

אוניברסיטת תל-אביב
הפקולטה למדעי החברה ע"ש גרשון גורדון
החוג לפסיכולוגיה

השפעות החשיפה לטרור בסיקורי החדשות בטלוויזיה והתערבויות מניעתיות ראשוניות

ענת שושני

העבודה מוגשת לסנאט של אוניברסיטת תל-אביב
כחלק ממילוי הדרישות לקבלת תואר שלישי

אוקטובר 2006

העבודה הנוכחית בוצעה בהנחייתה של

ד"ר מישל סלואן

תודות

לד"ר מישל סלואן שהיית לי למנחה, מורת דרך ושותפה נאמנה ומאמינה, לאורך מסלול ממושך. לניר יקירי, על היותך משענתי היציבה. להוריי, על שהענקתם לי בעמל רב, את הכוח והרצון לחקור וללמוד.

תוכן העניינים

V	תקציר
1	מבוא
1	1. דחיסת ממדי מרחב וזמן בין העורף לחזית המלחמתית
3	2. השפעות רגשיות של חשיפה לטרור בתקשורת
9	3. השפעות קוגניטיביות של חשיפה לטרור בתקשורת
12	4. טרור בישראל
15	5. ויסות החשיפה לטרור בתקשורת – דילמות ערכיות ודמוקרטיה
21	6. התערבויות קליניות להתמודדות עם חשיפה לטרור בתקשורת
29	7. מטרות ופרדיגמת המחקר
31	השערות המחקר
32	שיטה
40	תוצאות
49	דיון
80	רשימה ביבליוגרפית

תקציר

הסיקור התקשורתי של אירועי אלימות פוליטית וטרור הנו מרכיב שכיח בתשדירי חדשות, בפרט באזורי קונפליקט. עם זאת, מחקרים ספורים בלבד בחנו את השפעותיה של החשיפה לטרור באמצעות התקשורת על הציבור הרחב. מחקר זה ייחודי בתחומו בהערכתו המשולבת את השפעותיה של החשיפה לאירועי טרור בסיקורי החדשות בטלוויזיה, לצד בחינתן של התערבויות מניעתיות ראשוניות טרם החשיפה, העשויות לסייע בהתמודדות עם החשיפה לאותם האירועים.

למחקר הנוכחי הוצבו שתי מטרות: המטרה הראשונה הייתה לבחון את השפעותיה של חשיפה טלוויזיונית לטרור על תפקודו הפסיכולוגי של הפרט, ברמה הרגשית והקוגניטיבית. ברמה הרגשית נבחנו רמות החרדה והכעס המצביים בעקבות החשיפה. ברמה הקוגניטיבית הוערכו מידת ההקצנה בסטריאוטיפים ותפיסות שליליות של האויב. המטרה השנייה נועדה לבחון את יעילותם של סוגים שונים של התערבויות מניעתיות ראשוניות, במיתון ההשפעות הקוגניטיביות והרגשיות שתמצאנה. מטרה זו אפשרה הערכה השוואתית של יעילות שני סוגי התערבויות מניעתיות ראשוניות שתופעלו, המבוססות על שתי גישות התערבות שכיחות בתחום מניעת הלחץ:

גישת ההבנייה הרציונלית - Rational Restructuring, והתרפיה הממוקדת ברגש

Emotional Focused Therapy.

במחקר השתתפו 300 סטודנטים לתואר ראשון באוניברסיטה. הנבדקים הוקצו באופן שרירותי לשני תנאי חשיפה לתקשורת- חשיפה לסרט טרור או חשיפה לסרט ללא טרור. המשתתפים בכל תנאי חשיפה חולקו באופן אקראי לשלושה סוגי התערבות מניעתית שהתרחשו טרם החשיפה לתקשורת: התערבות קוגניטיבית, התערבות רגשית או התערבות ביקורת. לצורך הערכת השפעות ההתערבויות והחשיפה לסרטים, הנבדקים ענו על מספר שאלונים לפני ואחרי ההתערבויות: שאלון חרדה מצבית, שאלון השלמת משפטים להערכת רמת החרדה המצבית ההשלכתית, שאלון כעס מצבי, שאלון ייחוסים סטריאוטיפים ושאלון תפיסת האויב.

ממצאי המחקר העידו כי החשיפה לסרט הטרור מניבה רמות גבוהות יותר באופן מובהק של חרדה וכעס מצביים והקצנה בסטריאוטיפים ותפיסות שליליות של האויב, לעומת החשיפה לסרט ללא טרור. בנוסף, במצב חשיפה לסרט הטרור ההתערבות הרגשית והקוגניטיבית נמצאו יעילות במיתון תגובות החרדה המצבית הגלויה וההשלכתית ותפיסות שליליות של האויב, והגבירו את מידת האמון והנכונות להידברות עם האויב, לעומת התערבות הביקורת. במצב חשיפה לסרט ללא טרור לא ניכרו הבדלים בתגובות הרגשיות והקוגניטיביות בין משתתפי סוגי ההתערבויות השונים.

ממצאי המחקר מעידים על השפעות מזיקות של החשיפה הטלויזיונית לטרור, על מצבו הרגשי ועמדותיו של הציבור ביחס לאויב, ומצביעים על יעילות התערבויות מניעתיות ראשוניות קצרות, במיתון ההשפעות הללו. ממצאים אלו מעלים שאלות סוציו-פוליטיות ואתיות לגבי השפעות סיקורי טרור בתקשורת על ניהול קונפליקטים ומספקים המלצות יישומיות לגבי מרכיבים מניעתיים, המגבירים את עמידות הציבור כנגד החשיפה לטרור בתקשורת.

מבוא

הטרור הגלובאלי המתעצם זרע את אימתו וחולל שינויים בממדי חיים שונים, ברמה הלאומית, פוליטית, חברתית, קהילתית ופסיכולוגית. התקשורת מהווה מרכיב מכריע במעגלי ההשפעה הנרחבים של הטרור, בהיותה אמצעי החשיפה לאינפורמציה, תיאור האירועים ופרשנותם ועיצוב שיח ציבורי בעתות קונפליקט. טבעה החדש של המלחמה המודרנית, רווית הטרור והלוחמה הפסיכולוגית הממוענים לעורף האזרחי, בשילוב עם ההתפתחויות הטכנולוגיות בתחום התקשורת, הפכו את מקלט הטלוויזיה הביתי לזירת קרב ישירה, מיידית ואינטנסיבית במראות הזוועה של הטרור והמלחמה. באופן מפתיע, על אף כי שידורי החדשות בטלוויזיה הם התוכניות הריאליסטיות ביותר, האלימות ביותר והנצפות ביותר, קיים עיסוק מחקרי מועט בהשפעותיה של החשיפה לאלימות פוליטית וטרור באמצעות התקשורת על הציבור הרחב. ציבור זה, בהיחשפו בעקיפין לטרור באמצעות התקשורת, אינו מהווה קורבן ישיר לטרור, אך עלול לשאת את צלקותיה הפסיכולוגיות של המלחמה. עם זאת, הוא אינו מצוי במוקדן של מרבית ההתערבויות הקליניות הקיימות בשעות חירום, המיועדות לנפגעיו הישירים של הטרור. לאור מאפייני המציאות הנוכחית, מחקר זה נועד להעריך את השפעותיה של החשיפה הטלוויזיונית לטרור, ולבחון את יעילותן של התערבויות מניעתיות ראשוניות לציבור הרחב, המתקיימות טרם הופעתם של סימפטומים פסיכיאטרים, שנועדו להגביר את עמידות הציבור ולסייע בהתמודדותו עם החשיפה העקיפה לטרור באמצעות התקשורת.

1. דחיסת ממדי מרחב וזמן בין העורף לחזית המלחמתית

מלחמות רבות במחציתה הראשונה של המאה העשרים, התרחשו הרחק מעיני הציבור. אמצעי תקשורת ההמונים היו בחיתוליהם, והעברת מידע מן החזית לעורף הייתה מסורבלת ודרשה זמן ממושך. כתוצאה מכך, היווה המרחק מן החזית המלחמתית, כמעין מרחב מגן בפני חשיפה ישירה לאירועי המלחמה. מרחב זה הורכב מממד פיסי של מרחק גיאוגרפי וממד הזמן הנדרש להעברת המידע מהחזית לעורף. מרחב זה נדחס והצטמצם מהותית החל ממחציתה השנייה של המאה ה-20 (Harvey, 1990). צמצום זה נבע משינויים שחלו בדמותן של המלחמה והתקשורת בעידן המודרני.

מלחמות במחצית השנייה של המאה ה-20 השתנו דרמטית ממלחמות שהתרחשו קודם לכן. בעבר הייתה הפרדה מושגית ומעשית בין שדה המערכה, בו נלחמו הצבאות זה כנגד זה, ובין העורף האזרחי. לעומת זאת, בעשורים האחרונים העורף האזרחי הפך להיות במוקד שדה

המערכה, בהיותו נתון לטרור מתמשך המכוון לפגיעה באזרחים. אמנם ההיסטוריה ידעה לוחמת טרור וגרילה מראשית ההווה האנושית, אך השימוש בסוג לוחמה זה התעצם משמעותית בשלהי המאה העשרים. מחקרים מעידים כי במלחמת העולם הראשונה רק 5% מכלל מקרי המוות היו אזרחים, לעומת מעל 90% של מקרי מוות של אזרחים במלחמות והקונפליקטים האתניים האלימים, שנחקרו לקראת סוף המאה העשרים (Killian, 2002).

סוג העימות העיקרי בעולם החל משלהי המאה ה-20 הוא העימות נמוך העצימות Low intensive conflict (גולן ושי, 2004). עימות נמוך עצימות מוגדר כמצב לחימה, שנועד להשיג מטרות פוליטיות באמצעים של התקוממות, טרור ופעולות פרובוקטיביות, בניגוד למלחמה המסורתית המאופיינת בפעולות צבאיות של לוחמה בין שני צבאות (Sarkesian, 1983). עימות זה מאופיין בקיומה של א-סימטריה בעוצמתם של הצדדים בעימות, לרוב בין מדינה בעלת צבא מודרני לבין מיעוט אתני בעל יכולת צבאית מצומצמת. הצד הנחות בעוצמתו, מכיר באי יכולתו להכריע את האויב החזק ממנו בעימות צבאי-פיזי חזיתי. כתוצאה מכך, שואף הצד הנחות להעתיק את ההכרעה למחוזות אחרים- לתודעת החברה. אמצעי להכרעה כזו הוא קיומן של מערכות טרור רחבות היקף שנועדו לפגום במארג הקשרים החברתיים, כלכליים וקהילתיים, בהותירם את החברה שסועה ושבורה (Higson-Smith & Killian, 2000; ניר, 2004; שליפר, 2004).

המלחמה המודרנית לא התפשטה רק לעורף האזרחי, אלא אף לביתו של האזרח. ההתפתחויות הטכנולוגיות בשלהי המאה-20, שהולידו את התרבות הערוצים החדשים ומערכות הממסר הביאו את מראות המלחמה המודרנית אל סלון ביתו של האזרח. צמיחתן של מערכות תקשורת לוויינית והתפתחות האינטרנט, אפשרו יצירת סיקורי חדשות בשעת אמת, כשהאירועים מובאים לצופים ברגע שעדשת המצלמה נחשפת להתרחשויות. מגמה זו הניבה ערוצי חדשות ייחודיים המשדרים חדשות 24 שעות ביממה. כך, מקלט הטלוויזיה הביתי, הפך לזירת קרב, בה נראים מראות חיים, ברגעי אמת, בסיקורים סביב השעון, של קרבות, פיגועי טרור, קורבנות ושאר פניה הנוראיים של המלחמה (Carruthers, 2000; Sontag, 2005).

אופן סיקורם והפצתם של אירועי המלחמה והטרור לציבור הרחב, יוצרים חוויה של מיזוג וצמצום המרחק הגיאוגרפי, בין העורף ללוחמים בשדה המערכה, ובין הנוכחים בזירת פיגוע הטרור וצופי הטלוויזיה בבית. באופן זה, התקשורת נוטלת חלק בחשיפה הולכת וגוברת לאלימות, המחלחלת באופן גלוי וסמוי לחיי הצופים (Signorielli & Gerbner, 1995).

הזירה התקשורתית, המתעדת את המלחמה, הפכה לזירת קרב טכנולוגית, שייתכן והסכנות הטמונות בה אינן נופלות בעוצמתן מזירת הלחימה בפועל. המציאות הנוכחית, מחייבת הערכה של השפעת החשיפה לתקשורת על צרכני התקשורת, המצויים בסיכון להפוך לקורבנות משניים של הטרור, בהיחשפם אליו בעקיפין, מעבר לקורבנותיו הישירים של הטרור, המצויים בזירת פיגוע הטרור. הצורך במחקר העוסק בקורבנות משניים בולט אף יותר, לאור המציאות הכלל עולמית, המאופיינת במערכות טרור העושות שימוש בלוחמה פסיכולוגית המכוונת לכלל האוכלוסייה. בעידן הטרור ומהפכת תקשורת ההמונים, ציבור רחב הנקלע לזירת הלחימה כתוצאה מחשיפה תקשורתית לסצינות אלימות ומעוררות אימה, עלול לשלם מחיר פסיכולוגי וחברתי כבד, כתוצאה מהחשיפה.

2. השפעות רגשיות של חשיפה לטרור בתקשורת

הדיון הציבורי ביחס להשפעות החשיפה לאלימות בטלוויזיה, החל מראשיתה של הטלוויזיה, בשנות ה-50 המוקדמות, ועורר מחלוקת בין חברות השידור לגורמים חברתיים ופוליטיים, שתבעו צנזורה ובקרה על השידורים (Head, 1954; Smythe, 1954). הדאגה הממושכת לגבי השפעות הטלוויזיה על הציבור הרחב, הניבה גוף נרחב של מחקרים העוסקים בקשר בין חשיפה לאלימות בטלוויזיה וטווח נרחב של משתנים המאפיינים את התפקוד הפסיכולוגי של הפרט. מחקרים אלו הולידו קשרים משמעותיים בין חשיפה אינטנסיבית לאלימות טלוויזיונית למשתנים רגשיים מגוונים, הכוללים הפחתה בתגובות אמפתיות כלפי הזולת (Grimm, 1997), תגובות פחד מיידיות (Browne & Hamilton-Giachritsis, 2005; Cantor, 1998; Sparks & Ogles, 1990), קהות רגשית ביחס לנזקים הנחווים על ידי הקורבנות לאלימות (Funk, Baldacci, Pasold & Baumgardner, 2004; Murray, 1997) וביטויים פוסט טראומטיים כגון, סיוטי לילה וחרדה (Saylor, Cowart, Lipovsky, Jackson & Finch, 2003; Singer, Flannery, Guo, Miller & Leibbrandi, 2004).

לאור ממצאים אלו, מפתיע כי מרבית המחקרים על השפעות החשיפה לאלימות טלוויזיונית התמקדו בתוכניות בידור ופנאי ולא בתוכניות הכוללות אלימות מציאותית. מחקרים בודדים שהתמקדו באלימות בשידורי החדשות, התמקדו בעיקר בהערכה כמותית של היחס בין החדשות הרעות לעומת החדשות הטובות בשידורים (Johnson & Russell, 1990). מחקר מקיף שנערך בארה"ב איתר דומיננטיות של סיקורי חדשות העוסקים בפשע ואסונות, הנובעת משיקולי

מדרוג ואינטרסים כלכליים (Stossel, 1997). במחקר אחר הוערך היחס של סוגי אלימות שונים במהדורות החדשות, כאשר נמצאה דומיננטיות לסיקורים של אלימות פוליטית בחברות החדשות הגדולות בארצות הברית. סיקורים אלו כללו התייחסויות למלחמות, קונפליקטים אלימים, איומים בין ממשלות, פיתוחי נשק קונבנציונלי וגרעיני וסיקורים צבאיים (Johnson, 1996). בישראל, נמצא כי הקונפליקט הישראלי-פלשתינאי והמתרחש בשטחים, הם מן הנושאים המסוקרים ביותר במהדורות החדשות (קשב, 1999).

למרות הדומיננטיות של תכנים אלימים במהדורות החדשות פרויקטים שבחנו את

השפעותיהם של אלפי שעות שידור בטלוויזיה, בערוצים שונים בארה"ב (Cole, 1995;)

(NTVS, 1998) הוציאו את שידורי החדשות מן הניתוח. צעד זה של הוצאת סיקורי החדשות מן המחקרים נומק בצורך של חברות החדשות להגן על חופש השידור שלהם, תוך שימוש בהסכמים פוליטיים המעגנים צורך זה, מנימוקים של חופש הביטוי וזכות הציבור לדעת

(Ball-Rokeach, 2001; Johnson, 1996; Smith, Nathanson & Wilson, 2002).

מלבד הצמצום במחקר אמפירי בתחום, ניסיונות לספק הסברים תיאורטיים להשפעות הרגשיות של חשיפה לטרור בתקשורת, התרחשו בזירת התדיינות חלוקה ונטולת הסכמה. קוטב תיאורטי אחד טוען כי סיקורי אירועי משבר בתקשורת, עמם נמנים אף סיקורי מלחמה וטרור, בעלי השפעה ממתנת רגשית על הצופים. טענה זו מבוססת על תיאורית התלות במדיה (Ball-Rokeach & Defleur, 1976) Media Dependency Theory, הטוענת כי בשעות משבר מתפתחת תלות בתקשורת, המספקת רגיעה לציבור. העלייה בצריכה התקשורתית בעיתות משבר, נובעת מהיותה של התקשורת אמצעי לחלוק רגשות קולקטיביים, סיפוק אינפורמציה וחיזוק תחושת השליטה בעתות של אי וודאות.

בהתאם לטענה זו, נצפתה עלייה בצריכת חדשות במצבי לחץ ומשברים לאומיים, כגון:

לאחר רצח קנדי (Murphy & Moriarty, 1976), התפוצצות מעבורת החלל צ'לנג'ר

(Kubey & Peluso, 1990; Rifle & Stovall, 1989), מלחמת יום הכיפורים בישראל

(Dotan & Cohen, 1976) ומלחמת המפרץ (Hoffner & Haefner, 1994). נמצא כי החשיפה

התקשורתית בעתות מלחמה, משמשת אמצעי לאספקת מידע על המתרחש, מאפשרת התייחסות, הכלה וויסות של רגשות שליליים ומחזקת את תחושת האחדות, הביטחון הלאומי והיבטים מוראליים הקשורים למצב הפוליטי (Dotan & Cohen, 1976).

מאידך, קוטב תיאורטי שני טוען כי חשיפה לאלימות פוליטית וטרור בתקשורת, הינה בעלת השפעות רגשיות שליליות משמעותיות על הצופים, כתוצאה מתפעול תהליך של קרבה פסיכולוגית Psychological Proximity. מושג זה מוגדר כמרחק הפסיכולוגי הסובייקטיבי ממקור הלחץ, הנובע מתחושת הדמיון האישי של הצופים לקורבנות האירוע האלים, הנוצרת על ידי הזדהות (Adoni & Cohen, 1979; Benyamini, 1976).

הזדהות זו נמצאה כקשורה באופן ישיר לרמת הדימיון בין צרכני התקשורת וקורבנות פיגוע הטרור (Schmid, 1992). ככל שמופיעים מאפיינים אישיותיים משותפים רבים יותר בין צופה הטלוויזיה וקורבן הפיגוע, כגון: לאום, דת, גיל, מין ואיזור מגורים, כך גוברת ההסתברות לתחושת הזדהות עם הקורבן, המעוררת את תגובות החרדה (Keinan, Sadeh & Rosen, 2003). מלבד הדימיון הדמוגרפי, סיקורי אירועי טרור משקפים סיטואציות מאיימות, מציאותיות ורלוונטיות לקהל הצופים, שעלולים לחולל מנגנוני הזדהות עם הקורבן ועוררות של תגובות רגשיות (Reeves & Nass, 1996). למידת הרלוונטיות האישית לצופה ותחושת האיום האישי הנובעת מהסיקורים, נמצאה השפעה מכרעת על תגובתו לסיקורים. רלוונטיות ותחושת איום גבוהה, מתפעלים תהליכי הזדהות אצל הצופה, ההופכים את הטרגדיה של האחר לטרגדיה אישית (Doka, 2003; Duncan, Gidron, Shrestha & Aryal, 2005).

כך לדוגמא, חשיפה לסיקורי פיגועי טרור בקונטקסט הפוליטי-ביטחוני בישראל, מעוררת את תחושת האיום הקולקטיבי לקיומה של מדינת ישראל והאיום האישי לקיומו של הפרט. ההזדהות עם הקורבנות עשויה להיות מועצמת, בשל גדיעתם הטראגית של פיגועי הטרור את שגרת חייהם של קורבנות תמימים, כגון: פיגוע המתרחש במרכזי הערים, במהלך הליכה לבית הספר, נסיעה לעבודה או בילוי חברתי. מצבים יומיומיים אלו, הרלוונטיים ומוכרים לחיי הצופים, מגבירים את תחושת הדמיון והקרבה הפסיכולוגית בין הצופים והקורבנות. הזדהות בעקבות חשיפה לאלימות פוליטית וטרור, נמצאה קשורה ביחס ישר לעלייה ברמת החרדה (Duncan, Gidron, Shrestha & Aryal, 2005), ובמתאם חיובי עם הופעתם של סימפטומים

פוסט-טראומטיים וסימפטומים דיכאוניים (Schiff et al., 2006).

חיזוק לעמדה הטוענת לעליה ברגשות השליליים כתוצאה מחשיפה לטרור בתקשורת, מעניקים מחקרים שבחנו את ההשפעות הרגשיות הספציפיות של צריכה אינטנסיבית של

מהדורות חדשות. מחקרים אלו הצביעו על קשר מובהק בין חשיפה ממושכת לחדשות בעתות של מלחמה וטרור לבין תגובות של חרדה (Gunter, 1994; Slone, 2000), כעס (Newhagen, 1998; Sontag, 2005; Yukawa, Endo & Yoshida, 2001), דיכאון (Knudsen, Roman, Johnson & Ducharme, 2005), וסימפטומים פוסט-טראומטיים, כגון: סיוטי לילה, רגישות יתר ופחדים (Joshi & Kaschak, 1998; Lawyer et al., 2006).

נוסף על כך, מחקרים על השפעותיה של חשיפה אינטנסיבית לתקשורת לאחר פיגועי ה-11 בספטמבר איתרו רמות גבוהות של סימפטומים פוסט-טראומטיים, וטווח רחב ואינטנסיבי של תגובות רגשיות שליליות מיידיות וכרוניות, המלוות בתחושות של פגיעות וחוסר ביטחון (Aber, Gershoff, Ware & Kotler, 2004; Blanchard et al., 2004; Cho et al., 2003; Gil-Rivas, Holman & Silver, 2004; Marshall & Galea, 2004;).

מקור נוסף לעליה ברגשות השליליים בעקבות חשיפה לטרור בתקשורת, עשוי לנבוע משימוש של ארגוני הטרור באמצעי התקשורת לצורכי לוחמה פסיכולוגית, המעצימה רגשות שליליים בציבור. לוחמה פסיכולוגית מוגדרת כשימוש מתוכנן באמצעי תקשורת שמטרתו העיקרית להשפיע על הדעות, הרגשות, היחס וההתנהגות של קבוצות מטרה, בדרך שמסייעת להשגת מטרה לאומית (Department of Defense, 1987). טרוריסטים הם מקדמי אירועים, הפורצים במפתיע לסדר היום החדשותי, משבשים אותו ויוצרים הפתעה ואימה בקרב הצופים. התקשורת מהווה עבור ארגוני הטרור כמעין קנה המשגר קליעים פסיכולוגיים שמטרתם חיכוך תודעתי רציף בכל קשת קהלי היעד הרלוונטיים לעימות (ניר, 2004). ארגוני טרור מנסים לזרוע חרדה, פחד, כעס וייאוש באמצעות העברת מסרים של סכנה ואיום קיומי העומדים להתרחש (Ganor, 2004). מטרתם להפעיל לחץ פסיכולוגי על הקהל, תוך נטיעת פחד בציבור, שיאפשר שינוי תודעתי לטובת סיפוק תביעותיהם (שלייפר, 2004).

מגמה של שימוש בתקשורת ככלי שרת בידי טרוריסטים החלה בשנות השישים, עם פיגועי טרור של חטיפת מטוסים, במאבק של כוחות שחרור פלסטין נגד ישראל (Wardlaw, 1989). במהלך שנות השבעים התרבו אירועי טרור בינלאומי שמטרתם הייתה השגת סיקור תקשורתי ובאמצעותו יצירת מודעות בינלאומית למצוקות ולתביעות של ארגונים וקבוצות שונות. חוקרי טרור ותקשורת כינו את התופעה "תיאטרון הטרור" כדי להדגיש את השימוש הדרמטי בהפקה כמעט תיאטרלית שמטרתה אינה הקרבנות המידיים, אלא החשיפה על במתה העולמית של תקשורת ההמונים (Weimann & Winn, 1994). עם השנים, ארגוני טרור רבים

החלו לתכנן את פעילויותיהם בהתאם לשיקולים תקשורתיים, להפעיל מערכות של דוברות ויחסי ציבור, להפיץ חומר רב לתקשורת, ובכלל זה הודעות רשמיות וקלטות וידאו, לנהל משא ומתן באמצעות התקשורת ואף לנהל מעקב אחרי הופעתם בתקשורת. הספרות הטרוריסטית החלה לכלול התייחסויות לתקשורת לא רק כאל אויב ויעד לפיגועים, אלא ככלי רב חשיבות שיש לנצלו כדי להסביר, להעצים את ההפחדה, ולמשוך אוהדים ותמיכה (וימן וצפתי, 1999; Collins, 2006; Schleifer, 2006; Weimann, 1987, 1990, 2004).

בנוסף לכך, אופייה של הלוחמה הפסיכולוגית השתנה עם השנים. בעבר, לוחמה פסיכולוגית נדרשה למנגנוני תעמולה משומנים המבוססים על טכניקות של השפעה חברתית ושכנוע (Jowett & O'Donnell, 1999), שכללו סילוף אינפורמציה, הצגה חלקית וחד צדדית של מידע וצנזורה. אמצעים אלו נועדו להעצים רלוונטיות אישית של האיום ולהגביר הזדהות עם הקורבנות, שניהם מתווכים משמעותיים להצלחתה של הלוחמה הפסיכולוגית (Whittaker, 1997).

