

בריאות נפשית בקרב צעירים וצעירות מהחברה הערבית

מאפיינים ייחודיים, חסמים לטיפול
והשפעות המלחמה

ד"ר נסרין חדאד חאג'-יחיא | טל עזגד | יסמין תמוז

נכתב עבור מיזם ענבר
תכנית יתד, משרד הרווחה והבטחון החברתי וקרן רש"י

פברואר 2025



תוכן עניינים

מבוא.....3

צעירים וצעירות ערבים ובריאות נפשית4

מאפיינים ייחודיים בתחום בריאות הנפש בקרב
צעירים וצעירות ערבים במצבי סיכון.....5

שירותים בתחום בריאות הנפש בחברה הערבית.....8

צעירים וצעירות ערבים כצרכני שירותי בריאות הנפש.....9

השפעות המלחמה על הבריאות הנפשית בקרב
צעירים וצעירות ערבים.....17

סיכום.....25

מבוא

סקירה זו נכתבה ביוזמת מיזם ענבר לקידום טיפול נפשי מותאם לצעירים במצבי סיכון – מיזם משותף לתוכנית יתד – התוכנית הלאומית לצעירים במצבי סיכון במשרד הרווחה ולקרן רש"י. מטרת המסמך היא לסקור מצבי סיכון ומאפיינים ייחודיים בתחום הבריאות הנפשית בקרב צעירים וצעירות מהחברה הערבית, לבחון את מאפייני צריכת השירותים בשדה בריאות הנפש ולזהות חסמים ייחודיים כבסיס להתאמת השירותים הקיימים לצעירים וצעירות במצבי סיכון מהחברה הערבית. הסקירה מתבססת על מאמרים ונתונים שפורסמו וכן על בסיס מידע שהועבר לחברת נאס-טאס מטעם צוות המיזם.

נקודת המוצא של מיזם ענבר היא שיש מחסור גדול בשירותים מותאמים לצעירים, ובפרט לצעירים במצבי סיכון בחברה הערבית – מחסור הנובע גם מהיעדר מידע בנושא. ישנם מקורות לא מעטים על צעירים בחברה הערבית וכן מקורות ספורים על בריאות הנפש בחברה הערבית. לעומת זאת כמעט שאין מידע על צעירים בחברה הערבית והתמודדותם עם קשיים נפשיים, מחלות נפש, טיפול נפשי ושיקום שהתפרסם. סקירה זו מהווה חלק ממהלך לפיתוח הידע בנושא בריאות הנפש בקרב צעירים מהחברה הערבית, במסגרת מיזם ענבר.

סקירה זו עוסקת בין היתר בהיבטים של בריאות הנפש בקרב צעירים ערבים בצל המלחמה שפרצה ב-7.10.23. ממעט המידע שנכתב מאז על אודות החברה הערבית והצעירים הערבים בפרט, עולה כי הצורך בטיפול נפשי מותאם לצעירים מהחברה הערבית גדל בעקבות המלחמה.

צעירים וצעירות ערבים ובריאות נפשית

קבוצת הגיל 18-24 בחברה הערבית מנתה בסוף 2022 כ-312,000 צעירים וצעירות, והיוותה 27.2% מתוך קבוצת גיל זו בישראל. חשיבותה של קבוצה זו בחברה הערבית נובעת בין היתר מחלקה המשמעותי מכלל האוכלוסייה, שכן בעוד בחברה היהודית קבוצת גיל זו מהווה 10.9% מכלל החברה היהודית, בחברה הערבית חלקה של קבוצה זו עומד על 15.6%¹.

תקופת גיל זו המסמלת את המעבר מגיל ההתבגרות לבגרות ומכונה בגרות בהתהוות, היא תקופה רגישה במיוחד בתחום בריאות הנפש. זוהי תקופה המתאפיינת בשינויים פיזיולוגיים, חברתיים ונפשיים במהלכה עסוקים צעירים בגיבוש זהותם העצמית, בבחירת קריירה ובגיבוש זהותם המינית והמגדרית.² תקופת הבגרות בהתהוות מאופיינת בחמישה תבחינים הכוללים חקירה ובדיקת זהות, חוסר יציבות שנתפסת לגיטימית על ידי החברה, מיקוד בעצמי ומובחנות מההורים לצד תקופות בהן מסתמכים הצעירים על הוריהם. בתקופה זו מתגבשים חלומות לגבי העתיד אשר נוצרים על ידי התנסויות מרובות.³

תקופת הבגרות המתהווה מעמתת את הצעירים עם אתגרים ייחודיים כמו בלבול ואי בהירות בנוגע לעתיד, לצד ציפיות חברתיות לקבלת החלטות בנוגע למשימות התפתחותיות כגון רכישת השכלה, הקמת משפחה ומציאת עבודה. משמעות תקופה הבגרות המתהווה מבחינת בריאות הנפש כוללת, לצד ההזדמנויות והנטייה לאופטימיות לגבי העתיד בגיל זה, גם אתגרים כגון חרדות ודיכאון.⁴ השינויים בתפקידים החברתיים בתקופה זו עלולים לעורר תגובות מתח ומצוקה בקרב הצעירים. ואכן, בני נוער וצעירים בגילי 12-25 מציגים את השכיחות הגבוהה ביותר למחלות נפש, שהן הגורם הראשון במעלה למוגבלות בגילים אלה. לפחות 75% מההפרעות הנפשיות מופיעים לפני גיל 25 וגם בישראל, נמצא כי בקרב כרבע מהמתמודדים עם הפרעות דיכאון או חרדה במהלך החיים, ההפרעה הופיעה לראשונה בגיל 25 ומטה.⁵ במאמרו טוען שולמן כי ההתייחסות הנכונה ביותר לפסיכופתולוגיה בגיל הבגרות בהתהוות, היא כאל ביטוי של הצלחה או כישלון בתהליך השינוי ההתפתחותי המתרחש בגיל זה.⁶

היבטים תרבותיים משפיעים על תקופת הבגרות המתהווה. בחברות מסורתיות יותר, כמו החברה הערבית בישראל, משך הזמן הלגיטימי לחקירה והתנסות מצטמצם וישנה ציפייה מהצעיר לאמץ את ערכי משפחתו ותרבותו.⁷ להורים ולמשפחה המורחבת יש משקל רב בבחירת מסלולים או ויתור עליהם, בדימוי העצמי, ברצייה חברתית, ודבר זה

1 נתונים המבוססים על עיבוד שנעשה בחברת נאס-נאס ייעוץ ומחקר לנתוני הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה שפורסמו ב-2024.
2 צינמון ר' בתוך בוני-נוח, ח', נתן ש' ובן-רפאל גלנטי, ס' (עור'), צעירים בישראל: מחקר ועבודת שטח. המכללה האקדמית בית ברל, קרן גנדיר ועמותת למרחב, 2018.

3 Arnett, J. J., A longer road to adulthood. Family in transition, 328-341, 2014.

4 Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K., The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. The Lancet Psychiatry, 1(7), 569-576, 2014.

5 חטר-ישי ג', רועה ד', ביטון ל' וזילכה-מנו ס', צעירים בטיפול בבריאות הנפש: צרכים, דפוסי שימוש ופיתוח מענים מותאמים – סקירת ספרות, חברה ורווחה – רבעון לעבודה סוציאלית, כרך ל"ט חוברת 1, מרץ 2019.

6 Shulman, S., A New Lens on Emerging Adulthood: Fluidity as the Path to Settling Down. Oxford University Press, 2023.

7 צינמון ר' בתוך בוני-נוח, ח', נתן ש' ובן-רפאל גלנטי, ס' (עור'), צעירים בישראל: מחקר ועבודת שטח, המכללה האקדמית בית ברל, קרן גנדיר ועמותת למרחב, 2018.

נכון לגבי המשפחה הגרעינית, לגבי דמויות מפתח במשפחה המורחבת ואף לגבי משפחת הארוס (עבור צעירות לאחר האירוסין).⁸ למרכזיות של התא המשפחתי ישנן השפעות ארוכות-טווח חיוביות בכל הנוגע להתנהגויות ופיתוח ערכים חיוביים, אך הדומיננטיות של המשפחה גם יכולה למנוע פתרון בעיות, כולל בעיות נפשיות, משום שהמשפחה היא מקור תמיכה מרכזי ויש חשש מהתערבות חיצונית.⁹

בנוסף למאפיינים אלו של החברה הערבית, צעירים ערבים בישראל נאלצים להתמודד גם עם היותם חלק מקבוצת מיעוט החווה אפליה מערכתית בספירה הפוליטית, החברתית, הכלכלית והתרבותית. על רקע הסכסוך הישראלי-פלסטיני והמתחים בין הרוב למיעוט בתוך המדינה סובלת החברה הערבית, שכאמור הצעירים הם חלק משמעותי בה, מאפליה גלויה וממוסדת שנמשכת עד היום על אף צמצום פערים בתחומים מסוימים בעשורים האחרונים.¹⁰ כל אלו מעמיסים על הצעירים הערבים עומסים רגשיים משמעותיים ביותר.

מאפיינים ייחודיים בתחום בריאות הנפש בקרב צעירים וצעירות ערבים במצבי סיכון

עוד לפני המלחמה שפרצה באוקטובר 2023, רבים מהצעירים הערבים הוגדרו כצעירים בסיכון, וככאלו – הם נמצאים בסיכון מוגבר להתמודדות עם מצוקות נפשיות.¹¹ בתוכנית יתד הגדירה הממשלה צעירים בסיכון כ"צעיר הסובל ממחסור ו/או מצוקה מתמשכים באחד או יותר מתחומי החיים שלהלן: השכלה, תעסוקה ומימונויות; רווחה ובריאות רגשית; קיום פיזי, בריאות ומוגנות; השתייכות משפחתית וחברתית".¹² מחקר של נאס-טאס עבור תוכנית יתד מיפה את מאפייני הסיכון של צעירים ערבים בעזרת ראיונות, קבוצות מיקוד וסקירת ספרות וזיהה את גורמי הסיכון הבאים, אשר משפיעים בין היתר על בריאותם הנפשית של צעירים ערבים:¹³

- **עוני:** מצבה הסוציו-אקונומי של החברה הערבית מוסיף להיות חלש משמעותית מזה של החברה היהודית. בשנת 2023 38.4% מהמשפחות בחברה הערבית היו מתחת לקו העוני, לעומת 15.8% מהמשפחות בחברה היהודית. בקרב הילדים המצב אף חמור יותר – כמחצית מהילדים נמצאים מתחת לקו העוני בשל מספר נמוך של מפרנסים לצד שכר נמוך.¹⁴ חשוב לחדד שעוני גורר אירועי חיים שליליים המייצרים לחצים כרוניים ומצוקות נפשיות אחרות.

8 זינר א', חי א' וחדאד חאג'י-יחיא נ', תוכנית יתד בחברה הערבית – מיפוי והמלצות לפיתוח והתאמת מענים עבור צעירים וצעירות ערבים בסיכון, נאס-טאס ייעוץ ומחקר לתוכנית יתד וג'וינט אשלים, פברואר 2022.

9 Haj-Yahia M.M. in Haj-Yahia, M. M., Nakash, O., & Levav, I. (Eds.), Mental health and Palestinian citizens in Israel, Indiana University Press, 2019.

10 מעורבות קהילתית והשתתפות אזרחית של צעירים ערבים בישראל – מיפוי מצב בשטח והמלצות מדיניות, נאס-טאס ייעוץ ומחקר לקרן גנדייר והקרן למפעלים מיוחדים במוסד לביטוח לאומי, אוגוסט 2020.

11 Breiner, H., Stroud, C., & Bonnie, R. J. (Eds.). (2015). Investing in the health and well-being of young adults. Washington (DC): National Academies Press, 2015.

