצופות קשיים, לעתים היה נדמה כי לקשר ההולך ומתהדק אין השפעה רבה וד' ממשיך להתפרץ ולהתעמת ולהעמיד בסימן שאלה את עתידו בפנימיה. תדירות ביקוריי אצלו התגברו, וטוויית סביבו רשת תמיכה המורכבת מדמויות מרכזיות: המדריך, המורה לספורט, רכזת השכבה ואם המשפחה המלווה. באופן לגמרי לא מובן מאליו, ד' הצליח לסיים את הפנימיה, ומשם יצא אל האין. בדידותו של מסיים הפנימיה חסר העוגן המשפחתי הכתה בו. הוא התמכר לחשיש, סולק מבית משפחתו המלווה, נדד בין בתי חברים ושקע בחרדות ובדכדוך. למרות שמלאו לו 18 וכבר לא הייתי האפוטרופוס שלו, המשכתי לתמוך בו ולתכלל את הטיפול במטרה שיאובחן כסובל מ-PTSD ויוכר כזכאי לקצבת נכות. למרבה הצער ד' התקשה להשתלב במענה של סל שיקום ורק לאחר מאמץ עילאי שולב בבית השאנטי השנוי במחלוקת. כעבור כשנה של שהות מורכבת עבר לקרובי משפחה והסתבך בפלילים ואז היה זקוק לעזרתי כדי שיזכה לסיוע משפטי ומול ההוצאה לפועל.

במשך שש שנים, ד' התקשר אלי מיואש וחסר תקווה ואני תמיד התייצבתי לצדו והשתדלתי להוות עבורו עוגן מכיל וקרוב ולהיענות לקריאתו לעזרה וקרבה, בעולם שהולך וסוגר עליו ומותיר אותו חסר אונים. בשנה האחרונה, בצל החרדה הרבה שעוררה המלחמה והטראומה של ה-7/10, ד' נעזר בקשר הקרוב ובהדרגה החלו לשקוע כמה משכבות האהבה והדאגה שהשקעתי בו למעלה מעשור, והתגבשו באופן ששיפר את יכולתו ליצירת קשר משמעותי. מזה למעלה משנה ד' עובד בעבודה מסודרת, אינו מסתבך בחובות, מתגורר עם חברתו והם עתידים להינשא בפברואר הקרוב.

הכותב

אבנר ברקאי, מנהל תחום אפוטרופוסות, "ילדים בסיכוי".

טראומיזציה משנית בקרב נוער חרדי בעידן הדיגיטלי

שירה רו

אנו חיים בעידן שבו הדיגיטציה מחוללת מהפכה בכל תחום בחיינו, הרשתות החברתיות הפכו למדיית תקשורת מרכזית בה עוברים מסרים בעלי השפעה רבה ומשמעותית על חיינו. החל מהשבעה באוקטובר ילדי ישראל נחשפים לזוועות המלחמה דרך הרשתות, דבר שמביא לפגיעה משמעותית בבריאות הנפש.

על פי מחקרים כ-40% מהילדים בישראל נחשפו לפגיעות ולתכנים קשים ברשת. מדו"ח של חברת בזק עולה, כי בשבוע הראשון שלאחר פרוץ מלחמת "חרבות ברזל" חל גידול כללי של 35% בזמן השימוש ברשת.

המפגש של החברה החרדית עם המדיה הדיגיטלית, כרוך בקונפליקט בין הקו השמרני והשאיפה לשמר ערכים מסורתיים לבין ההתפתחויות הדיגיטליות וההזדקקות להם, כדרך תקשורת וקבלת שירותים שונים. בעקבות מגיפת הקורונה התרחבה התופעה בחברה החרדית של שימוש ברשת בצורה מפוקחת ומבוקרת לצורכי פרנסה. ישנה מגמת עלייה חדה בשימוש-28% בשנת 2003, 64% בשנת 2020 וקרוב ל-80% בשנת 2022.

הגורם נוסף שהשפיע על גידול במספר בני הנוער החרדיים אשר נמצאים על רצף הנשירה מהחברה החרדית, היא העובדה כי הגלישה של בני נוער חרדים באינטרנט וברשתות החברתיות נעשה לרוב תוך הסתרה. בני נוער נאלצים להסתיר את הרגלי הגלישה שלהם מבני משפחה, מוסדות חינוכיים ו'קבוצת השווים', אשר אינם שותפים לגישה למרחב הווירטואלי, עקב הגישה הקהילתית המחמירה והשמרנית אשר אוסרת את השימוש ברשת לבילוי ופנאי. מסיבה זו מאופיינת הגלישה של בני נוער חרדים בפחד, חשש, צורך בהסתרה וניהול חיים כפולים, במקביל להימצאות ברשת לבד ללא הכוונה, בקרה והתייחסות לסכנות במרחב הווירטואלי.

כיום, ישנם מענים רבים בחברה החרדית הנותנים מענה לבני נוער, רובם המכריע של המענים נבנה במרחב הפיזי, תוך התעלמות כמעט מוחלטת מהמרחב הווירטואלי ובתוכו מרחב הרשתות החברתיות, כאשר הן לרוב המקור היחיד לאיתור נוער חרדי "בנשירה שקופה". ההתעלמות מפעילות של בני נוער חרדים במרחבים הווירטואליים נובעת בין השאר, מהגישה הקהילתית המחמירה המתבטאת באיסור גורף על שימוש ברשת.

