

## החרדים והערבים במשבר הקורונה

### 1. משבר הקורונה

#### 1.1. אודות המגיפה

משבר הקורונה פרץ בצורה נרחבת ועולמית החל מדצמבר 2019 ולמעשה הפך לאחד המשברים הרפואיים הגדולים ביותר שידע העולם. המחלה נקראת Virus Disease Corona שנגרמת על ידי נגיף SARS CoV. הנגיף, כפי הנראה, עובר מאדם לאדם באמצעות נתזי רוק העובדים מאדם לאדם בעיקר באמצעות נתז נשימתי. תסמיני המחלה הראשוניים דומים מאוד לתסמיני מחלת השפעת וכוללים חום, שיעול ובעיות בדרכי הנשימה שמופיעים מידי ועד שבועיים ממועד החשיפה. המחלה עלולה להוביל לדלקת ריאות קשה, תסמונת מצוקה נשימתית קשה ועד לאי ספיקת כליות ואף למוות בקרב 1%-10% בקרב האוכלוסייה (איזק ואחרים, 2021).

שנה לאחר הכרזה של ארגון הבריאות העולמי על Covid-19 כמגפה עולמית, תוך מבצע חיסונים מסיבי והופעתם של וריאנטים חדשים של הנגיף, עדיין רב הנסתר על הגלוי בהבנתה של הקורונה ודרכי ההתמודדות עם התחלואה והסיבוכים (איזק ואחרים, 2021). קשה להעריך לאן תגיע מגפת הקורונה ובפני אילו מצבים מורכבים היא תעמיד אותנו (שלו, 2020).

#### 1.2. קורונה עולמית

נכון לחודש מרץ 2021, מעל 118 מיליון אזרחים נדבקו במחלה וכמעט 3 מיליון מתו כתוצאה ממנה. מרבית החולים סבלו ממחלות רקע שונות (איזק ואחרים, 2021).

האקלים החברתי שעודד צריכה מוגברת במערכות הבריאות וטיסות רבות יותר ויותר תרמו לא מעט למהירות שבה התפשטה המגיפה בעולם (ברמן, 2020). האמונה הנאיבית שהקורונה היא בעיה של הסינים בלבד, גרמה לעולם להתעכב בהפסקת אירועים שיתרמו להתפשטותה והפצתה של המחלה: אירועי הספורט באירופה ומשחק כדורגל אחד עם עשרים אלף צופים וצפופים תרם רבות לקטל הנורא של תושבי איטליה וספרד. באנגליה, בשל מדיניותו של בוריס ג'ונסון וממשלתו נמשכו מרוצי סוסים המוניים והצגות בווסט אנד שהובילו לימים להדבקות המוניות וכמות יומית גבוה של נדבקים ונפטרים כתוצאה מהנגיף (ברמן, 2020).

#### 1.3. קורונה בישראל

נכון לחודש מרץ 2021, זוהו בישראל מעל 800 אלף בני אדם מתוכם כ-6,000 נפטרו כתוצאה מהמחלה (איזק ואחרים, 2021). היעדר שיפור מצבה של מערכת הבריאות, וחוסר תקצוב מתאים של בתי החולים היו חלק מהסיבות לבהלה בכל הנוגע לכמות מספקת של מיטות ומכשירי ההנשמה במחלקות לטיפול נמרץ (ברמן, 2020). תחילת המגיבה נשאה נאיביות במידה מה כאשר מסיבות הפורים נערכו בקרב צעירים וחברות רבות, שירותים רבים שניתנו ללא הגנה מה שהוביל לסגר הראשון בניסיון לעצירת המגיפה (ברמן, 2020).

ישראל נכנס בשנה זו למצב חירום סגרים, הגבלות ושינוי כלל השגרות היומיומיות בה אזרחי המדינה רגילים אליהם. כשלמעשה המונח "חירום" מוכר במדינת ישראל בעיקר עם משברי חירום ביטחוניים. לעובדה זו, שרוב האזרחים הישראלים מבינים באופן אינטואיטיבי, יש השלכות רבות על הדרך שבה המדינה מתמודדת עם מצבי חירום מאז ומתמיד. מגפת הקורונה, מצב חירום כלל-עולמי שנכח בעוצמתו גם בישראל, אתגר את מדיניות ההתמודדות הישראלית במגוון דרכים (נג'מי-יוסף ולוין-חן, 2021).