12 סוגיות בריאות של צעירים במצבי סיכון – מיפוי בעיות, חסמים ופתרונות אפשריים, פורום הארגונים למען צעירים בסיכון בשיתוף קרן גנדייר, דצמבר 2017.

13 זינר א', חי א' וחדאד חאג'י-יחיא נ', תוכנית יתד בחברה הערבית – מיפוי והמלצות לפיתוח והתאמת מענים עבור צעירים וצעירות ערבים בסיכון, נאס-טאס ייעוץ ומחקר לתוכנית יתד וג'וינט אשלים, פברואר 2022.

14 קסיר נ', פינס ר' ופלאם מ', דוח ממדי העוני והאי-שוויון בהכנסות – 2023, הביטוח הלאומי, דצמבר 2024.

- **נשירה לפני סיום התיכון:** אחוזי הנשירה בקרב תלמידים ערבים בכל אחת משנות הלימוד בבתי הספר העל-יסודיים כמעט כפולים בממוצע מאלו של תלמידים יהודים. למשל במעבר בין שנת הלימודים תשע"ט לתש"פ נשרו בממוצע 1.9% מהתלמידים בכל אחד מהשנתונים שבין כיתות ז'-י"ב. נשירה זו משפיעה על האפשרויות העומדות בפני צעירים בתקופת הבגרות בהתהוות.
- **אלימות:** תופעת האלימות בחברה הערבית כולה הפכה בשנים האחרונות למגיפה של ממש. האלימות שכיחה כבר בגילי בית הספר, והצעירים הערבים מהווים חלק משמעותי ממחוללי האלימות וגם חלק משמעותי מקורבנותיה. כך לדוגמה, קבוצת הגיל בעלת החלק הגדול ביותר בקרב המורשעים בדין מהחברה הערבית היא קבוצת הגיל 20-24, והיא מהווה 31.7% מסך המורשעים הערבים בשנת 2017, בעוד חלקם מתוך האוכלוסייה הערבית עמד על 10% בלבד. נוסף על כך, לפי נתוני מטה המאבק בפשיעה ואלימות בחברה הערבית, לפחות 2010 ילדים וצעירים עד גיל 24 בחברה הערבית איבדו ב-12 השנים האחרונות הורה כתוצאה מאלימות.¹⁵ האלימות יוצרת מעגל מתמשך של טראומה ולחץ נפשי המגביר את הסיכון למצוקה נפשית.
- **נישואים מוקדמים:** כ-2% מהצעירות הערביות מתחתנות לפני גיל 18 לעומת צעירות יהודיות מעטות הנישאות בגיל זה, וכ-9% מהצעירות הערביות מתחתנות לפני גיל 19 לעומת כ-2% בקרב צעירות יהודיות בגיל זה. נישואים מוקדמים מגבילים לרוב את האפשרות לרכוש השכלה ולהשתלב בשוק העבודה, מה שמוביל לתלות כלכלית בבן הזוג ותחושת חוסר שליטה על החיים, שעלולה להוביל למצוקה נפשית.
- **בריאות הציבור:** האוכלוסייה הערבית סובלת יותר ממחלות רקע מאשר האוכלוסייה היהודית, כאשר המחלות הכרוניות הנפוצות ביותר הן סוכרת ולחץ דם, שני מצבים רפואיים המופיעים בשכיחות גבוהה בקרב נוער מהחברה הערבית ומשפיעים על איכות חייהם של צעירים רבים.¹⁶
- **חוסר מעש:** כ-90% מהחברה הערבית חיה ברשויות מקומיות וערים ערביות הסובלות מחולשות כלכליות משמעותיות. מחסור בתקציבים ובתשתיות והיעדר המודעות גורמים להשקעה מועטה של רשויות אלו בחינוך בלתי פורמלי, דבר המוביל בין השאר לחוסר מעש בקרב צעירים וצעירות ערביים ולמצבי סיכון רבים.¹⁷ נראה כי הקשר בין חוסר מעש לבין תחלואה נפשית הינו מעגלי, כך שתחלואות נפשיות בילדות ובהתבגרות מנבאות מצב של חוסר מעש בתקופת הבגרות בהתהוות, אך גם מצב של חוסר מעש בתקופה זו מגביר את הימצאותן של תחלואות נפשיות בתקופת הבגרות בהתהוות ללא קשר באבחון קודם. נמצא כי לצעירים חסרי מעש סיכוי גבוה פי ארבעה להיות מאובחנים עם תחלואה נפשית כבר בילדות או בגיל ההתבגרות המוקדם בהשוואה לבני גילם. עם זאת, נמצא גם כי למצב של חוסר

¹⁵ חאג' יחיא ד', כשרעש היריות חזק יותר מפעמון בית הספר, פשיעה בקרב בני נוער בחברה הערבית, מטה החירום למאבק בפשיעה ואלימות והוועד הארצי לראשי הרשויות המקומיות הערביות, אוגוסט 2024.

¹⁶ לביא א', אלון צ', סועאד ח' ואבן ש', חוסנה של החברה הערבית בישראל במשבר הקורונה, בתוך החברה הערבית בישראל בראיית החוסן החברתי, המכון למחקרי בטחון לאומי, פברואר 2021.

¹⁷ תדאד חאג' יחיא נ' ורודינצקי א', החינוך הבלתי פורמלי בחברה הערבית, המכון הישראלי לדמוקרטיה, 2018.

מעש היה קשר לסיכון מוגבר פי שבעה למחשבות אובדניות נוכחיות בתקופת הבגרות בהתהוות, ללא תלות בתחלואה נפשית קודמת.¹⁸

• **קונפליקט תרבותי:** משרד הרווחה והשירותים החברתיים זיהה זה מכבר כי צעירות נמצאות בסיכון גבוה לחשיפה למצבי מצוקה בעקבות מעמדן במשפחה ובחברה.¹⁹ תפיסה זו מקבלת משנה תוקף בהקשר של צעירות בחברה הערבית, אשר שייכות הן למיעוט לאומי הן למגדר הנתון להדרה, דיכוי ואפליה.²⁰ גם תהליך המודרניזציה שעוברת החברה הערבית בישראל בעקבות החשיפה לתרבות המערבית המתירנית, לצד המגבלות והפיקוח המופעלים על צעירות ערביות, מעמיד אותן בפני לחצים וקונפליקטים רבים.²¹

• **גורמים סוציו-תרבותיים:** המבנה החברתי מבוסס על תלות הדדית, בעיקר בתוך המשפחה, ולעיתים הציפיות הקבוצתיות גוברות על צורכי הפרט, מה שיוצר מתחים בין-דוריים ומצוקות נפשיות, במיוחד בקרב צעירים המבקשים מימוש עצמי. כמו כן, החברה מאופיינת בהיררכיה מגדרית וגילאית, כאשר גברים ומבוגרים מחזיקים בעמדות כוח גבוהות יותר. עם זאת, בשלושת העשורים האחרונים חל שינוי במבנה החברתי, שכן רכישת השכלה והישגים מקצועיים הפכו לציר כוח חדש, אך לצד ההעצמה, שינויים אלו יוצרים גם לחצים נפשיים משמעותיים.²²

בנוסף לצעירים המוגדרים כצעירים בסיכון, גם צעירים ערבים המשולבים במסלולי השכלה ותעסוקה ושאינם מוגדרים בסיכון, סובלים מקשיים ייחודיים שמעלים את הסבירות להתמודדויות בתחום הבריאות הנפשית:

• **עול כלכלי:** במסגרת המחקר של נאס-טאס לתוכנית יתד עלה כי העול הכלכלי המונח על כתפי הגברים הצעירים הינו היבט משמעותי ביותר בהגדרת גורמי הסיכון. ראשית, העול הכלכלי אינו מסתכם רק בצורכי המחיה של הצעיר עצמו, אלא כולל את גם צורכי המשפחה ולעיתים אף את אלו של המשפחה המורחבת (הן מבחינת פרנסה יומיומית, והן בהקשר של חובות עבר או של משברים כלכליים בלתי צפויים, אשר מצופה מהצעירים הערבים להשתתף בפתרוןם). שנית, על צעירים ערבים מופעל לחץ להרוויח מספיק כסף שיאפשר להם לבנות בית כתנאי לנישואים. לפיכך, כבר בגיל צעיר יחסית ישנו שיעור משמעותי של צעירים וצעירות ערבים שעובדים, ושיעור זה מוכפל (ואף יותר מכך) עד הגיעם לגיל 25. כמו כן, ככל שהלומדים מתבגרים, שיעורי התעסוקה שלהם במהלך הלימודים עולים. מצב זה יכול להוביל בלית ברירה לכניסה לשוק האפור או לפשיעה לטובת השגת כסף מהיר, גרירת לימודים ונשירה. לכל אלו עלולים כמובן להתלוות מתח, דיכאון וקשיים נפשיים שונים.²³

¹⁸ Power, E., Clarke, M., Kelleher, I., Coughlan, H., Lynch, F., Connor, D., Fitzpatrick, C., Harley, M., & Cannon, M. (2015). The association between economic inactivity and mental health among young people: a longitudinal study of young adults who are not in employment, education or training. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 32(1), 155–160.

¹⁹ נערות וצעירות, משרד הרווחה והשירותים החברתיים, 2016.

²⁰ אליאס ח', אלנאבולסי ר' ופגורק ש', השלכות ארוכות טווח של פגיעה בילדות ובהתבגרות בקרב צעירות בחברה הערבית בישראל, קרן המחקרים של המוסד לביטוח לאומי, יוני 2020.

²¹ יפה א', חאג' יחיא ג', בית חם לנערות ולנשים בכפר פורדים ובשפרעם, 2007.

²² אבו כף ס', מצוקה נפשית ואלימות בחברה הערבית בישראל, קריאות ישראליות 1, 90-96, 2022.

²³ זינר א', חי א' וחאדא חאג' יחיא נ', תוכנית יתד בחברה הערבית – מיפוי והמלצות לפיתוח והתאמת מענים עבור צעירים וצעירות ערבים בסיכון, נאס-טאס ייעוץ ומחקר לתוכנית יתד וג'וינט אשלים, פברואר 2022.

- **משבר זהות:** צעירים ערבים רבים חווים משבר זהות בעת כניסתם לאקדמיה – המפגש המשמעותי הראשון עם החברה הכללית. בנוסף לתחושת חוסר השייכות הם נתקלים באתגרים אקדמיים משמעותיים, ובעקבותיהם משבר הזהות מחריף ועלול לגרום לדיכאון ולהעלות את הסיכון לאובדנות.²⁴ טענה זו נשענת גם על מחקרים שהוכיחו כי קיים קשר בין תחושת זהות חיובית וחזקה לבין בריאות נפשית.²⁵

שירותים בתחום בריאות הנפש בחברה הערבית

ביולי 2015 נכנסה לתוקף הרפורמה השלישית בבריאות הנפש להעברת האחריות הביטוחית מהמדינה לקהילה – לארבע קופות החולים: כללית, מכבי, מאוחדת ולאומית. עד אותו מועד סיפקה המדינה את השירותים בעיקר בבתי החולים הפסיכיאטרים ובמרפאות לבריאות הנפש. מטרות הרפורמה כללו את הרחבת נגישות השירותים וזמינותם, שיפור איכות הטיפול והפחתת הסטיגמה השלילית המוצמדת למטופלים בבריאות הנפש. מטרות אלה חשובות במיוחד בכל הנוגע לשירותי בריאות הנפש בחברה הערבית.

