

وقایع اسرائیلیه

از زمان آغاز جنگ علیه نوار غزه

تقاضا برای دریافت خدمات حمایت روانی اسرائیلی‌ها ۹۵۰ درصد افزایش یافته است

فروپاشی...؟!!



پوریا سلمانی زاده

حمله ۷ اکتبر ۲۰۲۳ و جنگ پس از آن در اسرائیل، بحرانی بی سابقه در حوزه سلامت روان ایجاد کرده است. این گزارش به بررسی داده‌های نوظهور درباره تأثیرات روان‌شناختی این وقایع می‌پردازد.

مطالعات نشان می‌دهند که میزان اختلال استرس پس از سانحه PTSD، افسردگی و اضطراب در میان مردم اسرائیل پس از ۷ اکتبر به‌طور چشمگیری افزایش یافته است. این یافته‌ها بر ماهیت پایدار و گسترده آسیب‌های روانی تأکید دارند. برخی گروه‌های جمعیتی به‌طور نامتناسبی تحت تأثیر قرار گرفته‌اند؛ زنان، اقلیت‌های قومی (به‌ویژه اعراب اسرائیلی که ۱۸٫۱ درصد جمعیت را تشکیل می‌دهند) و افرادی که با باز دست دادن ناگهانی، آوارگی یا مشکلات اقتصادی مواجه شده‌اند، شامل این گروه‌های آسیب‌پذیرتر در اسرائیل هستند. اگرچه تحقیقات پیشین، پایه‌ای محکم برای درمان اختلالات شایع ناشی از آسیب روانی - مانند اختلال استرس پس از سانحه PTSD، افسردگی و اضطراب - فراهم کرده‌اند، نظام سلامت روان اسرائیل آمادگی لازم برای پاسخ‌گویی به افزایش تقاضا را ندارند. بسیاری از درمانگران فاقد آموزش‌های لازم در زمینه درمان‌های مبتنی بر شواهد و انجام ارزیابی‌های استاندارد هستند. این بحران روانی - اجتماعی با چالش‌های شدیدی همراه بوده است، از جمله از دست دادن خانه و اموال، اختلال در مسیرهای شغلی و تحصیلی، بیکاری، فروپاشی حمایت اجتماعی و متفرق شدن جوامع.

آمارها سخن می‌گویند

در یک مطالعه منتشرشده در مجله «سیاست سلامت اسرائیل»، پژوهشگرانی به رهبری کانسوتی، با استفاده از مدلی علمی و مبتنی بر شواهد، پیش‌بینی کردند که پس از وقایع ۷ اکتبر، حدود ۳۰۵ درصد از جمعیت اسرائیل - معادل تقریباً ۵۰ هزار نفر - به PTSD مبتلا خواهند شد؛ این رقم در بازه‌ای بین ۱۰۶۴ تا ۹ درصد قابل تغییر است. در مقاله‌ای دیگر، کریوی و روزنتال هشدار دادند که نظام سلامت عمومی اسرائیل که هم‌اکنون با کمبود نیروی انسانی، محدودیت منابع مالی و فشار شدید روبه‌روست، بدون ایجاد تغییرات ساختاری نمی‌تواند پاسخ‌گویی نیازهای رو به رشد سلامت روان جمعیت پس از این بحران باشد.

مطالعات انجام‌شده در اسرائیل پس از حملات ۷ اکتبر نشان می‌دهند که اختلالات روانی مانند PTSD، افسردگی، اضطراب، خطر خودکشی، سوء مصرف مواد و آسیب‌های اخلاقی در حال افزایش و ماندگار شدن هستند. یافته‌های حاصل از سه مطالعه آینده‌نگر که قبل، بلافاصله پس از حمله و تا مارس ۲۰۲۴ انجام شده‌اند، این روند را تأیید می‌کنند. نخستین مطالعه، توسط لوی - بلز و همکاران، با طراحی طولی انجام شد و نمونه‌ای نماینده از ۷۱۰ اسرائیلی را در دو مقطع ۶ تا ۷ هفته قبل و ۵ تا ۶ هفته پس از ۷ اکتبر مورد بررسی قرار داد. آن‌ها افزایش تقریباً دو برابری در احتمال ابتلا به PTSD را گزارش کردند؛ این نرخ از ۱۶۰۲ درصد به ۲۹۰۸ درصد رسید. همچنین، در همان بازه سه ماهه، شیوع اختلال اضطراب فراگیر از ۲۴۰۹ درصد به ۴۲۰۷ درصد و افسردگی از ۳۱۰۳ درصد به ۴۴۰۸ درصد افزایش یافت. این یافته‌ها بر ضرورت ارزیابی سریع و گسترده و اولویت‌بندی مداخلات مؤثر برای پاسخ به نیازهای سلامت روانی شهروندان اسرائیلی تأکید دارند.

