

ישראל (אלי זומר, קרן אורחן ומאיה פלד-אברם), ואלה שנפגעו בגופם (דני קורן, נועה אידר ואהוד קליין). השער השני עניינו מגיעה והתערבות בקהילה. מקובצים בו מאמרים על הנושאים האלה: אסטרטגיות של התערבות בקהילה בשלבים שונים של המשבר (אמנון בהם), מודל תמיכה נפשית בטלפון לאחר פיגועי טרור (איתן טמיר וסיגל חיימוב), תכנית פסיכוחינוכית לפיתוח חוסן בגני ילדים (נעמי ל' באום), יישום מודל אקולוגי מערכתי בקהילה קטנה (רוני ברגר וורדה אושפיז), מודל להפעלת מתנדבים ביישובי יהודה, שומרון וחבל עזה (מרים שפירא וחגי דפנה) ומודל מערכתי ארגוני להתמודדות ולהבניית חוסן בקהילה (מולי להד ואורי בן-נשר). השער השלישי עניינו פנומנולוגיה פוסט-טראומטית ועקרונות התערבות יחידנית, ובו שני פרקים: הראשון עניינו אסטרטגיות והנחיות להתערבות מוקדמת במצבי טראומה אקוטיים אצל ילדים ומתבגרים (לילך רחמים, איווה גלבע-שכטמן, רחלי בן-משה, רות פת-הורנציק, אסתי גליל-ויסטוב, פירטו בן-הרוש ואלן אפטר), והשני מתמקד בהתערבות מוקדמת אצל מבוגרים בעקבות אירועי דחק טראומטיים (אבי בליין, אילן קרן, אהוד קליין, זהר רובינשטיין ושאוול שרייבר). השער הרביעי עוסק בהכשרת מטפלים ומגיעת שחיקתם, ובו מאמרים הדנים בנושאים האלה: היערכות צוות קטן להתערבות ולסיוע לנפגעים רבים באזורי אסון לפי מודל המניפה (עפרה אילון), תפקוד עובדים סוציאליים בהתערבות מוקדמת לאחר פיגוע (מאיה פלד-אברם, יעל בן-צחק, אלי זומר ואלי כוכבינדר), וליווי של המסייעים לנפגעי הטרור על-פי עקרונות הגישה הקונסטרוקטיבית-חברתית (מיכל שמאי). השער החמישי עניינו מצב רוח לאומי, ובו מאמרים על רגשות קולקטיביים, אבל לאומי וטרור (אסא כשר), צפייה בטרור מרחוק, באמצעי התקשורת, וחוסן לאומי (תמר ליבס וזוהר קמפף), ודיון בהלך הרוח (ובשתיקתם) של האינטלקטואלים בהקשר של מצב הרוח הלאומי (מרב מרמורשטיין).

פרק המבוא שכתבו העורכים ראוי לציון מיוחד, והוא בבחינת מעט המחזיק את המרוכה, ובעיקר הוא ממקד ותוחם היטב את המאמרים המגוונים לכדי מסכת מגובשת. הם מגישים לקורא סקירה ממצה ועדכנית של הידע בתחום התפתחות הטרור הנפשית ותוצאותיה, ומציגים באופן ממוקד את השאלות המרכזיות שעליהן מנסים לענות אנשי בריאות הנפש בנושאים האלה: היקף החשיפה, ממדי הפגיעה הנפשית, סוגי ההתמודדות המתאימים ביותר, מידת החוסן הנפשי של האוכלוסייה, מידת הסיכון לפתח תחלואה פוסט-טראומטית בקרב אלה שנפגעו פיזית, והשפעת החשיפה לטרור על ערביי ישראל. העורכים מדגישים את המעורבות בטרור בקרב מעגלי אוכלוסייה רחבים בדרגות שונות של חשיפה ופגיעה, ומציגים גם את הדילמות המרכזיות העומדות לפני פרנסי הציבור וצוותי הסיוע המקצועיים באשר לתכנון האסטרטגי, התיאום בין השירותים והניהול המורכב של המשבר.

המחקרים האפידמיולוגיים הכלולים בשער הראשון מציגים תמונה מקיפה של התגובות לאירועי הטרור המתמשכים. מן המאמרים עולה שרוב האנשים בקהילה, מבוגרים וילדים כאחד, מתמודדים היטב עם מצבי הטרור של השנים האחרונות — בעיקר, מתרגלים

אלי זומר ואבי בליין, **בריאות הנפש בצל הטרור: הניסיון הישראלי**. תל אביב: רמות, 2005. 588 עמ'.