כיום ישנן כ-77 מרפאות לבריאות הנפש הפועלות ב-27 ישובים ערבים. לשם השוואה, בישובים יהודים פועלות 791 מרפאות – כלומר עבור אוכלוסייה הגדולה פי חמישה בלבד, קיימות פי עשרה מרפאות. מתוך 77 המרפאות, 8 נותנות שירותים לכל חברי קופות החולים, 20 מופעלות על ידי קופ"ח כללית, 15 על ידי קופ"ח לאומית, 21 על ידי קופ"ח מאוחדת ו-11 על ידי קופת חולים מכבי. 45 מרפאות מעניקות טיפולים נפשיים למבוגרים ו-32 לילדים ונוער. נטען כי עם הרחבת המענים בישובים ערביים, הרפורמה הבליטה את הפערים במערך שירותי בריאות הנפש, עם התארכות תורים שהביאה לירידה באיכות הטיפול, מטופלים שמקבלים טיפול תרופתי במקום טיפול תומך, אינם מקבלים סל שיקום ואינם מכירים את הזכויות שלהם במערכת.²⁶ כל אלו, בנוסף לחסמים וקשיים בירוקרטיים מערכתיים מצד הקופות, מקשים על צעירים ערבים ובני משפחתם לקבל טיפול ופוגעים באיכות הטיפול.

²⁴ זינר א', חי א' וחדאד חאג' יחיא נ', תוכנית יתד בחברה הערבית – מיפוי והמלצות לפיתוח והתאמת מענים עבור צעירים וצעירות ערבים בסיכון, נאס-טאס ייעוץ ומחקר לתוכנית יתד וג'ינט אשלים, פברואר 2022.

²⁵ Miari M. & Natur N. in Haj-Yahia, M. M., Nakash, O., & Levav, I. (Eds.), Mental health and Palestinian citizens in Israel. Indiana University Press, 2019.

²⁶ דאוד נ' וג'ראסי נ', נגישות וזמינות השירותים לבריאות הנפש בחברה הערבית המקומית בעקבות הרפורמה בבריאות הנפש: עמדות, חסמים וגורמים תומכים לשימוש בשירותי בריאות, אפריל 2024.

צעירים וצעירות ערבים כצרכני שירותי בריאות הנפש

דוח מבקר המדינה מ-2020 קבע כי "כדי לאפשר לאוכלוסייה הערבית לממש את זכותה לקבלת טיפול נפשי, יש לאפשר שירותים בפריסה מספקת ובזמינות סבירה תוך כדי התאמת התרבות והשפה. מצב שבו יש לכאורה פריסה סבירה של שירותים מותאמים תרבותית ושפתית אולם זמני ההמתנה לקבלתם ארוכים, אינו מאפשר לאוכלוסייה לממש את זכותה לטיפול".²⁷ הדוח אינו כולל מידע מדויק לגבי קבוצת הגיל 18-24, אך מציג תמונת מצב רלוונטית גם לצעירים הערבים.

בידי משרד הבריאות אין נתונים על אודות שיעור המטופלים בחברה הערבית מתחילת הרפורמה ועד היום, ולכן משרד מבקר המדינה בדק את שיעור המטופלים בבריאות הנפש בכל הישובים שבהם היו לפחות 10,000 תושבים מתחת לגיל 18 ולפחות 10,000 תושבים מעל גיל 18 בשנת 2018, בהשוואה למדדים מקלים מאלו שנקבעו (טיפול ב-1.5% במקום 2% מקרב הילדים וב-3% במקום 4% מקרב המבוגרים), כדי לראות את שיעור המטופלים בחברה הערבית. מהבדיקה עלה כי מרבית היישובים שבהם ניתן הטיפול לשיעור הקטן ביותר של חברי קופות החולים הם יישובים ערביים.

מהנתונים שהובאו לעיל עולה כי קיים תת-טיפול בערבים הסובלים מבעיות נפשיות ובייחוד בצעירים ערבים, שהם כאמור מהווים קבוצת סיכון להתמודדות עם בעיות נפשיות.

הנתונים המובאים כאן מעידים על פערים בהיצע ובצריכת השירותים, ומעבר לכך הסממן המובהק של הפער בין האוכלוסיות מודגם במחסור המשמעותי בנתונים. במסגרת סקירת הספרות שנעשתה לשם הכנת מסמך זה, נמצא כי קיים מעט מאוד מידע פומבי על השירותים השונים הניתנים למתמודדי נפש ערבים צעירים ומידת ניצולם. על כך תעיד העובדה המצערת שבשנתון הסטטיסטי של בריאות הנפש 2021 שפורסם על ידי משרד הבריאות ומונה 152 עמודים, מופיעה המילה ערבים שמונה פעמים בלבד, ואילו בשנתון של 2020, המילה ערבים אינה מופיעה כלל.^{28, 29}

להלן הנתונים שבכל זאת נמצאו:

זכאות לסל שירותי בריאות נפש

מתמודדי נפש בישראל זכאים לסל שיקום הכולל שירותים במגוון תחומים, אשר ניתנים להם מתוקף חוק שיקום נכי נפש בקהילה. שירותי סל השיקום כוללים שירותי תעסוקה, השלמת השכלה, דיור, חברה ופנאי, ליווי שיקומי, מתאם טיפול, וחונכות לאקדמאים וטיפולי שיניים. הזכאות לאחד או יותר מהשירותים הללו נקבעת על ידי ועדת שיקום אזורית באחריות משרד הבריאות הכוללת שלושה אנשי מקצוע בתחומי הפסיכיאטריה, הפסיכולוגיה, עבודה סוציאלית, ריפוי

²⁷ דוח מבקר המדינה, 2020.

²⁸ בריאות הנפש בישראל, שנתון סטטיסטי 2022, משרד הבריאות, דצמבר 2023.

²⁹ בריאות הנפש בישראל, שנתון סטטיסטי 2020, משרד הבריאות, אפריל 2022.

בעיסוק או סיעוד. בשל המיעוט באנשי מקצוע ערבים בתחומים אלה (מלבד סיעוד) גם בתחום זה מתמודדים צעירים ערבים עם קשיים ניכרים, ועל כן מממשים את זכויותיהם בשיעורים נמוכים משמעותית מיהודים במצבם.

נתונים משנתון בריאות הנפש 2022 נוגעים לשיקום ואשפוז פסיכיאטרי של צעירים ערבים המעידים על פערים לרעה לעומת צעירים יהודים:

שיקום פסיכיאטרי – משתקמים במהלך השנה לפי קבוצת אוכלוסייה בעשור שהסתיים ב-2022:³⁰

- שיעור המשתקמים המתוקנן ליהודים ואחרים היה גבוה פי 2.9-3.3 בהשוואה לערבים.
- לצעירים בגיל 18-24 נמצא הבדל גבוה יותר, פי 6.4.

אשפוז פסיכיאטרי – שיעור מאושפזים במהלך השנה לפי קבוצת אוכלוסייה בעשור שהסתיים ב-2022:³¹

- שיעור המאושפזים המתוקנן ליהודים ואחרים היה גבוה פי 1.9-1.8 בהשוואה לערבים.
- הבדל גבוה נמצא במיוחד בקרב צעירים: פי 2.4 בגיל 18-24.

חסמים לקבלת טיפול נפשי לצעירים בחברה הערבית

כאמור, הנתונים המעטים שקיימים מעידים על פער גדול בין הצורך בטיפול לקבלתו. ישנם מחקרים רבים המעידים על חסמים העומדים בפני החברה הערבית לטיפול בבריאות הנפשית, אך מעטים מהם מתמקדים בצעירים. החסמים שיפורטו לעיל אמנם נוגעים ברובם לחברה הערבית ככלל, אך יש לרבים מהם גם מאפיינים ייחודיים הנוגעים לצעירים ערבים.

בדומה לקבוצות מיעוט בכל העולם, גם הערבים בישראל סובלים מחסמים מבניים וסוציו-פוליטיים לקבלת טיפול נפשי, הכוללים חוסר נגישות שפתית למידע הקשור לבריאות נפשית, קושי בתקשורת, מחסור במטפלים מותאמים תרבותית ומחסור בטיפול מונגש בשפה הערבית.³² דוגמה לחסם מבני שמעיב על הטיפול ברווחת האוכלוסייה הערבית נעוץ במחלקות הרווחה ברשויות המקומיות הערביות אשר תקציבן נמוך ומשום כך הן מתקשות לספק שירותי רווחה הולמים לכלל האוכלוסייה הנזקקת שבאחריותן. אחת הבעיות המרכזיות בעניין זה היא הדרישה של משרד הרווחה למימון תואם, המחייבת את הרשויות המקומיות לממן

³⁰ בריאות הנפש בישראל, שנתון סטטיסטי 2022, משרד הבריאות, דצמבר 2023.

³¹ שם.

³² Elias, H., Alnabilsy, R., Pagorek-Eshel, S., & Levin, L., Structural and Socio-Political Barriers to Providing Services to Arab-Palestinian Young Women: Social Workers' Perspectives. The British Journal of Social Work, 54(2), 568-586, 2024.

25% מעלות שירותי הרווחה שהן מספקות. דרישה זו מכבידה על רשויות מקומיות חלשות, ובכללן רשויות מקומיות ערביות, ומובילה לכך שדווקא ברשויות אלו, שבהן שיעור הנזקקות בפועל גבוה, התקציב למטופל בשירותי הרווחה נמוך בהשוואה לזה ברשויות החזקות.³³ דוגמה נוספת לחסם מבני מתבטאת ברמת התקצוב של ארגונים המטפלים בבריאות הנפש בחברה הערבית בכלל ובצעירים בפרט. ב-2016 למשל, המדינה השקיעה פי 4.5 במימון של טיפול נפשי של צעירות יהודיות לעומת צעירות ערביות, זאת למרות הצורך הגדול בקרב צעירות ערביות.³⁴

נגישות פיזית

נגישות פיזית מהווה חסם בסיסי לקבלת טיפול נפשי בקרב צעירים ערבים, בעיקר בשל היעדר תחבורה ציבורית מספקת ביישובים הערביים. מאחר שהתחבורה הציבורית ביישובים אלו מוגבלת ופריסת המרפאות לא ממצה את כלל הישובים, הגעה לטיפול בריאות הנפש לרוב מחייבת שימוש ברכב פרטי, מה שמגדיל את עלויות הטיפול ומקשה במיוחד על צעירים שאין ברשותם אמצעי תחבורה עצמאי.³⁵

התאמה תרבותית-שפתית של הטיפול

להתאמת הטיפול לרקע של המטופל יש חשיבות רבה בהיבט הקליני והאישי. בטיפול מבוסס שיחות יש חשיבות עליונה לשפה ולהיכרות מעמיקה עם מאפייני תרבות המטופל. דוגמה להתאמה נדרשת שכזו נוגעת לכך שבחברה הערבית יש קושי תרבותי להביע רגשות, וישנן אזהרות חברתיות בנוגע לתוצאות החברתיות שייתכנו לדיבור ללא מחשבה תחילה. גישה זו מאפיינת גם את התקשורת במפגשים טיפוליים. לכן, בניגוד לגישת הטיפול המערבית המושתתת על פתיחות מרבית של המטופל, במפגשים טיפוליים בחברה הערבית לא מקובל לצפות שהמטופל יחלוק "סודות משפחתיים" עם המטפל שאיננו אחד מקרוביו.³⁶

דוח מבקר המדינה משנת 2020 מעלה כי מידת ההתאמה הייחודית למטופלים מהחברה הערבית לוקה בחסר.³⁷ בין הליקויים שהדוח מצביע עליהם:

- נגישות וזמינות בלתי מספקות של שירותי בריאות הנפש בקרב האוכלוסייה.