מאפייניו הקיצוניים של הטרור בשילוב עם היכולות הטכנולוגיות המודרניות, הפחיתו את הצורך בתעמולה מתוכננת, כאשר החשיפה המיידית והקשה לפיגועי הטרור כפי שהתרחשו במציאות, מספקת את האינטרסים של ארגוני הטרור. הציפייה לפיגועי טרור עתידיים מעצימה ומנציחה את ההשפעות הפסיכולוגיות של פיגועים קודמים, וזורעת אימה מתמשכת בציבור (Sederer, Ryan, & Rubin, 2003). לפיכך, התקשורת בעתות טרור משמשת אמצעי להגברת החשיפה של ארגוני הטרור ביחס לאוכלוסיות מטרה, ובכך עלולה להעצים את השפעתם מעבר לפעולות הטרור הממשיות (שלייפר, 2004).

אם כך, הספרות המחקרית והתיאורטית מספקים ממצאים והסברים סותרים להשלכות של חשיפה מרובה לטרור בסיקורי החדשות בטלוויזיה. מחד, עולה הטענה כי צריכה מוגברת הנה בעלת השלכות ממתנות רגשית, בשל השגת ודאות ושליטה במתרחש, בהתאם לתיאורית התלות במדיה. מאידך, העמדה המנוגדת טוענת כי החשיפה לטרור בטלוויזיה מעצימה פחדים, חרדות ורגשות שליליים נוספים, כתוצאה מתהליכי קרבה פסיכולוגית, הזדהות עם הקורבנות ופעולתה של הלוחמה הפסיכולוגית.

ייתכן והפער בין הטיעונים, נובע משינויים באיכות ובמיידידות של הסיקור הפוליטי בהתאם להתפתחויות הטכנולוגיות. ידוע כי בשנים האחרונות הורחב הסיקור התקשורתי של אירועי טרור, כתוצאה מההתקדמות הטכנולוגית והתקשורתית. ייתכן שחלו תמורות בהשפעה

המרגיעה של התקשורת, שתאמה את המאפיינים הטכנולוגיים של הטלוויזיה בראשית דרכה, להשפעה מעוררת רגשית של התקשורת, בעידן הטלוויזיה הלווינית, הרב ערוצית והמיידית, המספקת במה זמינה יותר לארגוני הטרור לצורכי לוחמה פסיכולוגית.

הקושי להכריע בין העמדות החלוקות ביחס להשפעותיה של החשיפה לטרור בתקשורת, עשוי לנבוע מריבוי מחקרים מתאמיים בתחום. מחקרים אלו מבוססים על מתאמים בין דרגות חשיפה לאלימות בתקשורת ושינוי בעמדות, רגשות והתנהגויות של הצופים. המחקרים הללו, ככל מחקר מתאמי, עלולים לסבול ממשנתנים מתערבים, המטים את תוקפם של הממצאים. בעייתיות זו בולטת במיוחד בעתות טרור. דיווחי נבדקים על עלייה בחרדה בעתות טרור בעקבות צריכת ממושכת של סיקורי חדשות בתקשורת, עשויים להיות פרי של החשיפה התקשורתית, אך ייתכן שמקורם הינו תולדה של ההתרחשויות הביטחוניות במציאות. ייתכן והשינויים הדינאמיים במציאות הביטחוניות, המאפיינים עימותים נמוכי עצימות, הם אלו המעוררים אפקטים רגשיים, כשהתקשורת מהווה להם מראה בלבד.

לאור האינטנסיביות של סיקורי טרור בתקשורת, שתי העמדות הקוטביות ביחס להשפעות החשיפה לסיקורים והמחקר האמפירי החסר בתחום, המחקר הנוכחי הינו מחקר מעבדתי, המאפשר הערכה מבוקרת של השלכות החשיפה לטרור בתקשורת, על תגובות רגשיות וקוגניטיביות של הצופים. על מנת לבחון תגובות רגשיות מיידיות של סיקורי טרור בטלוויזיה, התגובות הרגשיות שנבחרו לצורך המחקר הינן חרדה וכעס מצביים. על אף העמדות החלוקות ביחס להשלכות הרגשיות של החשיפה לטרור בתקשורת, המחקר הנוכחי מנבא עלייה בחרדה ובכעס המצביים כתוצאה מהחשיפה הטלוויזיונית לטרור. הנחה זו עולה בקנה אחד עם הממצאים האמפיריים הקיימים במחקר המועט הקיים בתחום. חומרתו וקיצוניותו של הטרור, בתוך ההגדרה הרחבה של אלימות פוליטית הכוללת טווח רחב של אירועים מאיימים, מספקות תוקף לניבוי זה.

3. השפעות קוגניטיביות של חשיפה לטרור בתקשורת

מעבר להשפעות הרגשיות, סיקורי אלימות פוליטית וטרור בתקשורת, עשויים לחולל שינויים קוגניטיביים בקרב הצופים, כגון שינוי בעמדות, תפיסות האויב וסטריאוטיפים (Rivenburgh, 2000). על אף מגמות תקשורתיות דמוקרטיות לשקף את המציאות כפי שהיא (Dahl, 1989), הצגת האירועים בקונטקסט ונרטיב ספציפי, באופן בלתי נמנע, מקנה לתקשורת את הכוח להשפיע על השיח הציבורי ביחס לאירועים (First, 1997). הנחה זו תואמת את תיאוריית השיח Discourse theory (Foucault, 1972) העוסקת בכוחו של הידע, המועבר באמצעי תקשורת ההמונים, לייצר שיח ציבורי ולהבנות דפוסי חשיבה חברתיים ואישיים. תמונות האירועים בתקשורת, עשויים להוסיף אינפורמציה מזוויות חדשות ובלתי צפויות, ולהפעיל מנגנוני עיבוד קוגניטיבי המייצרים עמדות, אמונות, מסקנות וייחוסים (Macdonald, 2003).

בנוסף, אינטנסיביות התמונות של האירועים הקשים והסלקטיביות של התוכן המוצג על ידי התקשורת, עלולים לייצר תהליכים קוגניטיביים המבוססים על סילוף של המציאות. תהליכים אלו משמעותיים בעיצוב תפיסת האויב וסטריאוטיפים, בייחוד בעיצומם של קונפליקטים פוליטיים בין קבוצות אתניות (Gorham, 1999). תפיסת האויב מייצגת תיאור מנטאלי שלילי של האויב הכולל רעיונות, אמונות, עמדות, ערכים, סטריאוטיפים, רגשות וייחוס מניעים וכוונות (Silverstein, 1989), אשר בעתות קונפליקט הופכים קיצוניים ושליליים.

מרכיב מרכזי בתפיסות אלו משמשים הסטריאוטיפים. סטריאוטיפים הינם מערכת של אמונות שיש לאדם אודות התכונות האישיות הבולטות של קבוצה חברתית, המייצגת נטייה אנושית לנקוט בדימוי מופשט של קבוצה חברתית מסוימת, במהלכה של מציאות חברתית מורכבת (Mackie & Hamilton, 1993). אמונות אלו מהוות הכללה של תכונות הנתפסות כטיפוסיות לחברי הקבוצה, ועל כן לעיתים אינן הולמות את המציאות או נאמנות לתכונותיהם של פרטים בקבוצה (Brown, 1995).

קונפליקטים אלימים ממושכים בין קבוצות, מהווים כר נרחב לעיצובם של סטריאוטיפים. במצבים של קונפליקטים אתניים, ניתן למצוא ביתר שאת תהליכי הקצנה בעמדות ואנטיפאתיה אתנית, הכוללת הכללה נוקשה ומוטעית בהתייחסות ההדדית של חברי הקבוצות המעורבות בקונפליקט (Tajfel, 1969). חלק מתהליכי ההעדפה וחיזוק מעמדה של קבוצת הפנים,

נעשים באמצעות השוואה חברתית ותחושת עדיפות ועליונות ביחס לקבוצת האויב. נטייה זו נובעת מצורך בעתות קונפליקט להעריך באופן חיובי את קבוצת הפנים-קבוצת ההשתייכות של הפרט, ולהעריך באופן שלילי את קבוצת החוץ אליה משתייך האויב (Tajfel & Turner, 1979). השוואה מסוג זה המבחינה בין קבוצת הפנים החיובית וקבוצת החוץ השלילית, מובילה לעיבוד מידע מוטח ומסולף, וזיכרון סלקטיבי ביחס להתנהלות ומאפייני חברי שתי הקבוצות (Hamilton & Trolie, 1986).

סטריאוטיפים נתפסו בספרות המחקרית המסורתית כעמידים בפני שינוי, יציבים, קבועים ובעלי הסכמה חברתית רחבה (Lee, Jussim & McCauley, 1995). טענה זו התבססה על ההנחה כי שינוי בסטריאוטיפים הוא קשה להשגה, ונבעה בעיקרה ממחקר אורך ממושך שגילה יציבות בסטריאוטיפים של סטודנטים ביחס לקבוצות אתניות רבות בארה"ב (Katz & Braly, 1933; Gilbert, 1951). עם זאת, מחקרים עדכניים יותר הראו את טבעם הדינאמי והמשתנה, ורגישותם לתהליכים ביחסים הבין קבוצתיים, מעבר לתפיסתם הראשונית (Madon et al., 2001).

בהתאם לכך, נמצאה נטייה להקצנה בסטריאוטיפים עם התגברות העוינות הבין קבוצתית, אשר בוססה במספר מחקרים כגון: הסלמה בעוינות ובסטריאוטיפים בין תורכים כורדים וארמנים על רקע שינויים פוליטיים וכלכליים באימפריה העות'מאנית (Sunny, 2004), התעצמות העוינות והסטריאוטיפים השליליים בין בריטניה לארגנטינה במלחמת פוקלאנד (Brown, 1995), והקצנה בעמדות הקדומות של אמריקנים כלפי יפנים וגרמנים במלחמת העולם השנייה (Dudycha, 1942; Seago, 1947).

בנוסף, הקצנה ושינוי בסטריאוטיפים נוטים להתרחש כתוצאה מתהליכי למידה חברתית. מסרים משפחתיים, חינוכיים ופוליטיים עשויים לחולל שינויים מיידיים בתכני הסטריאוטיפ (Slone, Tarrasch & Hallis, 2000). התקשורת נוטלת חלק בתהליך החברתי הרחב המעצב ומעודד הערכות קבוצתיות, לעיתים קרובות של קבוצה חברתית דומיננטית ביחס לקבוצות מיעוט חברתיות, ועל כן עשויה ליטול חלק נכבד בעיצוב תפיסות וסטריאוטיפים, בייחוד בעתות קונפליקט (First, 2002; Gorham, 1999).

כוחה של התקשורת בשינוי תפיסות ועמדות זוהה עוד בראשית דרכה, כאשר גופי אינטרס שונים השכילו להשתמש בתקשורת לצורך עיצוב מדיניות, שינוי והקצנה של עמדות בציבור

במהלכם של קונפליקטים פוליטיים. התקשורת משמשת תפקיד מהותי זמן רב לפני פרוץ מלחמה, ליצירת התשתית והלגיטימציה הלאומית למלחמה. על כן, ניתן למצוא שימוש מושכל של הממסד הפוליטי בתקשורת, לעיצוב דמות האויב בצורה מאיימת ואכזרית, כך שהגנה עצמית הופכת חיונית ולגיטימית (Keen, 1986). דוגמא לכך מיוחסת לממשל האמריקני, שגייס תמיכה ציבורית לפתוח במלחמה כנגד עיראק, באמצעות מידע מודיעיני שטען כי עיראק פיתחה בחשאי נשק כימי להשמדה המונית. מידע זה זכה לבמה תקשורתית נרחבת והיווה בסיס איתן ליצירת תשתית לגיטימית למלחמה. אי אמינותו של מידע זה נתגלתה לציבור בתום המלחמה.

בשלבם אלו לשפה ולמשמעותה תפקיד משמעותי בהקצנת העמדות והסטריאוטיפים ביחס לאויב. מילים בעלות משמעות שלילית העשויה לפגוע בתמיכה הציבורית, מותמרות למילים מגייסות. מלחמה הופכת לקונפליקט. אומות מוכוונות לגבור על האויב ולא לנצח. כך המילים ממסכות את המציאות והופכות אמצעי מהותי לעיצוב שיח ציבורי (Coker, 1994).

תפיסת האויב וסטריאוטיפים רגישים במיוחד לאירועים מרכזיים כפיגועי טרור, שקיצוניותם והאינטנסיביות שלהם, מחוללות שינויים באמונות ועמדות קיימות. תגובות הגנתיות שנועדו לבסס מחדש תחושת בטחון לאחר פיגוע טרור, לעיתים קרובות מובילות להקצנה בנטיות אתנוצנטריות ותפיסות שליליות ביחס לקבוצת האויב (Rogers, 1983).

מחקר שבחן את השפעותיהם של פיגועי טרור בישראל על תפיסת האויב, העיד על

הקצנה בסטריאוטיפים ובעמדות השליליות ביחס לפלשתינאים (Bar-Tal & Labin, 2001). בתקופת פריצתה של אינתיפאדת אל אקצה, הערבים דומו בתקשורת לטרוריסטים, נהנתנים ורודפי בצע (קשב, 2005; Kang & Kapoor, 1996). מגמה דומה של הקצנה בסטריאוטיפים בעתות טרור, ניכרה בנאומיו של הנשיא בוש בתקשורת, לאחר פיגועי ה-11 בספטמבר בארה"ב, שאופיינו ברטוריקה סטריאוטיפית, המבוססת על דימויים שליליים וקיצוניים ביחס לערבים (Merskin, 2004).

ניתוח תוכן מקיף של ערוצי טלוויזיה מרכזיים בארה"ב לאחר פיגועי ה-11 בספטמבר,

איתר דומיננטיות לתפיסות עולם איסלמופוביות, נוצריות ואתנוצנטריות ביחס לערבים

(Domke, Garland, Billeaudeau & Hutcheson, 2003; Gormly, 2004;)

(Sheridan, 2006). המוסלמים בתקשורת האמריקאית תוארו בתקופה זו כעשויים מקשה אחת, נוקשים, בלתי משתנים, אכזריים ומאיימים על החברה האמריקאית. הסיקורים התקשורתיים באותה התקופה חסרו התייחסות לשונות והגיוון הרב בתרבויות וקבוצות מוסלמיות

(Bulliet, 2003). בהתאם למגמות אלו, נבדקים שדיווחו על רמת חשיפה גבוהה לחדשות, בטלוויזיה, רדיו, אינטרנט ועיתונים לאחר ה-11 בספטמבר, הפגינו רמות גבוהות יותר של דעות קדומות כלפי ערבים, לעומת נבדקים בעלי חשיפה נמוכה לתקשורת (Persson & Musher-Eizenman, 2005).

מחקרים אלו מצביעים על שינויים בתפיסת האויב וסטריאוטיפים שליליים כתוצאה מחשיפה לטרור, למרות שמגמה זו לא נבחנה במערך מעבדתי מבוקר. על כן, המחקר הנוכחי נועד לבחון באופן מעבדתי הקצנה בתפיסות אויב שליליות ויחסים סטריאוטיפים, כתוצאה מחשיפה לסיקורי טרור טלוויזיוניים, בניגוד לחשיפה לסיקורי חדשות תואמים במשכם ומאפייניהם, הכוללים סיקורי אירועים פוליטיים ללא טרור.

מעבר להשפעות הרגשיות והקוגניטיביות המובחנות של החשיפה לטרור בתקשורת, ממדים אלו עשויים להשפיע זה על זה ביחסי גומלין הדדיים. יחסים מסוג זה עשויים להתרחש במיוחד בזירת הטרור, בשל היותו מקור להגברה של תחושות חרדה וחוסר בטחון לצד הפעלה של מנגנונים הגנתיים של הקצנה בעמדות. הנחה זו תואמת את תיאוריית המוטיבציה ההגנתית

(Rogers, 1983) Theory of Protection Motivation הטוענת שחשיפה למצבים מאיימים, בהם קיימת הסתברות לפגיעה אישית חמורה, גורמת לעלייה בחרדה, ולמוטיבציה גבוהה להגנה עצמית, העשויה להתבטא בתגובות של כעס והקצנה בעמדות כנגד הגורם המאיים. החשיפה למתקפת טרור המעוררת תגובות חרדה וכעס בעוצמה גבוהה, מחייבת תגובות מסתגלות והישרדותיות, שעשויות להתבטא בעמדות תקיפות ובלתי סובלניות כנגד האויב. המחקר הנוכחי מאפשר חקירה של הנחה זו, לגבי שינויים משולבים ברגשות שליליים ובקוגניציות שליליות ביחס לאויב כתוצאה מהחשיפה לטרור בתקשורת.

החקירה של השפעות הטרור וסיקוריו התקשורתיים בעלת רלוונטיות גבוהה בעידן הנוכחי המאופיין בטרור גלובאלי. לפיכך, למרות שהמחקר מתקיים בישראל, שנחשפה לאחרונה למתקפות טרור חוזרות ונשנות מצד ארגוני טרור פלשתינאים, ממצאי המחקר יהיו בעלי רלוונטיות רחבה יותר, לזירה הגלובאלית העסוקה בסוג זה של לחימה ההולך ומתעצם.

4. טרור בישראל

מדינת ישראל, הנה מדינה שסועת מלחמות על אף שנותיה הצעירות, ולא בכדי היא מאופיינת בספרות המחקרית כמעבדת לחץ טבעית לחקר אלימות פוליטית וטרור. במוקד האלימות

הפוליטית במדינת ישראל נמצא הסכסוך הערבי – ישראלי, שביסודו עומדת שאלת הקיום של מדינת ישראל, ובגינה נאלצו אזרחי המדינה להתמודד עם מצבי לחץ קיצוניים. מצבים אלו באו לידי ביטוי במספר מלחמות כוללות מהקמת המדינה ועד היום, אשר היוו מקור לאלימות פוליטית מתמשכת כלפי תושבי המדינה, עד לכדי תחושת איום קיומי מתמיד. במוקד הסכסוך הממושך עומדת התביעה לזכויות בלעדיות על אדמות, בעלות משמעות היסטורית ודתית לכל צד (הרסגור וסטרון, 1997).

שורשיהן של מתקפות הטרור המרובות, שאפיינו את השנים האחרונות בישראל, נעוצים בקונפליקט הישראלי-פלשתינאי ובהתפרצותו העזה, בתהליך שכונה האינתיפאדה הפלשתינאית השנייה. הסלמה ביחסים בין ישראל והפלשתינאים התרחשה החל ממלחמת ששת הימים ב-1967, אשר במהלכה ישראל כבשה את רצועת עזה ממצרים, ואת אזור הגדה המערבית מירדן. השטחים הכבושים היו מאוכלסים באוכלוסיה פלשתינאית, שהפכה להיות נתונה תחת שלטון ישראלי, תהליכים שהובילו למאבק של האוכלוסיה הפלשתינאית לעצמאות לאומית. התעצמותם של ארגונים פלשתינאים קיצוניים, בעלי כוחות צבאיים חמושים, שנועדו להשיב לאומה הערבית את השטחים הכבושים, הובילה לתסיסה גבוהה באזור (Smith, 1996).

במהלכו של הקונפליקט המתמשך התרחשו שתי התקוממויות אלימות של הפלשתינאים. ההתקוממות השנייה כונתה "אינתיפאדת אל אקצה" שפרצה באוקטובר 2000. התלקחות פעולות האיבה באותה התקופה, אופיינה במעגלי אלימות הולכים וגוברים, ורמות גבוהות של הרוגים משני צידי הקונפליקט (Wallach, 2000). הפלשתינאים סבלו מכיבוש מחודש של הצבא הישראלי, הרס בתים ורכוש, אבדות בנפש ומצוקה כלכלית (Fielding, 2004). הישראלים עמדו בפני אפיזודות חסרות תקדים של פגועי טרור ומחבלים מתאבדים שפגמו בתחושת הביטחון האישי והחברתי.

פיגועי הטרור הפכו להיות מאורע שכיח בזירה הישראלית. החל מספטמבר 2000, מועד פרוץ האינתיפאדה השנייה, התקיימו למעלה מ-130 מתקפות טרור, שבהן נהרגו אזרחים, בידי אנשי ארגונים פלשתינאים חמושים, ועל ידי יחידים פלשתינאים, שלא פעלו בהכרח מטעם קבוצה כלשהי (אמנסטי, 2002). זירת הפיגועים כללה את כלל אזורי הארץ, ובייחוד את הערים המרכזיות והגדולות. פעמים רבות, מתוך מניעים של לוחמה פסיכולוגית, התרחשו מספר פיגועים באותו היום, או בתקופת זמן קצרה מאד.

מרבית הקורבנות במתקפות הטרור אינם אנשי כוחות הביטחון הישראליים. פיגועי התאבדות חבלניים מתרחשים ברחובות הומים, באוטובוסים, בבתי קפה, במלונות או בשווקים,

ביודעין כי מרבית הקורבנות יהיו אזרחים. מחיר הדמים פוגע בכלל האוכלוסייה. שיעור גבוה של משפחות ישראליות, סובלות כיום מפגיעה או אובדן חיים של אדם אהוב- בן משפחה או חבר קרוב. האיום הוא מייד, אישי וקרוב לבית (Ayalon & Waters, 2002).

מאפייניו של הטרור בישראל, הייחודיים בעוצמתם ומשכם מרמזים על המציאות החברתית בישראל. החברה הישראלית הינה חברה המצויה בקונפליקט מתמשך, הנחשפת לרמות גבוהות של אלימות וטרור מזה שנים ארוכות, נתונה תחת איומו של טרור, ומהווה מטרה ללוחמה פסיכולוגית ממושכת ומתישה. באופן טבעי, במציאות זו תופס הקונפליקט הישראלי-פלשתינאי מקום נכבד במהדורות החדשות באופן יומיומי (קשב, 1999).

בשעות פיגוע המוני בישראל נוהל ההיערכות של מערכות הסיוע, בריאות הנפש והתקשורת מתורגל היטב. כל אחד יודע את תפקידו, והתסריט מוכר היטב. המידע מועבר לתקשורת באופן מייד, וכתבים תופסים את מקומם בזירת הפיגוע סמוך מאד לרגע התרחשותו. שיתוף הפעולה ההדוק בין מרכז חירום המוקם מיידית ברשות המקומית, בתי החולים, מערך הביטחון והשירותים הסוציאליים, מאפשרים מידע זמין ומהימן לנציגי התקשורת תוך דקות ספורות (Brom, 2005).

בזירה זו התפתחו יחסי גומלין מעניינים בין התקשורת לציבור בישראל. התקשורת פתחה מיומנות יוצאת דופן בסיקור פיגועי הטרור, תוך פריסה מיידית של כתבים בזירת הפיגוע, וסיקור ישיר של האירועים בזמן התרחשותם. במדינה קטנה כמו ישראל, המאופיינת באתוס קהילתי חזק, כל פיגוע מתקשר כמעט באופן מייד לציבור, העוקב אחר האירועים בדקות. עם זאת, סיקורים תקשורתיים של פיגועי טרור, אינם יכולים להתקיים ללא מחלוקות ודילמות המאפיינות את התקשורת המקומית והגלובלית, ביחס לסוגיות של ויסות, צנזורה של חומרים קשים מנשוא, הזכות לפרטיות, קבלת החלטות ביחס לתמונות הכוללות חומר רגיש, והמסרים המועברים באמצעות הסיקורים.

כדוגמה לסוגיות אלו, סיקורי פיגועי טרור בתקשורת הישראלית זכו לא פעם לביקורת,

בטענה כי הסיקורים מציגים עמדה קורבנית בהתנהלות הישראלית. מעקב אחר סיקורי

אינתיפאדת אל אקצה בתקשורת הישראלית העלה שתי תמות מרכזיות שחזרו על עצמן שכללו את הדגשת החומרה של פיגועי הטרור, ואת גורלם האכזר של קורבנות תמימים ישראלים. הסיקורים שוב ושוב עסקו בדרמטיזציה של הנזק ובדרמטיזציה של חפותם של הקורבנות (Cromer, 2005). מבקרי תקשורת טענו כי ההתייחסות התקשורתית הישראלית לפיגועי טרור, מציגה את הצד הישראלי כחלש וחסר אונים. בנוסף, עלתה טענה כי סיקורי הפיגועים משקפים

אינטרסים פוליטיים להעצמת האתנוצנטריות בציבור, ועל כן נועדו לשדר תחושת איום, אסון, רדיפה, חורבן וקורבנות (Ben-Shaul, 2005). נציגי תקשורת השיבו על טיעונים מסוג זה כי הדאגה למורל הלאומי אינו עניינם והם מדווחים על מה שעניינם רואות, בגישה פתוחה וחופשית ממגבלות (גורן, 1997).

מלבד הדילמות הקשורות לנרטיב הישראלי המועבר באמצעות הסיקורים, סיקורי פיגועי הטרור העלו דילמות מורכבות ביחס לויסות הסיקורים. בשנת 1996 התלהט בישראל פולמוס על תפקיד התקשורת נוכח פיגועי טרור המוניים, לאחר סידרת פיגועי התאבדות של מחבלים פלשתינאים כנגד מטרות אזרחיות ישראליות. בסיקור אחד הפיגועים בקו אוטובוס בתל-אביב, נחשפו צילומים של גופות וחלקיהן, ונפרצו הגדרות בעניין הנוהל של פרסום שמות חללים רק לאחר הודעה למשפחות. סיקור לא מווסת של פיגועי טרור, עשוי להיות בעייתי בהשלכותיו הפסיכולוגיות על הציבור ובהגשמתו את מטרותיו הפסיכולוגיות של הטרור. כתוצאה מכך, ניסחו רשתות הטלוויזיה הישראלית כללים אתיים לויסות הסיקורים, כגון: איסור על הצגת סבל אנושי או אלימות העוברים בעליל את גבול הנסבל על ידי צופה או מאזין (גורן, 1997). עם זאת, על אף הצורך המתעצם בויסות מראות הטרור והמלחמה, יכולת זו מוגבלת בעידן של תקשורת גלובאלית ווירטואלית, ומעלה דילמות אתיות מהותיות בחברה הדמוקרטית.

