

החוסן של העורף

ד"ר שלי אינגדאו ונדה

מלחמת חרבות ברזל הדגישה בעיניי יותר מכול את חוסנו של העורף הישראלי: עורף חזק ומלוכד, ובו תושבים שאכפת להם, המתגייסים בכל נושא כדי לתרום למאמץ המלחמתי. באירוע המרגש והעוצמתי "אות גיבורי העורף" של המועצה הציונית בישראל, בראשות גב' מרים פרץ, עמדתי עם בני קהילתי בספרייה הלאומית, בצד חמישה־עשר אנשים וארגונים יוצאי דופן, שיזמו, תמכו, בנו, הרימו, עודדו, הסבירו, ארגנו והובילו מיזמים למען העורף הישראלי מאז פרוץ המלחמה. באירוע הזה נחשפתי עוד ועוד לפעילים רבים, ארגונים ויחידים, גיבורות וגיבורים, שמאז תחילת המלחמה פועלים בהתנדבות מלאה כדי לסייע לחברה בישראל, להעלות את המורל ולהעצים את הלכידות, מתוך תחושה של אהבה, גאווה, אחווה, אומץ ושותפות גורל. כולם פעלו בתחומי ההתמחות שלהם כדי לחזק את העורף: סיוע למפונים, הסברה ישראלית, הירתמות לטובת החיילים בהסעות, בחבילות מזון, תמיכה בנשות מילואים, גיוס תרומות, סיוע לחקלאים ועוד, וכל זאת לאחר

חודשים של תחושת פילוג קשה שפשתה בעם לפני המלחמה. פעילויות העורף האלה תרמו מאוד לחוסן האישי של האזרחים, וכן לחוסן הקהילתי והמדיני. וכחוקרת הגירה וחוסן הסברתי לאנשי הקהילה ולקולגות באקדמיה כי החוסן הזה הוא המאפיין את הקהילה האתיופית בישראל בחיי היום יום ובשגרה - קהילה חזקה, איכותית ומגובשת, שצמחה על ערכי חוסן קהילתיים כגון עזרה לזולת, התגייסות בשעת משבר, כבוד, נתינה ואהבת חנם. כל הנכסים הללו הם שעמדו לרשותי בעת הקמת חמ"ל מתנדבים בחריש, עיר מגוריי, חמ"ל שנתן מענה לנפגעים רבים מהמלחמה.

בתחילת מלחמת חרבות ברזל האוניברסיטאות לא חזרו לפעילות והילדים לא חזרו למסגרות, והייתה חוויה של הפקרות וחוסר ודאות. כאחרים, גם אני לא יכולתי לעמוד מנגד, ונרתמתי למאמץ המלחמתי כשבוע לאחר פרוץ המלחמה: הקמתי חמ"ל, פרויקט קהילתי התנדבותי של עולים ותיקים ממוצא אתיופי בחריש, שהחל בכוונה לסייע לקהילה האתיופית בארץ, ועד מהרה התרחב בהיקפו, וסייע לכלל התושבים. לקהילה האתיופית ניסיון רב בהחלמה מטרומות מלחמה ופגיעות טרור דומות לאלו שנחוו במתקפת הטרור הקשה והברברית בישראל ב־7 באוקטובר. ניסיונה הקשה של הקהילה האתיופית בישראל - לאחר שרבים מחבריה, ואסירי ציון בפרט, החלימו מפצעי העלייה והמסעות, שכללו חטיפות, שבי, אונס

ופציעות קשות וברבריות - לימד כי בניית חוסן חברתי ואישי סייעה רבות בהתמודדות עם הקושי להכיל את הזוועות והטראומה, ואפשרה לחזור לחיי שגרה ולהתקדם, חברתית ובכל המישורים. כחלק מבניית החוסן האישי והחברתי ותחזוקו באמצעות החמ"ל ננקטו ההתערבויות שלהלן: מיפוי הצרכים של חברי הקהילה, הכנת אוכל מסורתי אתיופי וחלוקתו, אירוח משפחות מפונים לארוחות ערב וטקסי בִּנְיָה (טקס קפה מסורתי), חלוקת ביגוד, הנעלה וצעצועים, התכנסויות קהילתיות, סיוע נפשי בסדנאות ובמפגשים, מערך סיוע לנשות מילואים הכולל סיוע נפשי בשיחות אישיות בבתיהן, סיוע לחקלאים והדלקת נרות עם המפונים. משתתפים רבים העידו כי הפעילויות חיזקו אותם מאוד ואפשרו להם תפקוד יום־יומי תקין יותר. רוב המשתתפים הגיעו בשיטת "חבר מביא חבר", לאחר ששמעו על הצלחת הפרויקט ותרומתו לשני הצדדים: הצד הנותן והצד המקבל.

