



גורמי פגיעות וחוסן בקרב אזרחים ואנשי צוותי החירום בזמן של קונפליקט ביטחוני המלווה בלחימה מתמשכת

ד"ר רותם סער | הפקולטה לעבודה סוציאלית, המכללה האקדמית אשקלון



שיטת המחקר:

מחקר זה הינו מחקר כמותי אשר השתמש בשאלונים מתוקפים ע"מ לחקור את משתני העניין (תסמינים טראומטיים, מצודה נפשית, שחיקה, גמישות מחשבתית, אקטיביות בשטחי הלחימה וחוסן). המשתתפים גויסו באמצעות דגימת כדור שלג וענו על סקר דיגיטלי בפלטפורמה אינטרנטית. ניתוח הנתונים בוצע באמצעות ניתוחי שונות ומודלים של רגרסיה.

רקע:

חשיפה לאירועים טראומטיים מובילה להופעתם של תסמיני דחק מגוונים ותסמינים נוספים המקושרים עם ירידה בבריאות הנפשית של המתמודדים. מחקרים עדכניים שבחנו את ההשלכות הפסיכולוגיות של פרוץ המלחמה בישראל מאז 7 באוקטובר מצביעים על השפעה רחבה ומשמעותית על בריאותם הנפשית של אזרחים ואנשי צוותי חירום. מטרת המחקר הנוכחי היא לזהות את גורמי הפגיעות והחוסן בקרב אזרחים ואנשי צוותי החירום בזמן של קונפליקט ביטחוני המלווה בלחימה מתמשכת.

תוצאות:

הממצאים הצביעו כי חשיפה לאירועי טראומה בתחילת המלחמה לוותה בעלייה בתסמיני דחק פוסט-טראומטי, לצד הבדלים מהותיים בין קבוצות אוכלוסייה. בפרט, נמצא כי אנשי צוותי חירום מצויים בסיכון מוגבר לשחיקה ולמצוקה נפשית בהשוואה לאזרחים, ככל הנראה בשל חשיפה אינטנסיבית ומתמשכת למצבי קיצון (איור 1). בסדרת המחקרים חשפו הכותבים מנגנוני סיכון מצטברים אשר תורמים להחמרה במצוקה הנפשית בניהם, שחיקה, עומס רגשי מתמשך וחשיפה חוזרת לאירועים טראומטיים. השילוב בין דרישות תפקוד גבוהות לבין מחסור במשאבים אישיים או מערכתיים עשוי להסביר את רמות הפגיעות הגבוהות בקרב אנשי צוותי חירום.

עם זאת, המחקרים מדגישים גם גורמי חוסן משמעותיים התורמים להפחתה במצוקה הנפשית ואף מלווים ברמת חוסן גבוהה, בניהם, מעורבות אקטיבית במאמצי הסיוע וההצללה (איור 2) וגמישות מחשבתית (איור 3). גורמים אלו נמצאו קשורים לרמות גבוהות יותר של חוסן נפשי, הן בקרב אזרחים והן בקרב אנשי צוותי חירום, אם כי לא באותה המידה. באופן מעניין, פציעה מוסרית עלתה כהסבר אפשרי לתופעות אשר הודגמו בקרב צוותי החירום.

מסקנות:

הממצאים מצביעים על תמונה מורכבת שבה חשיפה לטראומה במצבי חירום מובילה הן לפגיעות נפשיות והן להפעלה של מנגנוני חוסן. הבנת האיזון בין גורמי סיכון לחוסן מדגישה את הצורך בפיתוח התערבויות ממוקדות, במיוחד עבור אוכלוסיות בסיכון גבוה, תוך חיזוק גמישות פסיכולוגית ומעורבות אקטיבית כמשאבים מרכזיים להתמודדות.

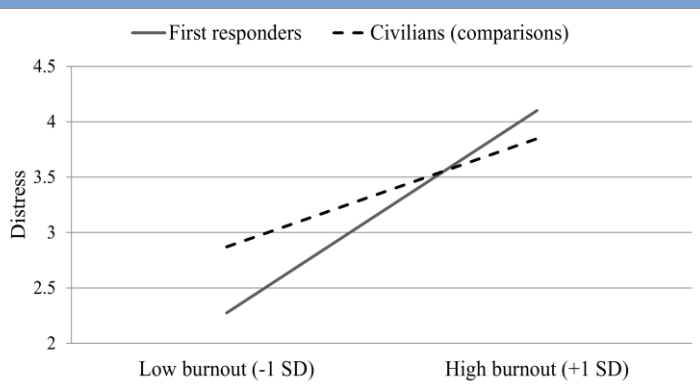


Figure 1: The association between burnout and distress for first responders and civilians (comparisons).

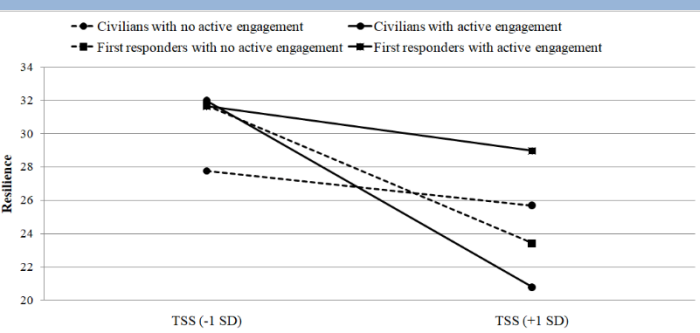


Figure 2: The three-way interaction between TSS, study group (FRs/non-FRs), and active engagement (no/yes) in predicting resilience.

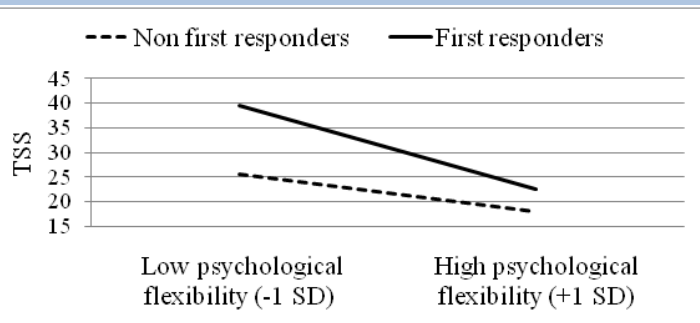


Figure 3: The relationship between traumatic stress symptoms and psychological flexibility is moderated by study group