5. ויסות החשיפה לטרור בתקשורת – דילמות ערכיות ודמוקרטיה

ברמה המוסרית והדמוקרטית שני ערכי יסוד אנושיים מתנגשים ביניהם בסוגית ויסות החשיפה וצנזורה של סיקורי טרור בתקשורת. מחד גיסא, ממצאי המחקר ביחס להשפעות החשיפה לטרור בתקשורת, מעידים על סכנות רגשיות, העשויות להשפיע על רווחתו הנפשית של הפרט וזכותו לביטחון. מאידך גיסא, ויסות סיקורי הטרור, עלול לפגוע בחופש הביטוי וזכות הציבור לדעת, ומהווה סכנה הרת גורל לקיומה של החברה הדמוקרטית.

הצורך בויסות החשיפה לטרור בתקשורת התעצם עם השינויים הטכנולוגיים, שהפחיתו את יכולת ויסות המידע, והגבירו את מיידיות וחיות האירועים המסוקרים (גורן, 1991). ממצאים אמפיריים שהעידו על מצוקה רגשית וסימפטומים פסיכיאטריים בעקבות חשיפה לסיקורי טרור בתקשורת (Aber et al., 2004; Lawyer et al., 2006; Pew Research Center, 2001), העצימו צורך זה.

מעבר לסכנות הרגשיות, כוחה של התקשורת בעיצוב עמדות ותפיסות חברתיות, מעניקה

לסיקורי הטרור עוצמה רבה בעיצוב פני החברה והשיח הציבורי בעתות קונפליקט

(Gerbner, Gross, Morgan, & Signorielli, 1986). התעצמותה של המציאות הוירטואלית

והטכנולוגית על אפשרויות התעמולה, מיסוך ואשליה הטמונות בה, עלולה לפגוע בחירות

התודעתית של הצופים בעתות קונפליקט, ומסכנת את עתידה של חברה דמוקרטית, שוויונית,

ליברלית ופלורליסטית. לפיכך, הבעייתיות האתית העולה מסיקורי אלימות פוליטית וטרור, אינה

קשורה רק לגורלו של הפרט, מצבו הרגשי ורווחתו הפסיכולוגית, אלא לעתידן של חברות, אומות,

וסיכויי השגת יציבות, הידברות, יחסי גומלין הדדיים ופתרון קונפליקטים.

כנגד הביקורות הללו עומדים מספר טיעוני נגד של גורמים בתעשיית התקשורת, בדבר

ויסות סיקורי אלימות פוליטית וטרור. ראשית, לתקשורת תפקיד משמעותי בשמירה על עקרונות

הדמוקרטיה, ככלי לביקורת ציבורית, ושמירה על עקרונות חופש הדעה והביטוי וזכות הציבור

לדעת. לציבור יש זכות לקרוא, לצפות, להיחשף לאירועים המתרחשים, לחשוב עליהם ולהוות

אזרחים משכילים, ביקורתיים ומיודעים לגבי המתרחש סביבם.

בנוסף, החשיפה לאירועים עצמם ללא ויסות, משמעותית לצורך הגנה על קבוצות

אתניות, דתיות ולאומיות ברחבי העולם, תוך שימור ערכים הומאניים, שיוויוניים ופלורליסטיים.

המאה העשרים, הייתה למאה העקובה מדם לאורך ההיסטוריה, בה נרצחו כ-170 מיליון בני אדם

נטולי הגנה, בתשע רציחות עם (אורון, 2006). על אף העוולות הקשות נמצא כי בני אדם מנוכרים

לסבלותיהם של אוכלוסיות מרוחקות וזרות (Holsti, 1996). מאה זו מדגישה את תפקידה

החשוב של התקשורת בחשיפת עוולות אנושיות כפי שהן, באמצעות יכולתה ליצור משברים

גלובליים. התקשורת בוחרת אלו מן המלחמות הרבות המתנהלות מסביב לעולם יקבלו תשומת לב

גלובלית ויטפסו למעלה סדר היום הציבורי של מקבלי ההחלטות. כך, התקשורת משמשת תפקיד

חיוני בהגברת מעורבות הקהילה הבין לאומית בקונפליקטים ברחבי העולם

(Carruthers, 2000).

נוסף על כך, עידן הטרור הגלובאלי, הניב פעולות אנטי-טרוריסטיות מצד מדינות

דמוקרטיות, שזכו לביקורת גבוהה על העדפה של ערכים ביטחוניים תוך הפרה של ערכי יסוד

אנושיים בסיסיים (Matthew & Shambaugh, 2005). כדוגמא לכך, פיגועי הטרור ב-11

בספטמבר, העצימו עמדות התומכות בהרחבת סמכויות המשטרה ומתן הגבלות על הזכות

לפרטיות וחופש המידע. שינוי זה התחולל גם בקרב בעלי עמדות פוליטיות ליברליות, שהציגו

עמדות שמרניות יותר מעמדותיהם הטבעיות (Scheufele, Nisbet & Ostman, 2005). הפרה של זכויות אדם במסגרת הלוחמה בטרור עלולה להוות איום עז ומסוכן יותר למדינה הדמוקרטית מאיומי הטרור עצמו. על כן, התקשורת הינה שומר הסף המתריע של הדמוקרטיה, שנועדה לעורר אנשים לעשייה, ביקורת ומעורבות פוליטית והומאנית.

טיעון נוסף כנגד ויסות סיקורי טרור בתקשורת, מבוסס על מחלוקת לגבי המסרים האלימים שיש לווסת. גופים בתעשיית הטלוויזיה טוענים כי יש להבחין בין סוגים שונים של מסרים אלימים אליהם נחשף הציבור בתקשורת. מרבית חוקי ויסות החשיפה לאלימות טלוויזיונית, מתמקדים באלימות בתוכניות פנאי, בידור ופנטזיה ולא באלימות בעלת משמעות פוליטית או היסטורית (Kunkel & Wilson, 1995). ויסות של אלימות פוליטית בתקשורת, מונע אינפורמציה קריטית מן הציבור, החיונית לצורך היערכות, הבנה, התמודדות וגיבוש עמדות ביחס לקונפליקט המתחולל.

בנוסף, ייתכן ובעידן התקשורת הגלובלית, בו מתקיימים במקביל ערב רב של ערוצי תקשורת, המסקרים את אותם האירועים, בלתי אפשרי ליצור כללים אחידים של ויסות מידע. היכולת לווסת את מראות הטרור והמלחמה בתקשורת, פחתה משמעותית עם התעצמותה של המדיה הגלובלית והיווצרותו של אפקט ה-CNN, שמשמעותו עלייה דרמטית בסיקורים בין לאומיים של אירועים מלחמתיים (Sontag, 2005). עם התעצמות מערכות שידור לוויניות, ורשתות תקשורת וירטואלית, נאלצו להתחרות עורכי חדשות מקומיים, עם חברות חדשות זרות ועם סיקורי חדשות של גורמי תקשורת פורמאליים ובלתי פורמאליים באינטרנט.

היכולת להציג את מראות הטרור בזמן אמת, ובשידורים חיים בזמן התרחשות המאורעות, הפחיתה משמעותית את השליטה בעריכת החדשות (Livingston & Van Belle, 2005; Wilke, 2003). ברגע שתמונות פורסמו בערוצים מתחרים, נוצר לחץ משמעותי על עורכי חדשות מקומיים לפרסם את המידע הרלוונטי. כך, פעמים רבות, סיקורי אירועי טרור מווסתים ורגישים בערוצי טלוויזיה מקומיים, מופיעים ללא צנזורה, באופן מלא וגלוי, בערוצי תקשורת זרים או באינטרנט.

יתרה מזו, ויסות מידע בערוץ תקשורת מסוים עשוי לחולל משיכה לתוכן האסור בערוץ

תקשורת אחר, תופעה המכונה אפקט פרי גן העדן - Forbidden Fruit Effect

(Christenson, 1992). אפקט זה ניכר בצריכת האינטרנט לאחר פיגועי הטרור בארה"ב ב-11 בספטמבר. נתונים סטטיסטיים העידו כי מיליוני אמריקאים צרכו מקורות חדשות אלטרנטיביים,

שמרביתם חיצוניים לארה"ב. האינפורמציה שנצרכה פעמים רבות הייתה מנוגדת למגמה הרווחת בדיווחי ערוצי תקשורת אחרים בארה"ב (Stanton, 2002).

טענה נוספת כנגד הצורך בויסות מסרים אלימים פוליטית בתקשורת, קובעת כי קיים תהליך טבעי המתרחש אצל הצופה של ברירה של מסרים, המבוסס על תהליכים קוגניטיביים ורגשיים. ברמה הקוגניטיבית הבחירה לצורך מסרים מסוימים בתקשורת מבוססת על מודל עלות-תועלת, ונובעת מכמות התגמולים והרווח שתספק הצפייה ביחס לנזקים הטמונים בצפייה (Atkin, 1973). ברמה הרגשית, הצופים מווסתים את החשיפה שלהם לתקשורת בהתאם להבנתם את ההשפעות הרגשיות שעלולים לייצר סוגים שונים של תוכן, כך שבמצבים רגשיים שליליים ימנעו מחשיפה לתוכן שלילי (Hoffner & Haefner, 1994). לפיכך, הצופה הופך להיות מתווך אקטיבי של השפעת החשיפה למסרים טלוויזיוניים שונים על חייו, ואינו נדרש לויסות חיצוני.

כמובן שהכרעה חד צדדית של הדילמה בדבר מקומו של הויסות בסיקורי אלימות פוליטית וטרור, הנוקטת בעמדה אחת מן השתיים, הנה מסוכנת וקיצונית. עם זאת, ייתכן והכרעה מוחלטת מסוג זה אינה נדרשת, וניתן לגבש כללים אתיים, שיקדמו תהליכי בקרה ועיצוב מדיניות מצד גופי תקשורת בסיקורי טרור, תוך מציאת העמק השווה בין סיקורים המשמרים את תפקידה הדמוקרטי של התקשורת מחד, אך רגישים להשלכות הפסיכולוגיות של הסיקורים מאידך.

ניתן ליישם זאת בסיקורים בהם האינפורמציה מועברת במלואה, אך מוטיבים ויזואליים של הסיקורים מחושבים ומווסתים, כאשר מודעות למרכיבי לוחמה פסיכולוגית, והשלכות רגשיות של הסיקורים מנחים את אופן הצגת האירועים. נדרשים סיקורים השומרים על כבוד האדם החי והמת, משמרים את זכותו לפרטיות, ורגישים למוטיבים חזותיים הכוללים דרגת חשיפה קשה מנשוא לסבל אנושי כגון תמונות חללים, חלקי גופות ופצועים קשים. עם זאת, האחריות לויסות המידע אינה מוטלת בהכרח על גופי השידור בלבד, ונדרשת לחלוקה בין מספר נושאי אחריות לויסות המידע בחברה דמוקרטית.

מנגנוני ויסות מידע תקשורתי

לצד הדילמה ביחס לצורך בויסות סיקורי טרור, עולה שאלת האחריות לויסות המידע התקשורתי. קיימים שלושה מנגנונים מרכזיים לויסות של מידע בחברה המודרנית: ויסות מדיני-פוליטי, ויסות פנימי של חברות השידור וויסות אישי של הפרט. באופן מסורתי המדינה שלטה על

ויסות המידע התקשורתית, באמצעות כללי צנזורה ואמצעי ויסות המעוגנים בחוק. על אף זאת, כמעט ולא מן הנמצא פתרונות חקיקתיים לסוגיית הויסות של אלימות טלוויזיונית.

דוגמא לכך הינה התנהלות הקונגרס האמריקאי ביחס לסוגיית ויסות האלימות הטלוויזיונית. החל משנות החמישים, כאשר הטלוויזיה הפכה להיות הבילוי הפופולארי ביותר בשעות הפנאי של המשפחה האמריקאית, התכנים האלימים בטלוויזיה הפכו נושא לדיון באולמות הקונגרס האמריקאי. עם זאת, למרות שהעיסוק בנושא חזר על עצמו בדיוני הקונגרס בעשורים שחלפו, ב-290 נאומים ו-29 דיונים, ניכרה מגמה של הימנעות מחקיקה והצעת פתרונות מעשיים לבעיה. הימנעות זו עשויה לייצג את מורכבותו של ויסות מידע תקשורתית בחברה דמוקרטית. לפיכך, במשך חמישים שנות דיונים בנושא, הוצעו בסך הכל 27 הצעות חוק לגבי ויסות אלימות טלוויזיונית, שמרביתן עלו לסדר היום בשנות התשעים. מתוכן, נחקקו בפועל שני חוקים (Hoermer, 1999).

החוק האחד ידוע בכינויו חוק שלוש השעות, שנועד להגביל תוכניות בעלות תכנים מזיקים, ולהגביר תוכניות בעלות תכנים חיוביים, בערוצי השידור המסחריים בארה"ב (Jordan, 2000; Schmitt, 1999). חוק שלוש השעות מורה כי על כל תחנת שידור מסחרית לשדר שלוש שעות שבועיות של תוכניות חינוכיות ואינפורמטיביות לילדים ונוער, כתנאי לחידוש זיכיון השידור בעתיד (Federal Communications Commission, 1996). בנוסף לחוק שלוש השעות, נחקק ב-1996 חוק שכונה ה-Telecommunications Act אשר קבע כי בטלוויזיות אשר תיוצרנה החל מראשית שנת 2000, ייכלל שבב מחשב, המכונה V-chip שיאפשר להורים חסימת תוכניות בעלות השפעה שלילית על ילדים. בינואר 1997, לאחר לחצים של הקונגרס, פותחה מערכת דירוג שהתבססה על קודים משותפים לרשתות השידור השונות, שייצגו את מידת התאמת התכנים של תוכניות שונות לגילאים שונים (Schmitt, 2000).

מגמה דומה של נקיטת צעדים חקיקתיים לויסות סיקורי אלימות בטלוויזיה התרחשה בישראל. בשנת 2001 נחקק חוק סיווג, סימון ואיסור שידורים מזיקים החל על כל הגופים המשדרים בישראל. בסעיף 2 לחוק נקבע: "משדר טלוויזיה המשודר בישראל הכולל ביטויים חזותיים, מילוליים או קוליים של אלימות, של מין או של אכזריות, או שקיים חשש סביר כי הוא עלול להוביל לעבריינות או לשימוש בסמים מסוכנים, ישא סימן המצביע כי המשדר אינו ראוי לצפייה לבני גיל מסוים ומטה". נוסף על כך הוגבלו בחוק השעות שבהן רשאים הגופים המשדרים

לשדר פרסומות או קדימונים המציגים ביטויים חזותיים, מילוליים או קוליים של אלימות, של מין או של אכזריות (חוק סיווג, סימון ואיסור שידורים מזיקים, 2001).

על אף זאת, קיימת מורכבות בחקיקת חוקים לויסות אלימות מציאותית, המופיעה במהדורות החדשות, בשל פגיעתם בערכי יסוד דמוקרטיים של חופש המידע וזכות הציבור לדעת. מורכבות זו לצד תהליכי דמוקרטיזציה והפרטה של חברות השידור, שמיתנו במקומות רבים בעולם את הצנזורה הפוליטית, העצימו את הצורך בגיבושם של כללים אתיים לויסות מידע של חברות התקשורת עצמן (והל, ליפקין ואנוש, 1996).

צורך זה גבר עם התעצמותו של הטרור הגלובאלי. בכדי למנוע סיפוק אינטרסים טרוריסטיים, גופי תקשורת, בייחוד רשתות טלוויזיה, החלו לפתח הגבלות עצמיות בסיקורי טרור. מגמה זו החלה בשלהי שנות ה-70, בעקבות פרסום של כוח משימה מטעם הממשל בארה"ב שהמליץ כי סיקורי התקשורת של אירועי טרור יבוססו על עקרונות מינימום פריצה וסיקור מלא ולא משלהב. בין ההנחיות בדו"ח היו הגבלה לראיונות ישירים עם חוטפים, אי פרסום של מידע טקטי ואיזון התעמולה הטרוריסטית עם הצהרות רשמיות (Wardlaw, 1989).

בארה"ב לאחר פיגועי האחד עשר בספטמבר פתח הממשל האמריקאי בקמפיין אנטי טרוריסטי באמצעות התקשורת. בנוסף, במקומות שונים בעולם נוקטים באסטרטגיית החדשות הטובות, הדוגלת בסיקור חדשות חיובי של התקדמות ושלוש, כאלטרנטיבה לדומיננטיות של סיקור אלימות טרוריסטית. אסטרטגיה זו אומצה בבריטניה בסיקור המתרחש בצפון אירלנד, ובדרום אפריקה בתקופת האפרטהייד (Miller, 1994). בישראל גיבשו ערוצי טלוויזיה מרכזיים

כללים פנימיים לויסות הסיקורים, המגבילים ביטויי אלימות קשה ותמונות זוועה בסיקורים (הרשות השנייה לטלוויזיה ורדיו, 2005). עם זאת, כאמור, יכולת ויסות הסיקורים מצד גופי השידור מוגבלת בעידן התקשורת הגלובאלית, ומידתה שנויה במחלוקת ברמה הדמוקרטית והערכית.

מורכבות ויסות סיקורי הטרור באמצעים חקיקתיים או בידי חברות החדשות, לצד הצורך הציבורי באמצעים לויסות החשיפה העקיפה לטרור, מדגישות את נחיצותו של ויסות אישי של רמות החשיפה לאלימות פוליטית, הנתון בידי הצופים. צרכני התקשורת נושאים אף הם את האחריות לויסות מידת החשיפה לסיקורי טרור בתקשורת. העצמת מודעותו של הפרט, ליכולתו לווסת את המידע אליו הוא נחשף, היא אולי החשובה ביותר בעידן מהפכת המידע וייתכן ואף הדמוקרטית ביותר מבין שלושת מנגנוני ויסות המידע.

צורך זה עומד בבסיס פיתוחן של ההתערבויות הקליניות המצויות במוקד המחקר הנוכחי. התערבויות אלו נועדו להגביר את עמידותו של הציבור הרחב בפני חשיפה עקיפה לטרור, בהעניקן לצרכני התקשורת, מיומנויות וכלים לויסות החשיפה, ולחיזוק תחושת השליטה והביטחון בעת החשיפה. ההתמקדות בצרכן התקשורת כגורם המווסת, מספקות מענה אלטרנטיבי לדילמה הערכית העוסקת בלגיטימיות של ויסות מידע תקשורתי, ומאפשרות לגשר בין שתי העמדות הדוגלות ומתנגדות לויסות. ההתערבויות מספקות אלטרנטיבה טיפולית-חינוכית, המאפשרת ויסות חשיפה למידע ללא צנזורה של מידע תקשורתי.

ההתערבויות המוצעות במחקר הנוכחי מתמקדות בתהליכים קוגניטיביים ורגשיים, המעצימים את שליטתו של הצופה במסרים אליהם הוא נחשף באמצעות התקשורת. התערבויות אלו מאפשרות לצופה להיות צרכן אקטיבי של מסרים, המסוגל להתנגד למסרים על פני השטח ולחפש משמעויות עמוקות למידע (Ang, 1991). התערבויות אלו מעבירות חלק מהאחריות להגנה מפני השפעות של לוחמה פסיכולוגית וטרור, מחברות השידור לצופה, ומגבירות את המודעות לחשיבותה של צריכה אקטיבית של המסרים התקשורתיים.

אין ההתערבויות מספקות תחליף לקווים אדומים מצד חברות השידור בסיקורי טרור, או לתהליכים חקיקתיים מווסתים, אלא מהוות ערוץ התמודדות מקביל המעצים את עמידותו של הצופה ואחריותו האישית בסלקציה של מידע, ומגביר את שליטתו באופן החשיפה למסרים פוליטיים מאיימים ושלייליים בתקשורת.

6. התערבויות קליניות להתמודדות עם חשיפה לטרור בתקשורת

האפשרות להתפתחותן של תגובות שליליות ניכרות ברמה הרגשית והקוגניטיבית עם החשיפה לסיקורי טרור בתקשורת, מצריכה ציוד של הצופים בכלים פסיכולוגיים המגבירים את עמידותם, ומאפשרים להם לנוע מעמדה סבילה וחסרת אונים לעמדה פעילה עם החשיפה העקיפה לטרור. עם זאת ברמה הפסיכולוגית, קיימת דילמה ביחס לפונקציה ההישרדותית של התערבויות המווסתות רגשות שליליים ועמדות, בחברה המצויה בקונפליקט ונתונה תחת איום קיומי.

מחד, ניתן לטעון כי התערבויות הממתנות את העוררות הרגשית וההסלמה בעמדות בעת חשיפה לטרור בתקשורת, מחזקות את עמידותו של הפרט בפני מצוקה רגשית וחולי נפשי, ומאפשרות לו עמידות גבוהה יותר בפני הנסיבות המאיימות. בנוסף מיתון ההסלמה בעמדות ביחס לאוייב, מאפשרות שיח ציבורי מתון יותר ביחס לקונפליקט, המקדם נקיטת צעדים להתקרבות לאוייב ופתרון הקונפליקט.

מנגד, ידוע כי רגשות נועדו לאפשר הסתגלות ומוכוונות של האורגניזם האנושי לשינויים מאיימים בסביבה. עליה בחרדה ובכעס, והקצנה בעמדות, משמשות פונקציה הישרדותית להתמודדות עם מצב לחץ (Buck, 1984). כשגירוי חדש נכנס לסביבה, הפרט נדרש לקבל החלטה התנהגותית האם להתקרב או להימנע מהגירוי, או במילים אחרות, האם להלחם באיום או לברוח ממנו Fight or flight. תגובות חרדה וכעס הינן פתרונות שונים להתמודדות עם גירוי מאיים בסביבה. כעס הינו פתרון הכרוך בהתקרבות לגירוי המאיים לצורך תקיפה. חרדה מאופיינת בהימנעות מהגירוי המאיים, לצורך בריחה והגנה עצמית (Newhagen, 1998). שני הרגשות חיוניים להישרדות האדם ולתחושת הביטחון והיעילות העצמית בנסיבות מאיימות.

ההקצנה בעמדות ביחס לאוייב הינה אף היא בעלת פונקציה הישרדותית. במצבים בהם קיימת בולטות של המוות מתרחש תהליך הגנתי של הקצנת עמדות קוגניטיביות ביחס לגורם המאיים. תהליך זה מתבטא בהגברת התמיכה בקבוצה החברתית הפנימית, וההתנגדות לקבוצה המאיימת, תוך הקצנת הסטריאוטיפים כלפיה. ההקצנה בעמדות כנגד האוייב מעצימה את תחושת השליטה של קבוצת הפנים, וממתנת את תחושת האיום מן האוייב (Greenberg, Pyszczynski & Solomon, 2003).

לפיכך, לכאורה ניתן לטעון כי התערבויות שנועדו לווסת רגשות ולמתן הקצנה בעמדות עם החשיפה לטרור בתקשורת, בעצם פוגעות בתהליכי התמודדות טבעיים של הצופים עם נסיבות מאיימות. עם זאת, קיימת הצדקה לקיומן של התערבויות מסוג זה. מחקרים העוסקים בפונקציה ההישרדותית של רגשות, מעידים כי עוררות רגשית משרתת פונקציה הישרדותית במצבי איום עד לדרגת עוררות מסויימת. רמות קיצוניות של חרדה וכעס, עלולות להוביל לחוסר אונים, שיתוק או אוימפולסיביות, הפוגעים בהסתגלותו של הפרט ומגבירות את הסיכון להתפתחותה של פסיכופתולוגיה (Keltner & Kring, 1998). מצבים כאלה עשויים לכלול סימפטומים פוסט-טראומטיים (Blanchard et al., 2004; Pew Research Center, 2001), דיכאון

(Knudsen et al., 2005), והתפתחותם של סימפטומים פסיכיאטרים נוספים, כפי שדווח במחקרים שבחנו את השפעותיה של חשיפה ממושכת לפיגועי ה-11 בספטמבר בתקשורת.

מצבים נוספים בהם הקצנה בתגובות הרגשיות והקוגניטיביות מאבדות מערכן ההישרדותי במצבי לחץ, מתרחש במדינות הסובלות מקונפליקט כרוני וממושך, בהן חשיפה מוגזמת ומתמשכת לטרור בתקשורת, מובילה להצטברות כרונית של עמדות קוגניטיביות ורגשיות שליליות וקיצוניות בציבור (Slone, 2000). מחקר שנערך בישראל העיד כי באזורים המאופיינים

בחשיפה כרונית ואינטנסיבית לטרור, עלולים להופיע סימפטומים דומים בקרב נחשפים באופן ישיר ועקיף לטרור. תושבים המתגוררים באזור עירוני רווי פיגועים, שנחשפו באופן ישיר למספר רב של פיגועים, ותושבי פרבר מרוחק ומבודל מאזור הפיגועים, דיווחו על דרגה דומה של סימפטומים פוסט-טראומטיים, מצוקה פסיכולוגית ופגיעה משמעותית בתפקוד

(Shalev, Tuval, Frenkiel-Fishman, Hadar & Eth, 2006).

בנסיבות אלו, המאופיינות בחשיפה לפיגועי טרור בעלי דרגת חומרה גבוהה או חשיפה לטרור מתמשך, התערבויות למניעת הקצנה בעוררות הרגשית ובעמדות הקוגניטיביות ביחס לאויב, הינן צו השעה. יתרה מכך, התערבויות מסוג זה ממקדות את הצורך הציבורי בהרחבת אוכלוסיית היעד הזקוקה לכלים טיפוליים להתמודדות עם חשיפה לטרור, מנפגעי השירים בנפש, לאוכלוסייה רחבה הנתונה ללוחמה פסיכולוגית, המתחוללת באמצעי התקשורת. המחקר הנוכחי בוחן תהליכים פוטנציאליים להכנת הציבור הרחב לחשיפה תקשורתית לפעילות טרוריסטית, ומייצג ניסיון ליישם רציונל של התערבויות מניעתיות, בתחום בו יישומן לא נבחן עדיין.