תוכנית התערבות של החמ"ל שאבה את השראתה מערכי הקהילה של יהודי אתיופיה בישראל ומהמחקר שלי, המתמקד בחוסן של קהילה, בגישת הכוחות ובתפיסת חוסן בהתמודדות עם מצבי משבר כמו מלחמת חרבות ברזל. כפי שתואר לעיל, במקביל למיפוי הצרכים הבסיסיים בקהילה ובקרב פרטיה והמענה עליהם, בחלוקת האוכל, הביגוד וההנעלה, נעשתה גם פעילות לריפוי הנפש, באמצעות סדנאות תמיכה חברתית וקבוצתית, שבהן איתרנו פרטים

הזקוקים לטיפול נפשי ופנינו אליהם באופן יזום, וכן הצענו לקהילה תרפיה מבוססת טראומה ופעילויות לכידות ובניית חוסן קהילתי.

מודל החמ"ל זכה במענק מחקר פקולטתי, וכל הפעילות תגובה במחקר והערכה כדי לתעדה, לשמרה, לשפרה, ללמוד ממנה ולהרחיבה גם במקומות אחרים בארץ. ייערכו ראיונות עומק פתוחים עם מתנדבי המערך, ובהם עובדים סוציאליים, נציגי קהילה ומתנדבים אחרים, לצורך שיפור המודל ודיוקו. התוכן שיתקבל מקבוצות המידע ומהראיונות עם אנשי הטיפול והמתנדבים במערך עשוי לשפוך אור על צרכי הקהילה בעת משבר ולספק התבוננות עמוקה, הן מזווית משתתפי המערך והן מזווית המטפלים והמתנדבים. בחינת מודל יישומי מסוג זה יאפשר להנגיש תהליכי אבחון וטיפול לאוכלוסיות הטרורגניות, בעלות צרכים שונים, בשעת משבר, כדי לתת להן מענה בזמן אמת.

החזון של חמ"ל זה מבקש ליצור שינוי גם ביחסה של הסביבה החברתית לקהילת יהודי אתיופיה בישראל, קבוצת מיעוט הסובלת מגזענות ומסטיגמה של נזקקות, ובכך להביא להפחתת הסטיגמות באוכלוסייה, בקרב חברי הסגל במוסדות אקדמיים ובקרב קהילת הסטודנטים. היוזמה עולה בקנה אחד עם מחויבותה העמוקה של אוניברסיטת חיפה לסביבה, לחברה האנושית ולחברה הישראלית על כל גוניה. בצד חתירה מתמדת למצוינות במחקר

ובהוראה, אוניברסיטת חיפה הייתה אוניברסיטת המחקר הראשונה בישראל שאימצה את יעדי האו"ם לפיתוח בר־קיימה, ובהם מיגור העוני ושיפור הבריאות והרווחה, חינוך איכותי, צמצום אי־שוויון וחתירה לקראת שוויון מגדרי - יעדים שהם נר לרגליה של יוזמת תוכנית החמ"ל. בהיבט התוצאות האופרטיביות, התוכנית מבקשת ליצור הנכחה ונראות של יוצאי אתיופיה במרחב הישראלי, בהתנדבות ובתרומה לקהילה, וכן במרחב האקדמי. נשיא האוניברסיטה בכבודו תומך בחמ"ל, ואף גייס כסף לטובת המשך פעילותו כשהכסף שגויס מבני הקהילה אזל.