אביגדור קלינגמן

גלי הטרור שחוותה אוכלוסיית ישראל במשך השנים הביאו לעשיית מחקרים רבים על תגובות האוכלוסייה, לפיתוח מודלים של התערבות ולניסיון מצטבר של אנשי המקצוע בטיפול בטרומה. אלה הבשילו זה מכבר והניבו את הספר שלפנינו. הספר רב היקף הוא פרי מאמץ של העורכים לקבץ מומחים מהאקדמיה ומהפרקטיקה להתייחס אל התופעות הפסיכולוגיות המאפיינות את החברה הישראלית בצל הטרור ואל הלקחים שהופקו בנוגע לשיטות ההתערבות. העורכים הצליחו במשימתם והם מציגים תמונה עדכנית של חלק גדול מתוך הידע הרב ומהניסיון הקליני שנצברו בתחום. נעשה מצד גם מאמץ ראוי להערכה לפרוס לפני הקורא זווית ראייה רחבה, הנוגעת גם להיבטים של מורל לאומי בצל הטרור. באסופת מאמרים חשובה זו אפשר לראות גם ספר שימושי לרשות אלה שמקצועם או תפקידם מפיגשים אותם עם היבטים מגוונים של בריאות הנפש בתקופות של אסונות ברמת הקהילה — פסיכולוגים, יועצים חינוכיים, עובדים סוציאליים ועובדי רווחה אחרים ברשויות המקומיות, וכן אלה שתפקידם לתכנן מערכות אזרחיות לשעת חירום ולנהלן בעת משבר. בכמה מאמרים באסופה זו מובאות המלצות מעשיות, מקצתן נוגעות להתערבויות מערכתיות ארגוניות בקהילה לפני אסון המוני או בעת התרחשותו. באחדים מהמאמרים מועלות דילמות המעוררות למחשבה.

קוצר היריעה מצד אחד ומספרם הרב של המאמרים והמגוון שלהם מצד אחר אינם מאפשרים (למרות הפיתוי הרב) להתעכב בפירוט על כל אחד מהמאמרים. לפיכך, אציין קודם לכול ובקצרה את מבנה הספר, את הנושא של כל מאמר ואת שמות מחבריו (בסוגריים). בהמשך, אתעכב בפירוט-מה על אחדות מן הנקודות הנראות לי ייחודיות לאסופה זו.

בספר 19 מאמרים והם מחולקים לחמישה שערים. השער הראשון עניינו אפידמיולוגיה וגורמי סיכון. מקובצים בו מאמרים בנושאים האלה: תגובות נפשיות לטרור מתמשך בקרב מבוגרים (רבקה תובל-משיח ואריה שלר), בקרב בני-נוער (רות פת-הורנציק ואסנת דופלט), מתבגרים בצל האינתיפאדה (זהבה סולומון, אביטל לאופר ותמר לביא), ערביי

* פרופ' אביגדור קלינגמן, הפקולטה לחינוך, אוניברסיטת חיפה.

היועצות בראייה אקולוגית-מערכתית-ארגונית. בשער זה הוצגו באחד המאמרים היבטים אחדים של התערבויות טלפוניות – מתמשכות וחד-פעמיות – בעת חירום. העקרונות והלקחים מהניסיון שנצבר בהתערבות הטלפונית, יכולים וצריכים לשמש תשתית להרחבת הסיוע מרחוק לאמצעים נוספים של תקשורת המונים, הן בהתערבות לאחר אסון המוני והן לשם מניעה כחלק מהכנה מקדימה. בעניין זה היה מקום להביא גם מהידע ומהניסיון הרב שהצטברו בשימוש בטלוויזיה בעתות חירום, ובעיקר לקחים מראיונות עם פסיכולוגים בכלי התקשורת ומייעוץ פסיכולוגי שניתן על-ידם לעורכי תכניות ילדים, נוער והורים בעת אסון (דיון בנושא משלים וחשוב – השפעת המדיה על כלל האוכלוסייה – נמצא בשער החמישי). הנושא ראוי לתשומת לב ולהרחבה, עקב הזמינות של טכנולוגיות חדשניות מתקדמות והשימוש שילך ויגבר בהן בציבור.

