

חוייתן של אימהות מצפון הארץ שפנו מבתייהן במהלך מלחמת "חרבות ברזל"

איריס מנור בנימיני¹, ערגה קפולניק², שיר עמוס³,
מור חן-כהן⁴ ושי אפרים לוז⁵

מלחמת "חרבות ברזל", שפרצה בשבעה באוקטובר 2023, הובילה לפינוי הגדול והמתמשך ביותר של אזרחים מאז הקמתה של מדינת ישראל. מבין האזרחים שהפכו למפונים מתמקד מחקר זה באימהות אשר פונו עם משפחותיהן למלונות במרחב הצפון. מטרת המחקר היתה לבחון דווקא את חוויותיהן של אימהות, שקולן כמעט שלא נשמע ופועלן לא הוערך מספיק, אף שבמצב שבו נשמטה "תחושת הבית" נודע להן ולתפקידים המזוהים עם אימהות תפקיד מרכזי. המחקר נערך על פי הגישה האיכותנית בראייה פמיניסטית, ורואיינו בו 19 אימהות מצפון הארץ אשר פונו מביתן עם משפחתן. חלקן התפנו עם הקהילות שהשתייכו אליהן לפני הפינוי, וחלקן פונו לבתי מלון בלא שהיתה להן היכרות מוקדמות עם מפונים ומפונות אחרים. ממצאי המחקר חשפו שלוש תמות מרכזיות, אשר מתייחסות לשלוש רמות של התמודדות: (1) רמת הפרט, העוסקת ברווחה הנפשית של האם ובהתמודדות שלה כפרט; (2) רמת המשפחה, העוסקת בהתמודדות ההורית של האימהות; (3) רמת הקהילה, העוסקת בשאלות של שייכות מול בדידות וניכור. ממצאי המחקר חושפים את המאבק על יציבות הורית, על תפקוד בתוך המשפחה ועל שמירה על דמות ההורה במצבי חירום. אלו היוו מוקד מרכזי בעדויות שנשמעו במהלך הראיונות. העדויות העלו חשש מסיכון מוגבר לפיתוח בעיות רגשיות, אך לצידו נמצאה גם יכולת בולטת לפיתוח חוסן. היבטים

¹ פרופסור, המרכז לחקר החדשנות בעבודה סוציאלית, החוג לעבודה סוציאלית, תל חי - אוניברסיטת קריית שמונה בגליל <https://orcid.org/0000-0001-5601-942X>

² דוקטור, המרכז לחקר החדשנות בעבודה סוציאלית, החוג לעבודה סוציאלית, תל חי - אוניברסיטת קריית שמונה בגליל, ובית הספר לעבודה סוציאלית, המכללה האקדמית צפת <https://orcid.org/0009-0009-7651-7384>

³ המרכז לחקר החדשנות בעבודה סוציאלית, החוג לעבודה סוציאלית, תל חי - אוניברסיטת קריית שמונה בגליל

⁴ המרכז לחקר החדשנות בעבודה סוציאלית, החוג לעבודה סוציאלית, תל חי - אוניברסיטת קריית שמונה בגליל

⁵ המרכז לחקר החדשנות בעבודה סוציאלית, החוג לעבודה סוציאלית, תל חי - אוניברסיטת קריית שמונה בגליל

אלה מתחברים גם להיבט הפמיניסטי של המחקר: חוויית הפינוי הציפה את המתח בין תפקידי מגדר מסורתיים למציאות משתנה וטעונה רגשית. הפינוי לא רק חשף את מקומה של האם בתוך התא המשפחתי בזמן משבר, אלא גם העמיד אותה בקדמת הבמה בהקשרים של התמודדות, של ניהול, של חוסן ושל בניית משמעות. ממצאי המחקר עשויים לתרום ברמת המדיניות החברתית במקרה שאירועים ביטחוניים יצריכו פינוי, ויוכלו לסייע בהגשת תמיכה נכונה לאימהות המפונות. מוצע לאמץ את סולם הצרכים של מאסלו במטרה לתת לאימהות שפונות מביתהן מענה פיזי ורגשי כאחד. חשוב שהמענה יינתן באופן הוליסטי, תוך שילוב של כל גורמי התמיכה ושילובן של האימהות המפונות בתהליכים של קבלת ההחלטות. כן חשובה התמיכה הרגשית לאימהות, ויש מקום לעסוק בחיבורים הקהילתיים כדי ליצור תחושות של זהות ושל שייכות.

מילות מפתח: מלחמה, "חרבות ברזל", אימהות, פינוי, מדיניות חברתית

תקציר לקהל הרחב

מלחמת "חרבות ברזל", שפרצה באוקטובר 2023, הובילה לפינוי הגדול והמתמשך ביותר של אזרחים מאז הקמת מדינת ישראל. מחקר זה מתמקד בקבוצה אחת מקרב המפונים – אימהות שעברו עם משפחותיהן להתגורר במלונות בצפון הארץ. המטרה היתה להבין לעומק את החוויה שלהן, במיוחד משום שקולן לא תמיד נשמע, למרות התפקיד המרכזי שלהן בשמירה על תפקוד המשפחה בתקופה שבה תחושת הבית והיציבות מתערערות.

לצורך המחקר נערכו ראיונות עם 19 אימהות שפונות מביתהן. חלקן הגיעו עם הקהילה שלהן, ואחרות מצאו את עצמן בסביבה חדשה ולא מוכרת, לעיתים ללא תמיכה מיידית. מהשיחות עלו שלושה תחומים מרכזיים של התמודדות: ברמה האישית – ההתמודדות הרגשית, תחושת העומס והלחץ; ברמה המשפחתית – הצורך להמשיך לתפקד כהורה, לנהל שגרה ולתמוך בילדים למרות חוסר הוודאות; וברמה החברתית – תחושות של שייכות מול בדידות, ניכור וצורך ליצור קשרים חדשים.

מן הממצאים עולה כי הפינוי לבתי מלון, עם זאת שהיה מציל חיים, היה מורכב. האימהות נאבקו לשמור על יציבות, על תחושת "נורמליות" ועל דמות הורית מתפקדת גם כשהמציאות בבתי המלון שמטה תפקידים הוריים רבים דוגמת עבודה, הכנת אוכל, כביסה ושמירה על שגרת חיים של בית. האימהות נדרשו להתמודד עם "החזקת המשפחה" לצד חיים של חוסר ודאות, ורבות מהן הפגינו גם יכולת גבוהה של הסתגלות, יוזמה ופיתוח חוסן אישי ומשפחתי. עוד עלה מתח בין הציפיות המסורתיות מתפקיד האם לבין המציאות החדשה שנכפתה עליהן, ובה נדרשו לקבל על עצמן תפקידים נוספים של ניהול והתמודדות.

מסקנת המחקר היא שכדי לעזור לאימהות במצבים כאלה חשוב לספק להן מענה רחב - גם פיזי וגם רגשי, לחזק קשרים קהילתיים ולשלב אותן בתהליכי קבלת החלטות, וכל אלה כדי ליצור תחושת שליטה, שייכות וביטחון.

מבוא

אירועים של פינוי ושל אובדן בית מתרחשים ברחבי העולם עקב מלחמות, אלימות פוליטית, בעקבות אסונות טבע ושינויי אקלים או כתולדה של תהליכי פיתוח מואצים. לאורך המאה הקודמת והמאה הנוכחית נאלצו אוכלוסיות רבות לעזוב את בתייהן בעל כורחן, תוך שהן חוות פגיעה חמורה בתחושת הביטחון, ביציבות, ובקשר לקהילה ולמרחב האישי. על פי דוח של ארגון ההגירה הבין-לאומי (International Organization for Migration [IOM], 2023), נכון לסוף שנת 2022 חיו בעולם כ-71 מיליון עקורים בתוך מדינותיהם (Internally Displaced Persons, IDPs). מקרב 71 מיליון העקורים הללו, יותר מ-28 מיליון פונו ממקום מושבם עקב אלימות או קונפליקט מזוין, אך נותרו בגבולות מדינתם. תופעה זו קיימת במדינות רבות, ובהן סוריה, אוקראינה, אתיופיה, קולומביה, עיראק, ניגריה, מיאנמר, פקיסטן ואפגניסטן (Internal Displacement Monitoring Centre [IDMC], 2023).

מלחמת חרבות ברזל, אשר פרצה בחזית הדרומית ובחזית הצפונית בשבעה באוקטובר 2023, הובילה להחלטת ממשלה להורות על פינוי יישובים הסמוכים לקווי החזית, ועל קליטת תושביהם במסגרות ברחבי הארץ. מנתונים של רשות החירום הלאומית (רח"ל) עולה כי עד 1 בנובמבר 2023 פונו או התפנו מבתיהם בסך הכל כ-253,000 אנשים; מהם כ-88,000 פונו למלונות, כ-70,000 התפנו עצמאית למסגרות שונות ו-94,000 פונו או התפנו לקהילות (לרר, 2023). תלמי-כהן וצ'אצ'אשווילי-בולוטין (2024) מעריכות כי מספר התושבים אשר התפנו מגבול הצפון נכון ל-26 בדצמבר 2023 עמד על כ-61,800. לתושבי הצפון לא ניתן לבחור בעצמם לאן להתפנות במסגרת הפינוי הממשלתי. הפינוי נוהל על ידי המדינה לפי קריטריונים ביטחוניים ולוגיסטיים (מרחק מהגבול), ואת חלוקת היעדים קבעו גופים ממשלתיים: צה"ל, רשות פינוי, סעד וחללים (פס"ח) וכיוצא באלה. חלק מהתושבים בחרו להתפנות באופן עצמאי, לא במסגרת אפשרויות שקבעה המדינה, אם כי מאוחר יותר הם קיבלו מענקים מסוימים (היימן וברקמן, 2024). מלחמת חרבות ברזל התאפיינה במספר הגדול ביותר של תושבים שפונו מביתם מאז קום המדינה. גם משך הזמן שהפינוי נמשך היה הארוך ביותר שידעה מדינת ישראל.

מטרתו של המחקר הנוכחי היתה להבין את החוויה הייחודית של אימהות אשר פונו לבתי מלון. פינוי זה סיפק אומנם תנאי מגורים בטוחים, אך החיים בבית מלון היו מותאמים לשהייה קצרה ולא לחיים של משפחות לאורך זמן, ולכן הוא טמן בחובו גם מורכבות.

במחקר השתתפו 19 אימהות, יהודיות ונושאות, שבתחילת מלחמת חרבות ברזל פונו מיישובי הצפון בהוראת הממשלה. הן פונו עם משפחותיהן לבתי מלון באזור הצפון, וחלקן פונו עם קהילותיהן. השהות בבתי המלון שפונו אליהם היתה במימון המדינה. הראיונות התקיימו בחודש מרץ 2024, כחמישה חודשים לאחר הפינוי, בעת שהמלחמה עדיין נמשכה והאימהות לא ידעו מתי יוכלו לשוב לבתיהן.

הבחירה להתמקד באימהות מבוססת על ההנחה כי המעבר מבית למלון מערער תפקודים מגדריים המזוהים עם ניהול המרחב הביתי והשגרה המשפחתית. לפינוי משמעות דואלית עבור אימהות: מחד גיסא הן עצמן

חשופות לפגיעה רגשית ולערעור זהות תפקודית; מאידך גיסא הן ממלאות תפקיד מרכזי ביצירת רציפות, משמעות וביטחון עבור ילדיהן. מכאן שאימהות ממוקמות בצומת שבין פגיעות לבין סוכנות.

המחקר בוצע בגישה איכותנית ובראייה פמיניסטית ונועד להעמיק את ההבנה של חוויית הפינוי מנקודת מבטן של נשים-אימהות, תוך התמקדות בהיבטים של תפקוד משפחתי, של יציבות הורית ושל התמודדות עם טראומה. גישת מחקר זו שואפת להקשיב לקולן של נשים, לזהות את האופנים שבהם הן חוות את הסיטואציה הקשה, מפרשות אותה ומגיבות לה, ולא פחות חשוב – לאפשר פיתוח של מענים מותאמים וממוקדים יותר לצורכיהן הייחודיים.

כאמור, לאימהות יש "כפל תפקידים" מובהק, ואלה תפקידים המתעצמים במהלך פינוי: הן אחראיות לעצמן, לילדיהן ולתפקוד הכולל של המשפחה. מעבר לפן הכלכלי, התפקידים שנפגעים במהלך הפינוי הם גם אלו שמסורתית משויכים לנשים, ובהם הזנה, ניהול הבית, שימור השגרה המשפחתית ותחזוקת המרחב הפרטי. בית המלון הוא מרחב שאינו מותאם לחיים משפחתיים לאורך זמן. הוא פוגע במבנה המשפחתי ומערער את הגבולות, הן הפנימיים בתוך המשפחה הן החיצוניים בקשר עם הקהילה.

תהליכי פינוי שנחקרו עד כה בישראל שונים מן הפינוי הנוכחי, המאופיין בהיקף רחב, באופיו הכפוי ובמשכו. המחקר העוסק בפינוי ממושך לבתי מלון ובפרט מנקודת מבטן של אימהות הוא מצומצם. המחקר הנוכחי מבקש לתרום להבנת חווייתן של אימהות שפנו עם משפחותיהן לתקופות ממושכות של חיים במלונות, ולבחון את הקשיים, הפגיעויות ואסטרטגיות ההסתגלות שהן מפתחות.

לנוכח האפשרות כי בעתיד יתרחשו אירועי פינוי נוספים חשוב להעמיק את ההבנה של ההיבטים המגדריים והמשפחתיים של פינוי מתמשך. ידע זה עשוי לשמש בסיס לפיתוח מדיניות חברתית-ציבורית רגישה ומותאמת. הספרות מצביעה על כך שמדינות רבות אינן ערוכות די הצורך להתמודדות עם פינוי מתמשך של אזרחים ועם השלכותיו, הן בטווח הקצר הן בטווח הארוך (לרר, Ferris, 2011 ; 2023). בהקשר זה, המחקר הנוכחי מבקש להוסיף נדבך אמפירי להבנת צורכיהן הייחודיים של נשים-אימהות במצבי פינוי.

סקירת ספרות

פינוי תושבים בעיתות הירום

אירועים של פינוי תושבים מביתם הם תופעה שכיחה בעולם. מחקריו של קרנה (Cernea, 1996, 2000) הדגישו את התופעה ההולכת וגוברת של פינוי אוכלוסיות בשל פרויקטים גדולים כמו בניית סכרים, כרייה או הקמת תשתיות. לדבריו, מעבר לאובדן של בית ורכוש מדובר באובדן חברתי עמוק של קהילות, של קשרים, של פרנסה, של זהות ואף של תרבות. בדומה לכך, פינויים הנגרמים בשל אסונות טבע כמו הוריקן קתרינה בארצות הברית (2005), רעידת האדמה בהאיטי (2010) והצפות נרחבות בפקיסטן (2022) זכו להתייחסות רחבה בספרות. מחקרים מצביעים על כך שאירועים אלה משפיעים באופן לא שוויוני על אוכלוסיות פגיעות, ובמיוחד על נשים, על ילדים, על מיעוטים אתניים ועל בעלי הכנסה נמוכה שמשאביהם להסתגלות או לעמידות בפני משבר מוגבלים (Fothergill & Peek, 2015; Norris et al., 2002).

ממדי הפינוי מאזורי עימות חמורים לא פחות. לדוגמה, בסוריה, בעקבות המלחמה האזרחית שהחלה בשנת 2011 בעקבות מחאות "האביב הערבי", פונו יותר מ-13 מיליון בני אדם ממקום מושבם, מחציתם בתוך המדינה. פינוי אוכלוסייה בתוך גבולות המדינה בעקבות עימותים מזוינים, התקפות טרור או אלימות חמושה הוא תופעה נפוצה ומורכבת. בניגוד לפליטים, מפונים פנימיים אינם חוצים גבול בין-לאומי ולכן הם נשארים באחריות המדינה, אך לעיתים קרובות הם אינם נהנים מהגנה או מסיוע מספקים (Cohen & Deng, 2018; Mooney, 2005).