33 חדאד חאג'יחיא נ', סייף א', קסיר נ' ופרג'ון ב', מצב הרווחה בחברה הערבית עוני, מדיניות ממשלתית וחולשת הרשויות המקומיות, המכון הישראלי לדמוקרטיה וקרן פורטלנד, פברואר 2021.

34 Elias, H., Alnabilsy, R., Pagorek-Eshel, S., & Levin, L, Structural and Socio-Political Barriers to Providing Services to Arab-Palestinian Young Women: Social Workers' Perspectives. The British Journal of Social Work, 54(2), 568-586, 2024.

35 Daeem, R.; Mansbach-Kleinfeld, I.; Farbstein, I.; Apter, A.; Elias, R.; Ifrah, A.; Chodick, G.; Fennig, S. Barriers to help-seeking in Israeli Arab minority adolescents with mental health problems: Results from the Galilee study. Isr. J. Health Policy Res. 2019.

36 ניג'ם-אכטילאט פ', בן רבי ד' וסבו-לאל ר', עקרונות עבודה והתערבות המותאמים לחברה הערבית בשירותי רווחה וטיפול בישראל, מאיירס-ג'וינט-ברוקדייל, 2018.

37 דוח מבקר המדינה, 2020.

- מחסור בכוח אדם מקצועי ערבי בתחום גורם לכך שחלק ניכר מהטיפולים ניתנים בעברית על ידי מטפלים יהודים – בחוסר התאמה לצרכי המטופלים.
- גם כאשר יש לכאורה פריסה סבירה של שירותים מותאמים תרבותית ושפתית – זמני ההמתנה לקבלתם ארוכים.

כתגובה לדוח המבקר נמסר על ידי משרד הבריאות כי מאחר שעשרות המרפאות ונקודות השירות שפתחו קופות החולים ביישובים הערביים אינן מספקות, נדרשת הרחבתן, אולם המחסור בכוח אדם הדובר את השפה מקשה על כך (כפי שיפורט בהמשך). קופ"ח כללית מסרה בדצמבר 2019 כי פתחה מרפאות ביישובי החברה הערבית (אום אל-פחם, באקה אל-גרביה, טייבה ורהט) שבהן פועלים צוותים מן החברה הערבית כדי לאפשר נגישות תרבותית ושפתית.³⁸

מחסור בכוח אדם ערבי בתחום הבריאות הנפשית

קופות החולים נדרשות לספק שירותים מותאמים תרבותית ולשונית כדי לצמצם את אי-השוויון בבריאות. התאמה תרבותית ולשונית חשובה במיוחד בשירותי בריאות הנפש, היות שהטיפול מתבסס בעיקר על תקשורת ועל דיאלוג בין המטפל למטופל. אחת הדרכים להשיג התאמה כזו היא לשלב מטפלים מקרב אוכלוסיית היעד במערך הטיפול. שיעור האוכלוסייה הערבית עומד בישראל על כ-21% מכלל האוכלוסייה, אך רק 1.9% מן הפסיכיאטרים ו-1.4% מהפסיכולוגים הקליניים בארץ הם ערבים.³⁹ בדומה, נמצא כי יש שבעה מומחים בפסיכיאטריה של הילד והמתבגר, שהם 5.2% מכלל אנשי המקצוע בתחום. נכון לשנת 2021, רק 12% מכלל העובדים הסוציאליים המועסקים היו מהחברה הערבית.⁴⁰

מן המחקרים המעטים שנעשו בישראל עולה כי מערכת בריאות הנפש מתקשה לגייס אנשי מקצוע מן החברה הערבית. כך למשל, במחקר שנערך על היערכות קופות החולים לרפורמה, במימון המכון הלאומי לחקר שירותי הבריאות ומדיניות הבריאות, נמצא כי כבר בשלבים הראשונים של ההיערכות, דיווחו קופות החולים על קושי בגיוס אנשי מקצוע מן החברה הערבית בתחומי בריאות הנפש.⁴¹ יתרה מכך, לפי נתון עדכני בנוגע למספר הרישיונות החדשים שנרשמו בתחומי הפסיכיאטריה, הפסיכיאטריה של הילד והמתבגר והפסיכולוגיה בין השנים 2000-2013, לא צפוי בעתיד הקרוב גידול רב בהיצע אנשי המקצוע מן החברה הערבית: בין השנים האלה נרשמו 487 פסיכיאטרים חדשים, 117 פסיכיאטרים של הילד והמתבגר ו-198 פסיכולוגים חדשים. מתוכם אחוז אנשי המקצוע מן החברה הערבית היה 2.2% מתוך כלל הפסיכיאטרים, 6.2% מכלל הפסיכיאטרים

³⁸ דוח מבקר המדינה, 2020.

³⁹ אלרועי א', סמואל ה' ומדינה-הרטום ת', מחסור באנשי מקצוע מן החברה הערבית בשירותי בריאות הנפש – סיבות ופתרונות, מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל, 2018.

⁴⁰ בן שמחון מ' וליפליסקי ס', רשומים בפנקס העובדים הסוציאליים – נתונים סטטיסטיים מנהלים ומסקרים, משרד הרווחה והבטחון הלאומי, יוני 2021.

⁴¹ סמואל ה' ורוזן ב', כיצד נערכות קופות החולים להספקת שירותי בריאות הנפש?, מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל, 2013.

לילד ולמתבגר ו-2.6% מכלל הפסיכולוגים (חטיבת מידע ומחשוב, משרד הבריאות, מידע שלא פורסם). אם כן, ישנו תת-ייצוג של החברה הערבית גם בקרב הסטודנטים במקצועות הטיפול בבריאות הנפש.⁴²

ממצאי מחקר על הסיבות והפתרונות למחסור באנשי מקצוע מן החברה הערבית בשירותי בריאות הנפש שנערך על ידי מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל ב-2018 מצטרפים לתמונה העולה מן המחקר הבין-לאומי, ולפיה בני מיעוטים נתקלים בקשיי השתלבות בתחום בריאות הנפש. המחקר מציף שלושה גורמי רקע התורמים לקושי: רקע אקדמי חלש המקשה על השתלבות בתעסוקה באופן כללי; רקע סוציו-אקונומי נמוך הדורש השתלבות מהירה בתעסוקה מכניסה; ורקע תרבותי הכולל תפיסות סטיגמטיות כלפי בריאות הנפש בכלל וכלפי מטפלים בתחום בפרט.

באותו מחקר תוארו החסמים הייחודיים למסלולי ההכשרה והתעסוקה במקצועות בריאות הנפש, ובהם חסמים מבניים הקשורים לדרישות סף גבוהות לאורך כל מסלול הלימודים וההכשרה בלימודי הפסיכולוגיה, הרפואה והעבודה הסוציאלית, וכן חשיפה מוגבלת להכוונה ולייעוץ בנוגע לבחירה במקצועות הטיפוליים בבריאות הנפש, בשלבים שונים של המסלול; חסמים כלכליים בדמות תנאי השכר הנמוכים לעומת מקצועות מקבילים (ראיית חשבון, רוקחות, עריכת דין וכד'), וכן היותם של מסלולי ההכשרה ארוכים ותובעניים לעומת החלופות; חסמים תרבותיים כוללים, בין היתר, תפיסות סטיגמטיות של בריאות הנפש והיעדר מודעות למקצועות הטיפוליים בתחום, וכן היעדר התאמה אקדמית שמקורה בסביבה אקדמית ומקצועית ללא דמויות לחיקוי.

אתגרים ביחסים בין אנשי מקצוע ומטופלים

גם כאשר צעירים ערבים מגיעים למפגש עם אנשי מקצועות הטיפול, עמדותיהם כלפי אנשי המקצוע מקשות על הצלחת הטיפול. לדוגמה, עובדים סוציאליים ערבים נתפסים כדמויות חזקות שעוזרות לצעירות ערביות הזקוקות לטיפול נפשי, אך בה בעת הם חלק מקבוצת מיעוט שסובלת מלחצים הקשורים להיותה של החברה הערבית חברה מסורתית-קולקטיביסטית ומלחצים פוליטיים-חברתיים, דבר שיכול להעיב על הטיפול.⁴³ נוסף על כך, עובדים סוציאליים רבים חוששים מהסיכון הכרוך בגישה לבתי נרצחים או בעבודה עם צעירים שהם ו\או משפחותיהם מעורבים בסכסוכים ובפשעה.⁴⁴ לעומת זאת, עובדים סוציאליים יהודים מעידים כי בעבודה עם צעירות ערביות, הם נתפסים כמייצגים את הממסד,

⁴² סמואל ה' ורוזן ב', כיצד נערכות קופות החולים להספקת שירותי בריאות הנפש?, מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל, 2013.
⁴³ Elias, H., Alnabilsy, R., Pagorek-Eshel, S., & Levin, L, Structural and Socio-Political Barriers to Providing Services to Arab-Palestinian Young Women: Social Workers' Perspectives. The British Journal of Social Work, 54(2), 568-586, 2024.

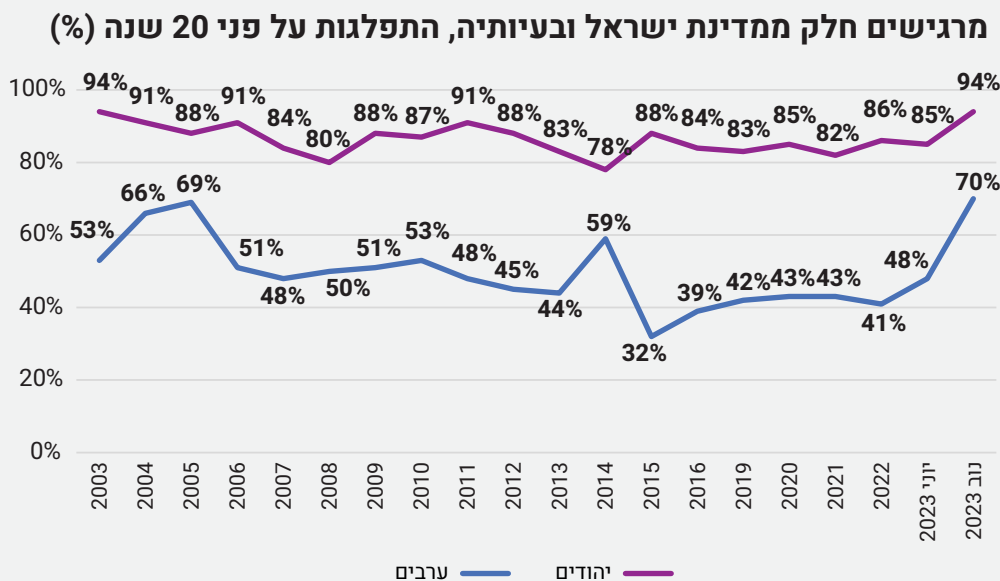
⁴⁴ חאג'יחיא ד', הפשיעה בחברה הערבית הפכה ילדים רבים ליתומים, וגם כאן המדינה נכשלת, אתר הארץ, 8.1.2025, אוחזר ב-15.01.2025.

דבר המונע מהצעירים לשתף אותם בפרטים אישיים של פגיעות.⁴⁵ כל אלו מהווים חסמים להצלחת הטיפול.