## 2. קורונה – השלכות נפשיות

כמו בכל מגיפה, קורונה הובילה למספר גורמי סיכון פסיכולוגיים בקרב אזרחים השוהים באזורים שהקורונה פשוטה עליהם, כמו דיכאון, לחץ וחרדה (Mahamid, Bdier, 2021). מגפת הקורונה הובילה לקריסה מוחלטת של הסדר הקיומי המוכר ובטוח של רוב האנשים (בר-טור, 2020). היעדר הידיעה בכל הנוגע לסיומה של מגפת הקורונה העולמית מובילה אותנו לציפייה מתוחה ומצוקה (שלו, 2020). העובדה כי המידע מגיע מין החוץ, כאשר תושבי העולם אינם יכולים לשלוט בסוגיה, התגברותן של בעיות כלכליות בעקבות סגירת מקורות פרנסה או חוסר יכולת לחזור לעבודה מובילות לא מעט לחרדות ובעיות נפשיות מקורות העומס הנפשי ואופן התגובות לכל אחת מתצורות המציאות האלו שונים (שלו, 2020). הפחד מהלא נודע יחד עם המחשבות על הידבקות הגבירו את רמות החרדה והמתח אצל אנשים בריאים והעצימו את הסימפטומים של הסובלים מהפרעות פסיכולוגיות קיימות (Mahamid, Bdier, 2021).

על מנת לחיות בשגרה וביטחון מובן מאליו, בני האדם נדרשים להתנתק מההכרה בתלות במצע פיזי ואנושי בו הם חיים. האשליה שאנו עצמאיים, תבוניים ושולטים בחיינו הכרחית להתנהלות היומיומית. לרוב הדבר בהישג יד (שלו, 2020). התקופה הנוכחית למעשה מוכיחה לנו עד כמה אנו יכולים להיות פגיעים, חסרי אונים, חסרי וודאות, וחסרי שליטה (בר-טור, 2020). ערעור ממשות זאת גורם להתפכחות וחושף ניתוק ורבדים שנעלמים בימים כתיקונם (גורביץ, 2020). אנשים רבים נותרו מבודדים, סגורים, ללא מקורות פרנסה, ניתוק מבני משפחה, קרובים וחברים. בשלב זה נגוזו כל הנאות החיים, הטיפול, הגשמה עצמית והישגים אישיים שמפעילים אותנו ביומיום (שלו, 2020). מאחר שאנשים נדרשים להישאר בבית, או להסגר עצמי, תחושות הולכות וגוברות של בידוד והפרדה חברתית עשויות להשתלט על מחשבותיהם, שכפי שמראים מחקרים, הללו גורמים השפעה שלילית על הרווחה הפסיכולוגית (Mahamid, Bdier, 2021).

על פי התיאוריה של מערכת החיסון ההתנהגותית (BIS) במהלך מגיפות, אנשים נוטים לפתח יותר רגשות שליליים (כגון, כעס, חרדה וכיו"ו) וכן הערכה קוגניטיבית שלילית בכל הנוגע להגנה עצמית. על פי תיאוריות לחץ וסיכון, מצבי חירום בבריאות הציבור מעוררים רגשות שליליים מוגברים המשפיעים גם על הערכה קוגניטיבית (Mahamid, Bdier, 2021). הקורונה למעשה מטה את הקשב והפעילות הנפשית שלנו, קוגניטיבית ורגשית, לכיוון תגובתי תוך שהיא דוחפת את האיזון בין האישי-אינדיווידואלי לקבוצתי לכיוון הקבוצה. הופכת את המוות לנושא מרכזי בהווייתנו ומחדשת תגובות התמודדות אישיות וקבוצתיות (שלו, 2020). הקורונה מונעת מתהליכי פרידה להתקיים באופן כללי. צוותי מטפלים הנתונים בעומס, מעניקים טיפול למטופלים בעודם בבידוד חברתי, תוך שהם לבושים במסכות הגנה. הטיפול הרפואי, מכורח הנסיבות, חסר תקשורת ישירה ומשרה מצוקה, העלולה להחמיר אף יותר כאשר המטופלים נמצאים בימיהם האחרונים, בהם עולה הצורך להיפרד (גולן, ברוש, יעקב, 2021).