המושג **פינוי** מתאר מצב של תנועה כפויה של אוכלוסייה, אשר מאופיינת בהקצבה מוגדרת של זמן (ארנון ואח', 2023; Hatton & Williamson, 1998). במחקר זה ייעשה שימוש במושג **מפונים**. פינוי כפוי ממקום גיאוגרפי אחד לאחר מתקיים בעקבות החלטה מדינית או כאשר סכנת חיים ממשית צפויה לאזרחים במקום מושבם (וייס ואמיר, 2013). פינוי פנימי ממניעים ביטחוניים

שונה ממקרים של פינוי עקב אסונות טבע או לשם פיתוח בכך שהוא נובע מאיום מתמשך ולא בהכרח ברור - מצב של אי-ודאות ביטחונית המחייב עזיבה של מקום המגורים. הפינוי מתרחש לעיתים בפתאומיות, ללא היערכות מוקדמת, על ידי הרשויות או בהחלטה עצמאית, והוא עשוי להיות כרוך בהעברה למרכזי קליטה זמניים, למחנות או למגורים זמניים (Ferris, 2011). מפונים מתמודדים עם אובדן של קורת גג, של עבודה, של קהילה, ולעיתים של בני משפחה. הם חווים טלטלה פסיכולוגית, תחושת חוסר שליטה וירידה בתחושת הביטחון האישי. המחקרים מראים כי האתגרים המרכזיים שעליהם להתמודד איתם הם פגיעה ברשתות תמיכה קהילתיות, במיוחד כשיש פיזור רחב של המפונים; קשיים בגישה לשירותי בריאות, חינוך, תעסוקה וסיוע חברתי; מתחים עם הקהילות המארחות, במיוחד כאשר במקום הקולט יש חוסר בתשתיות; פוסט-טראומה ודיכאון. תופעות אלו בולטות בעיקר בקרב נשים וילדים. כאשר נשים עצמן נמצאות במצוקה נפשית היכולת שלהן להוות מקור תמיכה יציב לילדים עלולה להיפגע ולהוביל לשרשרת פגיעות: מצוקת האם תוביל לפגיעה בקשר אם-ילד ולסיכון מוגבר לבעיות רגשיות והתנהגותיות אצל הילדים (Silove et al., 2017).

מקובל לראות אירועים של פינוי כפוי כבעלי פוטנציאל טראומטי, משום שהם מלווים על פי רוב בהפרה חדה ומשמעותית של שגרת החיים, כרוכים באובדנים מרובים ומשמעותיים, אינם נעשים מבחירתו של המפונה ואינם בשליטתו (Hobfoll et al., 1995). מרבית ספרות המחקר והספרות המקצועית רואה בפינוי כפוי של תושבים מבתייהם אירוע טראומטי בעל השלכות על יחידים, על משפחות ועל קהילות (הוכמן ורואר-סטריאר, 2017; Nuttman-Shwartz et al., 2011). תחושת האובדן שמרגישים תושבים מפונים בזמן מלחמה קשורה לא רק לקורת גג או למקום עבודה, אלא - ואולי בעיקר - לאובדן של תחושת הביטחון, של השליטה ושל היציבות האישית (Steel et al., 2009). בסקר שנעשה בישראל במרץ 2024 נמצא כי לפינוי יש השפעה ניכרת על המצב המשפחתי. כרבע מהמפונים הושפעו לשלילה ברמה האישית והמשפחתית באופן שגרם להם להתחיל טיפול, להתחיל לעשן או לשתות ולעשות פחות פעילות גופנית, או שהביא להתערערו היחסים במשפחה. עוד נמצאו בקרב המפונים סימנים המעידים על שיעור גבוה של פוסט-טראומה (אהרון-גוטמן ואח', 2024).

כדי להבין את ייחודיותו של הפינוי במלחמת חרבות ברזל חשוב להתבונן בדפוסי פינוי קודמים שהתקיימו בישראל לאורך השנים. פינוי גדול בוצע בישראל עם קום המדינה ביישובי גוש עציון. בחודשים שקדמו להכרזת המדינה ולאחריה התושבים מארבעת קיבוצי הגוש הותקפו על ידי כוחות ערביים. לאחר קרב עקוב מדם במאי פונו הניצולים, רובם נשים וילדים, והגברים שנותרו נלקחו בשבי לירדן. האזור נכבש וננטש עד שחרורו במלחמת ששת הימים (אלון, 1980). פינוי נוסף התרחש גם במבצע "תינוק" (מאי 1948), ובו פונו לעורף ילדים מיישובי הדרום – באר טוביה, נגבה וגברעם. במהלך החודשים יוני-יולי 1948 פונו גם ילדים מיישובי אצבע הגליל לחיפה ולמרכז. בכך התבססה מדיניות הפינויים כאמצעי להגנה על אוכלוסיות פגיעות במהלך הלחימה. לאחר קום המדינה נרשמו אירועים של פינוי אזרחי בהיקף נרחב במלחמת לבנון השנייה (2006). אז פונו ביוזמות מקומיות אלפי משפחות מיישובי קו העימות בצפון, אם כי המדינה לא הפעילה תוכנית ממשלתית כוללת אלא הסתמכה על סיוע של מתנדבים ושל רשויות מקומיות (בליאיש, 2020).

מאז התקיימו בעיקר שני סוגי פינוי: פינוי כפוי של משפחות מבתייהן מסיבות פוליטיות (פינוי חבל ימית וגוש קטיף) ופינוי של תושבים בשל איומים ביטחוניים. האחרונים היו בעיקר לשם התרעננות בתקופות של מתיחות ביטחונית.

השפעת הפינוי הכפוי על הורות ועל אימהות

פינוי כפוי הוא אירוע קיצוני המערער את תחושת הביטחון והשליטה של אזרחים, ובפרט של הורים. אימהות מצויות בעמדה פגיעה במיוחד, בין היתר על רקע אי-שוויון מגדרי מתמשך בחלוקת תפקידי ההורות והמשפחה. מחקרים מצביעים על כך שבמצבי מלחמה ופינוי אימהות חוות חרדה מתמשכת, אובדן ובידוד חברתי, ולעיתים מדווחות על קושי להעניק לילדיהן את התמיכה הרגשית הנדרשת (Hirani, 2019; Panter-Brick et al., 2014; Wang et al., 2020; Yardley & Rolfe, 2019). בד בבד, דווקא בעיתות משבר מתעצמות הציפיות החברתיות מהן לשאת באחריות לגידול הילדים, לניהול משק הבית, לשימור הזוגיות ולעיתים אף לתמיכה במשפחה המורחבת, מה

שמגביר את העומס הנפשי ואת תחושות האשמה (ויסברגר ואח', 2021). עומס זה עלול להשפיע הן על רווחתן של האימהות הן על הסתגלותם הרגשית וההתנהגותית של הילדים.

מחקרים שבחנו השפעות של פינוי על אבות מצאו שהם חווים דחק פסיכולוגי גבוה עקב חוסר היכולת לפרנס ולמלא את תפקיד "ראש המשפחה". חלקם פיתחו סימפטומים פוסט-טראומטיים, אך הביעו אותם בהתנהגויות של הסתגרות או של תוקפנות יותר מאשר בדיבור (Wang et al., 2020). פנומקי ואחרים (Punamäki et al., 2021) מצא קשר בין מצוקה נפשית של אבות לבין קשיים רגשיים והתנהגותיים אצל הילדים. במקרים אלו האימהות היו גורם מתווך חשוב: כאשר האבות חוו מצוקה עמדת האימהות השפיעה על עוצמת הפגיעה בילדים.

הנשים נושאות לא רק בנטל ההורות. בזכות התמורות החברתיות ושיעורי התעסוקה הגבוהים בקרב אימהות בישראל (בשנת 2024 שיעור ההשתתפות של נשים יהודיות בכוח העבודה עמד על 62.8%. הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2025), בעת פינוי נשים שהן גם אימהות וגם מפרנסות נאלצות להתמודד עם שינויים בכל התפקידים המסורתיים הקשורים בניהול משק הבית לצד הדאגה לפרנסה. במקרים שבהם הפינוי לא אפשר להן להמשיך לעבוד בעבודות שעבדו בהן טרם הפינוי, הן נאלצו לעיתים אף לחפש מקורות פרנסה חדשים.

ההורים, ובמיוחד האימהות, מדווחים פעמים רבות על תחושות של פחד ועל דאגה עמוקה לשלום ילדיהם, הן בהיבט הפיזי הן בהיבט הרגשי. האימהות חוות לעיתים טראומה מתמשכת הנובעת לא רק מהמצב הביטחוני אלא גם מהמציאות החדשה שהן נאלצות להתמודד איתה (Peek et al., 2011). במחקרים שנעשו באזורים שנתונים באיום ביטחוני מתמשך, כמו עוטף עזה או יהודה ושומרון, נמצא קשר ישיר בין העקירה לבין תסמינים פוסט-טראומטיים בקרב ההורים. נמצא שהשלכות אלו משפיעות במישרין על יכולת ההורות שלהם - למשל ירידה בחום ההורי ותחושה של חוסר יכולת לספק תמיכה רגשית לילדים (בנבנישתי ואח', 2017; Eltanamly et al., 2021). זאת ועוד, קוליק (2021) מצאה כי גם כאשר נשים משתלבות בשוק העבודה, אי-השוויון בחלוקת מטלות הבית נותר בעינו. כך העומס על האימהות הולך וגדל, ולעיתים יש לכך השפעה שלילית על יכולתן ליצור סביבה רגועה ויציבה עבור ילדיהן.

במחקר שנערך לאחרונה בישראל בקרב מפונים מצאו אסרף ודגן (& Assaraf, 2025) כי אימהות במצבי משבר עלולות להתקשות לתת מענה לילדיהן, אך כאשר הן מקבלות תמיכה חברתית (אפילו אם מצומצמת) יש לכך השפעה חיובית על תחושת הביטחון שלהן ושל ילדיהן. ממצאים ממחקרים נוספים מצביעים על כך שכאשר הורים מוצאים תמיכה בקהילות הקולטות הם מצליחים לפתח שגרה יציבה יותר, ובכך מסייעים לילדיהם להרגיש מוגנים ויציבים יותר מבחינה רגשית (Hamama et al., 2025). אחת מהאסטרטגיות החיוניות ביותר שמפתחות אימהות היא יצירת שגרה יום-יומית עבור הילדים. הרמן (Herman, 1992) מתארת את השאיפה לנורמליות לאחר טראומה כניסיון להשיב תחושת שליטה, ביטחון ושגרה, ולא כהכחשה של האירוע הטראומטי. לדבריה, החזרה לדפוסי היום-יום ול"חיים רגילים" היא רכיב מרכזי בתהליך ההתמודדות והשיקום ובהחזרתה של תחושת הנורמליות.

לצד האתגרים הקשים נמצא כי רבות מהאימהות מצליחות לפתח אסטרטגיות של חוסן שמתבטאות בהקשרים קהילתיים ובתמיכה הדדית. נשים רבות מייצרות רשתות תמיכה חדשות ופותרות יוזמות קהילתיות, במטרה לשמור על תחושת נורמליות ויציבות ועל שגרה יום-יומית כדי להקל על ילדיהן ולהעניק להם תחושת ביטחון (Uscher-Pines, 2009).

הידע במחקר על חוויותיהם האישיות של הורים - ובייחוד של אימהות - בזמן מלחמה עדיין מוגבל, הן בעולם הן בישראל (Mijalevich-Soker & Taubman, 2025). עם זאת, מחקרים שנערכו באזור עוטף עזה הדגישו את הסיכונים ואת האתגרים העומדים בפני הורים ישראלים החשופים לאירועי מלחמה (נוטמן-שורץ, 2022). הורים אלה נאלצים להתמודד עם טראומה אישית מתמשכת ובד בבד לשמר את כישורי ההורות החיוניים לילדיהם, על אף המצוקה. עוד נמצא כי ככל שרמת החשיפה של אימהות לדחק מתמשך היא גבוהה יותר כך פוחתת יכולתן להעניק מענה רגשי לילדיהן (לביא ודקל, 2022). המאנה ואח' (Hamama et al., 2025) מצאו כי במקרים של פינוי יש הבדלים ניכרים ברמות הדחק ובאסטרטגיות ההתמודדות בין מי שנאלצו להימלט לבין אלו שלא, וכי אלו ששהו באזורים בטוחים יותר חוו פחות טראומה ושימרו טוב יותר את כישורי ההורות. עם זאת, נדרשת גישה מותאמת אישית לפיתוח אסטרטגיות חוסן אשר תתחשב בהיבטים הרגשיים של ההורים ושל הילדים כאחד.

קהילות מפונות

מחקרים מצביעים על כך שעמידות קהילתית (community resilience) ומדיניות מקומית שיתופית הן אבני יסוד בהתמודדות עם ההשפעות הפסיכו-חברתיות של פינוי (Alpak et al., 2015; Panter-Brick et al., 2014). במחקר שעסק בעובדות סוציאליות בקהילות פליטים באפריקה ובדרום אמריקה עלה כי עבודתן אינה מתמקדת רק במתן סיוע מיידי, אלא גם בחיזוק המשאבים הפנימיים של הקהילות, בקידום העצמה ובבניית חוסן קהילתי לטווח ארוך (Dominelli, 2012; Healy, 2008). נמצא כי חוסן קהילתי המתייחס לאיזון בין חוזק לבין פגיעות של קהילה לאחר טראומה קשור לחמישה גורמים: חוסן אישי, חוסן לאומי, רווחה נפשית, גודל קהילה ותחושת קוהרנטיות. ממצא מעניין הוא שככל שהקהילה קטנה יותר כך החוסן הקהילתי גבוה יותר (Eshel & Kimhi, 2016).

כאשר קהילות מתפצלות הפיזור הגיאוגרפי מערער את רשתות ההון החברתי שלהן. המעבר מיישובים קטנים ומלוכדים למרחבים המשותפים להן ולקבוצות אחרות גורם להיחלשות התמיכה ההדדית והאמון בין חברי הקהילה ולפגיעה בתחושת השייכות והזהות הקולקטיבית, ולעיתים גם ליצירת מתחים חדשים בין קבוצות שונות. פירוק הרשתות החברתיות המסורתיות מקשה על הפרטים ועל הקהילה כולה לשמר תחושת יציבות וביטחון, ובכך פוגע ביכולת הקולקטיבית להתמודד עם המשבר ולבנות תהליכי התאוששות וחוסן (גוטרייך, 2023).

נוסף על האתגרים הניצבים בפני הפרטים והמשפחות, פינוי מציב אתגרים בפני החברה בכללה ובפני קהילות היעד הקולטות (Earle et al., 2020). הקהילה נותנת מענה לצורך אנושי של האוכלוסייה המפונה, והיא רכיב חיוני במערכת השיקום. הצלחתו של תהליך השיקום תלויה במידה רבה בקיומם של יחסי אמון בין חברי הקהילה לבין גורמי הסיוע ומערכות הסיוע (בן יוסף, 2009). תחושת שייכות קהילתית מסייעת בהפחתת תחלואה נפשית לאחר חשיפה ממושכת לאירועי טרור. בהקשר של מעברים כפויים נמצא כי המעבר ליישוב שבו תושבים החולקים גורל דומה תורם להסתגלות (Kliot, 1987). לצד תרומתה החשובה של הקהילה להסתגלות של מפונים הדגישו גלילי ולב-ויזל (2007) את חשיבותה של התמיכה המשפחתית.

מלחמת חרבות ברזל הבליטה את תפקידה המרכזי של הקהילה עבור הפרט כמסגרת של תמיכה והענקת משמעות, ואת חשיבותה של תמיכה קהילתית פעילה בתהליכי בניית חוסן קולקטיבי. תקופה זו עשויה להיות בעלת השפעה מכרעת על קהילות: עבור חלקן היא מהווה הזדמנות לגלות עוצמה, לחזק את ההון החברתי ולצמוח מתוך המשבר (נוימן, 2023), ואילו בקרב אחרות היא עלולה להציף מתחים, להעמיק סדקים קיימים ואף להוביל לתהליכי התפוררות ומשבירות.

מדיניות חברתית בעיתות חירום

המדיניות החברתית ממלאת תפקיד מפתח בעיתות חירום. אחת הביקורות המרכזיות שמעלים חוקרים, ארגונים בין-לאומיים ועמותות זכויות אדם נוגעת לחוסר ההיערכות של מדינות רבות להתמודדות עם פינוי ממושך של אזרחים ועם השלכותיו הן לטווח הקצר הן לאורך זמן (Cohen & Deng, 2018; Ferris, 2011).

שיתוף המפונים והקהילות הקולטות הוא רכיב חיוני בהתמודדות עם פינוי כפוי. במחקר על מפונים מעוטף עזה נמצא שהגירה כפויה מערערת את תחושת הביטחון, את היציבות, את תחושת השליטה ואת היכולת לתכנן עתיד. שיתוף אמיתי של המפונים והתנהלות רגישה מצד הרשויות עשויים להפחית את תחושות הכעס והנבגדות כלפי המדינה. בהתבסס על מחקרם של ארנון ואח' (2010) ניתן להניח כי מעורבותם של המפונים בתהליכי קבלת ההחלטות מאפשרת להשיב להם את תחושת השליטה על חייהם ולצמצם את ההשלכות הפסיכו-חברתיות השליליות של תהליך העקירה.