מצד אנשי המקצוע, במחקר עולה הנושא של ההקשר הפוליטי-חברתי בישראל ולהשתקפותו במרחב הטיפולי. אנשי המקצוע תיארו דילמות העולות בעבודה הטיפולית, כאשר מטופלים מבטאים מצוקות על רקע הסכסוך היהודי-ערבי, בעיקר בעיתות משבר ומלחמה. בראיונות שבוצעו עלה כי מורכבות זו מציפה חששות ומערערת את הביטחון של המטפלים ביכולתם להתמודד עם סוגיות הנוגעות לביטחון, לפוליטיקה ולזהות לאומית.⁴⁶

תחושת ניכור וחוסר בתחושת שייכות

ממחקרים בין-לאומיים עולה כי במצבים נפשיים שליליים, לבני מיעוטים החיים בניכור מאוכלוסיית הרוב קשה יותר לחשוב ולפעול על מנת לשנות את המצב, מאשר לקבוצת הרוב.⁴⁷ המחקר Barriers to mental health service use among Palestinian-Arab women in Israel: psychological distress as a moderator שדן בנשים ערביות צעירות נפגעות מאשש טענה זו.⁴⁸ כמו כן, בכל הקשור לתחושת שייכות למדינה, למרות שנרשמה עלייה בתחושת השייכות שמביעים ערבים כלפי המדינה בשנים האחרונות, היא נותרה נמוכה באופן מובהק בהשוואה ליהודים:⁴⁹



⁴⁵ Elias, H., Alnabilsy, R., Pagorek-Eshel, S., & Levin, L, Structural and Socio-Political Barriers to Providing Services to Arab-Palestinian Young Women: Social Workers' Perspectives. The British Journal of Social Work, 54(2), 568-586, 2024.

⁴⁶ דוח מבקר המדינה, 2020.

⁴⁷ Martin de Holan, P., Willi, A., & Fernández, P. D. (2019). Breaking the wall: Emotions and projective agency under extreme poverty. Business & Society, 58(5), 919-962.

⁴⁸ Abo-Rass, F., Abu-Kaf, S., & Nakash, Barriers to mental health service use among Palestinian-Arab women in Israel: psychological distress as moderator. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(19), 2022.

⁴⁹ הרמן ת' וענבי א', סקר בזק "חרבות ברזל": שיא של 20 שנה בתחושת השייכות למדינה הן בקרב יהודים והן בקרב ערבים, המכון הישראלי לדמוקרטיה, נובמבר 2023.

בכל הנוגע לצעירים ערבים, נתונים משנת 2018 מעידים כי מבין כלל המבוגרים בחברה הערבית, הצעירים בני 18-34 הכי פחות גאים בזהות האזרחית שלהם וכי הם מרגישים רחוקים מהזהות הישראלית.⁵⁰ למרות שתחושת השייכות עלתה בקרב צעירים ערבים עם פרוץ המלחמה, היא עדיין נמוכה מזו של יהודים צעירים, והיא מהווה חסם לטיפול בבריאותם הנפשית בכך שהיא משפיעה על אמונתם ביכולת להשתקם.

אוריינות בריאות נפש

המושג אוריינות בריאות הנפש מתייחס לידע ולעמדות לגבי בריאות הנפש, המסייעים להכיר בהתנהגות ובניהולה, למען טיפול הולם ומניעת בעיות בתחום בריאות הנפש.⁵¹ אוריינות בריאות הנפש מאפשרת הבנה של הפרעות נפש ושל אפשרויות הטיפול בהן, הפחתת הסטיגמה הקשורה להפרעות נפש ושיפור היעילות בחיפוש אחר עזרה. אוריינות בריאות הנפש מאפשרת הכרה במצוקה בזמן שההפרעה מתפתחת, רכישת ידע על אפשרויות טיפול למחפשים עזרה, למידת אסטרטגיות יעילות לעזרה עצמית עבור בעיות קלות יותר ומיומנויות עזרה ראשונה לתמיכה באדם המפתח הפרעה נפשית או נמצא במצב של מצוקה נפשית.

המחקר "אוריינות בריאות הנפש בקרב סטודנטים פלסטינים-ישראלים" התמקד בזיהוי שתי בעיות נפשיות שכיחות יחסית (דיכאון ו-PTSD), ידע על עוזרים פוטנציאליים, עזרה ראשונית, התערבויות מתאימות ומקורות מידע בנושא בקרב מדגם של סטודנטים ערבים במוסדות אקדמיים.⁵² במחקר נמצא כי המשתתפים הערבים הצעירים הפגינו אוריינות בריאות נפש בינונית – רק כמחצית מהמשתתפים זיהו את תסמיני הדיכאון וכשליש מהמשתתפים הגדירו את תסמיני הדיכאון כלחץ. לחץ נחשב מצב נורמטיבי שאינו מחייב טיפול והשקפה זו עלולה לגרום לעיכוב בפנייה לעזרה מקצועית במקרי דיכאון. מן המחקר עלה עוד כי מקור המידע העיקרי של המשתתפים על בריאות הנפש הוא האינטרנט, אחריו אנשי מקצוע ולבסוף בני משפחה.

הממצא המשמעותי ביותר במחקר זה הוא שקיים קשר מובהק בין אוריינות בריאות נפש גבוהה ושימוש בשירותי בריאות הנפש. ככל שהמשתתפים ידעו יותר, כן גברה נכונותם להשתמש בשירותי הבריאות השונים. מן הצד השני עלה כי הימצאות שירותי בריאות הנפש בקהילה כשלעצמה לא מספיקה להעלאת שיעור המשתמשים בשירותים. כדי להביא לשיפור הטיפול במתמודדי נפש יש להעלות את רמת אוריינות בריאות הנפש בקהילה, להפחית את הסטיגמה המיוחסת לפניה לשירות בריאות הנפש ולהנגיש את השירותים מבחינה תרבותית.

50 בין זהות ומגדר במגזר הערבי, אתר המכון הישראלי לדמוקרטיה, ינואר 2019, אוחר ב-15.01.2025.
51 אבו ראס נ', אלשיך פ', יונגמן ר' ונטר א', אוריינות בריאות הנפש בקרב סטודנטים פלסטינים-ישראלים, חברה ורווחה, מ"א, מרץ 2021.
52 שם.

תפיסת בעיות נפשיות כמבישות

התרבות הערבית, כמו תרבויות מסורתיות-קולקטיביסטיות אחרות, הושפעה ומושפעת מערכים כמו תלות הדדית, הרמוניה, היררכיה, שמירה על השם הטוב, מחויבות לבני המשפחה והקרובים, שותפות, צניעות, מתינות, חסכנות וסיפוק צורכי האחרים אפילו על חשבון הצרכים האישיים של הפרט.⁵³

בחברות מסורתיות, ובחברה הערבית בפרט, בעיות נפשיות ופסיכולוגיות נתפסות כתופעה מבישה, המכתימה את כבוד המטופל עצמו ואת המשפחה כולה. בקרב נשים רווקות הכתם עלול למנוע שידוך ונישואים, ובקרב נשים נשואות עלול הדבר להוביל לגירושיהן, או לשמש עילה לבעל לקחת אישה נוספת.⁵⁴ בעיה אצל בן משפחה אחד עלולה להיתפס כבעיה של המשפחה כולה ולהיות בעלת השלכות לסיכויי הנישואים של בני משפחה אחרים. עבור צעירים נושא זה עלול להיתפס כנושא הרה גורל.

על כן ההתייחסות לבעיות נפש כמבישות מהווה חסם לקבלת עזרה נפשית בחברה הערבית בכלל ואצל צעירים בפרט.

תפיסת המחלה וההחלמה בחברה הערבית

החברה הערבית מתאפיינת ברובה כחברה מסורתית ודתית. הדת בחברה הערבית היא לעיתים קרובות גורם חשוב בניתוח בעיות ובפתרון. באסלאם למשל, השריעה – מערכת החוק האסלאמי המבוססת על הקוראן ועל התורה שבעל-פה – משפיעה גם על קבלת החלטות אישיות. גם לאמונות שונות יש השפעה, ופעמים רבות חולי גופני או נפשי ובעיה משפחתית או זוגית מוסברים כהתערבות של כוחות על-טבעיים.⁵⁵ על פי דעאס עיראקי, ההחלמה נתפסת כמסע משפחתי להתמודדות עם המחלה והסטיגמה שכולל קבלת הדין האלוהי. המשפחה שואפת לתוצאות קונקרטיות עבור הצעיר או הצעירה – חתונה או שמירה על כבוד המשפחה. כתוצאה מכך, ישנם צעירים המתמודדים עם סוגיות של בריאות נפשית אשר בוחרים שלא להשתמש בתרופות באופן סדיר, לעיתים קרובות בידיעת המשפחה, ומנסים להתמודד עם המחלה באמצעות קריאה בקוראן ותפילה.⁵⁶

⁵³ ניג'ם-אכתיילאת פ', בן רבי ד' וסבו-לאר ר', עקרונות עבודה והתערבות המותאמים לחברה הערבית בשירותי רווחה וטיפול בישראל, מכון מאיר-ג'וינט-ברוקדייל, 2018.

⁵⁴ אלקרינאווי ע', טיפול נפשי רגיש-תרבות בחברה הערבית, 1999.

⁵⁵ ניג'ם-אכתיילאת פ', בן רבי ד' וסבו-לאר ר', עקרונות עבודה והתערבות המותאמים לחברה הערבית בשירותי רווחה וטיפול בישראל, מכון מאיר-ג'וינט-ברוקדייל, 2018.

⁵⁶ דעאס עיראקי ש', החלמה בחברה הערבית: על המסע שלי בעולם בריאות הנפש, כתב עת ישראלי לריפוי בעיסוק, 2020.

השפעות המלחמה על הבריאות הנפשית בקרב צעירים וצעירות ערבים

מאז פרוץ המלחמה ב-7.10.23, רבים מתושבי מדינת ישראל חווים קושי נפשי רב. השפעת המלחמה על צעירים היא ייחודית מפני שבמצבי חירום מתמשכים, תהליכים של בניית זהות ופיתוח מיומנויות לחיים עצמאיים נמצאים בסיכון גבוה להיפגע. תהליכים אלו הכרחיים עבור צעירים בגיל הבגרות המתהווה, והפגיעה בהם בעקבות אירועים הנובעים מהמלחמה באופן ישיר ועקיף, משפיעה על יכולתם של הצעירים להשיג את היעדים המצופים מהם בתחומי חיים שונים.⁵⁷ בכל הנוגע לצעירים ערבים, המחקר מראה כי אסונות משפיעים במידה שונה על קבוצות שונות באוכלוסייה בשל הבדלים במידת הפגיעות שלהם ובנגישות שלהם למשאבים ולהזדמנויות.⁵⁸ בשל השתייכותם של צעירים ערבים לשתי קבוצות מוחלשות בחברה (החברה הערבית וקבוצת הצעירים בשלב עיצוב הזהות, הנפגעת במיוחד בעת מלחמה), ניכר כי למלחמה השפעות שליליות ייחודיות על קבוצה זו.

היות שרק מעט מן המחקרים נוגעים בבריאות הנפש של צעירים ערבים בצל המלחמה, נציג כאן גם ממצאים הקשורים לכלל החברה הערבית, ממצאים המשליכים גם על מצב הבריאות הנפשית של צעירים בחברה.

תחושת שייכות

אזרחיה הערביים של מדינת ישראל חווים בתקופת המלחמה הנוכחית מורכבות זהותית אזרחית הכוללת בין היתר פגיעה בתחושת השייכות שהיא מרכיב חיוני בבריאות הנפש, ומתבטאת בין השאר בקושי רגשי ונפשי.⁵⁹

אתגר אחד בתחום זה הוא הפגיעה בחופש הביטוי שרבים בחברה הערבית חשים, בשל קשר זהותי, משפחתי ורגשי עם תושבי עזה, כאשר הבעת אמתיה או התנגדות למלחמה נתפסת כלא לגיטימית.⁶⁰ בהקשר זה, שחרור המשטרה מהצורך באישור פרקליטות לפתיחת חקירה של עבירות ביטוי הובילה למעצרים רבים של ערבים על התבטאויות ברשתות החברתיות. מעצרים אלו לוו בתחושות של השפלה, ורק מעטים מהם הסתיימו בהגשת תלונה.⁶¹ אפליה חברתית ופוליטית ממושכת כפי שסובלת ממנה האוכלוסייה הערבית בישראל, מגבירה את הנטייה לפתח בעיות פסיכולוגיות כמו פוסט טראומה ודיכאון, ועל כן הפגיעה בתחושת השייכות מאז פרוץ המלחמה, משפיעה לרעה על הבריאות הנפשית בקרב אוכלוסייה זו.⁶²

⁵⁷ בן סימון ב' וטופורק בר א', להתבגר בצל מלחמה: השפעות מצב חירום ואסון על צעירים – סקירת ספרות, מכון מאיר-סג"ל לזיכרון ברוקדייל, 2024.