התערבויות מניעתיות בתחום האלימות הפוליטית

העניין בהתערבויות מניעתיות מייצג שינוי מגמתי שהחל בשנות ה-70 מן הטיפול הרפואי הפרטני בשעת מחלה, לפרספקטיבה קהילתית רחבה, לטיפול מניעתי ראשוני של בעיות בריאותיות (Williams & Berry, 1991; Institute of Medicine, 1994). מניעה ראשונית מוגדרת כאותן התערבויות המתרחשות לפני פריצתה הראשונית של ההפרעה, המעכבות או מצמצמות את התפתחות ההפרעה (Caplan, 1964). הטיפול המניעתי, מיועד לקבוצות סיכון בקהילה, בעלות פוטנציאל לפתח הפרעות בתחומים בריאותיים שונים, ביניהם הפרעות בתחום בריאות הנפש. התערבויות מניעתיות מתנהלות בעיקרן במבנה קבוצתי, בניגוד להתערבויות הקליניות המסורתיות המתמקדות באינדיבידואל, ומתמקדות באוכלוסייה בריאה ולא באוכלוסייה פתולוגית (Caplan, 1964; Cowen, 1982). מטרתן הרווחת הינה צמצום השפעתם של גורמי סיכון לפיתוח הפרעה מסוימת (Dulmus & Wodarski, 1997), וחיוזק גורמי עמידות התורמים לעמידותו של האדם מפני פיתוח הפרעה (Rutter, 2000).

יתרון של התערבויות מניעתיות ראשוניות להגברת עמידותה של האוכלוסייה הרחבה בהתמודדות עם חשיפה לאלימות פוליטית בוסס במחקרים שנערכו במהלך המהפכה התרבותית

בסין (1968), מלחמת ויטנאם (1968), ובקרוואטיה (1991). התערבויות אלו יועדו לציבור הרחב, טרם התפתחותם של סימפטומים פסיכיאטרים, במטרה לעכב, לצמצם או למנוע את התפתחותן של הפרעות פסיכיאטריות בעתות קונפליקט. מחקרים אלו הראו כי באזורים בהם הונהגו תהליכי הכנה להתמודדות עם הקונפליקט, בבתי ספר, ערוצי תקשורת ומוסדות קהילתיים, נמצאו רמות נמוכות יותר של מצוקה, כפי שהתבטאו במספר ההפניות הפסיכיאטריות והפסיכולוגיות ובמדדי דיווח עצמי, לעומת אזורים בהם לא התקיימו תהליכי הכנה של הציבור (Minkowski, 1993). יעילות דומה נמצאה להתערבויות מניעתיות ראשוניות המבוססות על טכניקות קוגניטיביות התנהגותיות, עבור ציבור ישראלי שהפגין חרדה בשל חשש מפני מתקפת טילים על ישראל במלחמת עיראק – ארה"ב השנייה (Somer, Tamir, Maquen & Litz, 2005). בתחום הפסיכופתולוגיה, תוכניות התערבות מניעתיות ראשוניות שיושמו לאחרונה, למניעתן של הפרעות חרדה, הפחיתו את התרחשותן (Feldner, Zvolensky, & Schmidt, 2004).

למרות העניין הגובר בהתערבויות מניעתיות, כמעט ולא נעשו מחקרים שבחנו את יעילותן בהתמודדות עם טרור באופן כללי, ובהתמודדות עם חשיפה לטרור באמצעות התקשורת, באופן ייחודי. ההתערבויות הקיימות בתחום חסרות בתשומת לב מספקת להשפעות מלחמה על אזרחים באופן כללי ועל קורבנות משניים בחברה ביניהם: משפחה וחברים של קורבנות ראשוניים, או של אנשים הנמצאים בסיכון לפגיעה ראשונית, צופים מהצד שנקלעו לאירועים האלימים וצרכני תקשורת ההמונים הנחשפים דרכה לזוועות האירועים האלימים (Milgram, 1986). בתחום הטרור, כמעט כל המשאבים הוקצו להתערבויות תומכות לאחר התרחשותו של פיגוע טרור, שנועדו בעיקרן לספק סיוע נפשי לנוכחים בזירת פיגוע טרור, ולנפגעי פוסט טראומה (אלישע, 2000; לוי ווינדזברג, 2000; קלינגמן, רביב ושטיין, 2000;

(Kaplan, Iancu, & Bodner, 2001).

התערבויות מסוג זה, המופעלות באופן מיידי לאחר התרחשותו של אירוע טראומטי דורשות זהירות גבוהה, ויישום מוטעה שלהן עלול לגרום לנזק. דוגמא הממחישה בעייתיות זו, היא השימוש בטכניקת התחקיר Debriefing, שהייתה לאחת הטכניקות הפופולאריות כהתערבות מיידיית לאחר אירועים טראומטיים. שיטה זו התבססה על שחזור והחייאה מחדש של מראות, מחשבות ורגשות הכרוכים באירוע הטרומטי על ידי הקורבנות, בטיפול אישי או בפורמט קבוצתי (Brewin, 2001). לרוע המזל, הערכות מאוחרות של השיטה, חשפו את

השפעותיה השליליות, בעיתוי בו היא מתבצעת, בסמוך לחשיפה לאירוע הטראומטי. שיטה זו הגבירה חרדה ומצוקה פסיכולוגית, ופגעה בתהליכי ריפוי טבעיים מהטראומה

(Bisson, Jenkins, Alexander & Bannister, 1997; Gist, 2002; Rose & Bisson, 1998).

לעומת ההתערבויות לאחר מעשה, כמעט ולא מן הנמצא, התערבויות מניעתיות מכינות בתחום. התערבויות אלו משמען, הכנה של האוכלוסייה הרחבה, תוך חיזוק חוסנה הנפשי, להתמודדות עם חשיפה לאלימות פוליטית הצפויה להתרחש. ההתערבויות המניעתיות המועטות שפותחו בתחום זה, עוסקות בתהליכי היערכות של מסגרות חברתיות, קהילתיות ובריאותיות, לקראת איום מלחמתי צפוי (Minkowski, 1993; Omer & Alon, 1994). התערבויות אלו הוצגו

בספרות המחקרית ברמה הפנומנולוגית, וחסרו תהליכי הערכה ובקרה אמפיריים (Papworth & Milne, 2001). מרביתן הופעלו בסביבה הבית ספרית, ויועדו לילדים ובני נוער,

תוך צמצום ההתייחסות לאוכלוסייה המבוגרת.

בנוסף, מרבית המחקרים הכמותיים העוסקים בהתערבויות להתמודדות עם חשיפה לטרור, סובלים אף הם מבעיות מתודולוגיות שכיחות כגון: חוסר רנדומליזציה בבחירת מדגמי המחקר וחסרונה של קבוצת ביקורת (Papworth & Milne, 2001). ביחס לחשיפה התקשורתית לטרור, לא נחקרו אסטרטגיות והתערבויות מניעתיות בתחום. נתונים אלו מדגישים את הצורך המשמעותי בגיבוש ומחקר של התערבויות מניעתיות להתמודדות עם חשיפה לטרור בתקשורת, שיעילותן תבחן במחקרים אמפיריים.

במחקר הנוכחי גובשו שתי התערבויות, קוגניטיבית ורגשית, המבוססות על הנחות יסוד שונות לגבי מקור העוררות הרגשית בתגובה ללחץ. הגישה הקוגניטיבית טוענת כי תהליכים קוגניטיביים מתווכים את החוויה הרגשית ואת תגובות הלחץ, ואילו הגישה הממוקדת ברגש טוענת כי החוויה הרגשית היא המרכזית, והתהליכים הקוגניטיביים הם המשניים בתגובה ללחץ (Brewin, 2001). שתי הגישות שכיחות בתחום ההתערבויות המניעתיות להתמודדות עם לחצים,

ויעילותן הוכחה בהתמודדות עם מצבי לחץ שונים (Johnson & Kowal, 2003;)

(Meichenbaum, 1985).

העניין ההשוואתי בין ההתערבות הרגשית והקוגניטיבית בהתמודדות עם לחץ נובע ממחקרים רבים שעסקו בהשוואה של טכניקות קוגניטיביות מול טכניקות רגשיות שיושמו לאחר חשיפה למצבי לחץ. מחקרים רבים העידו על עדיפות משמעותית לטכניקות קוגניטיביות לעומת

טכניקות המבוססות על הבעה רגשית, להפחתת חרדה (Bisson et al., 1997;)

(Rose & Bisson, 1998). יתרונה של ההתערבות קוגניטיבית נומק בשל הבנייה וארגון רב יותר של המציאות באמצעות טכניקות קוגניטיביות (Muris, Meesters & Melick, 2002; Shear, Houck, Greeno & Masters, 2001; על הבעה רגשית או קתרזיס, בדרך כלל מסתיימת בעלייה מיידידת בעוררות וברגש השלילי, כתוצאה מהגברה של אינטרוספקציה לרגש שלילי (Gross, 2002; Kennedy-Moore & Watson, 1999; Smyth, 1998).

לעומת המחקר ההשוואתי הענף בין התערבויות קוגניטיביות ורגשיות לאחר התרחשותו של אירוע מלחיץ, לא קיים מחקר השוואתי של שתי הגישות ברמה המניעתית, טרם החשיפה לאירוע מלחיץ. עם זאת, מחקרים רבים איתרו יעילות קלינית של כל גישה בנפרד, במניעת מגוון בעיות פסיכולוגיות (Blouin, Maddeux & Johnson, 1998; Denton & Johnson, 2002; Harvil, 1984; Lee, Johnson & Kowal, 2003; Shahar & Merbaum, 1981; Williams-Keeler & Johnson, 1998; Wise & Haynes, 1983). הסכנה בהתערבויות רגשיות מיידידות לאחר התרחשותו של אירוע לחץ, ונחיתותן לעומת ההתערבויות הקוגניטיביות, העצימה את הצורך בבחינה ההשוואתית של ההתערבויות במחקר הנוכחי. למרות הסיכונים הטמונים בהתערבויות בלתי מותאמות בתחום מניעת הלחץ, תוכניות התערבות רבות המופעלות בשטח, העוסקות בהתמודדות עם אלימות פוליטית, לא נבחנו באופן אמפירי. כדוגמא, במערכת החינוך הישראלית, ההתערבות הרגשית הינה ההתערבות הדומיננטית, בפעילויות כיתתיות המתייחסות למציאות הביטחונית בבתי הספר ובמצבי חירום. מורים בישראל מונחים על ידי משרד החינוך, לאפשר לילדים לבטא את רגשותיהם ביחס למצב הביטחוני, בעל פה ובכתב, באמצעות כתיבת יומן אישי, עיתון כיתתי, או דרכי הבעה אומנותיות ויצירתיות, שיאפשרו להפיג מתחים ופחדים כתוצאה מהמצב הביטחוני (חוזר מנכ"ל, 2004). יעילות ההתערבויות הללו לא נבחנה. לפיכך, הערכה אמפירית של יעילותן של ההתערבות הקוגניטיבית והרגשית, הינה חיונית וקריטית ברמה המעשית.

התערבות קוגניטיבית- גישת ההבנייה הרציונאלית

התערבויות קוגניטיביות מבוססות על ההנחה כי תהליכים קוגניטיביים הינם בעלי השלכות משמעותיות על התגובות הרגשיות של האדם (Goldfried, 1988). עמדה זו מבוססת על

יוריסטיקה רבת עוצמה הטוענת כי תהליכים קוגניטיביים מתווכים תהליכים רגשיים של האדם באמצעות המשמעות המיוחסת לעוררות הרגשית (Schachter & Singer, 1962, 1979; Valins, 1966).

תהליכים קוגניטיביים משמשים תפקיד מרכזי בעיצוב התגובה למצב לחץ. הנחה זו נגזרה מתפיסה תיאורטית כי תגובת לחץ אינה נובעת מגירוי אובייקטיבי הידוע כמעורר לחץ, אלא מושפעת מיחסי גומלין בין האדם לסביבתו ותהליכי פרשנות סובייקטיביים. גירוי מסוים מהווה גורם מלחץ, במצבים בהם האדם מעריך את הגירוי כמעל ליכולותיו ומשאבי ההתמודדות שלו, וכמסכן את רווחתו. כך בחשיפה למצבים מלחיצים מתרחשים תהליכי פרשנות קוגניטיבית, בהם מוערך האירוע, על פי הסיכון הטמון בו לרווחה הנפשית של האדם, תוך הערכת היכולות והמשאבים להתמודדות עמו (Lazarus & Folkman, 1984).

על בסיס הנחות אלו, פותחו התערבויות קוגניטיביות להתמודדות עם לחצים, המאמנות את הפרט לזהות את המחשבות והתהליכים הקוגניטיביים, העומדים בבסיס העוררות הרגשית המתפתחת בתגובה למצב לחץ, ומציידות את הפרט במחשבות ומיומנויות התמודדות סתגלניות יותר (DeRubeis & Beck, 1988; Meichenbaum, 1985).

אחת משיטות ההתערבות השכיחות לחיזוק ההתמודדות עם מצבי לחץ צפויים היא שיטת ההבנייה הרציונלית Rational Restructuring המבוססת על התרפיה הרציונלית-רגשית Rational-Emotive Therapy שפיתח Ellis (1962). שיטה זו מבוססת על ההנחה כי לתפיסות וציפיות בני האדם ביחס לעולם סביבם, השלכות משמעותיות על התגובות הרגשיות שלהם ועל התנהגותם. עם זאת, בני אדם אינם מודעים במלואם לתהליכים הקוגניטיביים המתווכים את התמודדותם עם סיטואציות שונות המעוררות בהם חרדה. למרות שאנשים רבים מסוגלים לדווח מה הם אמרו לעצמם בסיטואציות מעוררות חרדה, הם לא תמיד מודעים לסיבות בעומקן של אותן הצהרות עצמיות Self Statements, המשקפות תפיסות עולם והנחות בסיסיות יותר (Goldfried, 1988) Basic assumptions.

ההליך הטיפולי נועד לסייע לפרט לשנות הנחות בסיסיות מוטעות, המזינות מחשבות אוטומטיות שליליות לגבי עצמו והעולם, שיוצרות עוררות רגשית, חרדה או תגובות בלתי מסתגלות במצבי לחץ. התהליך מתבצע במספר שלבים: ראשיתו, בהצגת ההנחה שמחשבות מתווכות את התגובות הרגשיות. לאחר מכן נערך תהליך זיהוי של ההנחות הלא מציאותיות המתווכות את התגובות הרגשיות, שעיקרו בבדיקה עצמית של הקליינט בסיוע של המטפל. בשלב

השלישי, המטפל מסייע לקליינט בגיבוש פרספקטיבה מציאותיות יותר על המצב המקלה את ההתמודדות עם המצב המלחיץ. בשלב האחרון, מוקנות מיומנויות מותאמות להתמודדות עם מצב הלחץ (Goldfried, 1988).

תהליך דומה הכולל זיהוי הנחות בסיסיות ביחס לקונפליקט, המזינות מחשבות אוטומטיות שליליות ותגובות חרדה בעת החשיפה לטרור בתקשורת, והמתן בתפיסות עולם מציאותיות ומסתגלות, יושם בהתערבות הקוגניטיבית במחקר הנוכחי. בנוסף לכך, שולבו מרכיבים קוגניטיביים שעשויים לעודד מחשבות אוטומטיות חיוביות, ולמתן את התגובות השליליות בחשיפה לסיקורי טרור טלוויזיוניים. מרכיבים אלו כוללים אינפורמציה סטטיסטית לגבי סיכויי פגיעה מפיגוע טרור לעומת סיכונים אחרים, מודעות למרכיבים בסיקור התקשורת המעצימים את התגובות השליליות, עיסוק בצריכה ביקורתית וסלקטיבית של המידע ונטילת אחריות לגבי מינון החשיפה לסיקורים אלימים. מיומנויות אלו מבוססות על המלצות של מחקרים שעסקו בויסות חשיפה לאלימות טלוויזיונית (Orwin, 1996; Van der Molen, 2004).

התערבות רגשית- תרפיה ממוקדת ברגש

גישות רגשיות להתמודדות עם לחץ טוענות כי רגשות מעצבים ומשפיעים על תהליכים קוגניטיביים (Greenberg & Paivio, 1997), ועל כן פועלים במישרין על התחושות השליליות המתעוררות בתגובה למצב לחץ (Brewin, 2001). על בסיס הנחות אלו, התערבויות רגשיות בעתות לחץ מבוססות על תהליכים המעודדים זיהוי והבעה של רגשות, כגון וונטילציה, שיקוף, הכלה רגשית, עיבוד של רגשות וויסות רגשי (Beckerman & Sarracco, 2002; Johnson & Kowal, 2003; Leahy, 2002).

אחת מהגישות הרגשיות השכיחות, להתמודדות עם לחצים, הינה התרפיה הממוקדת ברגש EFT-Emotional Focused Therapy (Greenberg & Paivio, 1997). גישה זו מניחה כי רגשות הן צורה של עיבוד אינפורמציה, דרכה הפרט חווה את משמעות האירועים. סכמות רגשיות מובילות לארגון מבני באמצעות הכלתן את המשמעות או הקוגניציות. ההבעה הרגשית מאפשרת לאדם לזהות את צרכיו ומחדדת את הנושאים המפריעים לו, ואת מהות השינוי לו הוא זקוק. על כן, הבעה ומתן תוקף לרגשות מקדמים את הקבלה וההבנה העצמית.

התהליך הטיפולי כולל זיהוי ושיתוף בתחושות הרגשיות הקשורות למצב הלחץ, עיבוד התחושות הכולל העמקה בסיבות לתחושות הללו ומשמעותן, הבנה של מידת נורמטיביות של התגובות, והקניית מיומנויות לויסות רגשי והתמודדות עם המצב. לדוגמא: אדם שחווה פרידה, יכול לחוש רגשות מעורבים של כעס ועצב. ההבעה הרגשית של תחושות אלו בפני אנשים מקבלים ותומכים מבהירה לאדם את תחושותיו, מאפשרת לו לזהות כי גם אחרים חשים כמוהו במצבים דומים, ומסייעת לו להיווכח בטווח התחושות הטבעי במצב הנתון. ההבעה הרגשית מונעת את ההצפה, ומהווה פעולה מווסתת, המפחיתה תהליכי אובדן שליטה רגשיים. לבסוף, מעובדים תהליכי התמודדות וטכניקות לויסות רגשי, מניסיונם וחוויותיהם של אחרים, או בסיועו של המטפל (Leahy, 2002).

גישה זו אינה רואה בהבעה רגשית תהליך מספק, ומניחה כי העיבוד הרגשי הוא זה האחראי לשינוי. תהליך העיבוד הרגשי מוגדר כהפחתה של דיכוי רגשות, והגברת המודעות העצמית וההתבוננות הפנימית. ברגע שהאדם חווה את הרגשות, מתרחשים תהליכי עיבוד רגשיים הכוללים: זיהוי ושיום רגשי, ויסות רגשי, והפעלה של אסטרטגיות פתרון בעיות (Pennebaker & Francis, 1996).

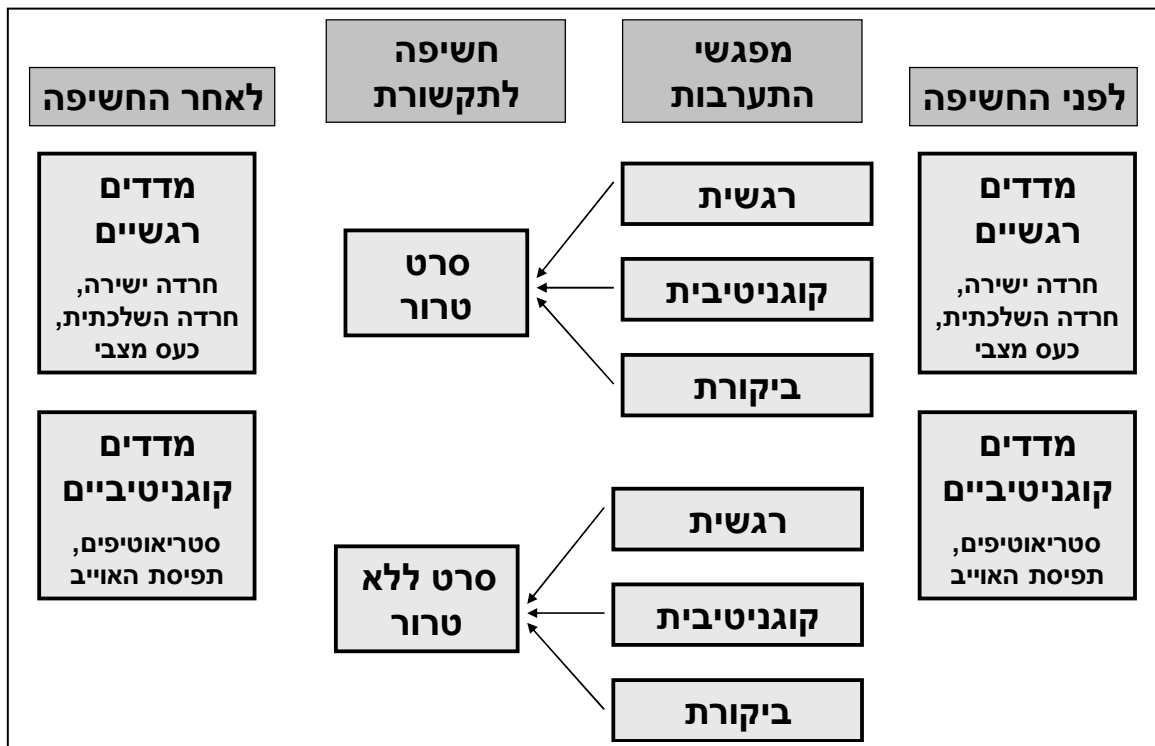
הנחות אלו היוו בסיס לגיבושה של ההתערבות הרגשית, במחקר הנוכחי. ההתערבות מתמקדת בתהליכי ביטוי ועיבוד רגשי לתחושות העולות בעת חשיפה לטרור בתקשורת, לצד חשיפה למיומנויות התמודדות שעשויות לתרום לויסות רגשי בעת הצפייה. מיומנויות אלו כוללות שיתוף רגשי, שימוש בטכניקות רגיעה, צפייה משותפת, שליטה במינון החשיפה וויסות רגשי תוך כדי החשיפה באמצעות מנגנוני קשב סלקטיבי (Orwin, 1996; Van der Molen, 2004).

7. מטרות ופרדיגמת המחקר

המחקר הנוכחי כלל שתי מטרות. מטרתו הראשונה הייתה לבחון את השפעותיה הרגשיות והקוגניטיביות של חשיפה לסיקורי טרור בטלוויזיה. המטרה השנייה נועדה לבחון את יעילותן של התערבויות מניעתיות טרם החשיפה, למיתון ההשפעות הקוגניטיביות והרגשיות שתמצאנה. למטרה זו נלוותה שאלה אקספלורטיבית, שבחנה באופן השוואתי את יעילותן של ההתערבויות השונות, התערבות קוגניטיבית והתערבות רגשית, בהגברת עמידות הצופים לחשיפה הטלוויזיונית לטרור.

לצורך כך, הופעלו שני סוגי חשיפה: חשיפה לסרט טרור ולסרט ללא טרור. טרם החשיפה לאחד משני הסרטים, הנבדקים השתתפו במפגש התערבות אחד מבין שלושת תנאי ההתערבות: התערבות קוגניטיבית, התערבות רגשית או התערבות ביקורת. הנבדקים נתבקשו למלא מספר שאלונים בפתיחת המחקר ולאחר מניפולציית החשיפה, שנועדו להעריך את התנודות במהלך המחקר ברמות החרדה והכעס המצביים, הסטריאוטיפים והעמדות ביחס לאויב. פרדיגמת המחקר מוצגת בתרשים 1 המובא להלן.

תרשים 1: פרדיגמת המחקר



השערות המחקר

1. תמצא השפעה מובהקת לסוג החשיפה לתקשורת על השינוי במדדים הקוגניטיביים והרגשיים, כך שהנחשפים לסרט הטרור, יציגו לאחר החשיפה רמות גבוהות יותר באופן מובהק של חרדה וכעס מצביים, סטריאוטיפים ותפיסות שליליות ביחס לאוייב, לעומת הנחשפים לסרט ללא טרור.

2. תמצא השפעה מובהקת לאינטראקציה בין סוג ההתערבות (קוגניטיבית/ רגשית/ ביקורת) לסוג החשיפה לתקשורת (סרט טרור/ סרט ללא טרור) על השינוי במדדים הקוגניטיביים והרגשיים. באופן ספציפי משוער כי :

א. בקבוצות הניסוי, שתיחשפנה לסרט הטרור, צפויות לאחר החשיפה רמות גבוהות יותר באופן מובהק של חרדה וכעס מצביים, סטריאוטיפים ותפיסות שליליות ביחס לאוייב, בקרב נבדקי התערבות הביקורת, לעומת נבדקים שהשתתפו בהתערבויות המניעתיות השונות, הקוגניטיבית והרגשית.

בנוסף, בתנאי החשיפה לסרט הטרור, יבחנו הבדלים ביעילותן של ההתערבות הקוגניטיבית והרגשית, במיתון השפעות החשיפה ביחס למדדים הקוגניטיביים והרגשיים. באופן ספציפי יבחן האם להתערבות הקוגניטיבית יעילות רבה יותר במיתון המשתנים הקוגניטיביים, ולהתערבות הרגשית יעילות רבה יותר במיתון המשתנים הרגשיים.

ב. בקבוצות שתיחשפנה לסרט ללא טרור, לא צפויים הבדלים מובהקים לאחר החשיפה ברמות החרדה והכעס המצביים, הסטריאוטיפים והתפיסות השליליות ביחס לאוייב, בין הקבוצות שחוו סוגי התערבויות שונים (קוגניטיבית/ רגשית/ ביקורת).

3. ימצא מתאם מובהק בין רמות החרדה והכעס המצביים לבין הסטריאוטיפים והתפיסות השליליות ביחס לאוייב לאחר החשיפה לסיקורי החדשות.

שיטה

נבדקים

הנבדקים במחקר היו 300 סטודנטים לתואר ראשון באוניברסיטת ת"א ובמכללות, בגילאי 20-31 (גיל ממוצע 22.65, ס.ת. 3.29), מחולקים בקירוב לפי מין. הנבדקים גויסו על בסיס התנדבותי או במסגרת חובת השתתפות בניסויים לשם קבלת תואר ראשון. הנבדקים הוקצו אקראית ל-6 קבוצות המחקר שכללו 50 נבדקים בקבוצה: 3 סוגי התערבות 2×2 סוגי חשיפה. ההתערבויות הועברו בקבוצות קטנות של 6-8 משתתפים בכל מפגש בהתאם להרשמה למחקר, במטרה להגיע ל-50 נבדקים בכל תנאי.