הספרות מצביעה על הצורך במדיניות הוליסטית הרואה במפונים שותפים פעילים ולא רק מקבלי סיוע פאסיביים. וייס-גל וגל (Weiss-Gal & Gal, 2021) מדגישים כי בעיתות חירום עובדים סוציאליים נדרשים להשפיע לא רק ברמת העבודה הפרטנית אלא גם בזירה הציבורית, באמצעות קידום מדיניות רווחה מותאמת. התמודדות עם פינוי אינה רק משימה הומניטרית, אלא אתגר של מדיניות ציבורית רחבה. נוסף על כך, מדיניות סוציאלית צריכה לכלול ערכים

של קיימות, של שוויון מגדרי ושל תכנון ארוך-טווח, כדי להכין את החברה למצבי חירום עתידיים. שיתוף פעולה בין רשויות המדינה, החברה האזרחית והקהילות עצמן צריך להתבסס על אמון הדדי, על שקיפות ועל הבנה של צרכים ייחודיים של נשים, של ילדים, של קשישים, של מיעוטים ושל אחרים (Dominelli, 2012).

עובדים סוציאליים ממלאים תפקיד מרכזי במתן מענה לצרכים שנוצרו במהלך הפינוי, החל בהענקת סיוע מיידי וכלה בפיתוח פתרונות קהילתיים ארוכי-טווח. חשיבות גדולה נודעת לשיתוף הקהילה בתהליכי השיקום וההחלמה, תוך שמירה על גבולות משפחתיים וקהילתיים. במציאות של "שגרת חירום", המתאפיינת בלחימה ממושכת ובפינוי אוכלוסיות, יש צורך בבחינה מעמיקה של חוויותיהם של האזרחים המפונים. כאמור, מחקר זה יתמקד בבחינת חוויותיהן של אימהות מפונות, ויצג את ההתמודדות המורכבת שלהן, הן ברמה האישית - לחץ וחרדה, הן ברמה הבין-אישית - שמירה על קשרים משפחתיים ועל השתייכות לקהילה.

שאלות המחקר

במחקר זה ייבחנו שתי שאלות: כיצד אימהות שפנו מצפון הארץ במהלך מלחמת חרבות ברזל חוות את הפינוי מביתן, וכיצד הן תופסות את השפעות הפינוי המתמשך על חייהן.

שיטה

לאור אופייה המורכב, הרגשי וההקשרי של חוויית הפינוי נבחרה גישה איכותנית, המאפשרת בחינה מעמיקה של המשמעויות הסובייקטיביות שהאימהות מייחסות לחוויותיהן. ניתוח תמטי מאפשר זיהוי של דפוסים משותפים לצד שונות בין-אישית, וכן הבנה של תהליכי התמודדות ברמות

שונות: ברמת הפרט, ברמת המשפחה וברמת הקהילה (Braun & Clarke, 2021). גישה זו מתאימה במיוחד למחקר המבקש להשמיע קולות מודרים ולבחון חוויות מגדריות במצבי משבר, אשר אינן ניתנות ללכידה באמצעות מדדים כמותיים בלבד.

אנלוסיית המחקר

במחקר השתתפו 19 נשים המתגוררות במרחב הצפוני של מדינת ישראל. במהלך מלחמת חרבות ברזל נשים אלה פונו מביתן עם משפחתן הגרעינית, בהוראת המדינה. הקריטריונים להשתתפות במחקר היו אלה: נשים יהודיות, נשואות או בזוגיות; אימהות שלהן לפחות ילד אחד מתחת לגיל 18. במקרה אחד נכללה אם שבנה הצעיר היה אומנם מעל גיל 18, אך עדיין תלמיד בית ספר ופונה עם הוריו לבית מלון. הקריטריונים לאי-השתתפות במחקר היו נשים שבני זוגן משרתים בכוחות הביטחון ואימהות לילדים המשרתים בסדיר או במילואים בכוחות הביטחון. הרציונל לאי-הכללתן של נשים אלו במחקר הוא שדאגה לבן זוג או לבן הנמצאים במלחמה ונתונים בסכנת חיים גוברת על דאגות אחרות, ולכן השתתפותן במחקר היתה עשויה להוסיף ממד שונה לאוסף החוויות שעלו בקבוצת המחקר. הגיל הממוצע של משתתפות המחקר הוא 42.5 שנים, בטווח שבין 36 ל-56. ממוצע שנות ההשכלה הוא 14.6; מספר הילדים הממוצע במשפחה הוא 2.9 ילדים; 16 נשים היו נשואות, 3 בזוגיות ללא נישואים; 4 נשים התגוררו טרם הפינוי בקריית שמונה, 3 נשים התגוררו במושבים ו-12 נשים התגוררו בקיבוצים, במועצות אזוריות גליל עליון ומבואות חרמון. כל הנשים שהו במהלך המחקר במלונות או באכסניות במרחב הצפון. הראיונות התקיימו במהלך חודש מרץ 2024.

■ חווייתן של אימהות מצפון הארץ שפנו מבתיהן במהלך מלחמת "חרבות ברזל"

לוח 1: אוכלוסיית המחקר

שם בדוי (כפי שמופיע בציטוטים)	גיל	מספר הילדים (גיל)	סטטוס זוגי	השכלה	מקצוע	סטטוס תעסוקה לפני הפינוי	סטטוס תעסוקה במהלך הפינוי	מקום מגורים לפני הפינוי	מעבר למקום בתקופת הפינוי
רוני	44	3 (14, 12, 7)	נשואה	תואר ראשון	מזכירה	שכירה, משרה מלאה	עבדה חלקית	קיבוץ	כן
אורית	45	4 (18, 15, 9, 4)	נשואה	תואר ראשון	מתווכת דירות	עצמאית	לא עבדה	קיבוץ	כן
דפנה	39	4 (8, 6, 4, 2)	נשואה	תואר ראשון	מזכירה	לא עובדת	לא עבדה	עיר	כן
נטע	36	4 (14, 12, 9, 3)	נשואה	12 שנות לימוד	מטפלת בן של חינוך מיוחד	שכירה, משרה מלאה	עבדה	עיר	לא
חן	36	3 (7 חודשים, 6, 4)	נשואה	תואר ראשון	קלינאית תקשורת	שכירה 80%	עבדה וחופשת לידה	קיבוץ	כן
שחר	49	3 (18, 15, 12)	נשואה	תואר שני	פסיכולוגית קלינית	עצמאית	עבדה חלקית	קיבוץ	כן
לימור	40	2 (לא צוין גיל)	בוגיות	12 שנות לימוד	קוסמטיקאית	לא עובדת	לא עבדה	מושב	כן
יובל	50	1 (10)	בוגיות	12 שנות לימוד	עובדת במועצה אזורית	משרה מלאה	עבדה חלקית	עיר	לא
שרון	52	2 (18, 14)	בוגיות	תואר ראשון	עובדת סוציאלית	משרה מלאה	עבדה	קיבוץ	כן
סתיו	45	3 (10, 8, 4)	נשואה	תואר ראשון	עובדת סוציאלית	משרה מלאה	עבדה חלקית	קיבוץ	כן
שלומית	56	4 (23, 18, 33, 29)	נשואה	תואר ראשון	עובדת בשיווק	משרה מלאה	עבדה חלקית	מושב	כן
אורלי	39	3 (תאומות בנות 4, תינוק בן 3 שבועות)	נשואה	תואר ראשון	דיאטנית	משרה מלאה	עבדה חלקית וחופשת לידה	קיבוץ	כן
הדס	44	3 (14, 12, 8)	נשואה	תואר ראשון	מזכירות	משרה מלאה	עבדה חלקית	קיבוץ	כן
שרון	45	2 (12, 8)	נשואה	תואר ראשון	מורה	משרה מלאה	עבדה	קיבוץ	כן
חגית	41	4 (14, 9, 8, 1.5)	נשואה	תואר שני	מורה	משרה מלאה	עבדה חלקית בחופשת לידה	קיבוץ	כן
יסמין	42	3 (10, 7, 4)	נשואה	תואר ראשון	מורה	משרה מלאה	עבדה	קיבוץ	כן
נועם	39	4 (16, 13, 5, 3)	נשואה	12 שנות לימוד	קופאית בסופר	משרה מלאה	עבדה חלקית	עיר	לא
אילנית	40	4 (3 ביי 10, 8)	נשואה	תואר ראשון	גננת	משרה מלאה	עבדה חלקית	קיבוץ	לא
יעל	38	2 (11, 8)	נשואה	תואר ראשון	עובדת בעירייה	משרה מלאה	עבדה	מושב	כן

כלי המחקר

במחקר נעשה שימוש בריאיון עומק מובנה למחצה, ולצורך כך הוכן מדריך ריאיון ייעודי. המדריך נחלק לשני חלקים: בחלק הראשון הוצגו לאימהות המשתתפות שאלות דמוגרפיות, ובחלק השני שאלות פתוחות שעסקו בחוויותיהן ובסיפוריהן. הריאיון התמקד בחווית האימהות בעת הפינוי. בהנחה כי הפינוי עלול להוסיף מתחים ברמה הזוגית הוחלט למקד את השאלות בחוויה האימהית עצמה, ולא לכלול שאלות ישירות על מערכת היחסים הזוגית או על תפקוד בן הזוג. בין השאלות שהוצגו: "ספרי לי על החוויה שלך מאז שהתפנית מהבית"; "תארי לי את תהליך ההסתגלות במקום שאליו פונית"; ו"כיצד הפינוי השפיע ומשפיע על תפקידך כאם". הראיונות התקיימו באמצעות אפליקציית זום כדי לאפשר גמישות ונגישות למרואיינות. הם נערכו בעת שהנשים שהו במרחב הפינוי, ובניסיון ליצור מרחב נינוח, אותנטי ומכבד המעודד שיח אישי ואינטימי (הקר ואח', 2014; Fraser & Taylor, 2022). משך הראיונות נע בין 40 דקות לשעה וחצי.

הליך המחקר

המחקר החל לאחר קבלת האישור מוועדת האתיקה של החוג לעבודה סוציאלית במכללה האקדמית תל-חי. החוקרות פרסמו קול קורא בקבוצת הפייסבוק "קהילת השוות של גליל עליון", המונה 12,502 חברות, ויצרו קשר טלפוני עם נשים אשר הביעו עניין להשתתף במחקר. בשל קושי בגיוס מרואיינות באמצעות הקול הקורא נוסף בהמשך גיוס בשיטת כדור שלג.

הריאיון החל רק לאחר שכל מרואיינת חתימה על טופס הסכמה מדעת וקיבלה הסבר על מטרות המחקר, שמירת סודיות וכללי האתיקה. בסיום כל ריאיון קיבלה כל מרואיינת מסמך ובו מספרי הטלפון של גופים ושל אנשי מקצוע היכולים לספק תמיכה במקרה של מצוקה המתעוררת בעקבות הריאיון.

ניתוח הנתונים

כל הראיונות צולמו, הוקלטו ותמללו. שלוש חוקרות מצוות המחקר השתתפו בניתוח. במהלך הראיונות ואחריהם נרשמו הערות, התרשמויות ותחושות של המראיינות (field notes). הניתוח התבסס על מודל ההקשבה לקולות אשר פותח לצורך הבנה של חוויות במצבי קונפליקט ואי-ביטחון, ולזיהוי קולות שונים בנרטיב האישי (Gilligan et al., 2003). המודל כולל קריאה ראשונית להבנת הנרטיב הכולל, זיהוי ה"אני" של הנחקרות ופירוק הטקסט ליחידות משמעות, בחינת היחסים בין הקולות האישיים להקשרים חברתיים, ולבסוף אינטגרציה של הקולות (הראל-שלו ותקוע, 2019). בהתאם לכך, ניתוח הראיונות כלל ארבעה שלבים: בשלב הראשון נעשתה הקשבה לספור כולו, תוך זיהוי מילים ודימויים חוזרים, מטפורות ותמונות דומיננטיות. בשלב השני נותח האופן שבו המראיינות מציגות את עצמן. בשלב השלישי נעשתה "הקשבה לקולות מרובים", תוך תשומת לב לגוף הדקדוקי שנקטו (גוף ראשון, שני, שלישי, יחיד או רבים), ולאופן שבו תיארו את יחסיהן עם אחרים. שלב זה נותח גם מבעד למסגרת פמיניסטית, תוך בחינת יחסי הכוחות הפועלים בסביבה. המראיינות היו נשים אשר ראינו נשים, ושתיים מחוקרות היו גם הן מפונות מביתן. בשלב הרביעי והאחרון של ניתוח הנתונים חוברו הממצאים מכל שלבי הניתוח ונעשו אינטגרציה ומיזוג של הממצאים מתהליך ההקשבה כולו.

הגישה הפמיניסטית באה לידי ביטוי בצורת ההקשבה הייחודית גם בתהליך של ניתוח הנתונים. בהתבסס על הידיעה שנשים עלולות "לשתוק" חלקים של סיפורן, בפרט אלו שאינם עולים בקנה אחד עם הסיפור ההגמוני, יישמנו בתהליך של ניתוח הראיונות הקשבה זהירה, מכבדת ומאפשרת לשתיקות בסיפוריהן של המראיינות (הקר ואח', 2014). כך למשל, בראיונות היו גם שתיקה והיעדר ביקורת כלפי בני הזוג וכלפי המדינה ומוסדותיה (ייתכן ששתיקה זו קשורה למועד שבו התקיימו הראיונות), והמראיינות אפשרו את השתיקה ונתנו לה מקום.

היבטים אתיים

טרם ביצוע הריאיון הובהר לנחקרות כי הן רשאיות לסגת מתהליך המחקר בכל אחד משלביו. הובטח להן כי כל המידע שהן מסרו, לרבות הפרטים הדמוגרפיים, יופיע במחקר הסופי באופן אנונימי וללא פרטים מזהים. הראיונות הוקלטו ותמללו בכתב לצורכי ניתוח, תוך שימוש בשמות בדויים והסתרת הפרטים המזהים. ההקלטות נשמרו במחשב הפרטי של אחת החוקרות המוגן בנעילה אישית, והקבצים נשמרו על פי מספרים סידוריים. הראיונות יימחקו לאחר פרסום המחקר. זאת ועוד, כדי לשמור על טוהר הנתונים והפרשנות, במעמד עיבוד המידע נעשה שימוש במודל ניתוח נתונים בעל שלבים אחדים המחייבים הידוק, מעקב ובקרה. בד בבד, החוקרות ניהלו יומן מחקר. נוסף על כך, הנחקרות קיבלו את מספרי הטלפון של החוקרות כדי שיוכלו ליצור איתן קשר במקרה הצורך.

מיצוב החוקרות

את המחקר ערכו חמש חוקרות. ארבע מהן מתגוררות בצפון הארץ ואחת במרכז. שתיים פונו מבתייהן במהלך המלחמה. תיאור מיקומן של החוקרות משמש לא רק לצורכי שקיפות ודיווח, אלא מדגיש את המשמעות הרפלקסיבית של מיקומן החברתי והחוויתי בתהליך ייצור הידע. ההתייחסות למיקום החוקרות כבעל משמעות מתודולוגית נובעת מההבנה כי קרבה גיאוגרפית וחוויתית לאירוע הנחקר עשויה להשפיע על האופן שבו חוויות המשתתפות מובנות, מפורשות ומקבלות משמעות.

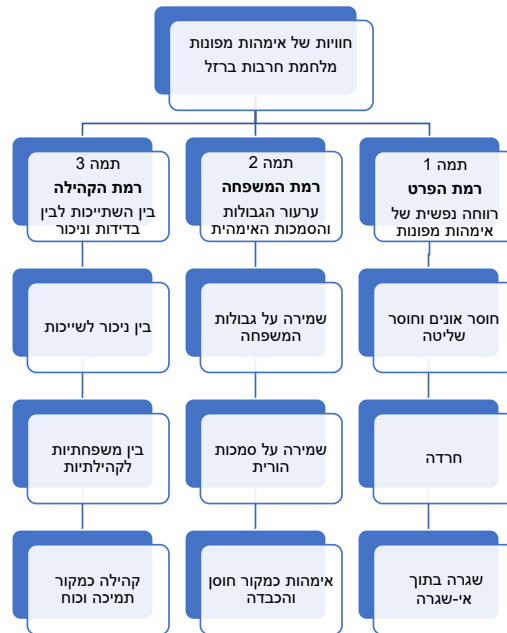
המחקר האיכותני מדגיש כי ידע מחקרי הוא ידע ממוקם (situated knowledge), וכי ההכרה במיקומן החברתי והחוויתי של החוקרות תורמת להבנת תהליך הפרשנות ולבחינת תוקף הממצאים בהקשרים של אי-ודאות וטראומה מתמשכת (Finlay, 2021).