בעמותת עלם זיהינו את המצוקה זו בשנת 2022, ועל מנת לייצר עבודה מענה, הקמנו בשיתוף עם משרד הרווחה, מרחב חרדי ברשת החברתית אינסטגרם, בשם "עלםדוס". מרחב זה מהווה כתובת משמעותית ומקצועית עבור נערות חרדיות המתמודדות עם מצבי משבר ומצוקה - כאמצעי יעיל להעברת תוכן ומידע; איתור ומניעת מצבי סיכון ונשירה; וטיפול בשעת משבר. פלטפורמה זו הפכה למשמעותית אף יותר בזמן המלחמה, בכך שהיוותה כתובת יחידה לבנות הנוער החרדי, שבה הן יכלו לפרוק את רגשותיהם, לדבר על החרדות ועל החשיפה לזוועות אליהן נחשפו ברשת, ולקבל מענה וליווי מקצועי והפניה בשעת הצורך לגורם טיפולי.

ד"ר ירון סלע, פסיכולוג קליני מרצה באוניברסיטת רייכמן מספר כי העדויות, התמונות וקטעי הווידאו של הזוועות שתועדו ב-7 באוקטובר, הופצו בפלטפורמות הדיגיטליות וברשתות חברתיות שונות. הסכנה המרכזית בחשיפה אליהן היא התפתחות מצוקה פסיכולוגית המכונה "טראומה משנית" (secondary traumatic stress). מדובר בעצם בתסמינים גופניים, רגשיים וקוגניטיביים הדומים לתסמונת פוסט טראומטית (PTSD), אבל כאלה שמתעוררים לא בעקבות אירוע טראומטי ישיר, כמו שחוו התושבים בעוטף עזה, אלא מתוך צפייה בעדויות הטראומטיות.

הנוער החרדי מצא את עצמו במצב פרדוקסלי. רבים מהם נחשפו לתוכן קשה ברשתות, מבלי יכולת לשתף או לקבל תמיכה על כך בסביבתם הקרובה; זאת מאחר והגלישה נעשתה בסתר. בעקבות החשיפה לתכנים הקשים, מצבם הנפשי התערער והם הפגינו תסמינים חזקים של טראומטיזציה משנית, מבלי שאף אחד מהמבוגרים סביבם, לא הבין מה עובר עליהם ומדוע הם מפגינים התנהגויות כגון ניתוק, התפרצויות, אלימות, בכי ועוד. "ראיתי חמש דקות מסרטון הזוועה שפרסמו ואני לא מפסיקה להקיא מאז", "נראה לי שאני בדיכאון. הנפש לא מסוגלת לעמוד בזה, אני מנותקת"ף "אני מרגישה לא נורמלית, אין לי רגש, ואפילו אם יפול טיל על הבית שלי זה לא מעניין אותי"-אלו רק משפטים אחדים מתוך פניות של

נערות חרדיות, שנשלחו אלינו ברשת.

כנראה שלא נצליח להשתלט על תרבות השיתוף, מאחר וזהו אירוע שמאוד קשה לנהל אותו, אבל מחובתנו כחברה לחשוב על דרכים שלפחות יסייעו למזער את הנזקים לילדים ובני נוער, בתוך כל הכאוס שקיים ברשת האינטרנט.

להלן מספר הצעות לפעולה:

- העלאת המודעות אצל בני נוער חרדיים- פרסום תוכן ברשת המדבר את השפה של בני נוער חרדיים, המזהיר מפני חשיפה לתכנים קשים והסבר על הסכנות/תופעות הכרוחות בחשיפה לתוכן כזה.
- הקניית כלים לחינוך מדיה - ניתן לדבר עם בני הנוער החרדיים כיצד לזהות תוכן קשה לצפייה ואיך להתמודד לאחר צפייה בתוכן קשה. מוקדים או גורמים מקצועיים אליהם ניתן לפנות לעזרה או לשתף, כדי שלא ישארו עם מה שראו לבד.
- יצירת מערכות תמיכה ייעודיות לבני נוער חרדי ברשת - לצורך יצירת מרחב בטוח לשיתוף ללא חשש מחשיפה.

ורגע לפני שאנחנו רוצים לשתף משהו קשה, נזכור את אלו שאין להם את מי לשתף ונשארים עם השיתוף ועם תסמיני הטראומטיזציה לבד.

הכותבת

שירה רו, מנהלת במטה תחום קהילה, עלם.

מקורות

דוח בזק, המכון החרדי למחקרי מדיניות, וואלה בריאות הילד, המרכז הישראלי למוגנות ברשת.



העמותה לנוער במצבי סיכון (ע"ר) youth in distress

עלם - העמותה לנוער במצבי סיכון

הירקון 35 בני ברק, 5120423 | טל': 03-7686666 | פקס: 03-6470319

לפניות ולתרומות: elem.org.il | אתר עלם: www.elem.org.il