הנבדקים התבקשו למלא שאלון פרטים אישיים שכלל פרטים דמוגרפיים של גיל, מין, מצב משפחתי, אינדיקטורים סוציאקונומיים, אזרחות, שייכות אתנית ודתיות. האינדיקטורים העידו על מדגם הומוגני המבוסס במרביתו על נבדקים יהודיים (92%), ילידי ישראל (85%), חילוניים (86%), ממעמד סוציאקונומי בינוני-גבוה (92%), תושבי ערים גדולות (90%) ורווקים (97%). לא נמצאו הבדלים מובהקים בנתונים הדמוגרפיים בין 6 קבוצות המחקר.

בנוסף, הנבדקים השיבו על שאלון מצוקה נפשית (זאבי, 1989), 4 שאלות טראומה אישית, שבחנו את אפשרות וסמיכות התרחשותם של שכול או חולי חמור אישי או משפחתי, ו-5 שאלות העוסקות בטראומה הכרוכה בחשיפה לאלימות פוליטית, הכוללות מעורבות אישית או משפחתית באירוע טרור, פציעה או אובדן. עשרים וארבעה נבדקים שהשיבו תשובה חיובית לאחת מהשאלות, או הפגינו מצוקה נפשית גבוהה לא נכללו במחקר. צעד זה הבטיח באופן יחסי כי נבדקי המחקר נעדרים סימפטומים פסיכיאטריים, לצורך התאמתם לתהליכי מניעה ראשונית, ותואמים להגדרה של קורבנות משניים הנחשפים בעקיפין לטרור, תוך הוצאת קורבנות ראשוניים מן המחקר.

כלים

1. שאלון חרדה מצבית

בדיקת רמת החרדה המצבית של הנבדקים, נעשתה באמצעות שימוש בחלק משאלון ה-*State-Trait Anxiety Inventory (STAI)* (Spielberger et al., 1970), אשר נועד לבחון רמת חרדה מצבית ותכונתית, ומבוסס על תיאוריית החרדה של Spielberg (1972). במחקר זה יעשה שימוש בפריטים מהשאלון העוסקים בחרדה מצבית בלבד.

שאלון החרדה המצבית כולל 20 משפטים המשקפים תחושות שונות אשר בחלקן אופייניות למצב חרדה כגון: מתח, עצבנות, פחד, וחלקן מנוגדות למצבי חרדה כגון: שמחה, שלוה ורגיעה. הנבדק מסמן עבור כל פריט את התיאור המתאים ביותר לתחושותיו העכשוויות על גבי סולם ליקרט הנע מ-1 (בכלל לא) ועד ל-10 (מאד), המהווה הרחבה של הסולם בשאלון המקורי, לצורך מניעת אפקט תקרה במחקר. השאלון הכולל סקלה מורחבת תוקף במחקר מקדים. סכום הציונים לכל הפריטים, לאחר היפוך הפריטים אשר דורגו בסולם הפוך, מספק מדד לחרדה המצבית של הנבדק. שאלון זה תורגם והותאם לשפה העברית ע"י טייכמן ומלינק (1984), בהתאם להנחיות מחבריו והוראותיהם של פרנקל, קרני ולוין (1975), בדבר העברה בין תרבותית של נוסחי שאלונים. המדדים הפסיכומטרים של השאלון המדווחים בספרות הם גבוהים, ביניהם עקיבותה הפנימית של הגרסה העברית של השאלון ($\alpha=0.91$), וכן תוקף הגרסה העברית, שספקה מתאם גבוה עם שאלוני חרדה אחרים (טייכמן & מלינק, 1984).

מהימנות הגרסה המקורית של המבחן נעה בין 0.81 ל-0.92 בבדיקות של ניתוח פריטים, עקיבות פנימית ומבחן חוזר. בגרסת השאלון במחקר הנוכחי, הכוללת סקלה מורחבת, נמצאה מהימנות עקיבות פנימית של $\alpha = 0.94$. תוקף הגרסה המקורית הוא 0.70 בהשוואה למבחני חרדה של קטל וטיילור (טייכמן ומלינק, 1984).

2. שאלון השלמת משפטים לבדיקת חרדה מצבית השלכתית

במדדי דיווח ישירים של חרדה, עשויה להיות הטיה הנובעת מתהליכי רצייה חברית, ומשימוש במנגנונים הגנתיים כנגד החרדה המתעוררת, כגון: הכחשה, היפוך תגובה, בידוד והדחקה (ארליך, גרינבאום וטוביאנה, 1994). על כן, נעשה שימוש רב בספרות המחקרית, בכלים השלכתיים למדידת חרדה, החשופים פחות ממבחני נייר ועיפרון לתהליכי רצייה ותהליכים הגנתיים (איצקוביץ, זיידנר וקלינגמן, 1994; Rosenbaum & Ronen, 1993). שאלון השלמת המשפטים, נבנה לצורך המחקר הנוכחי, בכדי לספק מדד סמוי יותר לנבדק להערכת החרדה המצבית. השאלון נועד לבחינת רמת "החרדה המצבית השלכתית", הסמויה יותר לנבדק, בשל אופיו השלכתי של השאלון. בניית השאלון התבססה על מאמרם של שגן וניסן (1961) העוסק בבנייה ופרשנות של מבחני השלמת משפטים. השאלון מורכב מ-24 משפטים בלתי גמורים, שעל הנבדק להשלים כדי שיתקבל משפט שלם.

השאלון מורכב משני סוגים של משפטים: סוג אחד, כולל התרחשויות יומיומיות והתייחסויות לאחרים ולעצמי, המאפשרים העלאת תחושות חיוביות ושליליות כאחד, כגון: "שמעתי מנגינה..." , "הוא בר מזל ש..." , "כשהייתי ילד/ה קטנה/ה..." . הסוג השני של המשפטים כולל תכנים בעלי קשר מרומז למצב הביטחוני בארץ, העשויים אף הם לעורר תחושות שליליות ותחושות חיוביות כאחד, ביניהם: "כשאני יושב/ת בבית קפה, אני..." , "כשאני הולכת/ת ברחוב אני..." .

הציון ניתן לשני אספקטים תוכניים גלויים: 1. תכנים המבטאים תחושות, מחשבות או התנהגויות שליליות או מורבידיות, כגון: "האיש הזה נראה לי עצוב", "רווית הרגישה שנמאס לה". תגובות מסוג זה נוקדו בנקודה אחת. 2. תכנים הכוללים ביטויי חרדה ישירים ביחס לטרור בארץ- "בלילה אני חולמת על מחבלים" "כשהאוטובוס התקרב הוא התפוצץ" "הייתה לי תחושה מיסטית שיהיה פיגוע". תגובות אלו קיבלו משקל רב יותר בציון הסופי, ונוקדו ב-2 נק'. סכום הציונים לכל המשפטים, שעמדו בקריטריונים אלו, מספק מדד לחרדה המצבית ההשלכתית של הנבדק, הנע בין 0-46 נק'.

משפטים שהראו התייחסות למוות, אך לא נמצאו קשורים מפורשות למצב הפוליטי, זוכו בנקודה אחת בלבד. לדוגמא: "רווית הרגישה שהיא עומדת למות". משפטים שלא ניתן היה להסיק מהם מפורשות ובהסקה ישירה על ביטוי דיספורי או קשר למציאות הפוליטית לא נוקדו. לדוגמא- המשפט: "כשהאוטובוס התקרב התרחקתי", לא נוקד, מכיוון שניתן להסיק באופן עקיף בלבד על התייחסות למציאות הביטחונית, ועל חשש מפיגוע.

בבדיקת מהימנות בין שופטים, בה הושוו השיפוטיות של 3 בודקים שונים, נתקבלה התאמה של 0.91 בשיפוטיות. במקרים שלא הייתה התאמה בין השופטים, התקיימה הערכה משותפת בה הועלו הנימוקים לשיפוטיות השונים, ובסוף נערכה הערכה מחודשת משותפת. בנוסף, נמצא מתאם מובהק של 0.44 בין ציוני מבחן השלמת המשפטים לציוני שאלון חרדה המצבית של Spielberg (1970). שאלון השלמת המשפטים הועבר פעמיים במתכונת מבחן חוזר: פעם אחת לפני תוכנית ההתערבות והצפייה בסרט, ופעם שנייה מיד לאחר הצפייה בסרט.

3. שאלון כעס מצבי

בדיקת רמת הכעס המצבי של הנבדקים, נעשתה באמצעות שימוש בחלק משאלון ה-STAXI- State-Trait Anger Expression Inventory (Spielberger, 1988), אשר נועד לבחון רמת כעס מצבי, כעס תכונתי והבעת כעס. במחקר זה נעשה שימוש בפריטים מהשאלון העוסקים בכעס

מצבי בלבד. שאלון הכעס המצבי כולל 10 משפטים המשקפים תחושות שונות האופייניות למצב כעס כגון: זעם, רוגז או רצון לצעוק. הנבדק מסמן עבור כל פריט את התיאור המתאים ביותר לתחושותיו העכשוויות על גבי סולם ליקרט הנע מ-1 (בכלל לא) ועד ל-10 (מאד), המהווה הרחבה של הסולם בשאלון המקורי, שתוקפה במחקר מקדים, לצורך מניעת אפקט תקרה במחקר. סכום הציונים לכל הפריטים, מספק מדד לכעס המצבי של הנבדק. המדדים הפסיכומטרים של השאלון המדווחים בספרות הם גבוהים, ביניהם עקיבותה הפנימית של הגרסה העברית של השאלון ($\alpha=0.92$). עקיבות פנימית גבוהה נצפתה הן במחקר הנוכחי ($\alpha=0.94$).

4. שאלון תפיסת האוייב

שאלון תפיסת האוייב (בר, 1999) בוחן תפיסות ביחס לצד השני בקונפליקט הישראלי-פלשתינאי. השאלון מורכב מציון כללי של דימוי האוייב, ומציוני 4 תת סקלות המתייחסות לאמון באוייב, אמפתיה כלפי האוייב, נכונות להידברות עם האוייב ותפיסת עוינות האוייב. השאלון מכיל 38 פריטים המייצגים עמדות שונות כלפי הפלשתינאים, כגון: "נכונות לארח סטודנט פלסטיני" או "נכונות ליזום תהליך הידברות עם הפלסטינים". הנבדק מסמן עבור כל פריט את התיאור המתאים ביותר לעמדותיו העכשוויות על גבי סולם ליקרט הנע מ-1 (לא מסכים לחלוטין) ועד ל-7 (מסכים מאד). ציון השאלון נעשה על ידי סכום אלגברי של ציוני כל הפריטים, לאחר היפוך הפריטים המנוסחים באופן חיובי.

מקדמי המהימנות חושבות על מדגם בן 480 נבדקים. מקדם מהימנות אלפא קרונבאך של השאלון כולו הינו 0.94. מקדם אלפא של תת סקלה אמון הינו 0.78, מקדם אלפא של תת סקלה אמפתיה הינו 0.83, מקדם אלפא של תת סקלה הידברות הוא 0.87, ומקדם אלפא של תת סקלה עוינות האוייב הוא 0.76. במחקר הנוכחי מהימנות עקיבות פנימית של השאלון הכולל היתה $\alpha = 0.89$, בשאלונים לפני החשיפה, ו- $\alpha = 0.90$ בשאלונים לאחר החשיפה.

5. שאלון ייחוסים סטריאוטיפים

שאלון זה בוחן ייחוסים סטריאוטיפיים ביחס לערבים פלסטינים בשטחי יהודה שומרון וחבל עזה. השאלון בוסס על טכניקת הדיפרנציאל סמנטי (Suci & Osgood, 1957), בה נעשה שימוש במחקרים קודמים למדידה של סטריאוטיפים אתניים (Slone et al., 2000). הדיפרנציאל סמנטי היא שיטה מתוקנת וכמותית למדידת המשמעויות הנלוות למושג נתון. המושג מדורג בסולם

קוטבי של שמות תואר. המשיב מדרג כל מושג על סולם גרפי בן 7 נקודות, שבשני הקצוות שלו מילים בעלות משמעות הפוכה (אנסטאזי, 1994). בשאלון הנוכחי מוצגים לנבדק זוגות של שמות תואר המיוחסים לערבי-פלשתינאי בשטחי יו"ש ועזה, כגון: "שמרני-ליברלי", "רחמן-אכזרי", "צנוע-שחצן". הנבדק נדרש לסמן את הדירוג המתאר לדעתו באופן הטוב ביותר ערבי-פלשתינאי, על סולם בן 7 דרגות. צינור השאלון נעשה על ידי סכום אלגברי של ציוני כל הפריטים, לאחר היפוך פריטים בהם הדירוג 7 מייצג עמדה חיובית. כך סכום הפריטים מעיד על דרגת הסטריאוטיפים השליליים ביחס לערבים-פלשתינאים. מהימנות עקיבות פנימית של השאלון הינה 0.78. במחקר הנוכחי נצפתה מהימנות עקיבות פנימית של $\alpha = 0.86$, בשאלונים לפני החשיפה, ו- $\alpha = 0.89$ בשאלונים לאחר החשיפה.

6. שאלון פריטים אישיים.

השאלון פותח לצורך המחקר הנוכחי, ונועד לאיסוף מגוון פריטים דמוגרפיים על הנבדק אשר נמצאו רלוונטיים לצרכי המחקר כגון: גיל הנבדק, מין, מצב משפחתי, מקום מגורים, לאום, דת ועמדות פוליטיות.

7. חשיפה לחדשות

החשיפה לחדשות התבססה על שני סרטים בני 7 דקות, שכללו כתבות ערוכות ממהדורות חדשות מרכזיות בישראל. סרט אחד כלל חשיפה לסיקורי טרור, והשני כלל חשיפה לסיקורים פוליטיים שאינם כוללים התייחסות לאלימות פוליטית. הסרטים היו שקולים בפרמטרים של אורך, כתבי החדשות וערוץ הטלוויזיה בהם שודרו.

סרט טרור- סרט וידאו הכולל סיקורי טרור שהופיעו במהדורות חדשות של הערוץ השני. הכתבות עוסקות בניסיון החדרת מטען חבלה לשטחי ישראל בילקוט של ילד בן 10 במחסום חווארה ליד שכם, תיעוד פיגוע באוטובוס בירושלים ותיעוד הפיגוע בנמל אשדוד הכולל עדות של עובד הנמל, שניצל מהפיגוע אך חבריו נהרגו לנגד עיניו.

סרט ללא טרור- סרט וידאו הכולל כתבות חדשות, ממהדורת חדשות של הערוץ השני. הכתבות נבחרו מבין כ-30 קטעי חדשות, אשר הוצגו בפני שלושה שופטים בלתי תלויים אשר סיווגו את הקטעים על פי מידת הניטרליות שלהם ואי הרלוונטיות שלהם למצב הביטחוני. הסרט כלל דיונים פוליטיים בנושאים אקטואליים וביקורים של מנהיגים פוליטיים במקומות ציבוריים.

8. התערבויות

במחקר הועברו שני סוגים של התערבויות קליניות מניעתיות להתמודדות עם חשיפה לטרור בתקשורת: התערבות קוגניטיבית, המבוססת על גישת ההבניה הרציונלית, והתערבות רגשית, המבוססת על התרפיה הממוקדת ברגש. לצידן התקיימה התערבות ביקורת. מתכונתן הכללית של ההתערבויות הייתה זהה: התוכניות כללו התערבות קבוצתית חד פעמית, שנמשכה כשעה וחצי. מספר המשתתפים בקבוצה נע בין 6-8 נבדקים. ההשתתפות בקבוצה הוצגה כבחירה. התערבויות התבצעו באותו החדר, והועברו על ידי שני מנחים, תלמידי דוקטורט בפסיכולוגיה קלינית, שהוכשרו בקורסים של הנחיית קבוצות. טרם הרצת הניסוי, תואמו נהלי הנחייה ברורים בין המנחים והתקיימו התנסויות על קבוצות פיילוט, לתאום אופי ומערך ההנחיה. המנחים התחלפו לסירוגין בין שלושת תנאי ההתערבויות, ולא יודעו בתנאי החשיפה של הנבדקים לתקשורת לאחר ההתערבות: חשיפה לסרט טרור או סרט ללא טרור.

התערבות קוגניטיבית

ההתערבות פותחה על סמך גישת "ההבניה הרציונלית" (Rational Restructuring) המבוססת על התרפיה הרציונלית-רגשית Rational-Emotive Therapy (Ellis, 1962). ההתערבות כללה מספר שלבים:

1. **איתור רגשות**- הנבדקים התבקשו לתאר רגשות המאפיינים אותם בעת חשיפה לפיגועי טרור וקונפליקטים פוליטיים אלימים בטלוויזיה, כגון רחמים, פחד, כאב, תסכול וכעס.
2. **הצגת ההנחה שמחשבות מתווכות את התגובות הרגשיות**.
3. **איתור הצהרות עצמיות והנחות בסיסיות**- המשתתפים התבקשו לזהות ולאחר מכן מחשבות המזינות את התחושות והרגשות שעלו בשלב הקודם, (לדוגמא: "אני מפחד כי אני חושב שאין לי שום יכולת להתגונן מפני פגיעה"), ולאחריהן הנחות בסיסיות Basic Assumptions וסיבות עמוקות המצויות בבסיסן של ההצהרות והתחושות הראשוניות ("נולדתי בלי מזל, אם למישהו צריך לקרות משהו רע, זה יקרה לי").
4. **שינוי הנחות יסוד לא ריאליסטיות במחשבות אדפטיביות ומציאותיות**- בשלב זה הוצגה ההנחה כי בחלק מהמחשבות המזינות את רגשותינו קיימים יסודות רציונליים ולא רציונליים. לאחר מכן התבקשו המשתתפים לבחון את קיומם של מוטיבים לא רציונליים, במחשבות שתארו בשלב הקודם. בשלב זה נערך דיון קצר לגבי מוטיבים בחשיפה לקונפליקט המעצימים מחשבות

לא רציונליות. לאחר מכן, נערך דיון קבוצתי שנועד לאתר מחשבות רציונליות אלטרנטיביות למחשבות הלא רציונליות העולות.

5. **הקניית מיומנויות התמודדות** - בשלב זה נערך שיקוף כי מחשבות רבות שעלו בקבוצה אופיינו בהיעדר הוודאות וחוסר שליטה לגבי המציאות הבטחונית. לאחר מכן הועלתה השאלה האם יש דרכים בהן ניתן להגביר את תחושת השליטה ברמת הפרט בהתמודדות עם החשיפה למראות קשים של אלימות פוליטית וטרור בטלויזיה. משתתפי הקבוצה והמנחה שיתפו במיומנויות ודרכים המסייעות להם בהתמודדות עם החשיפה למציאות הבטחונית בטלויזיה. לאחר מכן, נערך סיכום של מיומנויות ההתמודדות שהוצעו, כגון:

- קביעת מינון חשיפה אישי לצריכת סיקורי לחץ פוליטי.
- אינפורמציה סטטיסטית לגבי סיכויי פגיעה מפיגוע טרור לעומת סיכונים אחרים.
- מודעות למרכיבים בסיקור התקשורתי המעצימים את התגובות השליליות כגון דרמטיזציה, עוררות הזדהות אנושית, חלקיות המידע, תמונה נטולת קונטקסט.
- צריכה ביקורתית וסלקטיבית של המידע.

התערבות רגשית

ההתערבות הרגשית גובשה לצורך המחקר על סמך עקרונות התרפיה הממוקדת ברגש (Greenberg & Paivio, 1997). ההתערבות כללה מספר שלבים:

1. **איתור רגשות** - הנבדקים התבקשו לתאר רגשות המאפיינים אותם בעת חשיפה לפיגועי טרור וקונפליקטים פוליטיים אלימים בטלויזיה, כגון רחמים, פחד, כאב, תסכול וכעס.
2. **עיבוד רגשי** - הנבדקים התבקשו להעמיק ולשתף בסיבות ובמשמעות האישית של הרגשות והתחושות שהועלו בשלב הקודם.
3. **שיקוף** - בשלב זה התרחש שיקוף של נורמטיביות התחושות השונות, וניתנה לגיטימציה לטווח הרגשות שעלה.
4. **מתן אינפורמציה** - הנבדקים יודעו לגבי מרכיבים בסיקור התקשורתי המעצימים עוררות רגשית, כגון: דרמטיזציה, העצמת האיום, חשיפה לסבל אנושי ליצירת הזדהות, מחזור של מידע מצולם, עריכה ואפקטים ויזואליים ומנגנוני לוחמה פסיכולוגית.
5. **מתן מיומנויות לויסות העוררות הרגשית** - הנבדקים התבקשו לשתף במיומנויות העשויות לסייע בויסות רגשי, בעת חשיפה לסיקורי חדשות מעוררים רגשית. המנחה סיכם ושיתף במיומנויות מומלצות הכוללות: שיתוף רגשי, צפייה משותפת, שימוש בטכניקות רגיעה, שליטה

במינון החשיפה, ויסות רגשי תוך כדי החשיפה באמצעות מנגנוני קשב סלקטיבי, כגון ניווד תשומת הלב באופן פאסיבי או באופן פעיל באמצעות כיבוי הטלוויזיה או החלפת ערוץ לשפע הערוצים המספקים חוויות אלטרנטיביות.

התערבות ביקורת

לאחר סבב היכרות, שהתרחש בכל תנאי ההתערבות, הנבדקים קיבלו חוברת לקריאה, שהוכנה לצורך המחקר, שכללה פרק פתיחה לספר לימודי, מאמרים העוסקים במידע אנתרופולוגי על ריטואלים שבטיים באפריקה, תשבצים קלים ומודעות פרסומיות.

הליך

הניסוי הועבר בחדר שקט ונוח, הכולל וידאו וטלוויזיה. לנבדקים הובהר שהם יכולים לעזוב את הניסוי או להימנע מהשתתפות בכל שלב שיבחרו. בתחילה הנבדקים התבקשו למלא קובץ שאלונים. לאחר סיום מילוי השאלונים, נמשך הניסוי למפגשי ההתערבות (הקוגניטיבית/ הרגשית/ הביקורת). עם סיום ההתערבות, נכנס נסיין אחר לחדר, שלא היה מודע לתנאי ההתערבות שהתקיים, והקרין לצופים את אחד מסרטי הוידאו (ניסוי/ביקורת). עם סיום הקרנת הסרט, לנבדקים חולק קובץ שאלונים, זהה לחלוטין לקובץ שהועבר בתחילת המחקר, למעט שאלון הפרטים האישיים. סדר השאלונים השתנה באופן רנדומלי לנבדקים שונים. הנבדקים התבקשו להשיב שוב על השאלונים, בהתאם לתחושותיהם הנוכחיות. בתום הניסוי, הנבדקים הוזמנו לשאול שאלות ביחס לניסוי.

תוצאות

נתוני המחקר עובדו באמצעות ניתוח שונות רב גורמי מסוג MANCOVA - (Multivariate Analysis of Covariance). הניתוח כלל שני משתנים בלתי תלויים: סוג ההתערבות (קוגניטיבית/ רגשית/ ביקורת) וסוג החשיפה לתקשורת (סרט טרור/ סרט ללא טרור). חמשת המשתנים התלויים במחקר היו המדדים לאחר החשיפה (Post-test) של החרדה המצבית הגלויה וההשלכתית, הכעס המצבי, סטריאוטיפים ותפיסת האוייב. משתנה תפיסת האוייב כלל דירוג כללי של תפיסת אוייב שלילית, וארבע תת-סקלות: אמון, אמפתיה, נכונות להידברות ותפיסת עוינות האוייב. רמות הבסיס (Pre-test) של המשתנים התלויים, כפי שנמדדו בפתחת המחקר, שימשו כ-covariates, והשפעתם נכתה מן המשתנים התלויים.

ניתוח מקדים שבדק את הנחת הומוגניות השיפועים (Homogeneity of slopes assumption) המהווה תנאי מקדים לשימוש בניתוח מסוג MANCOVA, אישר את ההנחה עבור כל הקשרים בין משתני ה-covariates והמשתנים התלויים.

השערה 1

השערת המחקר הראשונה עסקה באפקט עיקרי לסוג החשיפה לתקשורת על השינוי במדדים הקוגניטיביים והרגשיים, כך שהנחשפים לסרט הטרור, יציגו לאחר החשיפה רמות גבוהות יותר באופן מובהק של חרדה וכעס מצביים סטריאוטיפים ותפיסות שליליות ביחס לאוייב, לעומת הנחשפים לסרט ללא טרור. השערה זו אוששה, $Wilks' \Lambda=0.66, F(9,287)=16.66, p < 0.001, \eta^2=0.34$. בניתוח מסוג ANCOVA עבור כל משתנה תלוי, נמצא אפקט עיקרי מובהק של סוג החשיפה על הרמות לאחר החשיפה של החרדה המצבית הגלויה, $F(1,295)=107.88, p < 0.001, \eta^2=0.27$, החרדה המצבית ההשלכתית, $F(1,295)=57.70, p < 0.001, \eta^2=0.16$, הכעס המצבי $F(1,295)=53.92, p < 0.001, \eta^2=0.16$, הסטריאוטיפים, $F(1,295)=34.60, p < 0.001, \eta^2=0.11$, תפיסת אוייב שלילית $F(1,295)=62.61, p < 0.001, \eta^2=0.18$, האמון באוייב, $F(1,295)=37.55, p < 0.001, \eta^2=0.11$, מידת האמפתיה ביחס לאוייב, $F(1,295)=37.42, p < 0.001, \eta^2=0.15$, נכונות להידברות עם האוייב, $F(1,295)=52.51, p < 0.001, \eta^2=0.11$, ותפיסת מידת עוינות האוייב $F(1,295)=28.54, p < 0.001, \eta^2=0.09$.