ייחודיות הפרויקט טמונה בגיבוש הקהילה ובקהילתיות הבלתי פורמלית, שנתנה מענה לצרכים הקהילתיים בטרם מתן הסיוע. חמ"ל מסוג זה מאפשר טיפול ותמיכה בלתי אמצעיים, באופן יזום ולא מחייב, מתוך היכרות של מתנדבי המערך עם קהילתם. בניית מערך כזה בכל רחבי הארץ יהיה בבחינת כיתת כוננות עירונית לסיוע חומרי ורגשי בשעת משבר. פתרון מסוג כזה אמור להיות יעיל, זול, בעל משמעות למשתתפיו, קרוב לבית ומונגש לכולם - בעיקר בעיתות משבר לאומי, כאשר מוקדי בריאות הנפש הלאומיים ומוסדות הרווחה מתמודדים עם עומס רב. בניגוד להפקרות העצומה שנחלנו מן המדינה, אני חושבת שאנחנו - כעם וכקהילה - הוכחנו כי יש ביכולתנו להעניק לקהילה שלנו את הצרכים הבסיסיים הדרושים לה בשעת משבר.

תחושת ההפקרות שכלל תושבי המדינה חשים כיום מצטרפת לזו שחשו מקצת התושבים הרבה קודם לכן, שבגינה בנו לעצמם מערך שירותים המושתת על משאבי קהילתם. הרעיון העומד בבסיסו של החמ"ל הוא בניית חוסן אישי וקהילתי באמצעות פנייה יזומה לחברי הקהילה ויזום מפגשים חברתיים וקהילתיים לתמיכה חברתית ולאיתור צרכים מורכבים יותר, וכן להתאמת טיפול פרטני ומקצועי לפי הצורך, בדגש על הקניית חיבור רגשי, עזרה הדדית, חיבוק ואהבת חנינם, הנחווים כתמיכה קהילתית בלתי פורמלית. בשיטה זו אנחנו יכולים לקצר את ההתמודדות עם הבירוקרטיה ובכלל לקצר תהליכים, להוזיל עלויות, לשחרר את הסטינג הטיפולי, לטשטש גבולות בין מטפל למטופל, ליצור קרבה ומשמעות, לחזק קשרים תוך־קהילתיים ולהנגישם, ולהקים "כיתת כוננות" של סיוע חומרי ורגשי לחברי הקהילה בכל רחבי הארץ.

ד"ר שלי אינגדאו ונדה היא מרצה וחוקרת בבית הספר לעבודה סוציאלית באוניברסיטת חיפה, חברת סגל בכיר, מנהלת מעבדה לחקר הגירה חוסן ומגדר ומחברת הספר חוסן בהגירה: הסיפור של יהודי אתיופיה בישראל. ד"ר אינגדאו ונדה זכתה באות גיבורי העורף על הקמת חמ"ל מתנדבים ממוצא אתיופי למען נפגעי המלחמה. המחקר שלה עוסק בהיבטי הגירה וקליטה

של יהודי אתיופיה בישראל - המסע, מדיניות הקליטה, ערכים, מיניות, חוויות של גזענות והתמודדות עם גזענות, מצבי סיכון וסכנה של ילדים ונוער ממוצא אתיופי, תפיסות של אנשי מקצוע, עובדים סוציאליים, הורים ואנשי חינוך ביחס לגורמים המגינים את ילדיהם והגורמים המסכנים אותם. היא חוקרת איכותנית, המנתחת סיפורים ונרטיבים, ומשלבת אומנות במחקר. במחקרה על חוסן של קהילה ומנהיגות שילבה ד"ר אינגדאו ונדה צילום פנים וצילומי וידאו כדי להשלים את תמונת קווי דמותו של מנהיג. היא מנחה דוקטורנטיות, מסטרנטיות ומנהלת תוכנית לעתודה של יוצאי אתיופיה באקדמיה.

אם לשלושה ילדים מדהימים. ד"ר אינגדאו ונדה נולדה בכפר מצ'ה, ובגיל חמש עלתה מאתיופיה במסע רגלי דרך סודאן. לאורך הקריירה שלה עבדה בשטח כעובדת סוציאלית, ועסקה בניהול, בריכוז, בהדרכה ובטיפול. את תאריה המתקדמים, דוקטורט בעבודה סוציאלית ופוסט-דוקטורט במשפטים, השלימה באוניברסיטה העברית. בוגרת תוכנית הדוקטורט של קרן אייסף ומצטיינת אייסף לשנת 2020. זוכת אות גיבורי העורף מטעם המועצה הציונית בישראל, על הקמה וניהול חמ"ל עם קהילת בית ישראל בחריש.