ממצאים

הממצאים מתייחסים לחווייתן של נשים שהן אימהות אשר פונו לבתי מלון בעקבות המלחמה, ומתמקדים בהתמודדותן הרגשית, ההורית והיום-יומית עם מציאות חיים שנכפתה עליהן באחת. תנאי השהות בבתי המלון היו רקע משמעותי לחוויה זו, אך לא היו אחידים. חלק מהמשפחות קיבלו שני חדרים ואילו אחרות נאלצו להסתפק בחדר אחד בלבד, הבדל שהשפיע על תחושת הפרטיות, הצפיפות והיכולת לנהל שגרת משפחה. בחדרי המלון לא היו מטבחונים או אמצעים להכנת אוכל, והארוחות סופקו שלוש פעמים ביום בחדר אוכל מרכזי - דבר שצמצם את תחושת האוטונומיה ההורית ואת היכולת לשמר הרגלים משפחתיים מוכרים. גם השתלבות הילדים במסגרות החינוכיות לא היתה סדורה מראשית הפינוי. בתחילת התקופה מרבית הילדים לא השתתפו בלמידה פורמלית והועסקו בפעילויות פנאי שונות, מצב שהגביר אצל האימהות תחושות של חוסר יציבות ואי-ודאות. רק בהמשך נפתחו מסגרות לימוד בתוך בתי המלון, וחלק מהילדים שולבו בבתי ספר סמוכים. מכלול התנאים הללו עיצב את חוויית האימהות בתקופת הפינוי והשפיע על האופן שבו הן תפסו את תפקידן ההורי, את תחושת המסוגלות שלהן ואת היכולת לשמר שגרה ומשמעות עבור ילדיהן בתוך מציאות משתנה.

ניתוח הראיונות חשף שלוש תמות מרכזיות המאפשרות להבין את החוויות המורכבות של האימהות - פינוי מהבית לצד ניסיון לייצור שגרה, להתמודדות עם סוגיות הוריות ולבירור שאלות של השתייכות לקהילה. התמות שזוהו מצביעות על היבטים של ההתמודדות של אימהות יהודיות מהצפון עם הפינוי ועם המגורים במלונות, והן מסודרות על ציר זמן וצרכים: החל בתחושה של אי-ודאות וחוסר שליטה שאפיינה את התקופה הראשונה, עבור דרך ניסיונות לבנות שגרה בתוך אי-השגרה למרות הערעור של התפקיד האימהי, וכלה בעיסוק בשאלות של שייכות קהילתית שאפיינו תקופות מאוחרות יותר. שלוש התמות מתייחסות לשלוש רמות של התמודדות: (1) רמת הפרט, אשר עוסקת ברווחה הנפשית של האם ובהתמודדות שלה כפרט; (2) רמת המשפחה, העוסקת בהתמודדות ההורית של האימהות; (3) רמת הקהילה, העוסקת בשאלות של שייכות מול בדידות וניכור.

תרשים 1: תמות המחקר והקטגוריות



רמת הפרט: פינוי, תחושת אי-ודאות, חרדה ואובדן הבית

התמה הראשונה מתייחסת לחוויית הפינוי ולתחושות הנגזרות ממנה. לתפיסת האימהות מטרת הפינוי היא לייצר תחושת ביטחון באמצעות הרחקה מאזור הנמצא בסיכון. עם זאת, הפינוי מייצר חוויית פליטות ועקירה מהבית ומחיי השגרה המוכרים. המעבר למלונות ייצר מוגנות ברמה הפיזית, אך אילץ את האימהות להתמודד עם תחושות של אי-ודאות, של חוסר אונים ושל חרדה. כל אלו באו לידי ביטוי בראיונות עימן. תמה זו כוללת שלוש קטגוריות: חוסר אונים וחוסר שליטה, חרדה, וניסיון לייצר שגרה בתוך אי-הוודאות.

חוסר אונים וחוסר שליטה

תחושת חוסר האונים נבעה בעיקר מחוסר הוודאות באשר להווה ולעתיד. משתתפות רבות דיווחו כי בראשית הפינוי ההתנהלות היתה מבולבלת, לא ברורה ואוטומטית. עוד עלה הפער בין המחשבה שהפינוי עתיד להיות קצר וזמני לבין המציאות בפועל: "כל הטירוף הזה, והכאוס, והאי-ודאות, שהכל נלקח לך מהיום להיום, אתה לא מבין את זה ישר, כי חשבתי שאנחנו יוצאים מהבית לשלושה-ארבעה ימים, חשבתי שעוד שבוע נחזור הביתה" (שלומית, בת 56, נשואה, אם לארבעה ילדים מתבגרים ובוגרים, עבדה במשרה מלאה לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי במהלך הפינוי). שלומית מתארת את הכאוס ואת אי-הוודאות שאפיינו את ימי הפינוי הראשונים, לצד ההבנה שאף שלא נערכה לכך שהפינוי עתיד להיות ממושך. אף שהנחקרות היו נשים והמראיינות היו נשים אף הן, שלומית מתבטאת בלשון זכר. "אתה לא מבין", "אף אחד לא תיאר לעצמו". דרך ביטוי זו יכולה לבטא הרגל ואולי גם סוג של הרחקה, אשר בדרכה כמו אומרת: זה לא קורה לי באופן אישי, זה משהו כללי.

יסמין מוסיפה לתחושת אי-הוודאות בדבר משך הפינוי גם את תחושת חוסר האונים וחוסר השליטה, ואת התחושה כי הפינוי מביא איתו אובדן שליטה על ניהול החיים על דפוסיהם השגרתיים: "דברים הכי בסיסיים נלקחו, מאיך שאני אוהבת את הקפה שלי בבוקר, איך שאני אוהבת לישון, איזה אוכל נאכל" (יסמין, 42, נשואה, אם לשלושה ילדים בגיל בית ספר יסודי. עבדה כמורה לפני הפינוי והמשיכה לעבוד כמורה גם במהלך הפינוי). יסמין מספרת כי נלקח ממנה החופש לנהל את חייה כפי שהיא מורגלת ואוהבת, ונקבע עבורה איך תשתה את הקפה שלה, איך תישן ומתי ואיזה אוכל תאכל. סיפוק הצרכים באופן גורף ואחיד לכל המפונים מעצים אצל יסמין את מה שנלקח ממנה - העצמאות והחופש לנהל את חייה כראות עיניה.

אורלי מוסיפה ומחזקת את החוויה של יסמין שהמלון מספק הכול, אבל אין בו אינטימיות, אין בו התאמה לצרכים ייחודיים של כל משפחה. הוא מספק צרכים גנריים, אבל לא פינה לבכות:

מצד אחד היה משהו מרגיע במלון, שיעטפו אותנו וידאגו לנו. מצד שני הייתי עם תינוק בן חודשיים, הסתובבתי במסדרונות, הוא לא נרגע, כל הזמן בכה [...] אני התפרקתי בבכי, אף אחד לא הצליח לעזור לו ולי, כאילו התחושה הזאת שאין אפילו פינה לבכות, כי בחדר היו הגדולים שהלכו לישון ולא יכולתי להיות שם, עם תינוק בוכה. זאת היתה חוויה מאוד מאוד קשה של ההתחלה (אורלי, 36, נשואה, אם לשלושה פעוטות, ובהם תינוק בן כמה שבועות).

ייתכן שהתחושה של אורלי שאיש לא הצליח לעזור לה מתייחסת למרחב שנמצאים בו אומנם אנשים רבים (מסדרונות של בית מלון), אבל לא זה היה מה שהיא נזקקה לו. היא נזקקה לפינה שקטה, מוכרת לה ולתינוק שלה, כדי שיוכל להירגע. אורלי מתייחסת גם לתנאים של בית מלון, שבהם משפחה שלמה מתגוררת בחדר אחד, וכאשר ילדיה הגדולים יותר ישנים היא נאלצת להסתובב עם התינוק במסדרונות כדי לא להעיר אותם.

בדבריה של יסמין מודגש הקושי של היעדר אפשרות לניהול אינדיבידואלי של עצמה ושל משפחתה, ובדבריה של אורלי מודגש הקושי עקב היעדר מרחב ופרטיות. כל אלה הם רכיבים בסיסיים של תא משפחתי גרעיני שהתמססו בפינוי.

חרדה

חרדה היא רגש של דאגה ושל מתח נפשי ופיזי המכוון כלפי איום עתידי, אמיתי או מדומיין, ומתאפיין בתגובות פיזיולוגיות דוגמת עלייה בדופק ותחושת אי-שקט. חוסר ודאות יכול לעורר את הפחד מפני הבלתי ידוע ולהגביר את רמות החרדה. רבות מהמראיינות דיווחו על חוויית חרדה שבאה לידי ביטוי בעיקר בחודשים הראשונים לפינוי, והתאפיינה בסימפטומים רגשיים ופיזיים. נראה כי החרדה היתה קשורה הן למצב הביטחוני ולבית שהן השאירו מאחור, הן לדאגה לעתיד. בעוד חוסר האונים התבטא "בדברים שנלקחו" בשל הפינוי, ההתייחסות לחרדה היא ברמה התפקודית ("לא תפקדתי"). החרדה נתפסה כמשתקת וכפוגעת בתפקוד: "במשך חודש לא תפקדתי. בכל המקומות פינוי שהייתי בחודש הזה, פחדתי לצאת מהדלת" (ענבל, נשואה, אם לילד בגיל בית ספר יסודי, גנת במקצועה, לא עבדה לפני הפינוי ועבדה במהלך הפינוי, נדה בין מלונות אחדים במהלך תקופת הפינוי).

ענבל מתארת חוויה של חוסר תפקוד, פחד קיומי שהפך למשתק וחוויה שמשהו נורא יקרה אם תצא מפתח החדר. במהלך תקופת הפינוי משפחות רבות מיישובי הצפון, כולל משפחתה של ענבל, לא שהו במקום אחד קבוע, אלא עברו בין כמה בתי מלון. מעברים אלו נבעו משיקולים ארגוניים ולוגיסטיים דוגמת עומס, חלוקה מחודשת של משפחות וניסיונות לרכז קהילות מאותו יישוב יחד, וחייבו הסתגלות חוזרת לתנאים משתנים. ענבל מדווחת כי תחושת החרדה חזרה על עצמה בכל המקומות ששהתה בהם. ייתכן שאמירות אלו מבטאות את הצפייה של המרואיינות מעצמן לתפקד - ציפייה חברתית ואישית מאימהות שיש להן אחריות לילדים. התחושה שלא הצליחו לתפקד מצביעה על רמת הקושי ואולי גם על רמת האכזבה של האימהות.

"היו לי רעידות בגוף וקושי לאכול, קושי לישון או פחד ליפול לשינה ואז להתעורר בחדר של מלון" (סתיו, 45, נשואה, אם לשלושה ילדים בגיל בית ספר יסודי, עבדה כעובדת סוציאלית לפני הפינוי, ועבדה באופן חלקי אחרי הפינוי). סתיו מתארת את הקושי התפקודי כקושי ברמה הגופנית ("רעידות בכל הגוף"), אך היא גם מתארת את הפחד הגדול ביותר שלה: ללכת לישון, להתעורר בחדר במלון ולהבין שזה איננו חלום; זו מציאות והיא באמת מתגוררת בחדר במלון. היא מתארת מצב שבו הגוף מתקשה להסתגל למציאות. גם כשהראש מתחיל להבין, הגוף מסרב. שוב מתוארת כאן מציאות שבה נשים אמורות להתמודד עם בעיות שונות ואף לתפקד כאימהות, על כל המשתמע מזה, ללא ליווי מקצועי או תמיכה מוסדית כלשהי.

ניסיון לייצר שגרה בתוך אי-הוודאות

הראיונות בוצעו חודשים אחדים לאחר תחילת המלחמה והפינוי מהבית. הם מאפשרים לאימהות להתבונן בתהליך שעברו מתחילת הפינוי ולהבין שהן חלק מאירוע מתמשך שתחילתו בחוסר אונים ובחרדה והמשכו בתחושה שלהן כי אין להן שליטה על חייהן ועל חיי משפחותיהן. בלטו התיאורים הנוגעים לתחושת חוסר הידיעה כמה זמן יימשך הפינוי ומתי יוכלו לשוב הביתה. תחושה זו של אי-ודאות לוותה באובדן שליטה על החיים ועל העתיד. המרואיינות שיתפו כי בכמה היבטים של חוסר השליטה, ובהם ארעיות החיים כמפונים, אי-ידיעה בדבר משך הפינוי והתחושה כי שגרת החיים "מנוהלת" על ידי מישהו אחר.

מרבית המרואיינות הביעו רצון ואמונה שהפינוי יימשך תקופה קצרה, וכי בתוך כמה ימים או שבועות הן יחזרו לבתיהן ולשגרת החיים המוכרת שלהן. ההבנה שאין לדעת מתי הפינוי יסתיים עולה מדברי המרואיינות לצד התחושה שאינן יכולות לתכנן את החיים קדימה. בראיונות האימהות מצינות כי עם הזמן מתחילה לחלחל בהן ההבנה שהפינוי לא יסתיים בימים ספורים, וכי צורך בהיערכות לתקופה ארוכה יותר שמשכה אינו ידוע. לדברי האימהות, הבנה זו מביאה איתה עצב ותחושה שה"קרקע נשמטת": "כל יום שישי היינו מבינים שעוד שבוע עבר וזה החיים עכשיו" (יסמין, 42, נשואה, אם לשלושה ילדים בגיל בית ספר יסודי, עבדה כמורה לפני הפינוי והמשיכה לעבוד כמורה גם במהלך הפינוי). מעניין שיסמין מציינת את "יום שישי" אף שהיא אינה מתייחסת לכך במפורש, יום שישי מסמל במשפחות רבות התכנסות, משפחתיות, ביתיות. ההבנה שעוד שבוע עבר דרך ההבנה ששוב לא התקיימה ארוחת שישי משפחתית מדגישה את הפער בין שהות במלון לבין השגרה המשפחתית בבית.

לצד חוסר הוודאות וחוסר השליטה המתלווה אליו, האימהות שרואיינו תיארו ניסיונות לייצר תחושת שגרה ובית בתוך מציאות ארעית ובלתי יציבה. הן מצאו את עצמן במצב שבו נדרשו להתמודד עם היעדר מסגרת ברורה, ולתחושתן כל רכיב של יציבות ושגרה שהיה מוכר מהעבר והיה חלק משגרת היום-יום נעלם.

היבט זה עלה בצורה עקבית בראיונות. פעילויות יום-יומיות שבבית נהוג היה לבצע כחלק מהשגרה המשפחתית הפכו, לדברי האימהות, לקשות לביצוע עד כדי לא אפשריות כלל במקומות הפינוי. חוסר היכולת לבצע מטלות בסיסיות אלו פוגע בתחושת הביתיות וביכולת השליטה.

אין לך שום דבר שהוא שלך, הארעיות היא כל כך מורגשת, ואין ארוחה של בית, ואין, אין תחושה של בית. קובעים לך מתי לאכול, מה לאכול, אין לך מטבח בחדר, אתה לא יכול לבשל, קובעים מתי תחליף מצעים, מכונת כביסה, אין, אי אפשר לכבס מתי שאת רוצה (שחר, 49, נשואה, אם לשלושה מתבגרים, עבדה לפני הפינוי, במהלך הפינוי עבדה חלקית).

שחר מרחיקה עדות מעצמה ומדברת בגוף שני ("אין לך שום דבר שהוא שלך"). ייתכן שהדיבור בגוף שני בא לומר שזו אינה חוויה אישית, זו חוויה של כל הנשים. שחר מתייחסת להיעדר שליטה בלוח הזמנים, שהאימהות הן שאחראיות לו בדרך כלל, ולפעולות שגרתיות אחרות של אחזקת הבית ושל ניקיון כפעולות שמבנות תחושה של ביתיות ובמלון הן נלקחו ממנה.

אתגר נוסף שמרבית האימהות דיברו עליו הוא הקושי ביצירת תחושה של בית, שבשגרה מושגת בעזרת בישול ואכילה במסגרת משפחתית. היעדר האפשרות לבשל באופן עצמאי פגע בתחושת הביתיות, בתפקוד האימהי וביכולת ליצור שגרה משפחתית. לצד הקושי לייצר שגרה והתחושה כי "הכל נלקח" האימהות הדגישו כי הזמן והרצון להסתגל ולייצר שגרה הובילו אותן למצוא דרכים יצירתיות ליצור ביתיות ומשפחתיות במלונות: "אני מכינה להם [לילדים] ספגטי ברוטב שהם אוהבים בחדר [של המלון], זה נותן תחושה של בית" (יעל, 38, נשואה, אם לשני ילדים בגיל בית ספר יסודי, עבדה לפני הפינוי והמשיכה לעבוד במשרה מלאה גם במהלך הפינוי). יעל מתארת כיצד היא מצליחה להכין לילדים שלה אוכל של בית בחדר המלון. נדרשת יצירתיות כדי להכין אוכל פשוט של בית בחדר של בית מלון, שאין בו מטבח ואמצעי בישול בסיסיים. אף שסביר להניח שחדר האוכל של בית המלון מציע מגוון רחב יותר של מאכלים, יעל מדגישה את ההכנה של האוכל וההכנה של מה שהילדים אוהבים.