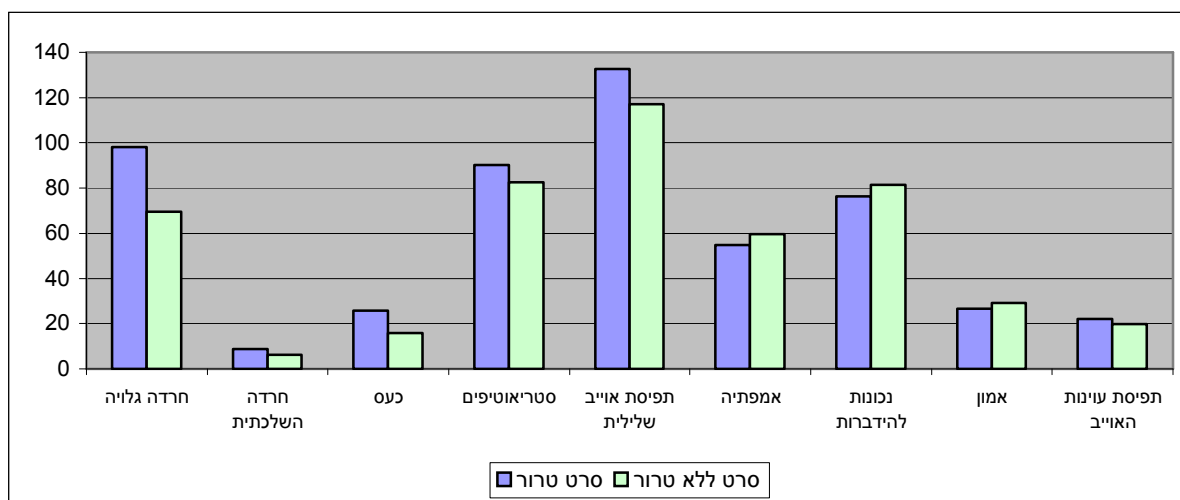
באופן ספציפי, הממצאים העידו על רמת חרדה מצבית גלויה גבוהה במובהק לאחר החשיפה, בקרב נבדקים שנחשפו לסרט הטרור ($M = 98.03, SD = 1.95$) לעומת הנחשפים לסרט ללא טרור ($M = 69.48, SD = 1.93$). הבדלים מובהקים נמצאו אף ביחס לחרדה המצבית ההשלכתית, כאשר הנבדקים שנחשפו לסרט הטרור הציגו רמת חרדה השלכתית גבוהה במובהק לאחר החשיפה לסרט הטרור ($M = 8.81, SD = 0.23$) לעומת הנחשפים לסרט ללא טרור ($M = 6.34, SD = 0.23$). כמו כן, הנחשפים לסרט הטרור, הציגו רמות גבוהות במובהק של כעס מצבי ($M = 25.73, SD = 0.96$) לעומת הנחשפים לסרט ללא טרור ($M = 15.83, SD = 0.95$). הבדלים דומים בתגובות לחשיפה נמצאו הן בעמדות הקוגניטיביות. הסטריאוטיפים ביחס לאוייב היו גבוהים במובהק, לאחר החשיפה לסרט טרור ($M = 90.16, SD = 0.90$) לעומת החשיפה לסרט ללא טרור ($M = 82.71, SD = 0.89$). בנוסף, רמת האמון באוייב לאחר החשיפה, היתה נמוכה במובהק בקרב הנחשפים לסרט הטרור ($M = 26.46, SD = 0.31$) לעומת הנחשפים לסרט ללא טרור ($M = 29.11, SD = 0.30$). כמו כן, רמת האמפתיה כלפי האוייב, היתה נמוכה במובהק בקרב הנחשפים לסרט הטרור ($M = 54.82, SD = 0.48$) לעומת הנחשפים לסרט ללא טרור ($M = 59.76, SD = 0.48$). בהתאם, רמת הנכונות להידברות עם האוייב, היתה נמוכה במובהק בקרב הנחשפים לסרט הטרור ($M = 76.41, SD = 0.60$) לעומת הנחשפים לסרט ללא טרור ($M = 81.55, SD = 0.59$). תפיסת עויינות האוייב, היתה גבוהה במובהק לאחר החשיפה לסרט הטרור ($M = 22.01, SD = 0.29$) לעומת החשיפה לסרט ללא טרור ($M = 19.83, SD = 0.29$). לבסוף, תפיסת האוייב השלילית, היתה גבוהה במובהק לאחר החשיפה לסרט הטרור ($M = 132.58, SD = 1.39$) לעומת החשיפה לסרט ללא טרור ($M = 117.10, SD = 1.32$). לפיכך, אוששה ההשערה בדבר ההשפעה המובהקת לחשיפה לסרט הטרור על התגובות הרגשיות והקוגניטיביות של הצופים, בהשוואה לסרט ללא טרור. ממצאי ההשערה הראשונה מופיעים בטבלה מספר 1 ובתרישים 2:

טבלה 1: ממוצעים וסטיות תקן של המשתנים הרגשיים והקוגניטיביים לאחר החשיפה לסוגי חשיפה שונים לחדשות

Eta Squared	Sig.	F	Std. Error	*Adjusted Mean	חשיפה לחדשות	משתנה תלוי
.27	.000	107.88	1.95	98.03	סרט טרור	חרדה מצבית גלויה
			1.93	69.48	סרט ללא טרור	
.18	.000	62.61	.23	8.81	סרט טרור	חרדה מצבית השלכתית
			.23	6.34	סרט ללא טרור	
.16	.000	53.92	.96	25.73	סרט טרור	כעס מצבי
			.95	15.83	סרט ללא טרור	
.11	.000	34.60	.90	90.16	סרט טרור	סטריאוטיפים
			.89	82.71	סרט ללא טרור	
.18	.000	62.61	1.39	132.58	סרט טרור	תפיסת אויב שלילית
			1.32	117.10	סרט ללא טרור	
.16	.000	57.70	.48	54.82	סרט טרור	אמפתיה
			.48	59.76	סרט ללא טרור	
.15	.000	52.51	.60	76.41	סרט טרור	נכונות להידברות
			.59	81.55	סרט ללא טרור	
.11	.000	37.42	.31	26.46	סרט טרור	אמון באויב
			.30	29.11	סרט ללא טרור	
.11	.000	37.55	.29	22.01	סרט טרור	תפיסת עינות האויב
			.29	19.83	סרט ללא טרור	

• מדדים לאחר החשיפה מבוקרים ע"י רמות הבסיס של המשתנים ששימשו כ-covariates

תרשים 2: השפעות החשיפה לחדשות על הרמות לאחר החשיפה של המשתנים הרגשיים והקוגניטיביים



השערת המחקר השנייה טענה כי תמצא השפעה מובהקת לאינטראקציה בין סוג ההתערבות לסוג החשיפה לתקשורת על רמות החרדה והכעס המצביים, הסטריאוטיפים והתפיסות שליליות ביחס

לאוייב, לאחר החשיפה. למרות מובהקות האינטראקציה בניתוח מסוג MANCOVA,

$Wilks' \Lambda=0.83$ $F(18,574)=3.09$, $p < 0.001$, $\eta^2 = 0.09$, השערה זו אוששה חלקית.

בניתוח מסוג ANCOVA עבור כל משתנה תלוי, נמצא אפקט מובהק לאינטראקציה בין סוג ההתערבות לסוג החשיפה לחדשות על הרמות לאחר החשיפה של החרדה המצבית הגלויה

$F(2,295)=22.74$, $F(2,295)=4.25$, $p=0.01$, $\eta^2=0.03$, החרדה המצבית ההשלכתית,

$F(2,295)=4.23$, $p=0.02$, $\eta^2=0.03$ השלילית, תפיסת האוייב $p < 0.001$, $\eta^2=0.13$, האמון

באוייב $F(2,295)=3.63$, $p=0.02$, $\eta^2=0.03$ הנכונות להידברות, $F(2,295)=3.76$, $p = 0.02$,

$F(2,295)=4.86$, $p=0.008$, $\eta^2=0.03$, ותפיסת עויינות האוייב, $\eta^2=0.03$

לעומת זאת, לא נמצא אפקט מובהק לאינטראקציה בין סוג ההתערבות לסוג החשיפה לחדשות

על הרמות לאחר החשיפה של הכעס המצבי, $F(2,295)=1.46$, $p=0.23$, $\eta^2=0.01$, סטריאוטיפים,

$F(2,295)=1.21$, $P=0.29$, והאמפתיה ביחס לאוייב $F(2,295)=1.31$, $p=0.27$, $\eta^2=0.009$

$\eta^2=0.008$.

על מנת לבחון את מקור המובהקות של האינטראקציות שנמצאו מובהקות, נערכו ניתוחי

אפקטים פשוטים של סוג ההתערבות ברמות השונות של סוג החשיפה על המשתנים הרגשיים

והקוגניטיביים. לאחר מכן בוצעו ניתוחי המשך מסוג Tukey LSD לבירור מקור מובהקות

האפקטים הפשוטים. ממוצעים וסטיות תקן של המשתנים הקוגניטיביים והרגשיים בתנאי

החשיפה וההתערבות השונים מוצגים בטבלה מספר 2 :

טבלה 2: השפעות האינטראקציה בין החשיפה לחדשות וסוג ההתערבות על הרמות לאחר החשיפה של המשתנים הרגשיים והקוגניטיביים

סרט ללא טרור		סרט טרור		חשיפה	
Std. Error	*Adjusted Mean	Std. Error	*Adjusted Mean	התערבות	משתנה תלוי
2.36	71.42	3.88	88.32**	התערבות רגשית	חרדה מצבית גלויה
2.53	66.61	3.86	87.71**	התערבות קוגניטיבית	
2.48	68.11	3.95	104.78	ביקורת	
0.25	6.71	0.52	7.44***	התערבות רגשית	חרדה מצבית השלכתית
0.26	6.45	0.52	7.16***	התערבות קוגניטיבית	
0.26	5.95	0.53	11.76	ביקורת	
0.72	15.62	2.34	25.64	התערבות רגשית	כעס מצבי
0.76	15.46	2.33	23.31	התערבות קוגניטיבית	
0.75	15.01	2.39	29.72	ביקורת	
0.99	82.84	2.01	87.38	התערבות רגשית	סטריאוטיפים
1.06	81.20	1.99	90.10	התערבות קוגניטיבית	
1.04	84.15	2.04	92.90	ביקורת	
1.27	119.10	3.32	126.54*	התערבות רגשית	תפיסת אויב שלילית
1.36	115.65	3.30	131.21*	התערבות קוגניטיבית	
1.33	117.51	3.38	139.00	ביקורת	
0.36	28.37	0.79	28.33*	התערבות רגשית	אמון באויב
0.39	29.49	0.79	28.19*	התערבות קוגניטיבית	
0.38	29.12	0.81	25.82	ביקורת	
0.54	59.81	1.11	56.01	התערבות רגשית	אמפתיה
0.57	60.07	1.10	55.07	התערבות קוגניטיבית	
0.56	59.61	1.13	53.15	ביקורת	
0.63	80.33	1.34	78.60*	התערבות רגשית	נכונות להידברות
0.67	81.82	1.33	78.46*	התערבות קוגניטיבית	
0.66	81.51	1.37	74.08	ביקורת	
0.40	19.95	0.60	20.66***	התערבות רגשית	תפיסת עוינות האויב
0.43	19.41	0.60	21.15***	התערבות קוגניטיבית	
0.42	19.97	0.62	23.83	ביקורת	

הבדל מובהק של ההתערבות הרגשית והקוגניטיבית לעומת התערבות הביקורת * p<0.05 ** p<0.01 *** p<0.001

השערה 2 א'

חלקה הראשון של ההשערה עסק בתנאי החשיפה לסרט טרור, בו שוערו רמות נמוכות של תגובות רגשיות וקוגניטיביות לאחר השתתפות בהתערבות מניעתית, קוגניטיבית או רגשית, לעומת השתתפות בהתערבות הביקורת. נתוני מובהקות האפקטים הפשוטים מופיעים בטבלה מספר 3 :

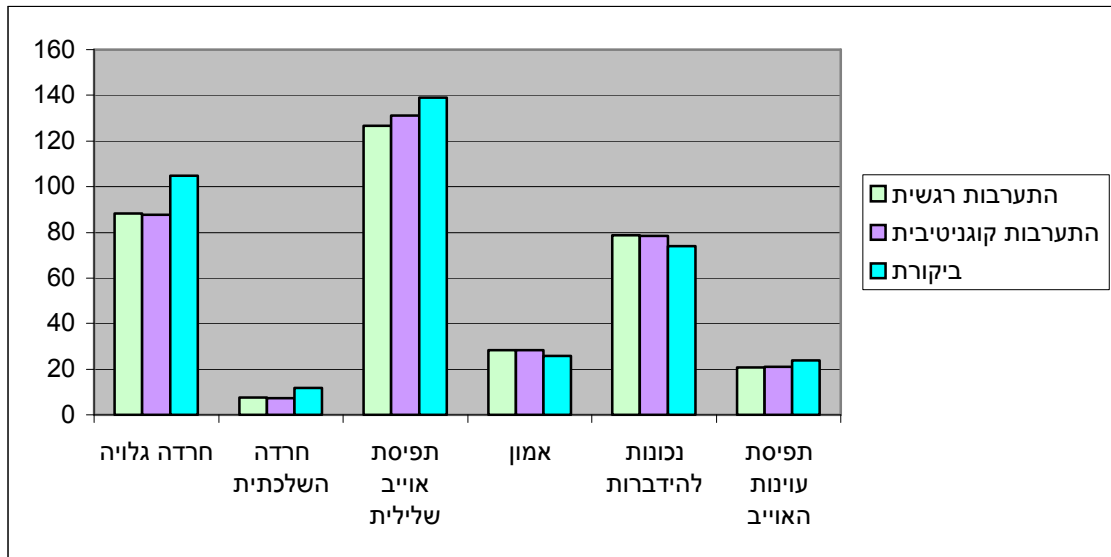
טבלה 3 : אפקטים פשוטים של סוג ההתערבות בתנאי החשיפה לסרט הטרור

משתנה תלוי	F	df	error	p	η^2
חרדה מצבית גלויה	5.78	2	142	0.004	0.08
חרדה מצבית השלכתית	22.39	2	142	0.000	0.24
תפיסת אויב שלילית	3.47	2	142	0.03	0.05
אמון	2.95	2	142	0.05	0.04
נכונות להידברות	3.42	2	142	0.03	0.05
תפיסת עוינות האויב	7.50	2	142	0.001	0.10

הממצאים העידו כי בתנאי החשיפה לסרט הטרור, נבדקים שהשתתפו בהתערבות הביקורת, הפגינו רמות גבוהות במובהק לאחר החשיפה של חרדה מצבית גלויה, חרדה מצבית השלכתית, הציון הכולל של תפיסת האויב השלילית, ותת הסקלה של תפיסת עוינות האויב, לעומת המשתתפים בהתערבות הרגשית והקוגניטיבית. בנוסף, לאחר חשיפה לסרט הטרור, נבדקים שהשתתפו בהתערבות הביקורת הצגו רמות נמוכות של אמון באויב ורמה פחותה של נכונות להידברות עם האויב, לעומת המשתתפים בהתערבות הרגשית והקוגניטיבית. ממצאים אלו מתוארים בטבלה 2 ובתרשים 3.

בנוסף, בדיקה של השאלה האקספלורטיבית, לא איתרה הבדלים ביעילותן של ההתערבות הרגשית והקוגניטיבית במיתון התגובות הרגשיות והקוגניטיביות לאחר החשיפה לסרט הטרור. לפיכך, לא נמצאה עדיפות להתערבות הקוגניטיבית או הרגשית במיתון סוג מסויים של משתנים, קוגניטיביים או רגשיים.

תרשים 3: השפעות סוג ההתערבות על הרמות לאחר החשיפה של המשתנים הרגשיים והקוגניטיביים בתנאי החשיפה לסרט הטרור



השערה 2 ב'

חלקה השני של ההשערה עסק בתנאי החשיפה לסרט הניטרלי, בו שוער כי לא ימצאו הבדלים מובהקים בתגובות הרגשיות והקוגניטיביות לאחר החשיפה, בין נבדקים שחוו סוגי התערבויות שונים. השערה זו אוששה, $Wilks' \Lambda=0.89, F(16,176)=1.06, p = 0.39$ $partial \eta^2 = 0.06$. לסיכום, ממצאי ההשערה השנייה מעידים כי ההתערבות הרגשית והקוגניטיבית נמצאו יעילות במיתון חרדה, תפיסת אויב שלילית, ותפיסת עוינות האויב, לצד הגברת האמון והנכונות להידברות עם האויב, לאחר חשיפה לסרט טרור לעומת מצב ללא התערבות מניעתית. ההתערבויות לא הצליחו למתן את הכעס, הסטריאוטיפים ולהגביר את האמפתיה לאויב. במצב של חשיפה לסרט ללא טרור, לא ניכרה השפעה מבדלת כלשהי להתערבויות השונות.

השערה 3

השערת המחקר השלישית גרסה כי ימצא מתאם מובהק בין המדדים הקוגניטיביים והרגשיים לאחר החשיפה לחדשות. באופן ספציפי שוער כי ימצא מתאם בין רמות החרדה והכעס המצביים לבין הסטריאוטיפים והתפיסות השליליות ביחס לאויב לאחר החשיפה לחדשות. השערה זו אוששה לגבי מרבית המשתנים הרגשיים והקוגניטיביים. נתוני מתאם פירסון ומובהקויות המתאמים מוצגים בטבלה שלהלן.

טבלה 4: מתאמים בין המשתנים הקוגניטיביים והרגשיים לאחר החשיפה לחדשות

		סטריאוטיפים	תפיסת אויב שלילית	אמון באויב	אמפתיה	נכונות להידברות	תפיסת עוינות האויב
חרדה מצבית השלכתית	Pearson Correlation	0.13*	0.14*	-0.08	-0.16**	-0.12*	-0.16**
	Significance	0.03	0.01	0.15	0.006	0.03	0.006
חרדה מצבית גלויה	Pearson Correlation	0.14*	0.17**	-0.12*	-0.18**	-0.16**	0.16**
	Significance	0.02	0.003	0.04	0.002	0.005	0.005
כעס מצבי	Pearson Correlation	0.17**	0.25**	-0.17**	-0.30**	-0.22**	0.22**
	Significance	0.003	0.000	0.002	0.000	0.000	0.000

הממצאים העידו על מתאם חיובי מובהק בין החרדה המצבית ההשלכתית לסטריאוטיפים, תפיסת האויב השלילית ותפיסת עוינות האויב לאחר החשיפה לחדשות. בנוסף, נמצא מתאם שלילי מובהק בין החרדה המצבית השלכתית לאמפתיה כלפי האויב ונכונות להידברות עמו, לאחר החשיפה לחדשות. לא נמצא מתאם מובהק בין החרדה המצבית ההשלכתית ובין האמון באויב לאחר החשיפה לחדשות.

בנוסף, נמצא מתאם חיובי מובהק בין החרדה המצבית הגלויה לסטריאוטיפים, תפיסת האויב השלילית ותפיסת עוינות האויב לאחר החשיפה לחדשות. בנוסף, נמצא מתאם שלילי מובהק בין החרדה המצבית הגלויה לאמון באויב, אמפתיה כלפי האויב ונכונות להידברות עם האויב לאחר החשיפה לחדשות.

לבסוף, נמצא מתאם חיובי מובהק בין הכעס המצבי לסטריאוטיפים, תפיסת האויב השלילית ותפיסת עוינות האויב לאחר החשיפה לחדשות. בנוסף, נמצא מתאם שלילי מובהק בין הכעס המצבי לאמון באויב, אמפתיה כלפי האויב ונכונות להידברות עם האויב לאחר החשיפה לחדשות. ממצאים אלו מעידים כי קיים קשר מובהק בין התגובות הרגשיות והקוגניטיביות לאחר החשיפה לחדשות.

לסיכום כולל של ממצאי המחקר, נמצאה השפעה של החשיפה לטרור בתקשורת על התגובות הרגשיות והקוגניטיביות של הצופים, כמשוער, כאשר החשיפה לסרט הטרור הניבה עלייה מובהקת בחרדה ובכעס המצביים, הסטריאוטיפים והתפיסות שליליות ביחס לאויב, לעומת החשיפה לסרט ללא טרור. מגמת השינוי בתגובות הרגשיות ובתגובות הקוגניטיביות לחשיפה

לסרט הטרור, נמצאה במתאם חיובי, כאשר עלייה בעוררות הרגשית, שהתבטאה בהגברה בחרדה ובכעס המצביים, לוותה בהקצנה בעמדות השליליות ביחס לאוייב.

השערת המחקר השנייה שבחנה את יעילות ההתערבויות המניעתיות, אוששה חלקית, כאשר איתרה יעילות של ההתערבות הקוגניטיבית והרגשית במיתון מרבית התגובות הרגשיות והקוגניטיביות לחשיפה. במצב של חשיפה לסרט הטרור, שתי ההתערבויות הקליניות מתנו את החרדה המצבית הגלויה וההשלכתית, תפיסת האוייב השלילית ותת הסקלה של תפיסת עוינות האוייב, לעומת התערבות הביקורת. בנוסף לכך, ההתערבויות הגבירו את מידת האמון והנכונות להידברות עם האוייב. עם זאת, בניגוד למשוער, ההתערבויות הקליניות לא הצליחו למתן את הכעס המצבי והסטריאוטיפים ביחס לאוייב, ולא הגבירו את האמפתיה כלפי האוייב.

הערכה השוואתית של יעילות ההתערבויות המניעתיות, לא איתרה הבדלים מובהקים ביעילותן של ההתערבות הקוגניטיבית והרגשית. במצב של חשיפה לסרט ללא טרור, לא ניכרה השפעה מבדלת כלשהי להתערבויות השונות, כך שלא נמצאו הבדלים בתנאי זה, בתגובות הרגשיות והקוגניטיביות לחשיפה, בקרב קבוצות ההתערבות השונות.

דיון

המחקר הנוכחי כלל שתי מטרות שונות מטבען. האחת התמקדה בחקירת ההשפעות הקוגניטיביות והרגשיות של החשיפה לטרור באמצעות התקשורת. השנייה התמקדה בגיבושן והערכתן של התערבויות מווסתות טרם החשיפה, למיתון ההשפעות השליליות שתמצאנה. כך המחקר הנוכחי נע על ציר שקוטבו האחד עוסק בסיכון האישי והחברתי של החשיפה לטרור בתקשורת, וקוטבו השני עוסק בעמידות וההתמודדות עם החשיפה התקשורתית לטרור. הדיון הנוכחי יבחן שאלות מהותיות לגבי המשמעות החברתית, התקשורתית, הערכית והטיפולית של הממצאים ביחס לסוגיות הסיכון והעמידות הכרוכים בחשיפה התקשורתית לטרור.

השפעות רגשיות של החשיפה לטרור בתקשורת

השערת המחקר הראשונה ניבאה כי החשיפה לסרט טרור, תניב לאחר החשיפה רמות גבוהות יותר באופן מובהק של חרדה וכעס מצביים, סטריאוטיפים ותפיסות שליליות ביחס לאויב, לעומת החשיפה לסרט ללא טרור. השערה זו אוששה והעידה כי אף חשיפה קצרה מאד לסיקורי טרור, שמשכה 7 דקות, בתנאי מעבדה ובמנותק מהמתרחש במציאות, עשויה לחולל שינויים משמעותיים בתגובות הרגשיות של הצופים, ובעמדות הקוגניטיביות ביחס לאויב. ביחס למדדים הרגשיים, עוצמת החרדה והכעס המצביים שהתפתחו לאחר החשיפה הקצרה ראויים לתשומת הלב. ניתן להסביר את אינטנסיביות התגובות הרגשיות, באמצעות מרכיבים בסרט הטרור, שעשויים לעורר בנקל תחושה של קרבה פסיכולוגית, Psychological Proximity (Adoni & Cohen, 1979) עבור הצופה הישראלי. התרחשות פיגועי הטרור במרכזי הערים, בסיטואציות יומיומיות בהם מעורבים הצופים, ודמיון דמוגרפי אפשרי בין הקורבנות והצופים, עשויים להפעיל מנגנוני הזדהות, המעוררים תחושות של חרדה וכעס (Doka, 2003).

ייתכן שמרכיבים נוספים, בסיקור התקשורת עזמו, תורמים את חלקם בצמצום המרחק בין הצופה לאירוע המסוקר. התפתחויות מערכות תקשורת לוויניות מאפשרות כיום חשיפה ישירה ומיידית לאירועי הטרור. התמונות החיות, תוך שימוש בצילומי תקריב, הילוך איטי, גרפיקה וקול, מספקים לטלוויזיה יכולת להתגבר על מגבלות הזמן והמרחב, ומאפשרים לצופה תחושת נוכחות (Cho et al., 2003). היכולת הזו של הטלוויזיה ליצור חוויות סובייקטיביות

"אמיתיות" קיבלה חיזוק במחקרים שטענו כי אנשים מגיבים לגירויים מעוררים רגשית בטלוויזיה, באופן זהה לאופן בו היו מגיבים לגירוי דומה במציאות (Lang, 1984; Reeves & Nass, 1996).

אמצעים טכנולוגיים שאפשרו זוויות צילום מקורבות, לצד זוויות צילום מרוחקות המפיקות תמונה כוללת, מייצרים תמונה חמורה וקשה מנשוא, שעלולה באופן פרדוקסאלי, להציב את צופי הטלוויזיה, בעמדת צפייה בהירה, כוללת ורחבה יותר, מקורבות ראשוניים המצויים בזירת הפיגוע עצמו. כך תמונות מגוונות מההיסטוריה של האלימות הפוליטית המקומית והגלובאלית, חוללו אפקט טראומטי בלתי נשכח בתודעה הציבורית. בזירה הגלובאלית נחקרו תמונות אזרחים תמימים קופצים אל מותם לאחר התרסקות המטוסים במגדלי התאומים בפיגועי ה-11 בספטמבר בארה"ב, או סדרה של עריפת ראשם בשידור חי של בני-ערובה מערביים במהלך מלחמת עיראק האחרונה, על ידי קבוצה אסלאמית ג'יהאדית. בתודעה הישראלית נחקרו תמונות לינץ' של המון זועם בשני חיילי מילואים ישראלים שטעו בדרכם ונקלעו לרמאללה באוקטובר 2000, או תמונת ההתנקשות המקורבת בראש ממשלת ישראל, יצחק רבין ז"ל, בנובמבר 1995. תמונות מסוג זה זכו לתהודה רבה בשל עוצמתן הקשה וזוויות הצילום המקורבות, שאפשרו הצצה מיידית לליבם של האירועים עצמם.