מאמרי השער השלישי, העוסק בהתערבות נפשית מוקדמת בעקבות חשיפה לטראומה, מתמקדים בהיבט הקליני. מן הממצאים שהוצגו בפירוט בעיקר בשער הראשון עולה, שמיעוט באוכלוסייה, במיוחד אלה שנחשפו אישית ונפגעו ישירות, סובל מתסמינים המצדיקים התערבות קלינית, ואמנם בשער השני הודגשה מאוד גישת ההתערבות הכללית, המערכתית-ארגונית, אך אסור שגיישה זו תפחית מערך הממצאים על החשיפה האישית וההיפגעות הישירה. תובל-משיח ושלדו מדגישים במאמרם כי יש פער הולך ומחריף בין הרוב המתמודד בהצלחה והממשיך בחייו ובין מיעוט של "נשארם מאחור" המבודדים עם סבלם ועם כאבם. שני המאמרים שבשער השלישי, העוסקים במישרין באוכלוסייה זו, מקיפים מאוד, ממצים ועדכניים, ומתאימים לשמש מדרוך מעשי למטפל. עם זאת, נראה לי כי יש צורך להרחיב ולפרט יותר על שיטות ההתערבות בקבוצות קטנות בקרב ילדים ומתבגרים, וכן להתייחס להתאמה של עקרונות ההדרכה וההיועצות למצבם ולמצוקתם של ההורים לאחר אירוע טראומטי. ההורים יכולים ליטול חלק חשוב בהתערבות מקדימה (הכנה), במניעה ראשונית ובטיפול משלים לעבודת המטפל המקצועי עם ילדם.

מתבקש שהקורא בשער זה יתייחס לדילמה, שמוצגת גם במבוא וגם בשער הראשון, באשר לאופיין של ההתערבויות הטיפוליות המוקדמות, במיוחד לנוכח הביקורת הנמתחת בעקבות ממצאים מחקרניים על יעילות השימוש בשיטת התחקור/דיבור של הדחק לאחר אירוע טראומטי. העלאת הדילמה והתייחסות לסוגי התערבות חלופיים, בניגוד לתגובה שלא להפעיל התערבות כלשהי בשלב הראשוני, היא צורך השעה.

מאמרי השער הרביעי דנים בעיקר בהכשרת המסייעים ממקצועות בריאות הנפש ובמניעת שחיתתם. אמנם אין עדיין ידע אמפירי חד-משמעי על טראומה משנית – מצוקת המסייעים ותוצאות של התערבויות "סיוע למסייעים" בטווח הארוך, אולם אין חולק על כך שמתחייבת התייחסות לעומס הרגשי ולתפקודם של המטפלים בטווח הקצר. בשער זה יש המלצות מועילות לגיבוש התייחסות כזו, ואף הכוונה להתערבויות הנגזרות ממנה הלכה למעשה. בעניין זה חשוב לפתח ראייה מערכתית ארגונית במסגרת פיתוח מודלים של התערבות ברמת הקהילה. במקרים מסוימים יש גם לשקול הגשת סיוע למסייעים לאו דווקא באוריינטציה הקלינית המסורתית (ראו לדוגמה, Klingman, 2002).

ומסתגלים; את תסמיני העצב, הפחד והחשש יש לראות כתגובה מתאימה לנוכח העוצמה יוצאת הדופן של המצב. אף אין להתעלם מהתפקיד החיובי, שעשוי להיות בתנאים מסוימים, לאסטרטגיות התמודדות כגון הכחשה של חומרת המצב, הסחת הדעת ממנו או הימנעות יזומה מחשיפה לתקשורת ההמונים. בתקופת האינתיפאדה נחשפו התושבים לפיגועים קשים במקומות ציבוריים, ולמרות הסכנה המוחשית המשיכו לקיים אורח חיים שגרתי פחות או יותר, ואף חזרו במהירות יחסית לפקוד מקומות ציבוריים. תחושת שותפות גורל, סולידריות חברתית, הכרה בכורח להמשיך במסלול הרגיל של החיים ונחישות שלא להיכנע לטרור, הובילו לקיום מעין שגרת חירום בריאה. לכל אלה יש השלכות יישומיות ועיקרן: כמניעה ראשונית בעקבות אירוע טרור יש לאפשר אופטימיזציה של תהליכי ההתמודדות הטבעיים, בניגוד לשימוש טרם-זמנו בתוויות אבחוניות ובהתערבויות מידיות הנגזרות מהן; בד בבד יש לתצל את תגובות המצוקה של האוכלוסייה אל ההיבטים החיוביים של ההתמודדות, בעיקר על-ידי נורמליזציה של התגובות וחזוק משאבי ההתמודדות הטבעיים; על אנשי בריאות הנפש להיות יותר פרואקטיביים ולזיום פעולות הסברה (בין השאר באמצעות כלי התקשורת) לחיזוק החוסן, הן לגופים המתכננים התערבויות כהכנה מקדימה והן לציבור הרחב בשלבים הראשונים של השפעת האירוע. ראוי לציון הדגש הניתן בפרקי האסופה להיבט החוסן הנפשי! מאנשי מקצוע שעיקר עבודתם בקליניקה נדרש מעבר פרדיגמטי משמעותי מהמודל הטיפולי המסורתי, המתמקד באיתור תחלואה נפשית ובטיפול יחידני, להתערבות של מניעה בקהילה ולהתמקדות בחיזוק החוסן הנפשי. מומלץ, לדעתי, שהיבט זה אכן יעלה אל קדמת הבמה ויזכה לדיון נרחב בקרב אנשי בריאות הנפש ובקרב החוקרים בתחום הטראומה. נחוץ שהמחקר יתמקד, יותר משנעשה עד עתה, באיתור ובהכנה של גורמי סביבה מיטיבים, במיומנויות של התמודדות מיטיבה ובצמיחה מתוך הטראומה. עם זאת, יש להבחין בין התגובה לסכנות האורבות לכלל ובין התגובה למפגש אישי וישיר עם הטרור.

