



דרך מנחם בגין 42, רמת-גן • מען למכתבים: ת.ד. 10211, רמת-גן 5200201

טל' 03-5239393 • פקס' 03-5230763 • E-mail: office@psych.org.il • www.psychology.org.il

יום בריאות הנפש העולמי - 10/10/24

הסתדרות הפסיכולוגים בישראל מציינת את **יום בריאות הנפש העולמי** כאשר אנו בעיצומו של משבר בבריאות הנפש בעקבות תקופה סוערת במיוחד, הטראומה של ה-7 לאוקטובר, המלחמה ושסעים בחברה שעוד קדמו לכך. כאנשי מקצוע אנו עדים לעוצמת הפגיעה, הטראומה והחרדה שעוד הולכים ומתרחבים. אנו כואבים עמוקות את צער משפחות החללים, החטופים, העקורים, הפצועים בגוף ובנפש וכל קהל ישראל. כמטפלים ואנשי בריאות הנפש ובה בעת כאזרחים אנו נתונים לאתגר נפשי גדול וייחודי.

כפסיכולוגים הממונים על טיפול וקידום החוסן ובריאות הנפש של כלל האוכלוסייה, חשוב שנהיה ערים לריבוי גורמים שתורמים לדכדוך וחוויות של טראומה במעגלים רחבים ושנעזור לאחרים להכיר בהם. החשיפה הישירה וגם עקיפה של רבים לטראומות של אבדן בנפש, ואבדן הבית והסביבה המוכרת בגלל הפינוי וההרס באזורים בצפון והדרום הם גורמים ברורים. לצד אלו, אנו עדים לכך שעבור רבים באוכלוסיית ישראל, עצמת הטראומה והדיכאון שמתגלים בסקרים ומחקרים שונים בימים אלו, קשורה "לפגיעה מוסרית". מדובר במיוחד באובדן תחושה של ביטחון ומוגנות בעקבות חוויה של אובדן אמון ביכולת של המנהיגות להגן עלינו. נמצא כי יש קשר בין הפגיעה המוסרית לבין הסיכוי המוגבר לחשיבה ומצבי רוח שליליים וכן לדיכאון וחוויות של פוסט טראומה.

הסתדרות הפסיכולוגים קוראת לממשלה ולהנהגה לקחת אחריות על ידי הקצאת כל המשאבים הנדרשים לשיקומם של אלה הזקוקים לכך ולהפוך כל אבן ולעשות הכל להחזרת החטופים והמפונים לביתם, לחבק את משפחות השכול ולהוקיר תודה לאנשי הצבא ומשפחותיהם. אבל לא די בכך. אנו קוראים לגורמי מדינה ולמנהיגות להיות שותפים פעילים בצעדים שיתרמו לשיקום האמון הדדי והביטחון הציבורי שהם חיוניים לתהליך איחוי הקרע והפצע הלאומי.

תהליך הריפוי האישי והלאומי עוד רחוק מלשאת פירות ועוד יימצא, במישור האישי והלאומי. במהלך השנה האחרונה, קהילת הפסיכולוגים גילתה אחריות ורעות, הפסיכולוגיות והפסיכולוגים התגייסו להעניק עזרה מקצועית ואנושית מהרגע שהאסון פקד אותנו וממשיכים בכך ככל הנדרש. לצד הקושי הרב אנו מתפעמים מן החוסן ועוצמת הרוח שמגלים תושבי ישראל רבים, אזרחים ולוחמים, וכפסיכולוגים נעשה מאמץ על מנת לאפשר את ביטוי וליהטוי.

בתוך הסערה והמשבר הנוכחי בבריאות הנפש, חובתנו ואחריותנו הברורה היא להמשיך לפעול לקידום החוסן הציבורי ובטיפול בזקוקים לתמיכה נפשית.

בתקווה להתאוששות ושיקום מהירים ואמיתיים ובשורות טובות.

הסתדרות הפסיכולוגים בישראל