בנוסף לסיקור המציאותי והמקורב, מוטיבים מסוימים בסיקורים התקשורתיים עשויים להעצים את חומרת המציאות. עם ההתפתחויות הטכנולוגיות שאפיינו את העשורים האחרונים, ניכרה מגמה מקומית וגלובאלית בסיקורי חדשות, המשקפת מעבר מתרבות הכתב הנותנת ערך לחשיבות התוכן החדשותי, לתרבות הויזואלית, המעצימה את הצורך בעניין חדשותי. ברגע שהויזואליות קיבלה משקל משמעותי בערכם של סיקורים חדשותיים העיקרון של חשיבות התוכן פחת. החשוב הוא המעניין, והמעניין הוא הויזואלי, הדרמטי והסנסציוני (Peri, 2005).

מגמה זו נצפתה בניתוח סיקורי פיגועי ה-11 בספטמבר, ברשתות ABC, NBC ו-CNN, שמצא כי למרות שהפיגועים סוקרו באופן מתמשך, כמעט ללא הפוגות או פרסומות, זמן המסך הממושך לא נוצל לסיקור מעמיק ומשמעותי של ההקשר הפוליטי וההיסטורי של הפיגועים. הסיקורים חסרו הסברים על הטרור הגלובאלי והשלכותיו הגיאופוליטיות והצבאיות, וזכו לביקורת על דימיונם לסרט מתח המתמקד בפרטי מעשה הפשע, ולא לתסריט פוליטי, הדורש התייחסות רחבה יותר לאירועים (McDonald & Lawrence, 2004).

כך, אנו חיים בעידן תקשורתי שהרווח המשמעותי הטמון בו הינו חשיפה רחבה למידע, ריאליזם ואמינות, כתוצאה ממיידיות וחיות של השידורים. מנגד, אינטרסים כלכליים ושיווקיים עלולים לדחוק את הרקע ההיסטורי, התרבותי, הגיאוגרפי, האפידמיולוגי או האקולוגי, החיוניים להבנת המאורעות, ולהעדיף אלמנטים רגשיים וטראגיים המגבירים עוררות רגשית בעת החשיפה (Johnson, 1996; Ophuls & Boyan, 1992). לפיכך, סיקורי תקשורת של פיגועי טרור, מחלחים לבתים, מצמצמים את המרחק הפיזי והפסיכולוגי בין הצופים והאירועים במציאות, מגבירים הזדהות עם הקורבנות (Johnson, 1996), ומגבירים עוררות רגשית (Duncan, Gidron, Shrestha & Aryal, 2005).

הבנת ההקשר הביטחוני בו התרחש המחקר, מעצימה את ממצאי המחקר ביחס להשלכות החשיפה. הנבדקים נחשפו לתמונות הפיגועים, בתקופה שהתאפיינה בהפחתה משמעותית בפיגועים בשטחי ישראל, בשנת 2005, כתוצאה מ"תהדיאה", שמשמעה רגיעה או הפסקת אש, שהושגה בעקבות הבנות בין מנהיג הרשות הפלשתניאית וארגון החמאס, ביחס להפסקת פעולות האיבה נגד ישראל. כתוצאה מכך, הנבדקים נחשפו לסיקורי הטרור בתקופה המאופיינת ברגיעה ממושכת מפיגועי טרור. נוסף על כך, הסיקורים אליהם נחשפו הנבדקים, התייחסו לפיגועים שהתרחשו בעבר.

העלייה במדדים הרגשיים, במנותק מההקשר הלא משברי במציאות, ועל אף טבעם החוזר של הסיקורים לפיגועים שהתרחשו בעבר, עשויה להעיד על ההשפעות ארוכות הטווח של פיגועי טרור. תהליכי הזדהות עם הקורבן עם החשיפה לטרור, הינם כה עוצמתיים בכדי לעורר רגשות שליליים אף במצבים בעלי דרגת סיכון נמוכה במציאות. ממצאים אלו מחזקים את ההנחה כי תפיסת איום הינה סובייקטיבית, ואינה מתבססת בהכרח על מידע אובייקטיבי (Lazarus & Folkman, 1984).

עוצמתו הפסיכולוגית של החשיפה לטרור בתקשורת, המחוללת תחושת איום סובייקטיבית, שאינה בהכרח תלויה בהסתברות או נסיבות התרחשותו של פיגוע טרור במציאות, הינו מרכיב מרכזי בלוחמה פסיכולוגית. עוצמתה של החרדה הנובעת מצפייה למתקפת טרור אינה מבוססת על תהליכים רציונאליים. חוויה זו מתעצמת, במציאות המאופיינת בחשיפה כרונית לטרור, כשפיגועי הטרור נמשכים, האחד לאחר השני, וההשפעה המצטברת שלהם גדלה משמעותית (Sederer et al., 2003; Slone, 2006; Slone & Hallis, 1999).

בנסיבות אלו, פיגועי טרור אינם צריכים להתקיים כדי שהשפעתם תתחולל. תחושת האיום שפיגוע יכול להתרחש, מספיקה בכדי לייצר רמות גבוהות של חרדה. תופעה זו נראתה בארה"ב בשבועות לאחר מקרי המוות כתוצאה מהרעלת האנתרקס. למרות שבני אדם ספורים נפגעו מפעילות טרור זו, הבהלה אחזה במיליונים (Freedman & Tuval-Mashiach, 2006).

ההבנה כי פגיעתו העיקרית של הטרור מתחוללת בזירה הפסיכולוגית, ולא דווקא בזירת הפיגוע ובקרב נפגעיו בנפש אינה חדשה (Ganor, 2004; Whittaker, 1997). עם זאת, ייתכן והבנה זו אינה עולה בקנה אחד עם הצעדים היישומיים הננקטים לצורך הלוחמה בטרור והכנת הציבור להתמודדות עימו. המלחמה כנגד הלוחמה הפסיכולוגית של ארגוני הטרור, מחייבת נקיטת צעדים אסטרטגיים מתוכננים, הכרוכים בסיקורי פיגועי טרור, הממזערים את אפקט הפחד והאימה שזורע הטרור. צעדים אלו מחייבים שיתוף פעולה בין גופי תקשורת, גופים מתחום הביטחון הלאומי ואנשי מקצוע מתחום בריאות הנפש.

לצד זה, ייתכן והציבור אינו מודע דיו להשלכותיה של הלוחמה הפסיכולוגית של הטרור. לוחמה פסיכולוגית, מתעתדת להיות סמויה מן העין. אימתו של הטרור, המתגנבת לאיטה ומחלחלת בהדרגה להלך הרוח הציבורי, אינה בולטת דיה כפגיעתו הישירה של הטרור. תופעות של חרדה ופחד, שאינן מתפתחות לכדי סימפטומים פסיכיאטרים חריפים, עשויים להיזנח מצד מערכות טיפוליות, ועלולות לקבל לגיטימציה והשלמה ציבורית, בשל שכיחותם של סימפטומים כרוניים אלו במדינות קונפליקט. עם זאת, אין להקל ראש בסימפטומים של חרדה וכעס. קיומם הכרוני עשויה לתבוע מחיר נפשי ותפקודי כבד בקרב הציבור הרחב. בנוסף, מחקרים רבים העידו על החמרה בסימפטומים, לכדי הפרעות פסיכיאטריות חמורות, עם החשיפה לפיגוע טרור חמור, או המשך חשיפה כרונית לטרור (Joshi & Kaschak, 1998; Lawyer et al., 2006;).

(Marshall & Galea, 2004; Pew Research Center, 2001).

חוסר מודעות ציבורית להשלכותיה הרגשיות האפשריות של חשיפה לטרור בתקשורת ניכרה בסקרים שבחנו את צורך הציבורי בויסות סיקורי טרור. באופן ספציפי, נשאל הציבור עד כמה התקשורת צריכה לחשוף את פרטי הפיגוע הכוללים אלימות קיצונית או מאיימת במיוחד, או כאלטרנטיבה לדאוג לסיקור סלקטיבי ומווסת. מחקרים וסקרים אלו הניבו מגמה דומה של העדפה של צרכני התקשורת לסיקור מלא ומפורט של פיגועי טרור (Grossman, 1986;).

(Keinan, Sadeh & Rosen, 2003; Times Mirror, 1986).

נוסף על כך, סיקורי חדשות ותוכניות אקטואליה העוסקים בסכסוך הישראלי-פלסטיני זוכים לאחוזי צפייה גבוהים ביותר בישראל (מכון חיים הרצוג, 2004). תופעה זו של משיכה לסיקורי אלימות פוליטית אינה ייחודית לישראל, אלא מאפיינת אזורי קונפליקט נוספים ברחבי העולם (Baum, 2000; Saylor et al. 2003). שיעורי הצפייה הגבוהים במהדורות החדשות אף בעת התרחשותם של אירועים פוליטיים אלימים ביותר, עשויים להעיד על חוסר מודעות של הצופים לגבי אפשרויות להשלכות פסיכולוגיות מזיקות של הסיקורים.

ממצאי המחקר הנוכחי מוסיפים זווית התייחסות חדשה לתיאוריית התלות במדיה, הטוענת כי שיעורי צריכה גבוהים של סיקורים תקשורתיים במהלכם של תקופות משבריות, בעלי השפעה ממתנת, בשל שיתוף ברגשות קולקטיביים וקבלת אינפורמציה המגבירה תחושת שליטה (Ball-Rokeach & Defleur, 1976). ממצאי המחקר הנוכחי מעידים כי שיעורי צפייה גבוהים באירועים קשים, אינם מלווים בהכרח בצמצום ברגשות שליליים, ושהצורך באינפורמציה עשוי להתקיים לצד רגשות שליליים המתעוררים בשל האינפורמציה המתקבלת. ממצאים אלו אינם מפחיתים מחיוניותם של סיקורי החדשות, וחשיבות צריכתה של האינפורמציה בעתות משבר, אלא מרמזים על הצורך באספקת המלצות וכלים לציבור הרחב המאפשרים צריכה מווסתת ועמידה יותר של סיקורי טרור.

צורך זה מתעצם אף יותר, לאור ספרות מחקרית המשרטטת את המאפיינים האישיותיים והסביבתיים המעצימים את התלות במדיה. התלות הגבוהה בתקשורת בעתות טרור, נמצאה בקרב אנשים המאופיינים בצורך גבוה בהשגת מידע בעתות לחץ (Keinan et al., 2003), החווים את רלוונטיות האיום בעוצמה גבוהה יותר (Wilson, 2004). באופן פרדוקסאלי, דווקא אוכלוסיה זו הנזקקת ביותר למידע התקשורתי לצורכי שליטה והרגעה עצמית, מפתחת מידה רבה יותר של סימפטומים הדומים לאלו המאפיינים הפרעת לחץ פוסט-טראומטית בעקבות צריכה אינטנסיבית של סיקורי טרור (Keinan et al., 2003).

כך צרכני התקשורת הנזקקים ביותר למידע בעתות משבר, המבלים שעות ארוכות מול מסך הטלוויזיה, הם גם הנפגעים ביותר מהשלכות הסיקורים. לפיכך, התלות בתקשורת מספקת צרכים בסיסיים של רכישת תחושת שליטה וודאות בעתות משבר, בייחוד עבור אותם פרטים בעלי מאפיינים אישיותיים המעצימים את התלות במידע, אך מנגד עלולה לתבוע מחירים נפשיים, שאינם מודעים בהכרח לצרכני התקשורת. במצבים אלו עלולה להתרחש תלות בין רמת הסימפטומים החרדתיים ומידת הצריכה הטלוויזיונית. הצריכה התקשורתית האינטנסיבית,

עלולה להעצים את החרדה, וזו מזינה צורך עז יותר בהשגת שליטה וודאות, המתבטאת בהגברת הצריכה והתלות בתקשורת.

נוסף על כך, ידוע כי תלות בתקשורת אינה מהווה בהכרח מאפיין תכונתי יציב, והינה מושפעת ממאפייני הסביבה החברתית. בסביבות מאיימות, המאופיינות בעמימות מתמשכת, החסרה את האינפורמציה הדרושה להגדרה והבנה מלאה של המציאות, נמצאה תלות גבוהה יותר בתקשורת, לסיפוק צרכים של השגת שליטה, ידע ובטחון (Ball-Rokeach, 1998). במצבים עמומים ומאיימים, המאפיינים מצבי משבר, אסונות טבע, טרור ומלחמה, סדר היום התקשורתי הוא בעל השפעה ניכרת על השיח הציבורי (McCombs and Reynolds, 2002). לפיכך, המצבים בהם הציבור מציג את התלות הגבוהה ביותר בתקשורת, הם אלו בעלי עוצמת ההשפעה הגבוהה ביותר על עמדותיו ורגשותיו של הציבור. אין זה מבטל את הצורך בהשגת האינפורמציה, וחשיבותה של התקשורת בעתות משבר. עם זאת, הנחה זו מחייבת רגישות ומודעות, של הצרכן וגופי השידור, לגבי רגישותם ועוצמתם של הסיקורים בעתות משבר.

התקשורת עצמה, אינה מחוסנת אף היא מפני סביבות מאיימות, עמומות ובעייתיות. הצורך במידע בתנאים אלו מאפיין גם את אנשי התקשורת. הלחץ של הציבור להבין את המתרחש, מופעל על התקשורת, החשה בתגובה את הדחף לספק את המידע לציבור. במצבים אלו ניכרת הצפה במומחים, בעלי אינטרסים אידיאולוגיים מגוונים, המציגים את עמדתם ביחס למתרחש. ככל שמקורות המידע האמינים מצטמצמים, מורכבות הסיקורים עולה, ועימה הדילמות המוסריות הכרוכות בהשפעתה של התקשורת על השיח המתקיים בציבור (Matsaganis & Payne, 2005).

בנסיבות אלו מודגשים היחסים סימביוטיים בין הטרור לתקשורת. הטרור משתמש בתקשורת על מנת להכריז על עצמו, ליידע את הציבור באשר למטרותיו, להפחיד ולהעביר מסרים. התקשורת מבחינתה ניזונה מן הטרור, מקדישה לו תשומת לב קרובה, ובשם זכות הציבור והלחץ הציבורי לדעת, מסקרת אירועים טרוריסטיים בדקדקנות רבה. במצבים אלו, ההבחנה בין סיקור תקשורתי ושיתוף פעולה עם ארגוני הטרור, באופן לא מודע ומכוון, עלולה להיטשטש (Cohen-Almagor, 2005). על כן, ללא הסיקור התקשורתי, לטרור אין הצדקה קיומית. תרומתו הצבאית של הטרור למערכה הינה מזערית, וקיומו וגידולו ניזון מן הלוחמה הפסיכולוגית באמצעי התקשורת. בכדי להימנע מהמלכוד הטמון במערכת היחסים בין התקשורת לטרור, חיוני לנקוט

באסטרטגיות תקשורתיות אנטי-טרוריסטיות הממזערות את הבמה הניתנת לארגוני הטרור, ובכך ממתנת את אפקטיביות הלוחמה הפסיכולוגית, והצורך בקיומם של פיגועי טרור נוספים. אפיק נוסף להתמודדות עם הלוחמה הפסיכולוגית של ארגוני הטרור, דורש היערכות מותאמת של הציבור הרחב, לחשיפה תקשורתית המאופיינת בלוחמה פסיכולוגית. לשם כך, יש להגביר את מודעות הציבור לאופן פעולתה של הלוחמה הפסיכולוגית ולסכנות הטמונות בה. עם זאת, אין בהגברת מודעותו של הציבור, רצון לגרום לצמצום חשיפתו לסיקורי החדשות. החשיפה לתקשורת בעתות מלחמה וטרור הינה חיונית, ואין להמעיט מערכה וחשיבותה, בחברה הדמוקרטית. על כן, לצד הגברת מודעותם של הצופים להשלכות הרגשיות של חשיפה לטרור בתקשורת, מתחזק הצורך לצייד את הציבור בכלים מעשיים להתמודדות עם לוחמה פסיכולוגית ולויסות אישי של החשיפה. המלצות אלו נכונות הן לגופי השידור, ולכתבים, צלמים ועורכי החדשות, האחראים על הפקת הסיקורים בפועל. המודעות לקיומה של לוחמה פסיכולוגית והשלכותיה, והרגישות בהצגת הסיקורים, היא תנאי בסיסי לסיקור התקשורת בעתות טרור.

השפעות קוגניטיביות של החשיפה לטרור בתקשורת

לעומת השינויים הרגשיים בעקבות החשיפה, השינויים הקוגניטיביים לאחר החשיפה הקצרה לסרט הטרור בתנאי מעבדה, מפתיעים יותר. עמדות קוגניטיביות נתפסות כציבות ועמידות יותר מרגשות, בפני שינויים מידיים ומהירים (Lee et al., 1995). ממצאי המחקר הנוכחי העידו על רמות גבוהות יותר של ייחוסים סטריאוטיפים כלפי פלשתינאים, רמות אמון ואמפתיה פחותות ביחס לאויב, רמות גבוהות יותר של ייחוס עוינות לאויב, ופחות נכונות להידבר עימו, לאחר חשיפה תקשורתית קצרה ביותר לטרור. מהירות השינויים הקוגניטיביים הללו מעידה על העוצמה הפוטנציאלית של התקשורת להשפיע על תפיסת האויב, הנכונות למשא ומתן, ובסופו של דבר על סיכויי פתרון הקונפליקט.

בניגוד לתעמולה, המשקפת מאמצים מתוכננים ומכוונים של שימוש בתקשורת בכדי לחולל שינויים בעמדות, המוטיבציה התקשורתית בחברה דמוקרטית מבוססת על מסירה של מידע אמיתי ואמין. עובדה זו מעצימה את עוצמתה של התקשורת, המצליחה לשנות עמדות, תוך סיקור של האירועים כפי שהתרחשו במציאות. לפיכך, ייתכן וטבעו הקיצוני של הטרור, הוא זה המניע שינויים קוגניטיביים מהירים מסוג זה.

ההקשר בו התקיים המחקר הנוכחי הינו חשיפה של צופים ישראלים לסיקורי טרור, כאשר בלתי אפשרי לקבוע, איזה מבין שני הממדים- ההקשר הישראלי או הטרור בכללותו, עומד ביסוד השינויים הקוגניטיביים שנמצאו. ניתן ליחס את השינויים הקוגניטיביים שנצפו, או לרגישות ישראלית ספציפית לאירועים שסוקרו, או לתגובות אוניברסאליות טבעיות לטרור עצמו. ההסבר המשולב, הינו המתקבל ביותר על הדעת, מכיוון שטרור מאופיין במרכיבים רבים שנמצאו רלוונטיים לשינוי בתפיסת האויב וייחוסים סטריאוטיפים, כאשר מידת השפעתם של מרכיבים אלו, תלויה בסביבה הספציפית בה מתרחשים האירועים.

ההקשר הפוליטי בו מתרחשים הסיקורים, מכתוב מסגרת נרטיבית מסוימת למתרחש, הבאה לידי ביטוי בסיקור התקשורת של האירועים (First, 1997). כך לדוגמא, שינויים חברתיים-פוליטיים ביחסי ישראל, מדינות ערב והפלשתינאים, חוללו שינויים בייצוגים סטריאוטיפיים של ערבים בתקשורת, וכתוצאה מכך הובילו לשינויים מהותיים תכופים בתפיסות הציבור את הערבים בעולם המערבי. טרם הקמת מדינת ישראל, התקשורת המערבית תיארה ערבים במונחים של תרבות ייחודית ופולקלור. התעצמותו של הקונפליקט הישראלי-פלשתינאי עיצב את דימוי הערבים בתקשורת כנחשלים, קיצוניים ובלתי אמינים. בעתות משא ומתן ומגעים מדיניים, כפי שהתרחש במהלך הסכמי אוסלו התמתנו הדימויים השליליים של ערבים בתקשורת ובציבור (First, 2002). בתקופת פריצתה של אינתיפאדת אל אקצה והשבר בשיחות השלום, הערבים דומו בתקשורת לטרוריסטים, רוצחים ורודפי בצע (Kang & Kapoor, 1996; קשב, 2005).

השינויים במציאות הפוליטית והתמורות במאפייני הסכסוך הישראלי-ערבי ויחסי הגומלין בין השותפים לקונפליקט, מתבטאים בייצוג הסמלי של ערבים בתקשורת, ועשויים להיות בעלי השפעה מכרעת על עמדות הציבור ביחס לערבים. לפיכך, לא מפתיע כי סיקור חדשותי של פיגועי טרור בישראל, במסגרת הסכסוך הממושך, הטעון והמתוח, מעצימה את דימוי המפגעים, כבלתי אמינים, מסוכנים, עוינים וצמאי דם.

לצד ההקשר הפוליטי-ישראלי, פיגועי הטרור עצמם, מכילים מאפיינים מובנים המעודדים הקצנה בעמדות ביחס למפגעים. תמיכה תיאורטית לכך, מספקת תיאורית הזהות החברתית, Social Identity Theory (Tajfel & Turner, 1986). תיאוריה זו טוענת כי השתייכות קבוצתית, מאופיינת בצורך בסיסי של הפרט להעלות ולחזק את מעמדה החברתי ודימויה החיובי של קבוצתו, באמצעות השוואה חברתית ותחושת עדיפות ועליונות ביחס לקבוצת חיצונית. קיומו

של איום המשבש את תחושת הביטחון של קבוצת הפנים, נוטה לעורר תהליך של דה-לגיטימציה ביחס לקבוצה המאיימת. באופן זה, הסכנה המשמעותית המאפיינת פיגועי טרור, עלולה להגביר תחושות של איום, מציאותי או סובייקטיבי, המייצר המעטה והקצנה ביחס לקבוצת החיצונית המאיימת (Quillian, 1996; Stephan & Stephan, 2000).

נוסף על כך, טרור וסיקורו התקשורתי, נוטים להבליט שייכות לאומית. נגיעתו של הטרור לתהליכי הבחנה חברתית ולאומית, עשויה להסביר הקצנה בתגובות השליליות ביחס לאויב (Oswald, 2005). הבחנה חברתית מחזקת צורך טבעי לשמר דימוי עצמי חיובי, באמצעות בידול בין קבוצת הפנים והחוץ, שהופכת את קבוצת הפנים לאטרקטיבית יותר (Oakes & Turner, 1980). איומים על הדימוי העצמי הנגרמים על ידי טרור, עשויים להוביל להזדהות לאומית מוגברת עם קבוצת הפנים (Oswald, 2005). תופעה זו קיבלה תמיכה במספר מחקרים שהראו עלייה בהזדהות עם קבוצת הפנים, שהתבטאה בהתפרצות פטריוטיזם ומעורבות חברתית בתקופות של טרור (Moskalenko, McCauley & Rozin, 2006; Oswald, 2005; Rivenburgh, 2000; Silver & Silver, 2003).

באופן פרדוקסאלי, פיגועי טרור, שנועדו להשיג מטרות לאומיות ופוליטיות של הגורמים המפגעים, יוצרים הסלמה בעמדות, והקצנה של הפער בין קבוצות לאומיות שונות. להקצנה בעמדות וברגשות השליליים תפקיד מרכזי בהסלמה של הקונפליקטים האלימים והם מהווים גורם נכבד בתהליכי מיתון של קונפליקטים ופתרון סכסוכים. עם זאת, קשה לקבוע האם ההסלמה בעמדות הנובעת מהלוחמה הפסיכולוגית של ארגוני הטרור באמצעי התקשורת, תוביל לכניעה לדרישות ארגוני הטרור, ותעודד נקיטת צעדים מעשיים לפתרון הקונפליקט, או שמא תניב הקצנה של הסכסוך. סוגיות אלו הינן משמעותיות בניהול עימות נמוך עצימות, ובקבלת ההחלטות ביחס להתמודדות עם לוחמה פסיכולוגית באמצעי התקשורת.

ביחס לשאלת המחקר שעסקה בטבעם של יחסי הגומלין בין השינויים הרגשיים והקוגניטיביים כתוצאה מהחשיפה התקשורתית לטרור, ממצאי המחקר הנוכחי הראו מתאם מובהק בין התגובות הרגשיות והקוגניטיביות לאחר החשיפה. תגובות חרדה וכעס נמצאו במתאם חיובי עם שינויים בתפיסות שליליות ביחס לאויב, ובמתאם שלילי עם תפיסות חיוביות כלפיו. עלייה בחרדה ובכעס המצביים לוו בהקצנה בייחוסים סטריאוטיפים, תפיסת אויב שלילית ותפיסת עוינות האויב. בנוסף, הגברה בחרדה ובכעס המצביים נמצאה קשורה להפחתה ברמת האמון באויב, אמפתיה כלפי האויב ונכונות להידבר עימו.

סביר להניח, כי תחושת הצפה של חרדה וכעס כתגובה לאיומי הטרור, תתפעל צורך במנגנוני הגנה. במצבי חשיפה ישירה לטרור, כבכל המצבים המסוכנים, תגובה הישרדותית טבעית לאיום תהיה בריחה (Cannon, 1932; Newhagen, 1998). לעומת זאת, במצבי חשיפה לטרור באמצעות התקשורת, תגובת בריחה התנהגותית אינה רלוונטית, ועל כן מצריכה שימוש במנגנוני הגנה שאינם התנהגותיים. בנסיבות אלו, הערוץ הקוגניטיבי מקבל משמעות ניכרת, כמנגנון התמודדות. המעטה בערך האוייב והגדלת המרחק מהאוייב, המייצג את קבוצת החוץ, עשוי לשרת סוג של "בריחה קוגניטיבית", המתבטאת בהקצנה בעמדות ביחס לאוייב. המשגה זו עשויה לקבל תמיכה במחקרים שהראו שהגברה בעוינות ובאיבה כלפי האוייב, מהווה מנגנון התמודדות בעתות חרדה ואיום (Bar-Tal, 1989; Marcus, Sullivan, Theiss-Morse & Stevens, 2005).