با این حال، واکنش جامعه سلامت روان در بهترین حالت ناقص بوده است و اغلب فقط درمان‌های رایج ارائه شده‌اند، چراکه بسیاری از درمانگران اسرائیلی برای مقابله با آسیب‌های شدید روانی آموزش کافی ندیده‌اند.

اضطراب بخشی از هویت می‌شود

مطالعه طولی دیگری به بررسی PTSD، افسردگی، اضطراب فراگیر، عملکرد روانی و «مرکزی بودن رویداد» (یعنی میزان تبدیل شدن رویداد آسیب‌زا به بخش اصلی هویت و روایت زندگی فرد) در حدود سه ماه پس از حمله (T۱) و هفت ماه پس از آن (T۲) پرداخت. نتایج این مطالعه نشان داد که تشخیص‌های احتمالی PTSD، افسردگی و اضطراب به شدت با یکدیگر همپوشانی دارند. همچنین، زنان بیش از مردان دچار اضطراب می‌شوند و رابطه‌ای بین دوز - پاسخ درخصوص شدت فراگیری در معرض رویداد و شدت اضطراب وجود دارد؛ یعنی هر چقدر فرد بیشتر در معرض حادثه قرار گرفته باشد (دوز بالاتر)، احتمال و شدت اضطراب یا دیگر مشکلات روانی‌اش بیشتر (پاسخ شدیدتر) است.

در این مطالعه مشاهده شد که «مرکزی بودن رویداد» یعنی تبدیل شدن حادثه به بخش اصلی هویت و زندگی فرد، همراه با جنسیت و شدت فراگیری در معرض رویداد، اضطراب را پیش‌بینی می‌کند. هر چند سطح اضطراب و «مرکزی بودن رویداد» در طول زمان پایدار ماندند، اما عملکرد روانی افراد از مرحله اول (T۱) تا مرحله دوم (T۲) به‌طور قابل توجهی بهبود یافته است؛ یعنی با وجود اضطراب پایدار، مسیر بهبودی در عملکرد زندگی افراد متفاوت و مثبت بود.

همچنین در تازه‌ترین مطالعات، سه مرحله از بررسی سلامت روانی ۱۰۵۲ نفر از ساکنان مناطق درگیر مورد مطالعه قرار گرفت؛ این مراحل شامل پنج ماه (T۱)، شش ماه (T۲) و هشت ماه (T۳) پس از حمله بودند. در T۱، حدود ۷۵ درصد از شرکت‌کنندگان، در T۲ حدود ۶۹ درصد؛ و در T۳ حدود ۶۷ درصد علائم اضطراب، افسردگی یا PTSD بالاتر از آستانه بالینی را گزارش کردند. افرادی که تجربه از دست دادن‌های آسیب‌زا، آوارگی اجباری یا مشکلات اقتصادی داشتند، در تمام بازه‌ها به‌طور مداوم نرخ بالاتری از احتمال ابتلا به PTSD، افسردگی و اضطراب نشان دادند.

شدید، پایدار و رو به گسترش

بر این اساس، تحقیقات نشان می‌دهند که حمله ۷ اکتبر و جنگ طولانی مدت پس از آن، تأثیرات شدید، پایدار و رو به گسترش بر سلامت روان جمعیت اسرائیل داشته‌اند؛ تأثیری که احتمالاً در آینده نیز ادامه خواهد یافت. جامعه‌ای که پیش‌تر دچار آسیب بوده، اکنون با لایه‌های جدیدی از آسیب مواجه شده است. این پیامدها فراتر از PTSD است و سایر اختلالات روان‌پزشکی را نیز در بر می‌گیرد؛ همچنین می‌تواند خطر خودکشی و سوء مصرف مواد را تشدید کند. متغیرهایی مانند جنسیت، وضعیت اقلیت، میزان فراگیری در معرض رویداد و نزدیکی به مناطق درگیری در میزان آسیب روانی تأثیرگذار بوده‌اند.

همچنین بر اساس گزارش انجمن سلامت روان اسرائیل، تعداد اسرائیلی‌هایی که برای دریافت حمایت روانی اقدام کرده‌اند، ۹۵۰ درصد افزایش یافته است. این نهاد اسرائیلی، نتایج بررسی‌های خود را حدود شش ماه پس از شروع جنگ منتشر کرده و توضیح داده است که از آغاز درگیری‌ها، شمار تماس‌های دریافتی در مرکز مشاوره به حدود ۱۷۲ هزار مورد رسیده است؛ این عدد به‌طور میانگین معادل ۳۳ هزار تماس یا درخواست در هر ماه است، در حالی که تنها در ماه نخست جنگ، ۴۴ هزار مورد ثبت شده است.

پایگاه خبری والا (Walla) نیز با استناد به بیانیه این انجمن، اعلام کرده است که از زمان آغاز جنگ، میانگین روزانه تماس‌ها به ۹۲۰ مورد رسیده و این سازمان برای پاسخ‌گویی به این حجم بی‌سابقه از درخواست‌ها، بیش از ۱۵۰ داوطلب جدید جذب کرده است.