⁵⁸ Yuan, F., Li, M., Liu, R., Zhai, W., & Qi, B., Social media for enhanced understanding of disaster resilience during Hurricane Florence. International Journal of Information Management, 57, 2021.

⁵⁹ קולות מהשטח תמונת מצב בחברה הערבית בצל המלחמה בהיבטים חברתיים אזרחיים ופסיכולוגיים עד ה-23.11.23, מכון שלום הרטמן, 2023.

⁶⁰ שם.

⁶¹ בנבנישתי ב', חדאד חאג'יחיא נ' וחי א', החברה הערבית בצל המלחמה: השפעות מצב החירום בתחומים נבחרים, נאס-נאס ייעוץ ומחקר לג'וינט ישראל, דצמבר 2023.

⁶² Mayer Y, Shiffman N, Bergmann E, Nator M, Khazen S, Lurie I, Enav Y. Mental Health Outcomes of Arab and Jewish Populations in Israel a Month after the Mass Trauma Events of October 7, 2023: A Cross-Sectional Survey of a Representative Sample. Psychiatry Res., 2024.

תחושת ביטחון

בצל המלחמה נפגעת תחושת הביטחון האישי בקרב החברה הערבית בישראל באופן משמעותי. סקר מסוף שנת 2023 מצא כי 81% בחברה הערבית מדווחים על פגיעה בתחושת הביטחון האישי.⁶³ יתרה מכך, 56% מהאזרחים הערבים דיווחו על תחושת ביטחון אישי נמוכה או נמוכה מאוד, בעוד ששיעור התשובות הללו בקרב האזרחים היהודים עמד על 25%.⁶⁴

הפגיעה בתחושת הביטחון האישי מתבטאת בדרכים שונות. נכון לסוף שנת 2023, 54% מהמשיבים הערבים העידו כי אינם חשים בנוח לבקר ביישובים יהודיים, ו-46% העידו כי אינם חשים בנוח לדבר בערבית במרחב הציבורי בנוכחות יהודים.⁶⁵ לפגיעה בתחושת הביטחון גורמים שונים. אחד הגורמים הינו החשדנות המתגברת של יהודים כלפי ערבים ברשתות החברתיות ואף בקרב גורמים רשמיים בממשלה.⁶⁶ גורם שני הינו חוסרים במיגון מפני טילים ביישובים הערבים לצד חלוקת רישיון נשק מואצת לפי קריטריונים שמותאמים בעיקר ליהודים – התחמשות שמחדדת את תחושת הפחד במרחב הציבורי ובמקומות עבודה.⁶⁷ גורם שלישי הוא העובדה שרק 12% ממקרי הרצח בחברה הערבית מפוענחים בידי המשטרה.⁶⁸ אמנם סמוך למלחמה נרשמה ירידה מסוימת במספר מקרי הרצח, אך בסוף שנת 2024 חלה עלייה חסרת תקדים, והשיעור הכללי של מקרי הרצח גדל פי 2.8.⁶⁹ עם העלייה במספרם והקושי בפענוח רוב רובם של מקרי הרצח בחברה הערבית, מתעוררות תחושות פחד וחוסר אונים המשפיעות על המצב הנפשי.

השכלה

רכישת השכלה נפגעת בתקופות טראומטיות, פגיעה המתבטאת בירידה בפניות הרגשית וביכולת להתרכז – שני מרכיבים הנדרשים ללמידה אפקטיבית.⁷⁰ דוח של מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל מראה כי 35% מהסטודנטים הערבים ויתרו על לימודיהם במהלך המלחמה לעומת 19% בלבד מהסטודנטים היהודים והאחרים.⁷¹ נתון זה טומן בחובו השלכות ארוכות טווח על עתידם, כמו גם על תהליכי גיבוש הזהות והקריירה של הצעירים הערבים.

⁶³ רודניצקי א', סקר מעמיק בציבור הערבי בחלוף שנה למלחמה, תוכנית קונרד אדנאואר לשיתוף פעולה יהודי-ערבי, דצמבר 2023.

⁶⁴ לביא א', אלרן מ' ופדלון ת', החברה הערבית בישראל שבעה חודשים למלחמה: בין איפוק למחאה, המכון למחקרי בטחון לאומי, מאי 2024.

⁶⁵ הרמן ת' וענבי א', סקר בזק "חרבות ברזל": שיא של 20 שנה בתחושת השייכות למדינה הן בקרב יהודים והן בקרב ערבים, אתר המכון הישראלי לדמוקרטיה, נובמבר 2023.

⁶⁶ דיאבאט ס', השלכות המלחמה על החברה הערבית תמונת מצב על החברה הערבית בישראל בצל מלחמת חרבות ברזל, הג'וינט, נובמבר 2024.

⁶⁷ קולות מהשטח תמונת מצב בחברה הערבית בצל המלחמה בהיבטים חברתיים ואזרחיים ופסיכולוגיים עד ה-23.11.23, מכון שלום הרטמן, 2023.

⁶⁸ יונרוב א', וייס א' ושאמי ל', שיעור מקרי הרצח בישראל: מגמות עכשוויות והשוואה בין לאומית, מכון טאוב, פברואר 2024.

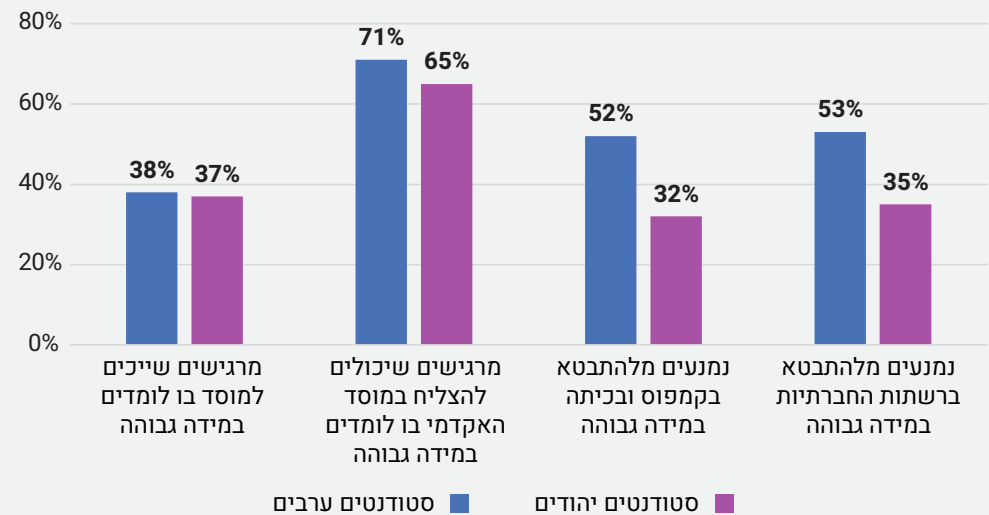
⁶⁹ בנבישתי ב', חדאד חאג'יחיא נ' וחי א', החברה הערבית בצל המלחמה: השפעות מצב החירום בתחומים נבחרים, נאס-נאס ייעוץ ומחקר לג'וינט ישראל, דצמבר 2023.

⁷⁰ Di Pietro, G., The academic impact of natural disasters: evidence from L'Aquila earthquake. Education Economics, 26(1), 62-7, 2018.

⁷¹ בן סימון ב' וקונסטנטינוב צ', השפעות מלחמת חרבות ברזל על הצעירים בישראל, ממצאי סקר, מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל, יוני 2024.

לצד הנשירה נמצאו גם פערים בעמדות בין סטודנטים יהודים וערבים לקראת החזרה ללימודים בספטמבר 2024, כפי שמעידים ממצאי סקר מרכז אקורד:⁷²

עמדות של סטודנטים ערבים ויהודים לקראת חזרה לקמפוסים, ספטמבר 2024 (%)



מן הסקר ניכר כי בעוד תחושת השייכות וההצלחה דומה בין הסטודנטים משתי הקבוצות, ההימנעות מהתבטאות גבוהה בקרב סטודנטים ערבים, וללא ספק קשורה לתחושת הפחד מרדיפה, שגבר בזמן המלחמה – פחד המשפיע על הבריאות הנפשית.

תעסוקה

מחקרים מראים שלאבטלה יש השפעה שלילית על בריאות הנפש ובפרט מצב של אבטלה ממושכת. במחקרים מארה"ב נמצא כי אוכלוסיות מיעוט סובלות מהשפעות שליליות במיוחד.⁷³ האוכלוסייה הערבית בישראל מתקשה להשתלב בשוק העבודה, כפי שבא לידי ביטוי בשיעורי תעסוקה נמוכים ושיעורי אבטלה גבוהים בהשוואה לאוכלוסייה היהודית. כמו כן, שיעור גבוה בקרב עובדות ועובדים ערבים סובלים מתנאי העסקה ירודים וביטחון תעסוקתי נמוך. לכל אלו עשויה להיות השפעה על הבריאות הנפשית של כוח העבודה בחברה הערבית.

בשנים שקדמו למלחמה, נרשמה מגמת עליה בשיעור התעסוקה בחברה הערבית, בעיקר בקרב נשים, כפי שניתן לראות בתרשים שלהלן.⁷⁴ עם זאת, חוסנה הכלכלי

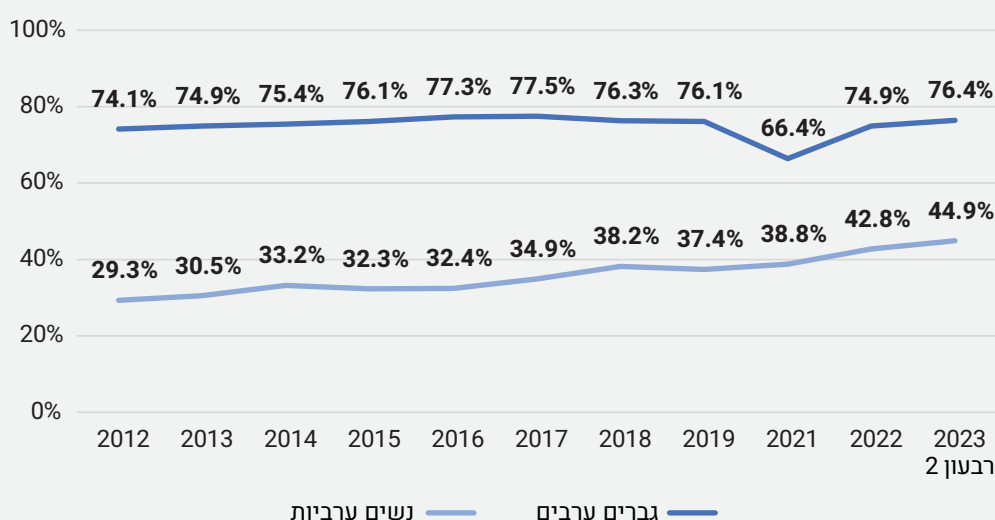
72 ממצאים מסקר עכשווי בקרב סטודנטיות וסטודנטים ערבים ויהודים: לקראת סמסטר סתיו תשפ"ה, מרכז אקורד, ספטמבר 2024.