מאמרי השער השני מתמקדים בהכנת גורמי הקהילה למתן מענה לתגובות הפוסט-טראומטיות. אפשר למצוא בו כמה מודלים של התערבות ברמת ארגון הקהילה. מסקירת המודלים השונים הנדונים ניכר כי יש מקום להתאים את העקרונות של המודלים הכלליים לשלבים השונים בהתפתחות האירוע, לאופיו הספציפי, לסוג האוכלוסייה ולנסיבות הייחודיות שלו, כגון תנאי המקום והזמן. נראה לי חשוב המסר, שיש להכשיר את הגורמים המנהלים את המשבר בעת אסון שלא לדבוק באסטרטגיה קבועה מראש, אלא להתאימה ואף "לתפור" אותה לנסיבות הייחודיות באופן גמיש אך מושכל. בהקשר זה, יש לתת את הדעת גם להתאמת האופי ודרכי ההתערבות המקצועית של בעלי תפקידים בקהילה, אלה העוסקים בניהול המשבר בעת אסון, ובייחוד להדגיש אסטרטגיות של

1 כתפיסה זו, ועל בסיס הניסיון הקליני הרב שנצבר באשר לתגובות ילדים כאסונות המוניים בארץ וכווץ-לארץ, פותח בארץ מודל התערבות רב-מערכתי ורב-אופני מכוון-חוסן לבתי ספר לאחר אסון המוני (Klingman & Cohen, 2004; Klingman, 2006).

מצב הרוח הלאומי בעתות משבר נדון במאמרי השער החמישי. זהו נושא חשוב ומאתגר שבדרך כלל אין מרבית לעסוק בו בפירוט בספרות המקצועות הטיפוליים, וטוב עשו העורכים שייחדו לו מקום נרחב יחסית. במאמר הראשון הדיון מבוסס על תפיסה פילוסופית בדבר מקומם ואופיים של הרגשות הקולקטיביים בחברה המצויה במתקפת טרור ובהשלכותיהם על אופיו של אבל לאומי. מאמר אחר דן לעומק בהשפעת התקשורת על החברה, בעיקר השפעת הצפייה באירועי טרור ובמחזור הזוועות בטלוויזיה, ובקשר שבין ההשפעות הללו לחוסן הלאומי. המאמר האחרון מתייחס לתפקידם ולחובתם של האינטלקטואלים כמעצבי דעת הקהל, בהעלאת המורל הלאומי בשעת חירום; נדונה בו הדילמה בין חובת חשיפת האמת ובין החובה להעלות את מורל ציבור. חלק ניכר מהמאמרים משלימים זה את זה, ולפיכך יש בהם גם חזרות. אולם נראה כי אלה בלתי נמנעות, בעיקר משום היקפו הנרחב של הספר. את הדברים שלעיל בדבר נושאים חסרים, או נושאים שיש לפתח יותר, אין לראות כהערות אלא כהארות. בכל מקרה, אין אלה גורעים מתרומתו הרבה של הספר וממפעלם החשוב של העורכים. זוהי אסופת מאמרים חשובה, מקיפה ועדכנית המהווה מקור לחשיבה מחודשת לקשת רחבה של אנשי מקצועות בריאות הנפש, לעוסקים במחקר בתחום ולמעצבי מדיניות ההתערבות בקהילה בעת אסון.

