

"מגיעים אנשים שלא יצאו מהבית חצי שנה": דרך העבודה, שורדי הנובה חוזרים לחיים

חלק משורדי מסיבות הנובה לא יכולים לעבוד במקומות רועשים בגלל הטראומות שעברו, חלקם שינו כיוון בקריירה ואחרים עוד לא חזרו לעבודה • ליאת גורן, מאמנת עסקית שמלווה בחודשים האחרונים את שורדי הנובה: "אמא דיווחה שבתה עובדת 20 שעות ביום. אנשים מגיבים בדרכים שונות"

נתנאל נאחם

"אף אחד ממאות האנשים ששרדו את התופת בנובה ועברו אצלנו לא מסוגל להמשיך לעבוד במה שעסק לפני 7 באוקטובר, בלי לעשות מחדש. ולהתאים את עצמו למצב החדש. הם בנו את עצמם כל חייהם, פיתחו קריירה, אבל עכשיו היכר לות שלהם השתנו והם צריכים להכיר אותן מחדש", מספרת ליאת גורן, מאמנת עסקית, שמצאה את עצמה בחודשים האחרונים מלווה את שורדי מסיבת נובה, שמנסים למצוא את דרכם חזרה לחיים אחרי התופת שעברו ב-7 באוקטובר.

עבור חלקם, אלה שמסורגלים לכך, הדרך הזאת כרוכה גם בחזרה לעבודה. תפקידה של גורן הוא להעביר סדנאות תעסוקה במתחם הטיפול איוון ארנה שהוקם על המרינה בהרצליה עבור שורדי המסיבות ומשפחותיהם, ולסייע להם למצוא זכויות מול המדינה.

הקשיים ודרכי ההתמודדות של השורדים, היא מספרת, רחוקים מלהסתוות. בעוד חלקם עובדים בעבודות שקשה למדוד את התפוקה שלהן, יש כאלה שאצלם הירידה בביצועים ניכרת מיד. גורן מספרת על משתתפת בסדנה, שמקצועה הוא בניית בריכות. "אם לפני האסון הוא היה בונה שמונה בריכות בחודש, עכשיו הוא מסוגל לבנות שתיים בלבד. אני מנסה לתת לו כלים שיסייעו לו להבין איך היכולות שלו השתנו, וכיצד לתווך זאת ללקוחות".

"יצטרפו להתמודד עם פלאשבקים"

שורדי המסיבות נקלעו לסיביוטאציה חדשה, מסבירה גורן, והם צריכים ללמוד לנהל אותה. "עם היציאה מההלם הראשוני, אלה שיישארו עם פוסט-טראומה יצטרפו לדעת כיצד להגיב למצבים שבהם פתאום איזה רעש יכניס אותם ללופ ויהיו להם פלאשבקים. צריך לדעת לנהל את זה", היא אומרת. "המעסיקים שלהם צריכים להבין איך ולמה היכולות שלהם השתנו, וכך גם העמיתים לעבוד דה ועובדים שתחתיהם. אנשים שעבדו במקום רועש, כמו פאב או קניון, כבר לא מסוגלים לעמוד בזה. קשה להם גם עם מקומות חשוכים.



שורדי מסיבת נובה משתתפים בסדנת תעסוקה במרכז האיוון בהרצליה צילום: אייל טואג



ליאת גורן, מאמנת עסקית המלווה את שורדי נובה צילום: אייל טואג

לדברי גורן, רוב המעסיקים של השורדים הם "בעלי לב ענק, ומכילים את הקושי של השורדים, את היעדרות מהעבודה וגם את הירידה בתפוקה שלהם"

כוללת עבודה קבוצתית ופרטנית, סדנאות, מיצוי זכויות ועוד, תוך ליווי פרקטי של השתלבותם חזרה בתפקוד היומיומי, ובכלל זה ליווי תעסוקתי וסיוע ממושי במציאת מסגרת השתייכות. גורן מספרת על מנעד רחב של אנשים שמגיעים לסדנה, בהם עצמאים רבים. חלקם מבינים שהם צריכים לשכור מישהו שיעזור להם בעסק, אחרי שעובד בעסק עם אבא שלו. אביו

גם כאלה שעבדו בסביבה לחוצה, עם צורך מתמיד לעמוד ביעדים, נתקלים בקשיים. גורן עובדת בשנים האחרונות בעמותת איוון, שמטפלת בצעירים ישראלים שנקלעו למשברים נפשיים על רקע שימוש בסמים, רבים מהם סובלים גם מפוסט-טראומה מהשירות הצבאי. מיד לאחר 7 באוקטובר הקימה איוון מיום ראשוני שבו ניתנה עזרה ראשונה נפשית למאות הרבות של ניצולי המסיבות שהחלו לזרום לשם. חודשיים אחרי הטבח החליטו בעמותה לעבור למתכונת פעולה חדשה במרכז בהרצליה, שם הם ממשיכים במתכונת טיפולית ייחודית ומותאמת לשורדי המסיבות, שעדיין וקוקים לעזרה ולטיפול נפשי.