מרואינת נוספת מתייחסת גם היא להכנת האוכל: "את לא מכינה את האוכל. את לא יכולה לתמוך דרך אוכל" (יובל, 50, בזוגיות, אם לילדה בתחילת גיל ההתבגרות, עבדה באופן מלא לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי במהלך הפינוי). גם יובל נוקטת גוף שני ("את לא מכינה"). ייתכן ששימוש זה בא לומר כי הקושי שבהכנת אוכל אינו אישי שלה אלא כללי, משותף לכל הנשים. יובל רואה קשר ישיר בין שני תפקידים אימהיים – הכנת אוכל ותמיכה. ומוסיפה אילנית: "לקחו ממני את השליטה על האוכל. הבנות לא רוצות ללכת לאכול שם [בחדר האוכל של המלון]. אז קונים כל מיני דברים כאלה שיהיו בחדר, אבל זה לא אוכל" (אילנית, 40, נשואה, אם לארבעה ילדים בגיל בית ספר יסודי, עבדה באופן מלא לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי במהלך הפינוי). הן יובל הן אילנית מתארות את האוכל כרכיב מרכזי של בית. יובל מתייחסת לאוכל כדרך של תמיכה רגשית ואילו אילנית מתייחסת להכנת אוכל כדרך של שליטה בתזונה ובבריאות של הילדים.

פן נוסף של הניסיונות לייצר שגרה התבטא במאמציהן של האימהות לחזור לעולם העבודה. רבות מהן ציינו שהרגשת השגרה והביתיות נבעה בעיקר מיצירת סדר יום ומסגרת לילדים. רבות הדגישו גם את החשיבות של היכולת לצאת לעבודה לא רק כמקור פרנסה אלא גם כמקור לתמיכה נפשית ורגשית. העבודה מספקת לאימהות לא רק תעסוקה, אלא עוזרת להן לשמור על שגרה יום-יומית בריאה ועל תחושת נורמליות בתוך מציאות כאוטית. בעוד בקטגוריות הקודמות המרואיינות נקטו גוף שני ואף לשון זכר, כאשר הן מדברות על העבודה כהצלה הן נוקטות גוף ראשון ("העבודה הצילה אותי", "עוזר לי") - כלומר אומרות שהעבודה היא סוג של הצלה ברמה האישית, משהו שהנשים הללו עושות למען עצמן. "העבודה הצילה אותי. כאילו, זה עוד המקום האחרון שהשאירו לי שליטה עליו, שלא לקחו ממני" (יסמין, 42, נשואה, אם לשלושה ילדים בגיל בית ספר יסודי, עבדה כמורה לפני הפינוי והמשיכה לעבוד כמורה גם במהלך הפינוי); "מה שעוזר לי זה גם העשייה שלי, נגיד בתוך העבודה שזה לעשות טוב, זה כל הזמן מחזיק אותי. שגרה, עבודה, כל בוקר, שכל הילדים שלי על האוטובוס בדרך לבית ספר זה רגע של שקט פנימי" (יעל, 38, נשואה, אם לשני ילדים בגיל בית ספר יסודי, עבדה לפני הפינוי והמשיכה לעבוד במשרה מלאה גם במהלך הפינוי).

יסמין ויעל מתארות את חשיבות העבודה עבורן. שתיהן המשיכו לעבוד באותם תפקידים ועבודות שעבדו בהם לפני הפינוי, יסמין כמורה ויעל במועצה האזורית. יעל "עברה" עם תלמידיה המפונים מהבית לבית המלון, אך המשיכה למלא תפקיד מוכר עם צוות מוכר אשר נתן לה תחושת שייכות ושליטה על חייה. יעל גם היא המשיכה למלא את אותו תפקיד שמילאה לפני המלחמה, שכן העבודה היתה קשורה למתן שירות לאוכלוסייה ולא היתה קשורה לאזור גיאוגרפי שפונה. האפשרות שעמדה בפני שתיהן - לשמור על מקום העבודה - לא היתה זמינה לכל האימהות.

התיאור הבא מספק התבוננות על ההסתגלות לפינוי ולשהייה בבית מלון כאל תהליך אשר התחיל באי-ודאות ובחוסר שליטה, והמשיך בקבלת החלטה משפחתית להשלים עם מצב אי-הידיעה ולהחזיר את השליטה לידיים שלהם. "באיזשהו שלב, סביב ינואר כזה, כאילו, הפסקנו [המשפחה] לחפור, אמרנו יאללה, אנחנו פה בינתיים, מסיימים שנת לימודים, ואז נראה מה הלאה. כן. אז ההסתגלות היתה סך הכל טובה, אנחנו בסדר, אנחנו בריאים, אנחנו

שלמים, הילדים שלנו איתנו" (רוני, 44, נשואה, אם לשלושה מתבגרים, עבדה לפני הפינוי ועבדה חלקית במהלך הפינוי). מדבריה של רוני ניכר כי קבלת ההחלטה להישאר במלון עד סוף שנת הלימודים השפיעה לטובה על ההסתגלות של בני המשפחה. זאת ועוד, ההחלטה להישאר מחזירה לידי המשפחה את השליטה שניטלה ממנה עם הפינוי, שכן היא זו שמקבלת את ההחלטה, ולא הגורמים המפנים.

רמת המשפחה: ערעור הגבולות והסמכות החינוכית האימהית

סוגיית הצבת הגבולות במצב של חוסר גבולות חזרה על עצמה בכל הראיונות, וניכר כי במהלך הפינוי היא מעסיקה את האימהות באופן מתמיד. האימהות, לדבריהן, נאלצו להתמודד עם הצורך לשמור על מסגרת יציבה ועל סמכות הורית במציאות שבה הכל זמני, במציאות שבה הכללים וההרגלים היום-יומיים השתבשו. האימהות ציינו כי בראש מעייניהן עומדת הדאגה לצורכי הילדים, וקבלת ההחלטות מתמקדת בעיקר בביטחונם וברוחותם. אך לצד הרצון להציב גבולות ולהפעיל סמכות הורית עלה גם הצורך "ללוות" לילדים, להבין את מצבם ואף לפצות אותם על הפינוי, על המרחק מהבית, מהשגרה ומהחברים. תמה זו מורכבת משלוש קטגוריות: שמירה גבולות המשפחה כשהכל נדמה פרוץ, שמירה על הסמכות ההורית והצבת גבולות אל מול הצורך לפצות, ואימהות כמקור חוסן והכבדה.

שמירה על גבולות המשפחה

מהראיונות עולה הקושי לשמור על הגבולות המשפחתיים כשהגבולות המוכרים מן הבית אינם מתקיימים. המשפחה כולה מתגוררת בחדר אחד במלון, ללא פרטיות, ללא גבולות בין הורים לילדים, בין זוגיות למשפחתיות, ובין המשפחה למשפחות אחרות. בשל הצפיפות בחדרי המלון, אשר מטבעם משמשים בעיקר לשינה, מרבית החיים מתקיימים בשטחים הציבוריים של בית המלון. כך חייהם של חברי המשפחה מתערבבים באלה של חברי משפחות אחרות, והגבולות בין המשפחות הופכים לכמעט שקופים ולא קיימים. "הרבה דאגה לילדים, בעיקר צריך לשמור עליהם, הכל פה פרוץ" (הדס, 44, נשואה, אם לשלושה מתבגרים, עבדה לפני הפינוי. במהלך הפינוי עבדה באופן חלקי). בביטוי "הכל פה פרוץ" הדס מתייחסת לחוסר גבולות ברמה הפיזית וברמה

הרגשית. אשר לרמה הפיזית, המשפחות גרות באותו מלון, חולקות חדר אוכל ולובי, החיים היום-יומיים מתרחשים במרחבים פתוחים שבהם כולם רואים את כולם. אין קירות המציבים גבולות פיזיים בין הבתים-משפחות. הילדים נמצאים עם קבוצות של בני גילם, חלקם אולי מוכרים מהבית וחלקם חברים חדשים שרכשו במלון. ייתכן גם שכאשר הדס מתייחסת למושג פרוץ ולצורך לשמור על הילדים היא רומזת למעבר מיישוב כפרי בצפון לעיר גדולה יותר, שהפיתויים בה רבים יותר. אשר לרמה הרגשית, היעדר הגבולות הפיזיים מקרין גם על תחושת חוסר גבולות ברמה הרגשית.

"הקושי הכי גדול היה במעבר למלון, לא היה שם באמת מקום אישי, לא היתה לנו [כזוג] פרטיות" (שחר, 49, נשואה, אם לשלושה מתבגרים, עבדה לפני הפינוי, במהלך הפינוי עבדה באופן חלקי). בעוד הדס התייחסה לחוסר הגבולות בין המשפחה הגרעינית לבין שאר דיירי המלון ולאופן שבו הוא בא לידי ביטוי באימהות, שחר התייחסה להיבט נוסף של חוסר גבולות – חוסר הפרטיות וההשלכות של חוסר הגבולות בתוך המשפחה על הזוגיות. כאשר משפחה חולקת חדר בבית מלון, אין באמת מרחבים אישיים לזוג ההורים.

שמירה על הסמכות ההורית

אימהות רבות עסקו בסוגיית הסמכות ההורית. קולותיהן הדגישו את המורכבות הרבה שבהתמודדות עם שמירת גבולות במסגרת של מציאות לא יציבה, ארעית וחסרת גבולות. במציאות זו האימהות, לטענתן, "נקרעות" בתוך המשפחה ובין המשפחה לסביבה. הן מנסות לשמור על הילדים ועל גבולות המשפחה, גבולות ומשמעת שהיו נהוגים בבית לפני הפינוי. תחושת האשמה שלהן עלתה שוב ושוב בראיונות. ניכר כי האימהות, כל אחת בדרכה, עושות מאמצים למצוא דרכים להיות הורה משמעותי גם בתנאי הפינוי. "הסמכות נשחקה בהקשר הזה. גם אי-אפשר לאכוף משמעת" (יובל, 50, בזוגיות, אם לילדה בתחילת גיל ההתבגרות, עבדה באופן מלא לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי במהלך הפינוי); "אני אומרת היום אצליח להציב גבול, אבל אז אני אומרת אסלח להם, מסכנים, מפונים, לא בבית. הפינוי הרס את הסמכות" (נועם, 39, נשואה אם לארבעה בטווח הגילים שבין פעוטות לגיל ההתבגרות, עבדה לפני הפינוי, ובמהלך הפינוי עבדה באופן חלקי).

הן יובל הן נועם מדברות על התחושה כי הסמכות ההורית נשחקה ואף נהרסה. יובל משתפת כי לא ניתן לאכוף משמעת בתנאי החיים בבית המלון, ואילו נועם טוענת כי היא מנסה להציב גבולות לילדים. בכל יום היא מקווה להצליח בכך, אבל בד בבד גם מרחמת עליהם על שהם מפונים ואין להם בית, ומחליטה לוותר. שתייהן נוקטות גוף שלישי. הן אינן מדברות בגוף ראשון ("הסמכות שלי נשחקה", או "לי קשה לאכוף משמעת"), אלא מתייחסות לסמכות ולמשמעת כמשהו שלכל האימהות קשה לאכוף. נועם אף משתמשת בביטוי שנשמע החלטי והצהרתי: "הפינוי הרס את הסמכות".

אימהות כמקור חוסן והכבדה

הראיונות מלמדים על הדואליות שבתפקיד האימהי. מצד אחד לאם יש תפקיד מרכזי בשמירת המשפחה, דבר המגביר את הנטל התפקידי שלה, ומצד אחר אותו תפקיד אימהי שומר גם עליה ומחייב אותה להמשיך לתפקד, להיות חזקה בשביל בני המשפחה. כלומר לצד התובענות והקשיים שהתפקיד האימהי מציב בפני האימהות בעת הפינוי, הוא מהווה עבורן גם מקור לכוח ולחוסן. נוסף על כך, לצד רגשות האשם שהמראיינות ביטאו על כך שלא הצליחו לשמור על הבית, התחושה כי הן "נלחמות" למען הילדים נותנת להן משמעות: "אני מרגישה שאם לא הייתי אימא בכל הסיטואציה הזאת, הייתי הרבה יותר מתפרקת. זה באיזשהו מקום שומר עליי ונותן לי את היכולת, כי אני צריכה להיות חזקה בשבילם" (אילנית, 40, נשואה, אם לארבעה ילדים בגיל בית ספר יסודי, עבדה באופן מלא לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי במהלך הפינוי). אילנית מתייחסת לאימהות ולצורך לתפקד כמשהו ששומר עליה שלא להתפרק. התפקיד ההורי מחייב אותה להיות חזקה. זוהי ציפייה חברתית מאימהות וכנראה גם הציפייה שלה מעצמה.

שחר מתייחסת אל עצמה כאל דמות של "גיבורת-על" מהסרטים. "אני דמות שיש לה גלימה והיא עוטפת, מכניסה לתוכה, שומרת ומגינה" (שחר, 49, נשואה, אם לשלושה מתבגרים, עבדה לפני הפינוי, במהלך הפינוי עבדה חלקית). מחד גיסא הגלימה מעניקה לה כוחות על, ומאידך גיסא היא יכולה לחסות בצילה והיא מהווה עבורה סוג של עטיפה ומגן. יש בגלימה שילוב של כוח ורכות עוטפת – אולי כך שחר רואה את התפקיד האימהי.

מרואיינת נוספת מתארת את הכוח האימהי ככוח מרכזי. "הכוח האימהי הפך להיות מרכזי בהתמודדות עם המצב" (רוני, 44, נשואה, אם לשלושה מתבגרים, עבדה לפני הפינוי ועבדה חלקית במהלך הפינוי). רוני אינה מדברת בגוף ראשון על עצמה אלא על הכלל, סוג של תובנה שנכונה לכלל האימהות. לפי עדותן, האימהות מצליחות לתפקד בתנאים מורכבים מאוד המערערים על התפקידים ועל העיסוקים השגורים שלהן. אימהות נתפסות בחברה כדואגות וכאחראיות לטיפול ולתמיכה הנפשית בבני המשפחה. החיים בבית מלון שומטים חלק מהתפקידים שבאמצעותם הן מביאות לידי ביטוי את תפקידיהן האימהיים, אך למרות זאת הן מצליחות למלא את התפקידים המצופים מהן, גם אם נדרשים לשם כך "כוחות על", והן גאות בעצמן. האימהות מציירות כי האימהות שמרה עליהן וסייעה להן לתפקד. ייתכן שההיצמדות לתפקיד האימהי המוכר שומרת גם היא, ומחברת את האימהות למשאבים מוכרים מחייהן "הקודמים" טרם הפינוי.

רמת הקהילה: בין השתייכות לבין בדידות וניכור

לתפיסת האימהות, הפינוי והחיים בבית מלון הציבו אתגרים ניכרים בפני איכות חיי המשפחות בכלל, והאימהות בפרט. החיים בקהילה החדשה התבררו כקשים וכמורכבים. מחד גיסא כל המשפחות חלקו גורל משותף. מאידך גיסא החיים במלון מתנהלים בעיקר במקומות ציבוריים, כגון לובי וחדר האוכל, ולמשפחות אין מרחב פרטי משלהן, מה שגורם להן לחוש חשופות מאוד. מהראיונות עולה תחושה כי המלון הוא מקום מנוכר ולא אישי. קשה לייצר בו פרטיות, אך מתקיים בו רצון להתחבר למפונים אחרים ואולי אף למצוא אצלם תמיכה מתוך שותפות גורל. תמה זו מורכבת משלוש קטגוריות: בין ניכור לשייכות, בין משפחתיות לקהילתיות וקהילה כמקור תמיכה.

בין ניכור לשייכות

תמה זו עוסקת במתח שבין המשפחה לקהילה. מהראיונות עולה כי האימהות חשות צורך להגן על גבולות המשפחה. הן מנסות ליצור משפחתיות ואינטימיות, אך גם להשתייך ל"קהילת המפונים" ולא להיתפס כחריגות. צרכים אלו

טומנים בחובם מתח ויוצרים מעין תנועת מטרונום עדינה בחיפוש אחר האיזון בין שני הקטבים. כל זאת במקום שהוא מטבעו מנוכר, לא אישי ואמור לתת לכולם את אותם שירותים ויחס.

המלון הפך להיות מקום לא נעים. כל יום היתה תחושה של חוסר שייכות ותחושת ניכור כי הכל היה לא אישי ולא מכיל. החיים במלון הציבו אותנו במצב של חוסר גבולות, התחושה היתה שאנחנו תמיד באי-נוחות, ולא הצלחנו למצוא את המקום שלנו בתוך הדינמיקה הזו" (אורלי, 39, נשואה, אם לשני פעוטות ולתינוק שנולד במהלך הפינוי, עבדה במשרה מלאה לפני הפינוי, במהלך הפינוי היתה בחופשת לידה, התפנתה מקיבוץ).