מקורות

- Klingman, A. (2002). From supportive-listening to a solution-focused intervention for counsellors dealing with political trauma. *British Journal of Guidance and Counseling*, 30, 247–259.
- Klingman, A. (2006). Children and war trauma. In W. Damon & R. M. Lerner (Series Eds.) & K. A. Renninger & I. E. Sigel (Vol. Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Child psychology in practice* (6 ed., pp. 619–652). Hoboken, NJ: Wiley.
- Klingman, A., & Cohen, E. (2004). *School-based multisystemic intervention for mass trauma*. New York: Kluwer Academic/Plenum.

נחי אלון וחיים עומר, **השטן שבינינו**. צפת: ספרים, הוצאה לאור, 2005. 189 עמ'.
 * ד"ר ברוך כהנא, הפקולטה למדעי החברה, האוניברסיטה העברית בירושלים ומכללת יעקב הרצוג, אלון שבת.

ברוך כהנא

איפה מסתתר השטן? "השטן שבינינו" הוא ספר יומרני במובן החיובי של המילה. התפיסה שהוא מציע אמורה להיות אלטרנטיבה לעולם שלם של שיטות פסיכולוגיות ועממיות. המחברים מאמינים כי הצליחו לגלות את השורש ההרסני הגורם לנו לשנוא אלה את אלה ו"להינצל" בעמדות של עוינות הדדית, רעה והרסנית. מקור הרוע, לדעתם, הוא בתפיסת עולם שהם מכנים "דמונולוגית". תיאורם את הדינמיקה שלה מובא כבר בראשית הספר, ומפאת חשיבותו כראי להביאו כלשונו:

גם סכסוך גדול היה פעם מחלוקת צנועת ממדים. אלא שמחלוקת נטוה להסלים ... ככול שמקשיח העימות כן מתחזקת נטייתנו לעשות דמוניזציה של הצד השני. בראשית העימות מתגנב ללבנו חשד שמא מאחורי התנהגותו של בן שיחנו מסתתרות כוונות שליליות. במהלך ההסלמה הופך החשד לקובלנה, וזו הופכת להאשמה נחרצת ... כיוון שתהליכים אלה הם הדרניים מטבעם, מתחיל כל צד להאמין שהצליח לזהות את המניעים האפלים בנפשו של האחר ואת הכוחות ההרסניים המכוונים את מעשיו. בנקודה זו אנחנו מרגישים חובה להביא את הצד השני להכיר בכוונותיו השליליות ולוותר עליהן. אם לא עולה הדבר בידנו, אנו מרגישים שאין מנוס מלאץ אותו לעשות כן. בן השיח לשעבר הופך להיות בעינינו אויב מובהק, והפגיעות שאנו מביאים עליו נראות בעינינו בלתי נמנעות. למעשה, הוא זה שהביא אותן על עצמו ... כשאנו מרגישים שאנו נאבקים על עצם קיומנו, אנחנו נכונים להזיק גם למי שאינו צד בסכסוך ואף לעצמנו: אלו מחירים הכרחיים במאבק ההישרדות. הדמוניזציה גם חוסמת פתרונות של פשרה, שכן ה"אויב" עלול לנצל את תום לבנו ולהערים עלינו כדי להשיג עמדת יתרון (עמ' 9).

מישהו אינו מכיר את הדפוס הזה? קודם כל בעולם הפוליטי, כמובן. לא רק בין עמים. האם מה שקורה אצלנו בארץ בין הימין לשמאל, בין הדתיים לחילונים וכו' אינו הדגמה חיה לתיאור הזה? כמה פעמים ראינו מהלך כזה מתרחש בין הורים לילדים, בין בני זוג? אפשר לקוות, יחד עם המחברים, שעצם המודעות לתהליכים כאלה יש בה יכולת למתן אותם.

המחברים אינם מסתפקים בהצבעה על הדינמיקה ה"דמונית" אלא מצביעים על האלטרנטיבה, אותה הם מוצאים בעמדה שהם מכנים "טרגית":

* ד"ר ברוך כהנא, הפקולטה למדעי החברה, האוניברסיטה העברית בירושלים ומכללת יעקב הרצוג, אלון שבת.