הטיפול כולו – לשורדים ולבני המשפחות שלהם – ניהול תוך בחינם, במימון כספי תרומות שהעמותה מגייסת. סדנת התעסוקה מתקיימת בשיתוף עמיתת לב בטוח, שהוקמה אחרי 7 באוקטובר כדי להעניק תמיכה לנפגעי פעולות הטרור במסיבות. ד"ר אורית שפירו, מנכ"לית עמותת איוון, אומרת כי המרכז הוקם כדי לחזק את חוסנם האישי של שורדי המסיבות ואת תחושת המסוגלות שלהם, במטרה לנסות להקל על הסימפטומים, למנוע סימפטומים עתידיים ולאפשר להם לחזור לתפקוד עד כמה שניתן. היא מסבירה כי הפעילות

"אנשים נרשמים לקורסים כדי ללמוד דברים שהם תמיד חלמו עליהם ודחו בגלל הדינמיקה של החיים. עכשיו הם עברו אירוע שגורם להם לעצור רגע"

לדברי גורן, המעסיקים של אותם שורדים שמגיעים לטיפול הם ברובם המוחלט "בעלי לב ענק שמכילים את הקושי של השורדים, ההיעדרות מהעבודה וגם את הירידה בתפוקה שלהם".

על אף ההבנה שהם זוכים לה, התופת שעברו הובילה את השורדים למחשבה על שינויים בחיים. "הגעתי לסדנה כדי להבין אם אני רוצה לעשות שינוי בקריירה שלי, ולקבל כלים לעשות את זה", מספר גל (השם המלא שמור במערכת), בן 38. "אם אנחנו יכולים למות מחר בבוקר, אולי אין לי סיבה לסיים את הדוקטורט, אולי אני צריך להתחיל לחיות, לעשות כסף או משהו אחר שאפשר ליהנות ממנו יותר. אולי אני צריך לחפש מקצוע שאפשר לעבוד בו מרחוק ולעוף מפה, במקום לסיים את התואר ולהשתקע כאן".

גל היה במסיבה באזור מרוחק יותר, שלא הותקף על ידי חמאס, אך הוקפץ למילואים הישר מהמסיבה והשתחרר אחרי כמה חודשים. בינתיים, הוא עובד בעבודה חלקית וזמנית, כדי "לשלם את שכר הדיור ועל הקניות בסופר, ולשמור את הראש מעל המים, בשגרת תעסוקה מסוימת. אין לי כרגע ראש להתמייין לעבודות רציניות יותר שקשורות לדוקטורט שלי בהנדסה".

עבור אחרים, הטראומה הולידה דה רצון לעצמאות. "אנשים מבינים שיהיה להם קשה לחזור לעבוד כשכירים, ודווקא זה מביא אותם למצות את היכולות שלהם באמצעות פתיחה של עסק משלהם", אומרת גורן. "יש כאן בחור שעבד בחנות אופנועים, והחליט לפתוח עסק משלו בתחום. משתתפת אחר בסדנה, מהנדסת בחברת העיריות הגדולות בישראל, החליט שהוא רוצה ללמוד אנשים לרקוד סווינג. מישהי שלמדה עיצוב גבות פתחה עסק משלה. אנשים נרשמים לקורסים כדי ללמוד דברים שהם תמיד חלמו עליהם ודחו בגלל הדינמיקה של החיים. עכשיו הם עברו אירוע שגורם להם לעצור רגע, ולחשוב על החיים מחדש".

צריכים לוות אותה כדי שהיא עומס לא יהיה גדול מדי. סיכמנו איתו על רף מרבי של עשרה מתאמנים ביום, היא נזכרת. "אנחנו עובדים פה גם עם משפחות השורדים. קיבלנו פנייה מאמא של אחת השורדים, דות, שדיווחה לנו בדאגה שהבת שלה עובדת 20 שעות ביום. אני שים מגיבים בדרכים שונות לטראומה כזאת".

"אנשים תלויים באוויר ומחפשים עוגן"

לצד השורדים שהיו להם הכוחות להגיע לטיפול ולשיקום, אחרים לא מסוגלים עדיין לצאת מהבית, ויש כאלה שמאושפזים בבתי החולים. "מגיעים לכאן אנשים שלא יצאו מהבית במשך חצי שנה מאז אותה שבת. יש אנשים שלא יכולים לחזור עדיין לעבודה, כי הטראומה גדולה מדי והם חייבים להתמקד בטיפול הנפשי, אבל רבים מהם חזרו לעבוד – גם אם לא באופן מלא", מספרת גורן. עם זאת, לא כולם מסוגלים לעבוד. לאלו, אומרת גורן, הצוות מנסה למצוא עוגנים אחרים של עשייה, למשל התנדבות, שהיא פחות דורשנית. "אנשים תלויים באוויר ומחפשים עוגן. אם בעבר העבודה הייתה עוגן מרכזי שהם כתיב את לוחות הזמנים, עכשיו הם צריכים עוגנים אחרים. אנחנו מנסים למלא את החסר ולבנות להם תוכנית אישית, למשל יום שכולל הליכה של חצי שעה בבוקר, שלוש שעות עבודה, טיפול וטיולים עם הכלב.

"אנחנו מעודדים אותם לעשייה, לא משנה מה – לעבוד, לחזור ללימודים, להתחיל ללמוד משהו חדש. כל מי שמגיע אלינו נוסדנה מבין שהוא צריך לחזור לעשייה. אני מניחה שעם הזמן יגיעו אלינו עוד ועוד שורדים שיגישו שהם מוכנים לכך". בינתיים, גורן מתעודדת מכך שהקבוצה בסדנה שלה גדלה. "בהתחלה המטופלים היו עוסקים בענייני SOS, אבל בזמן האחרון הם מבינים יותר ויותר את המשמעות של לחזור לחיים – והעבודה היא חיים מבחינת רוב האנשים".