אורלי מדברת על תחושת השייכות בלשון "רבים". "החיים במלון הציבו אותנו". כלומר ההתמודדות אינה שלה בלבד. המשפט שלה יכול להתפרש בכמה מובנים. "אנחנו תמיד באי-נוחות" יכול להתייחס למשפחה, אך גם לכלל המפונים במלון. "לא הצלחנו" יכול להתייחס לקהילה. הדיבור בלשון רבים יכול לבטא התייחסות לכך שהבעיה משותפת לכלל המפונים. אורלי מפונה מקיבוץ. ייתכן שהיא מתייחסת לשילוב של הקהילה שלה (הקיבוצית) בתוך קהילות אחרות שפנו לאותו מלון, וייתכן גם שכחברה בקהילה (קיבוץ) יש לה ציפיות מוקדמות בנוגע לקהילתיות ולשייכות.

בעוד אורלי דיברה בלשון רבים וייצגה אולי תחושה של קהילה קיבוצית, יובל מדברת בלשון יחיד על הרצון להשתייך. "פתאום אני חושבת עם עצמי אם אני מקובלת, לא מקובלת, אני מוזמנת, לא מוזמנת" (יובל, 50, בזוגיות, אם לילדה בתחילת גיל ההתבגרות, עבדה באופן מלא לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי במהלך הפינוי, פונתה מעיר). יחד הן מצביעות על המורכבות של הפינוי למלונות ושל השילוב בין אוכלוסיות אשר חלקן התפנו כקהילות וחלקן כפרטים. העובדה שאורלי חייתה בקיבוץ והיא בעלת מעגלי שייכות וקהילתיות מסוימת משפיעה על אכזבתה ממה שקורה בהקשר זה במלון, שכנראה אינו דומה לקהילתיות שהיא רגילה אליה. אורלי, שהקהילה היא חלק אינהרנטי מזהותה, מדברת "אחרת" מיובל, שמעגלי השייכות שלה אחרים וכמי שחיה בעיר החוויה שלה אחרת.

גם אורית מתייחסת לחוויה האישית שלה בהקשר של תחושת מקובלות ופחד להיות לבד. "נורא פחדתי להיות לבד, או לשבת בחדר אוכל, ואף אחד לא יזמין אותי לשבת לידו" (אורית, 45, נשואה, אם לארבעה בטווח הגילים שבין פעוט למתבגרים, עסקה בתיווך דירות לפני הפינוי, אך לא יכלה לעבוד במקצועה במהלך הפינוי. התפנתה מקיבוץ). העיסוק בתחושת ה"מקובלות" לא מתואר במישרין. מדבריה של יובל ניתן ללמוד שהיא מופתעת מעצמה ואולי אף נבוכה מכך שהיא עסוקה בתכנים שלא מותאמים לגילה, או שכבר התמודדה איתם בעבר והפינוי גורם לה לתחושה של רגרסיה: מאישה בוגרת שעשתה את הבחירות שלה למקום שבו מתערער ביטחונה העצמי. אורית, שמפונה מקהילה קיבוצית, מדברת על "לשבת בחדר אוכל לבד". זהו "מושג קיבוצי" שמתאר תחושת בדידות בתוך קבוצה. הישיבה לבד בחדר אוכל מלא אנשים שונה מהישיבה לבד בבית.

בין משפחתיות לקהילתיות

המרואיינות היו עסוקות במתח שבין שמירה על המרקם הקהילתי לבין שמירה על המרקם המשפחתי. מרבית האימהות (12 מקרב 20) הגיעו מקהילות קיבוציות, 2 הגיעו ממושבים, ו-5 הגיעו מעיר. מהריונות עולה כי ההשקעה בשמירה על הקהילה באה על חשבון ההשקעה במשפחה, ולהפך. האימהות שיתפו כי חשו שהן נדרשו לבחור מה חשוב להן יותר. לעיתים נראה כי הצורך להשתייך לקהילה והצורך לסרטט את גבולות המשפחה עומדים בסתירה: "בתחילת המלחמה הייתי מושקעת בקהילה של הקיבוץ, זה גזל ממני הרבה זמן שיכולתי להשקיע במשפחה אבל זה דווקא שמר עליי" (שחר, 49, נשואה, אם לשלושה מתבגרים, עבדה לפני הפינוי, במהלך הפינוי עבדה חלקית). "אני פחות מרגישה בודדה כי אני נמצאת בקהילה, אבל לפעמים אני מרגישה שההשתלבות בקהילה גוזלת ממני את זמן האיכות עם המשפחה" (חן, 36, נשואה אם לפעוט ולתינוק, עבדה לפני הפינוי, במהלך הפינוי היתה בחופשת לידה, פונתה מקיבוץ). שחר וכן, ששתיהן פונו מקהילות קיבוציות, מתארות את המתח בין השקעה בקהילה לבין השקעה במשפחה. זהו מתח שעשוי להתקיים בקהילות קיבוציות גם ללא פינוי, וייתכן שהוא מועצם במהלך הפינוי בשל התחושה שהמשפחה אינה בטוחה דייה ושגבולותיה אינם ברורים דיים, כפי שעלה בתמות הקודמות.

סתיו מתארת תופעה של מעברים בין בתי מלון: "המעבר [ממלון למלון] היה כואב. קהילתית הכוונות היו טובות, אבל משפחתית זה הרס אותנו, כאילו הניתוח הצליח אבל החולה מת" (סתיו, 45, נשואה, אם לשלושה ילדים בגיל בית ספר יסודי, עבדה כעובדת סוציאלית לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי אחרי הפינוי, פונתה מקיבוץ): תופעה זו רווחה בתקופת הפינוי. מכיוון שהפינוי היה מהיר, קהילות וחלקי קהילות פונו למלונות. עם הזמן התרחשו מעברים בין המלונות בשל אופי המלונות וסוגיהם, במטרה לחבר קהילות אורגניות וגם במענה לצרכים פרטניים של משפחות, דוגמת הנגשה למקומות עבודה או רצון להיות עם קרובי משפחה. סתיו, שפונתה מקיבוץ, מתארת החלטה קיבוצית שהיתה נכונה עבור הקהילה, אבל פגעה במשפחה הפרטית שלה.

הקהילה כמקור תמיכה וכוח

לצד התחושה כי השקעה בקהילה באה על חשבון זמן המשפחה יש גם הבנה כי הקהילה חשובה וחשוב לשמור עליה, גם בתקופת הפינוי וגם בעתיד. מן הראיונות עלה כי למרות המורכבות של חיים שבהם הגבולות בין המשפחה לקהילה מטושטשים, התמיכה שהקהילה העניקה לאימהות נתפסה כחיונית והיותה גורם מרכזי בהקלה על ההתמודדות עם המצב החדש והכאוטי ובשמירה על היציבות. כאשר המרואיינות מדברות על קהילה הן נוקטות לשון רבים; הן מתארות חוויה שהכוח שלה נובע מעצם היותה משותפת. "הקהילה היתה תמיכה גדולה עבורנו, כאילו, לכולנו, החיבור עם משפחות חדשות, קהילה מחודשת שנוצרה" (יובל, 50, בזוגיות, אם לילדה בתחילת גיל ההתבגרות, עבדה באופן מלא לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי במהלך הפינוי, פונתה מעיר). "הקהילה נותנת את הכוח, וגם זה בעצם מה שגורם לנו להישאר פה, הקהילה, כי אם לא היתה פה את הקהילה מזמן לא היינו פה" (שלומית, 56, נשואה, אם לארבעה ילדים מתבגרים ובוגרים, עבדה במשרה מלאה לפני הפינוי ועבדה באופן חלקי במהלך הפינוי, פונתה ממושב).

הן יובל הן שלומית מתייחסות לכוחה של הקהילה. יובל, עירונית במקור, מדברת על קהילה חדשה שנוצרה בבית המלון, על היכרות בין משפחות שחולקות גורל משותף המחבר ביניהן. שלומית, שהגיעה למלון עם קהילת המושב שהיא חיה בו, מדברת גם היא על כוחה של הקהילה ומציינת כי ללא המחויבות לקהילה ייתכן שמשפחתה היתה עוזבת את המלון ומחפשת פתרון

אחר. דבריה של שלומית משמעותיים על רקע תיאור הקשיים שיצרו החיים במלון. כלומר, כאשר על אחת מכפות המאזניים מונחים קשיים דוגמת חוסר פרטיות ופגיעה בסמכות ההורית, ועל הכף האחרת מונחות תחושת השייכות והתמיכה הקהילתית שמתחדדות לנוכח חוויית התלישות, השייכות והתמיכה הקהילתית מכריעות.

הראיונות חושפים את ההתמודדות עם כוחות סותרים. מחד גיסא הפינוי מהבית יצר צורך "לבנות בית מחדש". החיים במלון, המתאפיינים בין היתר בחדרים אחידים ובאוכל אחיד וזהה, עוררו באימהות חשש שהמשפחות עלולות לאבד את זהותן. עוד עלה חשש כי ההשתייכות הקהילתית תטשטש את גבולות המסגרת המשפחתית. מאידך גיסא המרואיינות ביטאו גם את שותפות הגורל ואת הצורך בתמיכה מחברות. לאורך כל הראיונות המרואיינות עברו מגוף ראשון לגוף שני, משימוש בלשון זכר לשימוש בגוף נקבה, מיחיד לרבים. השימוש בגוף ראשון בולט כאשר האימהות מדברות על העבודה ועל האימהות, ואילו כאשר הן מדברות על מה שנלקח, הן משתמשות בגוף שני. מה שנלקח – נלקח מכולם, לא רק מהן באופן אישי.

חשוב להזכיר כי המרואיינות היו נשים, וכי השיח התמקד בהתמודדות של אימהות עם הפינוי. אולם אף שהדברים לא נאמרים במפורש, מתקבל הרושם כי על כתפי האימהות מוטל נטל רב. אחזקת המשפחה והדאגה לרווחה הנפשית של בני המשפחה, ובעיקר של הילדים, מחוברות יותר לתפקיד האימהי. האימהות אינן מתלוננות על תפקיד זה. הן מדברות על הנטל שכרוך בו מחד גיסא, ומתייחסות לכוח שנתן להן מאידך גיסא.

דיון ומסקנות

מטרת המחקר היתה לבחון את חוויותיהן של אימהות שפנו עם משפחותיהן במהלך מלחמת חרבות ברזל. הפינוי הפתאומי ממקום מגוריהן בצפון הארץ והמעבר הכפוי למלונות שימשו קרקע פורייה לבחינת התגובות הרגשיות, ההתמודדות ההורית והקהילתית והזהות הנשית בסיטואציה של חוסר שליטה ממושך. ממצאי המחקר חושפים שלוש תמות מרכזיות: העקירה מהבית והניסיון ליצר שגרה, סוגיות הוריות והשתייכות לקהילה. שלוש התמות עלו באופן עקבי בראיונות וחזרו בדפוסים דומים בדברי המראיינות. יחד הן משקפות את ההשפעה החזקה של הפינוי על רמות ההווה השונות - הפרט, המשפחה והקהילה - ומעלות סוגיות עומק של מגדר, שפה, זהות ועמידות.

רמת הפרט: טראומה פסיכולוגית ותהליכי הסתגלות

טראומה, אובדן שליטה וטשטוש זהות

הממצאים ממחישים את הפינוי כחוויה טראומטית לכל דבר: רצף חוויות של חרדה, של אובדן שליטה ושל טשטוש גבולות וזהות (Lundberg et al., 2017; Raker et al., 2019). ממצאים דומים עלו במחקרם של ברץ וזמיר (Zamir & Baratz, 2023), אשר בחנו את הפינוי של תושבי עוטף עזה בשנת 2021. המפונים שהשתתפו במחקרם חשו "זהות שבורה". העזיבה נתפסה מחד גיסא כצורך ביטחוני ומאידך גיסא לוותה בתחושה של אובדן זהות ושייכות, בתחושת געגוע לבית ובחרדה מפני העתיד. תחושות אלו עולות בקנה אחד עם תאוריית הטראומה של ג'ודית הרמן (Herman, 1992; Jurist & Ekhtman, 2024), המדגישה את הפגיעה בתחושת השליטה, בקוהרנטיות ובתפיסת הזמן של הקורבן (המפונה). במחקר הנוכחי נשים רבות תיארו תחושת "אובדן קרקע" פיזית ונפשית שנמשכה ככל שהפינוי התארך. האובדן התייחס גם ל"רגעים קטנים" כמו שתיית הקפה של הבוקר, הכנת אוכל אישי או זמן לבד. תיאורים אלה מדגישים את הפגיעה ברמה האקזיסטנציאלית של הזהות. האובדן האימהי איננו רק אובדן תפקודי, אלא אובדן של סמליות ושל שליטה ביום-יום.

בניית שגרה כאסטרטגיית התמודדות

מהממצאים עולה כי למרות הקשיים הכרוכים בפינוי, רבות מהאימהות הפעילו מנגנוני התמודדות חיוביים, בדומה לגישות של פסיכולוגיה חיובית ולתאוריה של בוננו (Bonanno et al., 2024) על חוסן. אימהות יצרו עוגנים רגשיים באמצעות הכנת אוכל (Green & Jacobson, 2016), תעסוקה (אייזנשטדט, 2024) או שמירה על סדר יום (גטניו-קאלוש, 2022). בהתבוננות לאור מודל ההתמודדות של לזרוס ופולקמן (Lazarus & Folkman, 1984) עולה כי נשים בחרו באסטרטגיות של התמודדות ממוקדת בעיה (כגון יצירת סדר יום) וכן באסטרטגיות רגשיות כגון רציונליזציה או הפניית רגשות כלפי חוץ.

רמת המשפחה: אתגרי ההורות והזהות האימהית

ערעור הסמכות והגבולות

ממצאי המחקר חושפים כי המעבר לחיים צפופים בחדר קטן במלון והקיום היום-יומי בחללים ציבוריים (לובי, חדר אוכל) גרם לערעור מבנה המשפחה. זאת בהלימה לתאוריות משפחתיות כגון זו של מנושין (Minuchin, 2018) אשר מדגישות את חשיבותם של הגבולות הברורים בין הורים לילדים, בין זוגיות להורות, ובין פרט לקהילה לשמירה על תפקוד משפחתי. החיים במלונות הביאו לטשטוש הגבולות. במצב זה הסמכות ההורית נפגעה ואימהות התקשו להציב לילדיהן גבולות – במיוחד לנוכח רגשות האשמה והרצון לפצות אותם. בעוד בספרות מודגשים תפקידן של האימהות והעול המוטל על כתפיהן, ממצאי המחקר הנוכחי מדגישים את האתגר של האימהות בשמירה על גבולות המשפחה. כפי שאחת האימהות ציינה, קשה לשמור על הגבולות "שהכל פרוץ".

אימהות כמוקד של דואליות

במחקר בולטת דמות "האם המגוננת", ודימוי זה הופיע במפורש ובמרומו בדברי רבות מהמראיינות. אימהות רבות חשות כי עליהן להיות חזקות. זוהי ציפייה פנימית וחברתית, אך היא כרוכה בעומס רגשי כבד. בממצאים מופיעים לעיתים דימויים של גיבורת-על העוטה גלימה מגוננת, וניתן לראותם כביטוי לאידיאליזציה עצמית שנועדה לחפות על תחושת חוסר האונים.

גישה פמיניסטית ביקורתית תטען כי האידיאליזציה של תפקידי האם במצבי חירום מגלמת את הציפיות החברתיות המוכרות מנשים: להיות אמפתית אך גם מגינה, להיות גמישה אך גם נוכחת תמיד. דרישות אלה יוצרות מתח ומורכבות (Gueta & Condry, 2024). מודל "האם המושלמת בשעת חירום" מתפקד כאידאולוגיה מגדרית המייצרת מורכבות ועומס רגשי ומבני על נשים, ומצמצמת את חופש הבחירה שלהן בתגובה למצבי חירום. הקושי של האימהות למלא את התפקידים האימהיים עלול לעורר בהן תחושות אשמה על אי-היכולת לספק לילדים את הצרכים הבסיסיים ותחושה שחלק מזהותן כאימהות נלקח מהן. בשל ציפיות החברה מנשים לתת עדיפות למשפחה על פני שאיפות כלכליות, לעיתים קרובות הן מקריבות את העיסוקים שלהן כדי לטפל בילדים (McKinley & Walters, 2023). המחקר הנוכחי מגלה כי המתח הזה מתעצם בסיטואציה של פינוי.

רמת הקהילה: שייכות, בדידות וקהילתיות בעיתות משבר

המרחב הקהילתי כמרחב כפוי

החיים המשותפים במלון יצרו תחושת קהילתיות כפויה: מצד אחד חוויית חיבור בשל ה"גורל המשותף", אחווה ותמיכה הדדית (Olsson & von Hoebel, 2020) ומצד אחר חשיפה מוגברת, אובדן פרטיות וחוויה של חדירה מתמדת למרחב האישי. התמה מתכתבת עם ממצאים קודמים המצביעים על כך שמבנים זמניים (מלונות, מעונות) עשויים ליצור תחושת ניכור ואי-שייכות (Nguyen et al., 2022).