73 Goldsmith, A., & Diette, T., Exploring the link between unemployment and mental health outcomes, 2012.

74 מעקב אחר יעדי תעסוקה ממשלתיים, הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2023.

של חברה זו נותר נמוך משמעותית ביחס לכלל האוכלוסייה, שיעורי העוני בחברה הערבית נותרו גבוהים מאשר בחברה היהודית, ההכנסות למשק בית נמוכות בהרבה ומשקי בית רבים מסתמכים על מפרנס יחיד, כך שההשלכות של עובד או עובדת מהחברה הערבית שאיבדו את הכנסתם במהלך המלחמה הן שליליות יותר במשקי בית מהחברה הערבית ועלולות ליצור משבר כלכלי עמוק.⁷⁵

שיעור התעסוקה בחברה הערבית לפני המלחמה, 2012-2023 (%)



למלחמה שפרצה באוקטובר 2023 היו השלכות קשות על שוק העבודה בישראל. המלחמה פגעה בכל המשק, עקב צמצום פעילות באזורי הלחימה, גיוס מילואים רחב, פינוי תושבים והשבתת מערכת החינוך, שהובילו לאובדן ימי עבודה, לצד ירידה בצריכה ובהשקעות. עובדים מהחברה הערבית חוו פגיעה קשה יותר, זאת בהלימה למחקרים המצביעים על כך שקבוצות אוכלוסייה המצויות בשולי שוק העבודה עוד טרם משבר, נוטות לספוג את הפגיעה הקשה ביותר בזמן המשבר ולאחריו, הן מבחינת היפלטות משוק העבודה והן מבחינת קושי לחזור אליו.⁷⁶

כך למשל, נשים ערביות רבות הוצאו לחופשה ללא תשלום ואחרות נפגעו משינויים במדיניות העבודה שנועדו לצמצם את האינטראקציה שלהן עם לקוחות יהודיים.⁷⁷ ענף הבנייה סבל משיבושים משמעותיים בשל מניעת כניסת עובדים מהרשות הפלסטינית וסגירת אתרים ומכיוון ש-22% מהמועסקים בענף זה הינם ערבים אזרחי ישראל (לעומת 6% יהודים), השיבוש בענף השפיע באופן מובהק על כוח העבודה מהחברה הערבית.⁷⁸ נוסף על כך, מחקר שניתח את שיעור דורשי העבודה החדשים מצא שבחודשים שלפני פרוץ המלחמה (ינואר-ספטמבר 2023) שיעור הנרשמים החדשים באבטלה מהחברה הערבית עמד על 16.8%,

⁷⁵ חדאד חאג'י-יחיא נ', ההשפעות המיידיות של הלחימה על עובדים מהחברה הערבית סקירת מצב החברה הערבית בשוק העבודה לפני פרוץ המלחמה וההשפעות האפשריות אחריה, אלפנאר, אוקטובר 2023.

⁷⁶ שם.

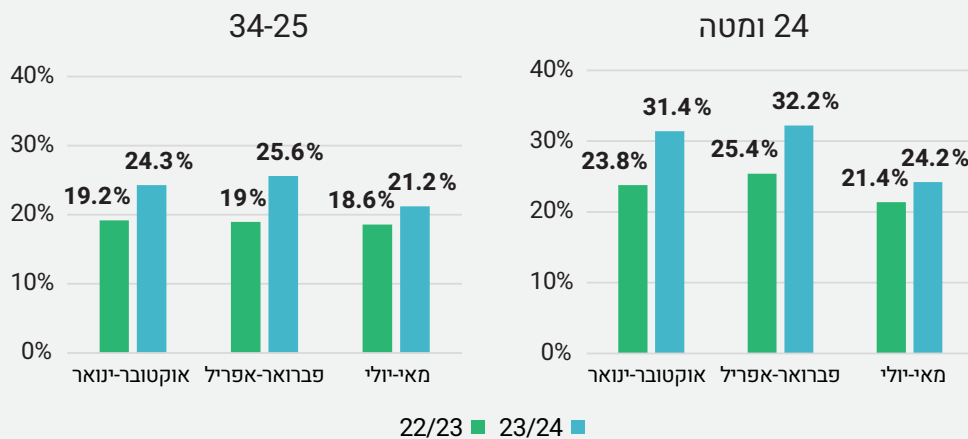
⁷⁷ דיאבאת ס', השלכות המלחמה על החברה הערבית תמונת מצב על החברה הערבית בישראל, בצל מלחמת חרבות ברזל, הג'וינט, נובמבר 2024.

⁷⁸ בכר ס' ודה-מלאך א', ההשפעות קצרות הטווח של מלחמת "חרבות ברזל" על תעסוקת האוכלוסייה הערבית בישראל, דו"ח בנק ישראל, 2023.

בעוד שבנובמבר שיעורם עלה עלייה חדה ל-25.6% ונותר גבוה במיוחד (מעל 22%) עד פברואר 2024.⁷⁹ פגיעה זו עלולה להחריף את אי השוויון הקיים בשוק העבודה ולהקשות על השתלבותם של עובדים ערבים בו גם לאחר סיום המשבר. כאמור, אבטלה ממושכת עלולה להשפיע באופן שלילי על מצב נפשי, בקרב מיוחד בקבוצות מיעוט.

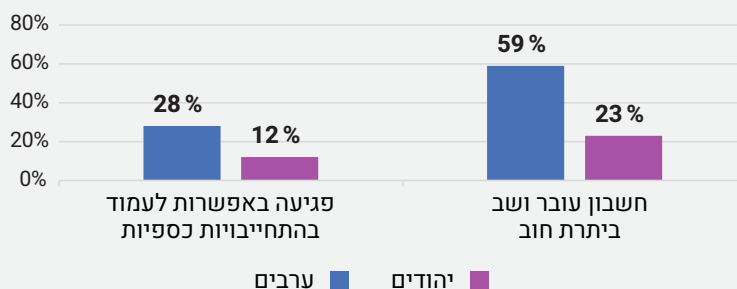
בתחום תעסוקת צעירים נמצא כי צעירים מהווים את אחת הקבוצות הפגיעות ביותר במצבי חירום ואסון בשל תנאי פתיחה חלשים כגון חוסר ניסיון ורמת מיומנות נמוכה – דבר המשתקף בנתונים שנאספו מאז המלחמה.⁸⁰ כפי שניתן לראות בתרשים מטה, שיעור הערבים בקרב דורשי העבודה באבטלה בקבוצות הגיל הצעירות היה גבוה במיוחד מאז פרוץ המלחמה והמשיך עד מאי-יולי 2024.⁸¹

שיעור האוכלוסייה הערבית מתוך דורשי העבודה באבטלה בקרב קבוצות הגיל הצעירות (%)



כמו כן, בדצמבר 2023 35% מן הצעירים הערבים ציינו שהמשיכו לעבוד באותו מקום, אך שהיקף המשרה שלהם קטן, זאת לעומת 21% מן הצעירים היהודים.⁸² פגיעה כלכלית הורגשה גם היא בקרב צעירים ערבים יותר מאשר בקרב צעירים יהודים ואחרים כפי שניכר מסקר של מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל מיוני 2024:⁸³

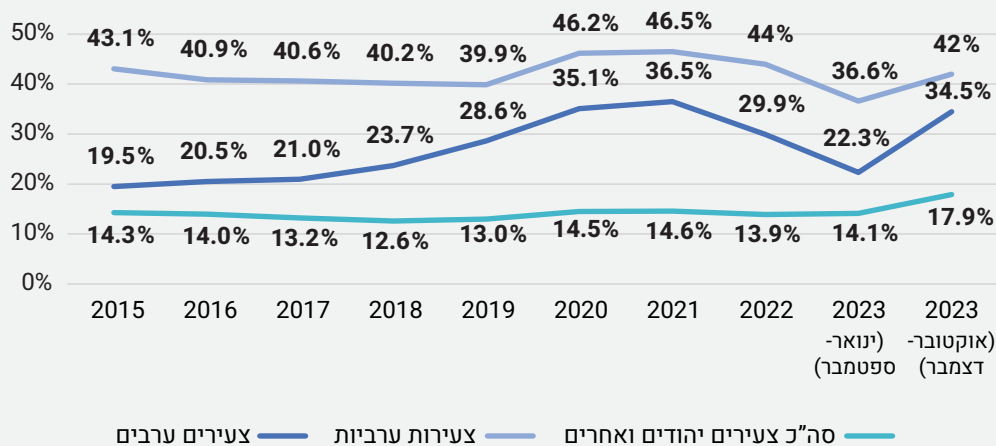
פגיעה כלכלית בקרב צעירים בעקבות המלחמה, יוני 2024 (%)



⁷⁹ חדאד חאג'יחיא נ' ופרג'ון ב', מדד אלפנאר 2024: מדד התעסוקה של החברה הערבית בישראל, דצמבר 2024.
⁸⁰ International Labour Office, Global employment trends for youth 2020 youth exclusion from jobs and training on the rise. International Labour Organization, 2020.
⁸¹ חדאד חאג'יחיא נ' ופרג'ון ב', מדד אלפנאר 2024: מדד התעסוקה של החברה הערבית בישראל, דצמבר 2024.
⁸² בן סימון ב' וקונסטנטינוב צ', השפעות מלחמת חרבות ברזל על הצעירים בישראל ממצאי סקר, מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל, יוני 2024.
⁸³ שם.

חוסר היציבות התעסוקתית והפניות הרגשית הנמוכה יותר להתרכז בהשכלה התבטאו גם בשיעור חסרי המעש (אלו שאינם משתתפים במסלולי הכשרה, השכלה או תעסוקה) בחברה הערבית, כפי שהתרחשים להלן מעיד. בקרב הנשים הצעירות הערביות שיעור חסרות המעש גבוה מאוד, אך נראה שחלה בו מגמה חיובית של צמצום בשנים האחרונות. בקרב גברים צעירים ערבים בני 18-24 המגמה הייתה שונה: שיעור חסרי המעש הידרדר באופן עקבי מ-2015 ועד שנות משבר הקורונה (2020-2021), שבמהלכן הגיע לשיא. עם זאת, מסיום משבר הקורונה ועד פרוץ המלחמה חלה התאוששות ראויה לציון עם ירידת שיעור הגברים הצעירים חסרי המעש (מ-36.5% ב-2021 ל-22.3% בספטמבר 2023). אולם מאז פרוץ המלחמה באוקטובר עלה שיעור הגברים הערבים הצעירים חסרי המעש בחדות ל-34.5%. גם בקרב הצעירות הערביות שיעור חסרות המעש עלה מפרוץ המלחמה, אם כי באופן מתון יותר, ל-42%.⁸⁴

צעירים (18-24) חסרי מעש, לפי קבוצת אוכלוסייה ומגדר, התפלגות על פני עשור (%)



בהקשר של בריאות הנפש, העובדה כי האוכלוסייה הערבית בישראל נמצאת במעמד סוציו-אקונומי נמוך יחסית עוד טרום המלחמה וכי מצבה הכלכלי נפגע עוד יותר במהלכה, כל שכן מצבם של הצעירים בתוכה, מגביר את הפגיעות הנפשית בעקבות אירועים טראומטיים. כל זאת בנוסף לכך שלחצים כלכליים מצמצמים אפשרויות להתנסויות החשובות להתפתחות ולגיבוש הזהות המאפיינים גיל זה.⁸⁵ בהתחשב בכך שאבטלה משפיעה לרעה על דיכאון במיוחד בשלב הבגרות המתהווה, אין ספק כי נתונים אלו מצביעים על כך שצעירים ערבים נמצאים בסיכון גבוה לקושי נפשי בעקבות המלחמה.⁸⁶