بازی تازه شروع می‌شود

ترس همواره همراه زندگی در اسرائیل بوده است؛ چه از تیراندازی‌ها و چاقوکشی‌ها، انتفاضه‌ها، یا «دوره‌های» درگیری با حماس و حزب‌الله. اما این بار، احساس متفاوتی وجود دارد. این تنها اضطراب وجودی نیست، بلکه ترسی فوری و شخصی است، به‌ویژه در مرکز پایتخت. حالا شهروندان اسرائیلی مرگ را به‌وضوح در صدای انفجار موشک‌ها و گستره ویرانی ناشی از حملاتی که رهگیری نشده‌اند حس می‌کنند.

موشک‌های ایران، موضوعی متفاوت را رقم زده‌اند و حال و هوای عمومی به روشنی این واقعیت را بازتاب می‌دهد. خیابان‌های مرکز تل‌آویو عملاً خالی شده‌اند؛ صحنه‌هایی که یادآور دوران قرنطینه کرونا هستند، اما این بار بدون امنیت ناشی از «هوای آزاد بودن». در حالی که اکثر اسرائیلی‌های یهودی در آپارتمان‌های خود به پناهگاه‌ها دسترسی دارند یا به پناهگاه‌های عمومی نزدیک هستند، بسیاری به جای آن به پارکینگ‌های زیرزمینی پناه برده‌اند؛ چراکه می‌دانند هر چیزی در سطح زمین ممکن است با اصابت مستقیم نابود شود. خیابان‌ها خلوت، حمل و نقل عمومی تقریباً متوقف، مدارس تعطیل و کنیسه‌ها تارک شده‌اند. فروشگاه‌ها در پی هجوم مردم برای خرید، خالی شدند. شب‌ها با کفش به خواب رفتن، آماده‌برای شنیدن آژیرها و حتی تاصحیح نخواستن، ترومای جمعی جدید اسرائیلی‌هاست.

نوبت من کی می‌رسد؟

به گفته یوناتان، یکی از کسانی که تمام این ۱۲ روز را تاصبح در پناهگاه می‌گذرانند، «مسئله فقط جنگ نظامی نبود؛ جنگ روانی هم بود. همه آن چیزهایی که حس امنیت و نظم را به زندگی داده بود، بی‌ثبات شده بودند. جنگ، تمام ابعاد ارتباطی را تحت تأثیر قرار داده بود؛ در فضای مجازی، بحث‌هایی شکل می‌گرفت درباره اینکه چه کسی حق دارد وارد پناهگاه خصوصی شود، چه فعالیتی «ضروری» محسوب می‌شود و اینکه ماندن بهتر است یا فرار کردن».

عوفر، که یکی از سربازان بازنشسته است، او می‌گفت: «وقتی مقررات جدید از سوی فرماندهی جبهه داخلی اعلام می‌شد، حکم قانون مقدس را داشت. زندگی به یک دوگانگی ساده و مطلق تبدیل شده بود: «اتاق امن» یا «منطقه خطر». همسایه‌ها در خفا درباره اینکه چه کسی پناهگاهی مناسب دارد، چه کسی ندارد و چه کسی اجازه ورود دارد، پیچ‌پیچ می‌کردند؛ فضای تنش‌زا، مملو از دلخوری و مشاجره بود. شهرداری‌ها در تلاش برای افزایش تعداد پناهگاه‌های عمومی بودند. اما در عمق همه این تحرکات، ترسی خاموش جریان داشت: «نوبت من کی می‌رسد؟».

ساردیناس، یکی از مهاجران به رژیم، با ناامیدی گفت: «من در مونترال بزرگ شدم؛ آنجا هم شرایط اضطراری داشتیم - کلواک، یخبندان، قطع برق. در سال ۱۹۹۸، یک طوفان یخ‌بندان، شهر را برای هفته‌ها فلج کرد. اما آن طبیعت بود. نه آژیر بود و نه بمب. وقتی بحران تمام شد، فرصت داشتیم خودمان را بازبازی کنیم و از زیر برف بیرون بیاییم».

او ادامه داد: «اما اینجا نه. اینجا، چراغ‌ها ناگهان روشن می‌شوند و از تو انتظار می‌رود طوری رفتار کنی که انگار هیچ‌وقت در تاریکی نبوده‌ای».

حمله ۷ اکتبر و جنگ پس از آن، چهره واقعی بحران سلامت روان در اسرائیل را آشکار کرد؛ رژیمی که نه تنها مردم را در برابر خشونت‌های مکرر بی‌پناه گذاشته، بلکه نظام سلامت روانش نیز نتوان و بی‌کفایت در مقابله با فجایع روانی است. این وضعیت نمادی از بی‌توجهی ساختاری و بی‌مسئولیتی دولت است که هزینه آن را مردم عادی، به‌ویژه اقلیت‌ها و آسیب‌دیدگان مستقیم، با بهای سنگین می‌پردازند.