הקהילה כמוקד תמיכה וננטל

המרואיינות תיארו את הקהילה כמקור חשוב של תמיכה רגשית, אך גם כמוקד נוסף של דרישות ושל ציפיות. במקרים רבים הרצון "להחזיק" את הקהילה דרש משאבים – לעיתים על חשבון התא המשפחתי. במצבי משבר זהו מתח קלאסי בין רשת התמיכה לבין גבולות העצמי. מלחמת חרבות ברזל הבליטה את תפקידה המרכזי של הקהילה כמסגרת של תמיכה ושל הענקת משמעות לפרט, ואת הצורך בתמיכה קהילתית פעילה לבניית חוסן קולקטיבי (נוימן, 2023).

ממצאי מחקר זה מדגישים את המתח המתעורר במצבי משבר בין רשת התמיכה לבין גבולות העצמי. האימהות ראו בקהילה מקור תמיכה, אך בד בבד מקור הצורך אנרגיה העלולה להיגרע מהמשפחה.

היבטים חוצי-תמות: שפה, מגדר ודפוסי דיבור

הממצאים מראים שימוש מפתיע ועקבי בלשון זכר, גוף שני ורבים. מאפיין לשוני זה עשוי להעיד על יצירת מרחק רגשי מהחווייה האישית (Orvell et al., 2017). ייתכן שהשימוש בלשון כללית (במקום "אני") מסייע לאימהות לשרוד רגשית או לשמר דימוי חברתי של "חזקה". לעיתים רגשות מובעים באמצעות השלכה ודימויים או בעזרת הכללות, ולא במישרין. ממצא זה תואם את מחקרם של פרץ ואח' (Perez et al., 2010), שעסק בנהגי אוטובוס בזמן הפיגועים שהתרחשו באוטובוסים. באותו מחקר נמצא כי המעבר מגוף ראשון לשני מייצר דיאלוג פנימי וחיצוני בעת ובעונה אחת, ומשמש כאמצעי שמירה האומר "אני לא מפחד, אבל מובן שאחרים יפחדו". החוויה האישית של פחד ושל חוסר אונים לצד הלחץ החברתי להפגין חוסן מייצרים סתירה פנימית בשיח של הכחשה והדחקה ומביאים לנרטיב שבור. ייתכן שהשימוש בגוף שני וההרחקה שזוהו במחקר הנוכחי נובעים מתחושת הפחד ומחוסר האונים של האימהות לצד הלחץ החברתי המופעל עליהן להיות חזקות, מגוננות ומתפקדות. הכרה במצוקה של האימהות ותמיכה מנקודת מבט פמיניסטית המבינה את הצרכים של הנשים מחד גיסא ואת הלחצים החברתיים מאידך גיסא יכולה לייצר נרטיב מחובר יותר ושביר פחות.

שפת הדיבור גם מייצרת מרחב קולקטיבי: המרואיינות מדברות בשם "אנחנו", מדגישות את החוויה הקבוצתית, אך בכך גם מצמצמות את מקומן הרגשי האישי. דפוס זה מעלה שאלות של מגדר וביטוי רגשי, במיוחד בהקשר של נשים במצבי משבר מתמשכים.

מסקנות ומודל משלב: בין מאסלו לגישות טיפול קהילתיות

ממצאי המחקר חושפים כי שלוש התמות במחקר קשורות לזמן ולהתפתחות (תהליך) ולשילוב בין סיפוק צרכים פיזיים בסיסיים לבין צורכי הערכה ושייכות. כדי להבין את הממצאים הללו אנו מציעות להסתמך על סולם הצרכים בתאוריה של מאסלו (Maslow, 1954), בדומה למודל התערבות בקרב פליטים שפותח על בסיס סולם זה (Lonn & Dantzer, 2017) ואושש במחקרים שנערכו בהולנד בעבודה עם פליטים מסוריה (Boshuizen-van Burken et al., 2020; Goede & Boshuizen-van Burken, 2019).

ניתוח התמות מצביע על תהליך התפתחותי רב-שלבי המשתלב היטב בסולם הצרכים של מאסלו. כך, חוויית הפינוי מלווה במעבר בין שלבים פסיכולוגיים:

1. ביטחון קיומי - טיפול בצרכים בסיסיים: מזון, קורת גג, מיגון;
2. שגרה ושליטה - יצירת סדר יום, תפקוד אימהי, החזרת השליטה בחיי היום-יום;
3. משמעות וזהות - חיפוש תפקיד, שמירה על תעסוקה, התמודדות עם תפקידי אימהות;
4. שייכות וקהילתיות - שמירה על גבולות המשפחה לצד מציאת מקום בתוך קהילה חדשה ו/או המשך השתייכות לקהילות המוצא.

הבנת הדינמיקה הזו מאפשרת בנייה של מודל התערבות המותאם למצבי פינוי פתאומיים: גם אם השלבים אינם באים בזה אחר זה, מהממצאים עולה כי האימהות חיפשו תחילה תחושת ביטחון ויציבות, ורק בהמשך הן התפנו לסוגיות של בניית שגרה, של עבודה ושל השתייכות.

קרומר-נבו (2022) מבקרת את ההיררכיה של מאסלו, שכן לדבריה היא אינה משקפת את המציאות של אוכלוסיות מוחלשות, אלא משתקת אידאולוגיה ניאו-ליברלית הרואה בפרט אחראי בלעדי לרווחתו. עם זאת, בהקשר של האידאליזציה של אימהות במצבי חירום אפשר לקשור בין הביקורת הזו לבין הדרישות הבלתי אפשריות מנשים: הן מצופות לספק בבת אחת את כל מדרג הצרכים: ביטחון פיזי, רווחה רגשית, יציבות משפחתית ואפילו "מימוש עצמי", מה שמחריף את המתח הפנימי ואת תחושת האחריות המוטלת עליהן.

ראייה ביקורתית זו מחזקת את ממצאי המחקר ואת ההשלכות היישומיות שלו בכך שהיא מאפשרת בנייה של מודל התערבות המותאם לאימהות במצבי פינוי פתאומיים. ההבנה כי האחריות לא יכולה להיות מוטלת רק על כתפי האימהות, ושיש לשלב גורמים נוספים במתן מענים המותאמים לשלב ההסתגלות לפינוי, היא מהותית ביכולת לסייע למשפחות בכלל ולאמהות בפרט להתמודד עם פינוי ארוך. שלוש התמות שעלו בממצאים מצביעות על ארבעה צרכים מרכזיים, שכל אחד מהם דורש מענה שונה. תרשים 2 להלן מציג את הצרכים המאפיינים כל שלב בפינוי, את סוג המענה המתאים, ואת מי שאחראי לו.

תרשים 2: מודל התערבות רב-שלבי לסיוע לאימהות במצבי פינוי פתאומיים

תמה 1 פינוי וא-דאות	תמה 2 ניסיון לייצר שגרה	תמה 3 ערעור התפקיד האימהי	תמה 4 בין השתייכות לקהילתיות
צורך: ביטחון אוכל ומיטה	צורך: החזרת השליטה על ניהול החיים לאימהות	צורך: גבולות סביב התא המשפחתי סמכות הורית אימהות כתפקיד המעניק משמעות	צורך: השתייכות ונפרדות
סוג המענה: אינסטרומנטלי	סוג המענה: פיזי ורגשי קביעת מטרות בשיתוף עם האימהות	סוג המענה: רגשי פרטני, זוגי, הורי בשיתוף עם האימהות	סוג המענה: מענה קהילתי ניהול עצמי
אחריות למענה: חיצונית בית מלון	אחריות למענה: מענה חיצוני עובדות סוציאליות בשיתוף עם המלון	אחריות למענה: עובדות סוציאליות	אחריות למענה: פנימי מתוך הקהילה

ממצאי המחקר מצביעים על הצורך בהעמקת החשיבה על מודל הפינוי לבתי מלון כפתרון למצבי חירום ממושכים. אף שמדובר במענה מהיר ויעיל בשלב הראשוני, הרי במקרה שהשהות מתארכת יש לו השלכות רגשיות, משפחתיות וקהילתיות המחייבות היערכות רחבה יותר. לפיכך מוצע לבחון את מודל הפינוי לא רק כמענה לוגיסטי זמני, אלא כמסגרת חיים זמנית שיש לתכננה בהתאם לצרכים המתמשכים והמגוונים של משפחות.

מבחינה יישומית עולה הצורך לעבור מתפיסה המתמקדת באירוח פיזי לתפיסה הרואה בפינוי תהליך הסתגלות רב-ממדי. תכנון מוקדם של מרחבי הפינוי כך שיתאימו למשפחות עשוי לצמצם את טשטוש הגבולות ואת הקושי בשימור התפקוד ההורי. התאמות דוגמת הקצאת חדרים בהתאם להרכב המשפחה ולגילי הילדים, יצירת אפשרות למרחבים נפרדים לילדים מתבגרים לצד מרחבים מותאמים לילדים צעירים, ומתן אפשרות לפרטיות זוגית והורית עשויות לתרום ליציבות משפחתית ולהפחתת עומס.

בהקשר זה, ממצאי המחקר מדגישים את חשיבות ההתייחסות לרב-גיליות של הילדים. משפחות עם פעוטות זקוקות למענים שונים ממשפחות עם מתבגרים, הן ברמת המרחב הן ברמת התפקוד והחינוך. לפיכך יש לשלב מסגרות חינוכיות וחברתיות מותאמות גיל בתוך או סמוך לאתרי הפינוי, להבטיח מענה לצורכי התפתחות שונים, ולספק להורים תמיכה בהצבת גבולות ובהתמודדות עם תגובות רגשיות משתנות של ילדים בני גילים שונים. התאמה דיפרנציאלית כזו עשויה להפחית מתחים משפחתיים ולחזק את תחושת היכולת ההורית.

ברמה הרגשית, הממצאים מדגישים את חשיבותו של מערך תמיכה פסיכו-סוציאלי נגיש ורציף בתוך אתרי הפינוי. מענים יזומים הכוללים ליווי מקצועי וקבוצות תמיכה, ובפרט מענים רגשי מגדר, עשויים לסייע בהתמודדות עם חרדה, שחיקה ועומס רגשי מתמשך. התייחסות להיבטים המגדריים של ניהול חיי המשפחה בעת חירום יכולה לאפשר הבנה מדויקת יותר של צורכי האימהות ולתרום לבניית מענים מותאמים.

בהיבט התעסוקתי, הממצאים מצביעים על חשיבות הרצף המקצועי לשימור תחושת יציבות, ערך עצמי ומשמעות. לפיכך מומלץ לשלב במערך החירום מנגנונים לשמירה על זכויות עובדים מפונים, לעודד פתרונות עבודה גמישים ולפתח ליווי תעסוקתי ייעודי בעת הצורך. שילוב רכיב תעסוקתי במדיניות הפינוי עשוי לתרום לחוסן אישי ומשפחתי לאורך זמן.

אשר לרמה הקהילתית, מן הממצאים עולה כי הקהילה ממלאת תפקיד חשוב - הן כמקור תמיכה הן כמרחב המחייב איזון בין קרבה לפרטיות. חיזוק הנהגה מקומית, פיתוח מסגרות פעילות יזומות ושילוב אנשי מקצוע קהילתיים באתרי הפינוי עשויים לתרום ללכידות ולחיזוק תחושת השייכות, תוך שמירה על גבולות המשפחה והתחשבות במגוון הצרכים של משפחות בשלבי חיים שונים.

בסיכומו של דבר, ממצאי המחקר מציעים לראות בפינוי תהליך מורכב ומתמשך המחייב היערכות בין-משרדית ותכנון מוקדם הרגיש להיבטים רגשיים, משפחתיים, התפתחותיים, תעסוקתיים וקהילתיים. גישה מערכתית ומותאמת המביאה בחשבון את השונות בין משפחות ואת הרב-גיליות של ילדיהן עשויה לצמצם עומסים, לחזק חוסן ולשפר את ההתמודדות במצבי פינוי עתידיים.

כיווני מחקר עתידיים

בהתבסס על ממצאי המחקר ועל הדיון התאורטי, מוצעים כמה כיוונים להעמקה עתידית:

ברמת הפרט חשוב לבחון את השפעתו של משך הפינוי על טראומה ועל מנגנוני הסתגלות, ואת משמעות העבודה והתעסוקה כמקור חוסן פסיכולוגי לנשים. ברמת המשפחה מומלץ לבחון את הזהות האימהית כמנגנון מגן בזמן משבר, וחשוב לנתח הבדלים בין אימהות ממגזרים שונים (חרדיות, חילוניות, עולות חדשות). ברמת הקהילה חשוב להמשיך לבחון את ההבדלים בין קהילות עירוניות לקהילות קיבוציות בהתמודדות עם פינוי, וכן את מידת ההשפעה של התמיכה הקהילתית על איכות הקשר המשפחתי. לבסוף, יש מקום למחקר המשך על היבטים מגדריים ופסיכו-לשוניים: חקר השפה ככלי הגנה פסיכולוגי בקרב נשים, וניתוח של דפוסי שיח ואופני ביטוי רגשי במצבי חירום.

מגבלות המחקר

מחקר זה ייחודי בכך שהוא מתמקד בראיונות עם אימהות שפנו בזמן מלחמת חרבות ברזל. עם זאת, חשוב לציין גם את מגבלותיו: מלחמת חרבות ברזל עדיין נמשכה בעת כתיבת המאמר, כך שהממצאים מלמדים על תופעה הפינני בעת התרחשותו. כן בולט כי מהשיח נעדרת ביקורת על בני הזוג או על המשפחות המורחבות בכלל, וביקורת פוליטית בפרט. הראיונות התקיימו בחודשים הראשונים למלחמה, שלב שבו הקונצנזוס על המלחמה היה נרחב יותר, והמדינה היא ששילמה עבור השהות במלונות. הקול הביקורתי מופנה כלפי מציאות הפינני יותר מאשר כלפי הנהלות המלונות, רשויות מקומיות או שרי ממשלה. ייתכן שראיונות מאוחרים יותר, כשנה ויותר אחרי הפינני, היו מעלים שיח ביקורתי יותר.

מגבלה נוספת היא שבמחקר זה לא רואיינו אבות וילדים, ולכן המחקר מציג את מורכבות הפינני מנקודת מבטן של נשים-אימהות בלבד. מגבלות נוספות היו שהמחקר בוצע חודשים ספורים אחרי הפינני, ולא המשיך לעקוב אחרי ההסתגלות של האימהות, וכן שהוא בחן את הסתגלותן של נשים מצפון הארץ בלבד.

מגבלה אחרת מתייחסת למתודולוגיה של גילגן. חוקרים אחרים, ובהם הקמאן (Hekman, 1995), טענו נגד הניתוח בשיטת "מדריך ההקשבה" שהוא דורש זמן רב. אכן, הניתוח במחקר זה דרש זמן רב, אך עם זאת מדובר בשיטה רגישה לדקויות המאפשרת לחוקרים לשלב בין הרבדים המתודולוגיים, הגישות התאורטיות ודברי המרואיינות.

נקודות מפתח

- פינני וחיים במלון, למרות הביטחון הפיזי, מערערים את הזהות והמשמעות של תפקידים אימהיים.

- חיים במלון מערערים את הגבולות בתוך התא המשפחתי ובין התא המשפחתי לבין הקהילה.
- קיים מתח בין הצורך לשמור על גבולות התא המשפחתי לבין הרצון והצורך בהשתייכות קהילתית.
- סולם הצרכים של מאסלו מאפשר להבין את צורכי האימהות המפונות, הן ברמת הצרכים הבסיסיים הן ברמה של הערכה עצמית והשתייכות. על בסיסו אפשר לבנות בשיתוף עם האימהות תוכניות התערבות שייתנו מענים ואופני סיוע מותאמים.
- נדרשים מדיניות בין-משרדית ותכנון מוקדם הרגיש להיבטים רגשיים, משפחתיים, התפתחותיים, תעסוקתיים וקהילתיים.