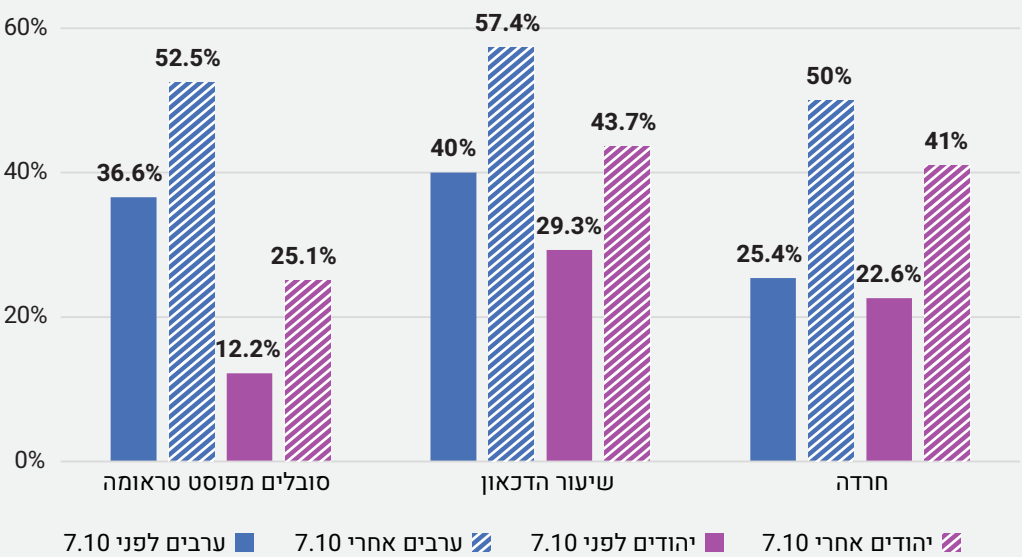
⁸⁴ חדאד חאג'י-יחיא נ' ופרג'ון ב', מדד אלפנאר 2024: מדד התעסוקה של החברה הערבית בישראל, דצמבר 2024.
⁸⁵ צינמון ר' בתוך בונינוח ח', נתן ש', ובן-רפאל גלנטי ס', (עור'), צעירים בישראל: מחקר ועבודת שטח, המכללה האקדמית בית ברל, קרן גנדייר ועמותת למרחב, 2018.

⁸⁶ Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K, The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. The Lancet Psychiatry, 1(7), 569-576, 2014.

בריאות הנפש בזמן המלחמה

לצד ההשפעות הרבות של המלחמה על כל היבטי חייהם של צעירים וצעירות ערבים, כפי שנסקרו לעיל, נתבונן כעת באופן ישיר על היבט בריאות הנפש בקרב אוכלוסייה זו. על פי המחקר The mental health impact of the October 7th terror attack on Jews and Arabs in Israel: A nationwide prospective study, הפערים בין החברות והמצוקה בחברה הערבית גדלו משמעותית בעקבות פרוץ המלחמה בשלושה מדדים הקשורים לבריאות הנפש:⁸⁷

מדדים של מצב נפשי, השוואה בין ערבים ליהודים לפני ואחרי ה-7.10.23 (%)



שני מחקרים נוספים שעסקו בבריאות הנפש בחברה הערבית מאז המלחמה, מצאו גם הם שערבים נפגעו יותר מיהודים בתחום זה. מחקר אחד מצביע על כך שתחושת שייכות לפני המתקפה באוקטובר מנבאת את רמת המחשבות האובדניות אחריה, שכן תחושת השייכות הנמוכה יותר בקרב החברה הערבית משפיעה ישירות על רמת המחשבות האובדניות הגבוהות יותר מאז פרוץ המלחמה.⁸⁸ ממצאי מחקר שני מראים שלמרות שיותר יהודים היו חשופים לאירועים מלחמתיים, יותר ערבים הביעו רצון בעזרה נפשית, אך עמדו בפני חסמים לקבלתה, חסמים שכללו סטיגמות תרבותיות ומחסור במרפאות ובמטפלים.⁸⁹ בכל הקשור לנגישות לטיפול, מחקר של אוניברסיטת חיפה מצא כי ל-56.1% מהמשתתפים באוכלוסייה הערבית אין אמצעים כלכליים לפנות לטיפול, לעומת 53.3% בחברה היהודית, וכי בחברה הערבית כמחצית אינם

⁸⁷ Groweiss, Y., Blank, C., Hamdan, S., Neria, Y., & Levi-Belz, Y., The mental health impact of the October 7th terror attack on Jews and Arabs in Israel: A nationwide prospective study. Psychiatry research, 337, 2024.

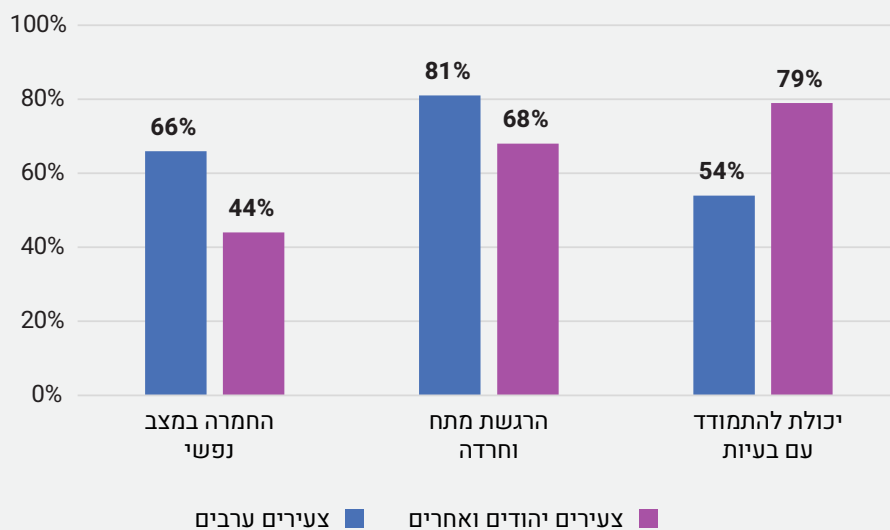
⁸⁸ Levi-Belz Y, Shoval-Zuckerman Y, Blank C, Groweiss Y, Neria Y. The moderating role of belongingness in the contribution of depression to suicide ideation following the October 7, 2023, terrorist attack in Israel: A nationwide prospective study. Journal of Affective Disorders, 356, 292–299, 2024.

⁸⁹ Mayer Y, Shiffman N, Bergmann E, Nator M, Khazen S, Lurie I, Enav Y. Mental Health Outcomes of Arab and Jewish Populations in Israel a Month after the Mass Trauma Events of October 7, 2023: A Cross-Sectional Survey of a Representative Sample. Psychiatry Res., 2024.

מקבלים סיוע בגלל מחסור במטפלים באזור מגוריהם לעומת רבע מהמשיבים היהודיים.⁹⁰ ממצאים אלו מדגישים את הקשר בין מצב סוציו-אקונומי נמוך, לקושי לקבל עזרה בתחום בריאות הנפש בחברה הערבית.

בקרב צעירים, ידוע כי אחת ההשפעות המרכזיות של חשיפה ישירה או עקיפה לאירוע טראומתי כמו מלחמה היא ההשפעה על בריאות הנפש, מפני שחשיפה שכזו יכולה להעצים את תחושת הבלבול המאפיינת את שלב המעבר לחיים הבוגרים.⁹¹ ממעט המחקרים שהתקיימו עד כה בנושא של הבריאות הנפשית של צעירים מהחברה הערבית בצל המלחמה עולה כי המצוקה גדולה: תחושות המידור, הרדיפה והפחד שמביעים סטודנטים ערבים מאז המלחמה משפיעות על בריאותם הנפשית. כך לדוגמה מצביעים הנתונים ממחקר של מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל על מצוקה בתחום הנפשי:⁹²

השוואה בין צעירים ערבים ליהודים ב-3 תחומים המעידים על מצוקה נפשית לאחר ה-7.10.23 (%)



ארגון סה"ר דיווח כי כמות הפונים לקו העזרה הנפשית בשפה הערבית שקיימו שיחות שהתייחסו למלחמה, גבוה ביותר בגילאי 20-18 (41%) ובגילאי 18-20 (17%), פניות המעידות על הקושי הנפשי שחוו צעירים ערבים אלו בעקבות המלחמה.⁹³ גם סקר שנעשה במכללה האקדמית ספיר מצביע על צרכים רגשיים גדלים של צעירים בחברה הערבית: סטודנטים ערבים מביעים יציבות נפשית במידה קטנה יותר מעמיתיהם היהודים, בדידות רבה יותר וצורך גדול יותר במענים רגשיים ופסיכולוגיים קבוצתיים ופרטניים.⁹⁴

⁹⁰ בגלל המלחמה: כ-20% מהישראלים סובלים מפוסט טראומה ומחרדה, אתר איגוד רופאי בריאות הציבור בישראל, 13.02.24, אוחרזר ב-15.01.2025.

⁹¹ בן סימון ב' וטופורק בר א', להתבגר בצל מלחמה: השפעות מצב חירום ואסון על צעירים – סקירת ספרות, מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל, 2024.

⁹² בן סימון ב' וקונסטנטינוב צ', השפעות מלחמת חרבות ברזל על הצעירים בישראל ממצאי סקר, מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל, יוני 2024.

⁹³ גנאים חסין ע', מצוקה נפשית בהיבט תרבותי בשגרה ובחירום, כנס עמותת סה"ר – סיוע והקשבה ברשת, 2024.

⁹⁴ סקר תחושות וצרכים רגשיים בצל המלחמה בקרב סטודנטים במכללה האקדמית ספיר, מכללת ספיר, ינואר 2024.

סיכום

צעירים ערבים בישראל עומדים בפני אתגרים משמעותיים המשפיעים על בריאותם הנפשית. אתגרים אלו קשורים למצב סוציו-אקונומי נמוך, לתפיסה תרבותית של בריאות הנפש, לתחושת שייכות נמוכה יחסית ותחושת ביטחון אישי נמוכה, שנפגעה אף יותר בזמן המלחמה. כל אלו במהלך תקופת חיים הדורשת מהם לעצב את זהותם ועתידם ומאופיינת בחוסר יציבות ובקשיים נפשיים. נכון לכתיבת שורות אלו בפברואר 2025, הקשיים איתם מתמודדים צעירים ערבים הועצמו ובהינתן כי הנגשת שירותי הבריאות הנפשית לצעירים ערבים לקתה בחסר בשל חסמים תרבותיים, ארגוניים וכלכליים עוד לפני המלחמה, חוסר זה התגבר.

אנו טוענים כי הזנחה של תחום בריאות הנפש בקרב צעירים בחברה הערבית עלולה להביא להשלכות הרסניות עבור צעירים כמו גם לחברה הישראלית בכללותה. השלכות אלו כוללות הגברה של תופעות הפשיעה, החמרת העוני והפיכת צעירים במצוקה נפשית לנטל כלכלי ברמה המקומית והלאומית. היכרות עם המאפיינים הייחודיים של צעירים ערבים בשדה בריאות הנפש הינה חיונית לפיתוח מענים הולמים. לאור העובדה שאין כמעט נתונים, מחקרים ומיפויים עדכניים של צרכים בתחום הספציפי של צעירים ערביים ובריאות נפשית, אנו ממליצים לערוך כאלה לשם דיוק הצרכים ופיתוח מענים הולמים ומאמינים כי מיזם ענבר ודוח זה הם חלק מתהליך חשוב זה.