מקורות

- אהרון-גוטמן, מ', קנת, ר', יבלברג, י', גולן, ת' ורביביו, ג' (2024). **רוח צפונית: פטריסיות מקומית ומשבר מדינתי**. ממצאי סקר מפונים. מוסד שמואל נאמן למחקר מדיניות לאומית, הטכניון.
- אייזנשטדט, מ' (2024). מבט לעתיד בראייה מגדרית. בתוך מ' אלמוג-בר, מ' אייזנשטדט וג' גל (עורכים), **רווחה בעקבות המלחמה** (עמ' 18-26). האוניברסיטה העברית.
- אלון, י' (1980). **קרב גוש עציון**. משרד הביטחון – ההוצאה לאור.
- ארנון, ש', לוזון, נ', שמאי, ש' ושנל, י' (2011). הגירה קהילתית מול הגירה פרטנית: עקורי חבל עזה וצפון השומרון. **סוגיות חברתיות בישראל**, 7, 11-7.
- בליאיש, ש' (2020). מודל לתכנון פינוי אוכלוסייה בזמן מלחמה: פירמידת הצרכים בעת פינוי תחת אש. **חוסן לאומי, פוליטיקה וחברה**, 2, 173-193.
- בנבנישתי, ר', גילבר, א', דקל, ר' ושיף, מ' (2017). **דוח מחקר: תגובות רגשיות והתנהגותיות לאחר מלחמת צוק איתן של ילדים, משפחות ומנחות באומנה**. האוניברסיטה העברית בירושלים.
- בן יוסף, ש' (2009). **"יש פתרון לכל מתיישב": היבטים קהילתיים של שיקום מפוני גוש קטיף** [עבודת דוקטור]. אוניברסיטת בר-אילן.
- גוטרייך, ר' (2023). **אכלוס מפוני חרבות ברזל במלונות: רקע, נתוני תפוסה ונקודות לדיון**. הכנסת – מרכז המחקר והמידע.

■ חווייתן של אימהות מצפון הארץ שפנו מבתייהן במהלך מלחמת "חרבות ברזל"

גטניו-קאלוש, מ' (2022). לשדר שגרה: אסטרטגיות ויסות רגשי מנקודת מבטם של ילדים צעירים ואימהותיהן החשופים לטראומה מתמשכת. בתוך א' נוטמן-שורץ (עורכת), **עבודה סוציאלית תחת אש: תיאוריה, מחקר והתערבות** (עמ' 269-299). פרדס.

גלילי, ר' ולב-ויזל, ר' (2007). תחושת המקום בקרב בוגרים שנעקרו בגיל ההתבגרות ממקום מגורים: פינוי סיני במבט לאחור. **חברה ורווחה**, 27, 37-53.

הוכמן, י' ורואר-סטריאר, ד' (2017). הזכות לזיכרון: סיפורם של ילדי חבל ימית. **מגמות**, נב, 417-446.

היימן, א' וברקמן, א' (2024). פינוי היישובים במלחמת "חרבות ברזל": תוכנית, ביצוע וחשיבה מחודשת על הקריטריונים לפינוי. **מבט על**, 1838.

הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה. (2025). **נתונים מסקר כוח אדם, דצמבר 2024**.

הקר, ד', לביא-אג'אי, מ' וקרומר-נבו, מ' (2014). הזמנה לדיון במתודולוגיות מחקר פמיניסטיות. בתוך מ' קרומר-נבו, מ' לביא-אג'אי וד' הקר (עורכות), **מתודולוגיות מחקר פמיניסטיות** (עמ' 7-32). הקיבוץ המאוחד.

הראל-שלו, א' ותקוע, ד"ש (2019). על מחקר והקשבה: המקרה של נשים לוחמות באזורי עימות. בתוך ע' קינן וע' הרבון (עורכות), **הביטחון כסוגיה אזרחית** (עמ' 183-210). פרדס.

וייס, ח' ואמיר, ד' (2013). משמעות הטיפול הקבוצתי במוזיקה בנערות שנעקרו מגוש קטיף. **מפגש לעבודה חינוכית-סוציאלית**, 21(37), 61-87.

ויסברגר, מ', גרינשטיין, י' ובלאו, א' (2021). תהליכי שינוי בהוראה ובאימהות כמעצבים את התפקידים החברתיים של מורות שהן אימהות. **זמן חינוך**, 7, 67-88.

לביא, ת' ודקל, ר' (2022). הורות והזרחת הורים במציאות טראומטית מתמשכת. בתוך א' נוטמן-שורץ (עורכת), **עבודה סוציאלית תחת אש: תיאוריה, מחקר והתערבות** (עמ' 299-327). פרדס.

לרר, מ' (2023). **תוכניות לפינוי אוכלוסייה - חלק ב': מפרוץ מלחמת חרבות ברזל**. הכנסת - מרכז המחקר והמידע.

נוטמן-שורץ, א' (2022). מציאות טראומטית משותפת. בתוך א' נוטמן-שורץ (עורכת), **עבודה סוציאלית תחת אש: תיאוריה, מחקר והתערבות** (עמ' 19-48). פרדס.

נוימן, ח' (2023). אתגרי התמודדות קהילתיים בקרב המפונים למלונות בתקופת חירום מתמשכת: מבט קדימה. **חברה ורווחה**, מג(4), 482-485.

קוליק, ל' (2021). הקשר בין שוויוניות לבין עוינות ביחסי הזוגיות: ניתוח משווה בין גברים לנשים. **חברה ורווחה**, מא(1), 49-79.

קרומר-נבו, מ' (2022). **תקווה רדיקלית: פרקטיקה מודעת-עוני בעבודה סוציאלית**. פרדס.

תלמי-כהן, ר' וצ'אצ'אשווילי-בולוטין, ס' (2024). **פליטים בארצם (עקורים) בישראל בעקבות מלחמת "חרבות ברזל": תמונת מצב ועקרונות ראשוניים בזמן חירום**. נייר עמדה. המכון להגירה ושילוב חברתי, המרכז האקדמי רופין.

- Alpak, G., Unal, A., Bulbul, F., Sagaltici, E., Bez, Y., Altindag, A., & Savas, H. A. (2015). Post-traumatic stress disorder among Syrian refugees in Turkey: A cross-sectional study. *International journal of psychiatry in clinical practice*, 19(1), 45-50. <https://doi.org/10.3109/13651501.2014.961930>
- Assaraf, N., & Dagan, N. (2025). Understanding the pains experienced by evacuees during war. *Journal of Social Work*, 14680173251357087. <https://doi.org/10.1177/14680173251357087>
- Bonanno, G. A., Chen, S., Bagrodia, R., & Galatzer-Levy, I. R. (2024). Resilience and disaster: Flexible adaptation in the face of uncertain threat. *Annual Review of Psychology*, 75(1), 573-599. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-011123-024224>
- Boshuijzen-van Burken, C., Goede, R., & van Niekerk, A. (2020). Reflections on the humanitarian logistics for refugees in the Netherlands from three perspectives: Maslow, Max-Neef, and Dooyeweerd. *Philosophia Reformata*, 85(2), 157-180. <https://doi.org/10.1163/23528230-08502003>
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. SAGE Publications Ltd.
- Cernea, M. M. (1996). Bridging the research divide: Studying development oustees. In T. Allen (Ed.), *In search of cool ground: War, flight and homecoming in Northeast Africa* (pp. 13-31). James Currey.
- Cernea, M. M. (1997). The risks and reconstruction model for resettling displaced populations. *World development*, 25(10), 1569-1587.
- Cernea, M. M. (2000). Risks, safeguards and reconstruction: A model for population displacement and resettlement. *Economic and Political Weekly*, 35(41), 3659-3678.
- Cohen, R., & Deng, F. M. (2018). Reflections from former mandate holders: Developing the normative framework for IDPs. *International Journal of Refugee Law*, 30(2), 310-313. <https://doi.org/10.1093/ijrl/eeey025>
- Dominelli, L. (2012). *Green social work: From environmental crises to environmental justice*. Polity Press. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcs183>
- Earle, L., Aubrey, D., Nuñez Ferrera, I., & Loose, S. (2020). When internal displacement meets urbanization: Making cities work for internally displaced people. *Refugee Survey Quarterly*, 39(4), 494-506. <https://doi.org/10.1093/rsq/hdaa028>
- Eltanamy, H., Leijten, P., Jak, S., & Overbeek, G. (2021). Parenting in times of war: A meta-analysis and qualitative synthesis of war exposure, parenting, and child adjustment. *Trauma, Violence, & Abuse*, 22(1), 147-160. <https://doi.org/10.1177/1524838019833001>
- Eshel, Y., & Kimhi, S. (2016). Community resilience of civilians at war: A new perspective. *Community Mental Health Journal*, 52, 109-117. <https://doi.org/10.1007/s10597-015-9948-3>

- Ferris, E. (2011). *The politics of protection: The limits of humanitarian action*. Brookings Institution Press.
- Finlay, L. (2021). Thematic analysis: The "good", the "bad" and the "ugly". *European Journal for Qualitative Research in Psychotherapy*, 11, 103–116. <https://doi.org/10.24377/EJQRP.article3062>
- Fothergill, A., & Peek, L. A. (2015). *Children of Katrina*. University of Texas Press.
- Fraser, H., & Taylor, N. (2022). Narrative feminist research interviewing with "inconvenient groups" about sensitive topics: Affect, iteration and assemblages. *Qualitative Research*, 22(2), 220–235. <https://doi.org/10.1177/1468794121103386>
- Gilligan, C., Spencer, R., Weinberg, M. K., & Bertsch, T. (2003). On the listening guide: A voice-centered relational method. In P. M. Camic, J. E. Rhodes, & L. Yardley (Eds.), *Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in methodology and design* (pp. 157–172). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10595-009>
- Goede, R., & Boshuizen-van Burken, C. (2019). A critical systems thinking approach to empower refugees based on Maslow's theory of human motivation. *Systems Research and Behavioral Science*, 36(5), 715–726. <https://doi.org/10.1002/sres.2613>
- Green, A., & Jacobson, M. (2016). The impact of unstable living conditions on community cohesion. *Social Science & Medicine*, 158, 137–145. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.04.024>
- Gueta, K., & Condry, R. (2024). Centering mothers in feminist criminology: A critical review of literature on mothers of victims and offenders. *Feminist Criminology*, 19(5), 444–474. <https://doi.org/10.1177/15570851241241069>
- Hamama, L., Sarid, O., & Hamama-Raz, Y. (2025). Psychological distress, resources, and coping strategies among evacuees and non-evacuees from an armed conflict zone: A network analysis. *Stress and Health*, 41(1), e3525. <https://doi.org/10.1002/smi.3525>
- Hatton, T. J., & Williamson, J. G. (1998). *The age of mass migration: Causes and economic impact*. Oxford University Press.
- Healy, L. M. (2008). *International social work: Professional action in an interdependent world*. Oxford University Press.
- Hekman, S. J. (1995). *Moral voices, moral selves: Carol Gilligan and feminist moral theory*. Polity Press.
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery*. Basic Books.
- Hirani, S. A. (2019). Maternal and child health during forced displacement. *Journal of Nursing Scholarship*, 51(3), 300–307. <https://doi.org/10.1111/jnu.12475>

- Hobfoll, S. E., Dunahoo, C. A., & Monnier, J. (1995). Conservation of resources and traumatic stress. In J. P. Wilson & B. Raphael (Eds.), *Traumatic stress: From theory to practice* (pp. 29-47). Springer US.
- Internal Displacement Monitoring Centre [IDMC]. (2023). *Global report on internal displacement*. <https://www.internal-displacement.org>
- International Organization for Migration [IOM]. (2023). *World migration report 2023*. <https://worldmigrationreport.iom.int>
- Jurist, E., & Ekhtman, J. (2024). Truth and repair: How trauma survivors envision justice. Book Review. *Journal for the Psychoanalysis of Culture and Society*, 29(8), 647-654. <https://doi.org/10.1057/s41282-024-00451-7>
- Kliot, N. (1987). Here and there: The phenomenology of settlement removal from northern Sinai. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 23(1), 35-51. <https://doi.org/10.1177/0021886387231004>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lonn, M. R., & Dantzler, J. Z. (2017). A practical approach to counseling refugees: Applying Maslow's hierarchy of needs. *Journal of Counselor Practice*, 8(2), 61-82. <https://doi.org/10.22229/olr789150>
- Lundberg, M., Andersson, P., & Rogers, L. (2017). Uncertainty and anxiety in displaced populations: A case study. *Journal of Refugee Studies*, 30(2), 201-218. <https://doi.org/10.1093/jrs/few035>
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. Harper & Row.
- McKinley, C. E., & Walters, K. L. (2023). "It's always about sharing, and caring, and loving, and giving": Decolonized and transcendent indigenist foodways fostering health and resilience. *Adversity and Resilience Science*, 4(1), 89-103. <https://doi.org/10.1007/s42844-022-00086-6>
- Mijalevich-Soker, E., & Taubman-Ben-Ari, O. (2025). Parents' experience during wartime: Vulnerability, complexity, and parental functioning. *Journal of Loss and Trauma*, 1-25. <https://doi.org/10.1080/15325024.2025.2465388>
- Minuchin, S. (2018). *Families and family therapy*. Routledge.
- Mooney, E. (2005). The concept of internal displacement and the case for internally displaced persons as a category of concern. *Refugee Survey Quarterly*, 24(3), 9-26. <https://www.jstor.org/stable/45053998>
- Nguyen, H., Park, J., & Kim, R. (2022). Social support and community integration in temporary housing: Lessons learned. *Community Psychology*, 29(1), 98-115. <https://doi.org/10.1002/casp.2576>

- Norris, F. H., Friedman, M. J., Watson, P. J., Byrne, C. M., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981–2001. *Psychiatry*, 65(3), 207–239. <https://doi.org/10.1521/psyc.65.3.240.20169>
- Nuttman-Shwartz, O., Dekel, R., & Tuval-Mashiach, R. (2011). Post-traumatic stress and growth following forced relocation. *British Journal of Social Work*, 41(3), 486–501. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcq124>
- Olsson, L., & von Hoebel, T. (2020). The role of community in coping with crises: Evidence from recent studies. *Crisis Intervention and Disaster Recovery*, 29(2), 89–104. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1757618>
- Orvell, A., Kross, E., & Gelman, S. A. (2017). How “you” makes meaning. *Science*, 355(6331), 1299–1302. <https://doi.org/10.1126/science.aaj2014>
- Panther-Brick, C., Grimon, M. P., & Eggerman, M. (2014). Caregiver-child mental health: A prospective study in conflict and refugee settings. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(4), 313–327. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12167>
- Peek, L., Morrissey, B., & Marlatt, H. (2011). Disaster hits home: A model of displaced family adjustment after Hurricane Katrina. *Journal of Family Issues*, 32(10), 1371–1396. <https://doi.org/10.1177/0192513X11412496>
- Perez, A. S., Tobin, Y., & Sagy, S. (2010). “There is no fear in my lexicon” vs. “You are not normal if you won’t be scared”: A qualitative semiotic analysis of the “broken” discourse of Israeli bus drivers who experienced terror attacks. In M. Hyvärinen, L.-C. Hydén, M. Saarenheimo, & M. Tamboukou (Eds.), *Beyond narrative coherence* (pp. 121–146). John Benjamins Publishing Company.
- Punamäki, R. L., Peltonen, K., Diab, M., & Qouta, S. R. (2021). How family relationships predict the effectiveness of a psychosocial group intervention among war-affected children. *Journal on Education in Emergencies*, 7(2), 253–288. <https://doi.org/10.33682/004f-n6d4>
- Raker, E. J., Lowe, S. R., Arcaya, M. C., Johnson, S. T., Rhodes, J., & Waters, M. C. (2019). Twelve years later: The long-term mental health consequences of Hurricane Katrina. *Social Science & Medicine*, 242, 112610. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.112610>
- Silove, D., Ventevogel, P., & Rees, S. (2017). The contemporary refugee crisis: an overview of mental health challenges. *World Psychiatry*, 16(2), 130–139. <https://doi.org/10.1002/wps.20438>
- Steel, Z., Chey, T., Silove, D., Marnane, C., Bryant, R. A., & Van Ommeren, M. (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and displacement: A systematic review and meta-analysis. *Journal of the American Medical Association*, 302(5), 537–549. <https://doi.org/10.1001/jama.2009.1132>

- Uscher-Pines, L. (2009). Health effects of relocation following disaster: A systematic review of the literature. *Disasters*, 33(1), 1–22.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-7717.2008.01059.x>
- Wang, W., Dong, Y., Liu, X., Bai, Y., & Zhang, L. (2020). The effect of parents' education on the academic and non-cognitive outcomes of their children: Evidence from China. *Children and Youth Services Review*, 117, 105307.
<https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105307>
- Weiss-Gal, I., & Gal, J. (2021). Social policy and social work: The roles and functions of social workers in policy practice. *International Social Work*, 64(1), 17–29.
<https://doi.org/10.1111/padm.12726>
- Yardley, S., & Rolfe, G. (2019). We just been forced to do it: Exploring victimization and agency among internally displaced young mothers in Bogotá. *Conflict and Health*, 13(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13031-019-0205-1>
- Zamir, S., & Baratz, L. (2023). The home-leaving experience of Gaza Envelope residents following the May 2021 Gaza War. *Israel Affairs*, 29(5), 914–930.
<https://doi.org/10.1080/13537121.2023.2247651>