הממצאים בדבר השינויים הקוגניטיביים והרגשיים בעקבות החשיפה לסיקורי טרור בתקשורת, מדגישים את כוחה הרב של התקשורת בעתות קונפליקט. בלחימה של העידן המודרני, בעיקר בזו המתנהלת בין צבא לכוחות גרילה, יש לתקשורת מרכיב משמעותי בתוצאות המערכה ובמידת הלגיטימיות שלה. מושגים חדשים, שכמעט לא היו מוכרים לפני כן, הפכו בשנים האחרונות למכריעים בניהול מלחמות: מהירות העברת המידע למסך הטלוויזיה, שימוש יצירתי במידע, השגת תמונות דרמטיות ורהיטות דיבור, בהיותם מרכיבים מהותיים בעיצוב תגובות הציבור לאירועים.

למרות האפקטים הרגשיים והקוגניטיביים המשמעותיים, הציבור ממשיך לצרוך באופן אינטנסיבי את סיקורי החדשות בטלוויזיה, כשסוגיית ויסות הצריכה של סיקורי החדשות, מקבלת התייחסות מזערית בספרות המחקרית ובשיח הציבורי. הצריכה הגבוהה של הציבור את סיקורי החדשות בעת פיגועי טרור, בשילוב עם המודעות הנמוכה להשלכות הפסיכולוגיות של הצפייה, מחייבות מחקר ויישום של כלים טיפוליים המגבירים את מודעותו ועמידותו של הציבור הרחב כנגד החשיפה העקיפה לטרור.

התמודדות עם חשיפה תקשורתית לטרור: תמונות מצופה פאסיבי ל"מטה-צופה"

בחלקה הראשון, השערת המחקר השנייה טענה כי נבדקים שישתתפו בהתערבות קלינית מניעתית (רגשית/ קוגניטיבית) טרם החשיפה לסרט הטרור, יציגו רמות מתונות יותר של רגשות שליליים ותפיסות שליליות ביחס לאוייב, לעומת נבדקים שיחשפו לסרט הטרור וישתתפו בהתערבות הביקורת. השערה זו אוששה חלקית.

נמצא כי שתי ההתערבויות המניעתיות, ההתערבות הרגשית והקוגניטיבית, נמצאו יעילות בהפקת רמות נמוכות יותר לאחר החשיפה של החרדה המצבית הגלויה וההשלכתית, תפיסת האויב השלילית ותת הסקלה של תפיסת עוינות האויב, לעומת התערבות הביקורת. בנוסף לכך, ההתערבויות המניעתיות הגבירו את מידת האמון והנכונות להידברות עם האויב. עם זאת, ההתערבויות הקליניות לא הצליחו למתן בתנאי החשיפה לסרט הטרור את הכעס המצבי והסטריאוטיפים ביחס לאויב, ולא הגבירו את האמפתיה כלפי האויב.

ניתן להבחין בעקביות ושיטתיות מסוימת, בתבנית ממצאים זו. כעס, אמפתיה נמוכה וסטריאוטיפים, נמצאו עמידים יותר בפני ויסות. עמידות זו עשויה לנבוע מתפקידם ההגנתי של משתנים אלו, בתנאי איום, בהיותם אמצעי לשימור תחושת עליונות ביחס לאויב

(Rogers, 1983). בהתאם לכך, כעס ונגזרותיו הקוגניטיביות, הכוללות אמפתיה נמוכה וסטריאוטיפים שליליים, עשויים להיות אמצעי הסתגלות והתמודדות, ולכן הויתור עליהם עלול להיות מאיים. בניגוד לכך, ההתערבויות הקליניות חיזקו את אותם המשתנים הקשורים לרצון לפתרון הקונפליקט, על אף שכעס וסטריאוטיפים שליליים המשיכו להתקיים. לכאורה, תבנית זו עשויה להראות פרדוקסאלית, לאור ההנחה הרווחת כי פתרון קונפליקט מחייב הפחתה משמעותית בשנאה ובהתייחסות השלילית ביחס לאויב. ממצאי המחקר הנוכחי מעידים על אפשרות בה הנכונות לפתרון הקונפליקט מתגברת, ללא תלות בשינוי יסודי במאפיינים בסיסיים, כגון כעס הגנתי, או סטריאוטיפים מוצקים, העמידים יותר בפני שינוי.

הסבר אפשרי לכך הוא שבבסיס שתי ההתערבויות הקליניות ניכר דחף להניע את הצופים מצריכה פאסיבית של מידע תקשורתי מאיים, המלווה בייאוש וחוסר אונים, לצריכה אקטיבית, המלווה במאמצים מודעים לוויסות הצריכה. מרכיב משמעותי בהצלחת ההתערבויות הקליניות, היה יעילותן בהפחתת החרדה, ושחרור משאבים פסיכולוגיים והשקעתם בדרכים חדשות של התמודדות. שלא במכוון, הצלחת ההתערבויות הקליניות בהנעת הצופים מעמדה פאסיבית לאקטיבית, יצרה תוצר לוואי של רצון לצורות חדשות של שליטה, הכוללות רצון לפתרון הקונפליקט. ממצאים אלו מעידים כי במקרה של טרור, ייתכן ויש צורך לבחון מחדש אסטרטגיות מסורתיות של התערבויות שנועדו לקדם את פתרון הקונפליקט. היכולת למתן התבצרות בעמדות להידברות עם האויב, היא אחת מנקודות החוזק המשמעותיות ביותר של ההתערבויות, עבור חברה המצויה בקונפליקט.

על אף בהירות כיווניותם של הממצאים, וההסבר הנובע מהן, חיוני להדגיש כי המחקר הנוכחי בודק את מיתון התגובות השליליות לחשיפה עקיפה לטרור, בהקשר של עימות נמוך עצמות, ואינו ניתן להכללה מעבר להקשר הקיצוני והכרוני, לצורות אחרות של אלימות פוליטית. עם זאת, נסיבות אלו רלוונטיות בעידן הנוכחי לאזורים רבים בעולם, הסובלים מחשיפה כרונית לאלימות פוליטית וטרור, שאומדנם נע כיום בכ-70 אזורים המאופיינים בקונפליקט אקטיבי ממושך (Lee, 2006).

עובדה מעניינת היא ששתי ההתערבויות, הרגשית והקוגניטיבית, יצרו תבנית זהה של ממצאים, ללא הבדל ביעילותן של שתי ההתערבויות. הסבר אפשרי אחד לכך הינו שהמוקד הספציפי של ההתערבות הקוגניטיבית בשינוי מחשבות אוטומטיות שליליות לחיוביות, והמוקד הספציפי של ההתערבות הרגשית, בעיבוד וויסות רגשי, היו יעילים באותה המידה בכדי לחולל את השינויים הרגשיים והקוגניטיביים שנצפו. הסבר חלופי לכך, הוא שלמרות המוקד השונה בכל התערבות, קיימת אפשרות ששתי ההתערבויות הכילו מרכיבים משותפים שהיו דומיננטיים ומרכזיים לתהליכים שהתרחשו.

שני ההסברים הללו מדגימים את המורכבות בזיהוי והערכה של המרכיבים האחראים לשינוי המתרחש בהתערבויות קליניות באופן כללי. בתחום הטיפולי קיים קושי מהותי להבחין בין מרכיבי השיטה הטיפולית האחראים על השינויים ותוצאות הטיפול, ולהימנע מקיומם של מרכיבים משותפים בשיטות טיפול שונות (Kazdin, 1986).

בניסיון לספק הסבר אפשרי לדמיון בין ההתערבויות, ניתן להבחין כי שתיהן סיפקו שלבי הכנה לצופים, שאפשרו גיוס של מנגנוני התמודדות, והפחתה של מרכיב ההפתעה עם החשיפה. הסבר זה עומד בקנה אחד עם ספרות מחקרית מבוססת המראה כי חוסר ודאות ועמימות מגבירים מצוקה בנסיבות אלימות (Minkowski, 1993), וכי הכנה מראש למצב שעלול להזיק, מפחיתה את חומרת השפעתו. הכנה מוקדמת למצב לחץ, מספקת אינפורמציה המאפשרת לנבדק להתכונן לאירוע, ולהיערך לתהליכי התמודדות, המפחיתים את השפעתו המזיקה (Lazarus & Folkman, 1984).

שנית, שתי ההתערבויות התאפיינו במתכונת קבוצתית. על אף שההתערבויות התמקדו באינדיבידואל, ולא התבססו על תהליכים קבוצתיים להשגת מטרותיהן, ייתכן והמסגרת הקבוצתית עודדה תמיכה חברתית, שנמצאה כגורם עמידות מרכזי המקדם התמודדות עם חשיפה למצבי לחץ (Seeman, 1996). בעתות מלחמה, נמצא כי השתייכות לסביבה תומכת, משפחתית,

חברתית או קהילתית, ממתנת את חומרת החולי ומאיצה את ההחלמה מנזקים פיזיים ונפשיים. היכולת לשתף, לזהות תחושות משותפות, להסתייע ולרכוש מיומנויות התמודדות חדשות בהכונת הזולת, מחזקים את ההתמודדות. כך לדוגמא, נמצא כי בני קיבוצים התמודדו טוב יותר עם שכול מתושבי ערים גדולות, במהלך מלחמת יום הכיפורים בישראל

(Kauffman & Elizur, 1983). בנוסף, משפחות שאופיינו בתקשורת רגשית ותמיכה גבוהה, במהלך מתקפות הטילים על ישראל במלחמת המפרץ, הפגינו רמות חרדה נמוכות יותר לעומת משפחות שאופיינו בתקשורת בין אישית נמוכה (Zeidner, Klingman & Itzkowits, 1993). בתום הליך המחקר הנוכחי, נבדקים רבים חשו צורך ספונטאני לתאר את התרשמותם מההתערבויות. למרות התכנים הקשים בהם עסקו ההתערבויות, נבדקים רבים דיווחו על הנאה ועניין רב בהשתתפות בהתערבויות, תוך הדגשת האלמנט הקבוצתי, בהאזנה לעמדות ותחושות של אחרים וחויית התרומה האישית לקבוצה.

גורם משותף שלישי לשתי ההתערבויות, הינו הניסיון לחזק את תחושת השליטה האישית של הצופים בשעת הצפייה. האמונה בדבר שליטה אישית, נמצאה כגורם עמידות מרכזי בחשיפה לטרור. הערכה של הפרט כבעל שליטה במצב, ידועה כמקור להפחתת האיום, והגברת זמינותם של מנגנוני התמודדות יעילים יותר (Lazarus & Folkman, 1984). כאשר הפרט מאמין כי הסביבה מסוכנת ואין ביכולתו להתמודד עמה, הוא יחוש מידת איום רבה יותר, ויפנה לדפוסי תגובה של בריחה והימנעות. לעומת זאת, כאשר הוא מאמין שהסביבה מסוכנת, אך ביכולתו להתמודד עמה, יפנה הפרט לתגובות התכונות והתמודדות יעילה יותר (Masten & Coatsworth, 1998). חיזוק השליטה האישית התרחש בשתי ההתערבויות באמצעות ציוד הצופים בכלים המאפשרים ויסות של החשיפה, ושימוש באסטרטגיות קוגניטיביות ורגשיות, המחזקות פעולות אקטיביות בעת החשיפה הטלוויזיונית לטרור.

מגמת השינוי בתחושת השליטה של הנבדקים, ניכרה במהלך ההתערבויות. בפתיחת התהליך בשתי ההתערבויות הנבדקים התבקשו לדווח על רגשותיהם או מחשבותיהם האוטומטיות ביחס לקונפליקט. הדיווחים השכיחים ביותר כללו תחושות פחד, חוסר אונים ופאסיביות לאור מתקפות הטרור החוזרות ונשנות. רבים הביעו תחושות של ייאוש, מבוי סתום ותסכול כתוצאה מחוויה ממושכת של חוסר שינוי ואי התקדמות של הקונפליקט לקראת משא

ומתן או פיתרון. בנוסף, נבדקים רבים דיווחו על אדישות, עייפות ושימוש במנגנוני ניתוק כאמצעי התמודדות עם החשיפה האינטנסיבית לסיקורי טרור ואלימות פוליטית בתקשורת. חלקם ציינו כי בחרו באופן מודע לא לצרוך עיתונות באופן יומיומי, לא לצפות בסיקורי החדשות בטלוויזיה, לא לעסוק במציאות הבטחונית ולהימנע משיחות ומחשבות בנושא.

תדירותם הגבוהה של דיווחים על צורך בהימנעות מחשיפה למידע ביחס לקונפליקט, מרמזת על צורך עז בהדחקה, שייתכן והינה בלתי אפשרית, בחיים המאופיינים בחשיפה כרונית לקונפליקט. בעידן מהפכת המידע בשילוב התמורות הטכנולוגיות, כמעט בלתי אפשרי להימנע מחשיפה למידע, המציף את הצרכן באופן חודרני ובלתי נשלט. מנגנון ההדחקה מתקשה לעמוד כנגד החשיפה החוזרת ונשנית למצב לחץ, ונמצא כגורם סיכון בהתמודדות עם טראומה (Beck & Shipherd, 2005).

אחד מהסימנים להפרעות חרדה הינו הימנעות ממצבים. הימנעות זו נמצאה קשורה לעוררות של פחד וחרדה, בעיקר עם החשיפה לגירויים הקשורים לגירוי המאיים המקורי (LeDoux & Gorman, 2001). נטייה הימנעותית נמצאה קשורה אף לסימפטומים פוסט-טראומטיים בעוצמה גבוהה יותר לאחר חשיפה לטרור (Gil, 2005). בנוסף הימנעות פאסיבית מהגירוי המאיים תובעת מחירים בתפקוד היומיומי (LeDoux & Gorman, 2001). כך לדוגמא, בישראל תושבים רבים בחרו לא לנסוע בתחבורה ציבורית, לאחר גל של פיגועי מחבלים מתאבדים באוטובוסים. בנוסף, ציבור רחב בישראל בוחר לא להיחשף לעיתונות ולסיקורי החדשות בטלוויזיה. עם זאת, בהקשר של טרור, ההימנעות ממידע והגירויים הקשורים אליו בלתי אפשרי. כך, מנגנון שלכאורה מהווה מנגנון הגנה, תובע את מחיריו, ומוביל לחרדה בעוצמה גבוהה יותר. מחקרים מעבדתיים מוכיחים כי ההמרה של הנטייה ההימנעותית לסגנון התמודדות אקטיבי, המאפשר מחשבות והתנהגויות הממתנות את החשיפה לגירוי המאיים מחד, אך מותירות את האדם פעיל בחייו, ממתנות את תגובות החרדה והפחד (Amorapanth, LeDoux & Nader, 2000; LeDoux & Gorman, 2001). כך לדוגמא, אדם המעדיף להימנע מחשיפה לסיקורי החדשות בטלוויזיה, יכול לבחור ערוץ חשיפה אלטרנטיבי ומתון יותר למידע. אדם החושש מביקור במרכז בילוי מסוים בשל חרדה מפיגוע, נדרש להמיר את ביקורו לאזור בילוי אחר, אך לא לוותר על היציאה מהבית.

מחקר שנערך בישראל בעיצומה של אינתיפאדת אל אקצה מצא כי בארץ יש העדפה לסגנון התמודדות פעיל וממוקד בבעיה בהתמודדות עם הטרור (Zeidner, 2006). עם זאת, יעילותה של אסטרטגיית התמודדות תלויה בהתאמתה לסוג האירוע המלחיץ (Lazarus, 1993; Zeidner & Saklofske, 1996). אופיו הקיצוני של הטרור, הופך את ההתמודדות עימו למורכבת. כאירוע בלתי נשלט, קיימת מורכבות בהפעלת מיומנויות פתרון בעיות אקטיביות המונעות את איום הטרור, או את הנזק העתידי שהוא עשוי לחולל. בנוסף, עוצמתו של האיום, מקשה על ויסות הרגשות השליליים, והמרתם ברגשות חיוביים להתמודדות עם מצב הלחץ (Zeidner, 2005; 2006). משמעותה של ההתמודדות הפעילה עם החשיפה לטרור בתקשורת אינה ברורה מאליה.

לאור מורכבות זו, ההתערבויות במחקר הנוכחי לא עסקו בניסיונות לשינוי מצב הלחץ או במיומנויות פתרון בעיות להתמודדות עם חשיפה לטרור. ההתערבויות התמקדו בהיבט הניתן לשליטה בקרב הציבור שנחשף בעקיפין לטרור באמצעות התקשורת- אספקת כלים רגשיים וקוגניטיביים להתמודדות עם לוחמה פסיכולוגית ועם החשיפה למראות הקשים של הטרור. בזירה המדינית או הבטחונית, ייתכן ואין בידי האזרח הבודד אמצעים למנוע את התרחשותם של פיגועי טרור, להימנע או להימלט מהם. למרות זאת, בזירת הלוחמה הפסיכולוגית, הציבור אינו חסר אונים כנגד הטרור, כי אם נדרש ומסוגל למגנים ופעולות פסיכולוגיות בכדי להתמודד עימו. ההתערבויות במחקר הנוכחי, ספקו כלים קוגניטיביים ורגשיים המאפשרים צרכנות מושכלת, המאפשרת לשאת את המידע המאיים. הן לא אפשרו הימנעות פאסיבית, כי אם חשיפה ביקורתית, מבוקרת, סלקטיבית ונבונה, שפתחה ערוץ התמודדות אלטרנטיבי ופעיל עם החשיפה לטרור בתקשורת. ההתערבויות נועדו לסייע לצופים להשתמש במנגנונים אדפטיביים של ויסות ולהימנע מהדחקה, חוסר מעורבות, אדישות וחוסר עניין. התגובות הרגשיות והקוגניטיביות בתום המחקר שיקפו את התמורה מהתמודדות סבילה לפעילה. בתום המחקר, הנבדקים שהשתתפו בהתערבויות הקליניות, הציגו עמדה רגשית יציבה יותר, המתבטאת בחרדה פחותה יותר, ותחושת שליטה גבוהה יותר, שהתבטאה בנכונות גבוהה יותר לפתרון הקונפליקט ולניהול משא ומתן עם האויב.

לצד המרכיבים המשותפים בשתי ההתערבויות, קיימים מרכיבים ייחודיים לכל התערבות, שעשויים להסביר את יעילותן בהגברת עמידות הצופים. ההתערבות הקוגניטיבית התמקדה בשינוי הנחות יסוד הכוללות חוסר אונים, קורבנות ופאסיביות בהנחות המעצימות את יכולתו של הפרט להתמודד עם חשיפה לטרור בתקשורת. מוקד זה הושג באמצעים שונים כגון:

הגברת מודעות הצופים לחלקיות הסיקורים ולמרכיבים בסיקור התקשורת המעצימים את התגובות השליליות, כדרמטיזציה, חשיפה לסבל אנושי, מחזור של מידע מצולם, עריכה ואפקטים ויזואליים, עוררות הזדהות אנושית ותמונה נטולת הקשר.

בנוסף, הודגש הצורך בצריכה ביקורתית וסלקטיבית של מידע ביחס לקונפליקט, והאחריות האישית לקביעת מינון חשיפה אישי לצריכת סיקורי טרור. כמו כן, ההתערבות התמקדה בעימות מחשבות אוטומטיות שליליות שעשויות להעצים חרדה, אל מול אינפורמציה סטטיסטית עובדתית, כגון: סיכויי פגיעה מפגיע טרור לעומת סיכונים אחרים, או הצגת נתונים הסותרים את חווית חוסר השינוי בקונפליקט לאור תנודות ביוזמות הפוליטיות האקטיביות לפתרון הסכסוך בעשור האחרון.

ההתערבות הרגשית העצימה את שליטתו של הפרט תוך כדי החשיפה לסרט הטרור, באמצעות ציודם של הצופים במיומנויות ויסות רגשי תוך כדי החשיפה הכוללת: שיתוף רגשי, צפייה משותפת, שימוש בטכניקות רגיעה, שליטה במינון החשיפה וויסות רגשי תוך כדי החשיפה באמצעות מנגנוני קשב סלקטיבי לפרטים מסוימים בסיקורים. במקרים בהם חווית הצפייה קשה מנשוא, ההתערבויות סיפקו לגיטימציה לניוד תשומת הלב באופן באופן פעיל באמצעות החלפת ערוץ לשפע הערוצים המספקים חוויות אלטרנטיביות.

אם כן, ההתערבויות קידמו שינויים במיומנויות הצפייה של הנבדקים, מצפייה פאסיבית לסיקורי טרור, לצפייה אקטיבית, מושכלת, מודעת, ביקורתית וסלקטיבית. התמורות הטכנולוגיות והתקשורתיות המאפיינות את עידן המידע, מחייבות תמורות במאפייני צרכני התקשורת, ודורשות שינוי בהרגלי צפייה מסורתיים. הצופה בעידן המידע נדרש להיות "עורך חדשות" אישי, המתאים את תכני ואופנויות החשיפה לצרכיו. עליו לבצע ברירה של מידע, לבחור מתי להחליש את עוצמת הקול, להחליף ערוץ כשנדרש, לאסוף מידע ממגוון ערוצי תקשורת, ולהתבונן באופן ביקורתי במידע הנאסף. הצופה נדרש להפעיל תהליכי "מטה-צפייה", תהליכים מטה-קוגניטיביים המזהים את הרגלי הצפייה שלו, ומאפשרים לו לעצב הרגלים חדשים התורמים להסתגלותו ובריאותו הנפשית. כתוצאה מכך הצופה אינו עוד צופה פאסיבי, כי אם חושב, מפרש, מתבונן מן הצד בתהליך עשית וברירת החדשות, מודע להשלכות הצפייה, מזהה רגישויות סובייקטיביות לגבי תכנים מסוימים ולומד להתמודד עמן.

תהליך של צריכה אקטיבית של סיקורי החדשות אינו טבעי בעידן התקשורת הנוכחי. הנטייה לתפוס את הצפייה בטלוויזיה כפעילות פנאי, מוכללת גם לסיקורי החדשות, ומובילה להעדפה לצפייה פאסיבית, שאינה מאפשרת עיבוד מידע מעמיק וביקורתי. צריכה ביקורתית של סיקורי החדשות, דורשת מן הצופה לבצע ניתוח של המסר במהלך הצפייה ולשאול את עצמו שאלות כגון: איזה מידע הושמט מן המסר? מיהו יוצר המסר? מהם ערכי מעבירי המסר? מהם מקורות התקצוב של המסר? האם מקורות מידע אחרים מעבירים מסר דומה? שאלות מסוג זה, דורשת מהצופה הקצאת משאבים, שאינו מורגל אליהם בעת הצפייה בטלוויזיה, ודורשת אימון והכנה של הציבור (McBrien, 2005).

על אף המשאבים הכרוכים בהתמקדות בצופה כגורם מווסת המידע, אפשרות זו הינה עדיפה לעין ערוך ברמה הערכית והדמוקרטית לעומת ויסות או צנזורה של מידע מצד גופים פוליטיים או תקשורתיים. יתרונה, שהיא מאפשרת חשיפה למידע כפי שהוא, ללא גניזה של המידע, אך מעניקה לצופים כלים להפוך לצופים ביקורתיים, אקטיביים ובעלי מיומנויות המאפשרות להם לשקול את מינון החשיפה לתקשורת ואופן עיבוד המידע. בנוסף, בעידן מהפכת המידע, והתקשורת הגלובאלית והוירטואלית, כמעט בלתי אפשרי להימנע מחשיפה למידע, המציף את הצרכן באופן חודרני ובלתי נשלט. על כן, בשנים האחרונות גורמי ממשל ומחלקות חינוך במדינות רבות ברחבי העולם, כגון קנדה, אנגליה, אוסטרליה וארה"ב, העניקו תקציבים ותמיכה ממסדית לתוכניות בתחום הוראת התקשורת Media Literacy, פעילות חינוכית המספקת מידע לפרט לגבי אופן יצירה של מסרים בתקשורת לצד מתן כלים לניתוח מסרי תקשורת שונים (Kubey, 1997). למרות זאת, עדיין מרבית המשאבים הפוליטיים מושקעים בדיונים לגבי חוקי צנזורה ופיתוח אמצעים טכנולוגיים יעילים לחסימת שידורים (Jordan, 2000;)

(Kubey, 1998; Schmitt, 1999; 2000).

חלקה השני של השערת המחקר השנייה, טען כי בתנאי החשיפה לסרט ללא טרור, לא ימצאו הבדלים ברמות המשתנים הרגשיים והקוגניטיביים לאחר החשיפה, בין שלושת תנאי ההתערבות (התערבות רגשית, קוגניטיבית או ביקורת). השערה זו אשר אוששה, הפיקה נתון משמעותי ביחס להתערבויות. מובהקות הממצאים העידה כי השתתפות בהתערבויות הקליניות בעתות רגיעה, בהקשר שאינו מאופיין בחשיפה לטרור, אינה מועילה ואינה מזיקה. ממצא זה מעיד כי יעילות המיומנויות הנרכשות בהתערבויות, תלויה בהקשר. נתון זה מספק תוקף להתערבויות הקליניות המציידות את המשתתפים במיומנויות להתמודדות עם חשיפה עקיפה

לטרור באזורי חשיפה גבוהה, בניגוד למתן אותן מיומנויות בהקשר שאינו מאופיין בחשיפה לטרור. בנוסף, ממצא זה מפריך את החשש שעשוי להתעורר מפני התערבויות העוסקות בחשיפה לטרור, שמא התערבויות אלו לא יצרו אפקט חיסוני, בשל אופיו הקיצוני והמאיים של הטרור, אלא יגבירו את רמת החרדה ואי ההסתגלות.

מגבלות המחקר והשלכות מחקריות

המחקר הנוכחי ייחודי בתחומו בהיותו מחקר מעבדה אמפירי מבוקר, בניגוד לריבוי של מחקרים מתאמיים בתחום, ובהציעו התערבויות להתמודדות עם חשיפה תקשורתית לטרור. עם זאת, ככל מחקר ראשוני, המתערך בחדשנותה של הראשוניות, הוא גם סובל מצעירותה ומגבלותיה. מרכיבים מסוימים הנובעים משאלות המחקר עדיין עומדים בסימן שאלה ודורשים בירור מעמיק יותר במחקרי המשך.

איתור משתנים מצביים ואישיותיים המתווכים את השפעות החשיפה לטרור במדיה

המחקר הנוכחי חסר את היכולת לאתר את המרכיבים הספציפיים בסיקורי טרור, המהווים גורמי סיכון ועמידות בעת החשיפה. עורכי חדשות, הטרודים בסוגית רגישות החשיפה לטרור בתקשורת, מתבלטים לא פעם לגבי שילובם של מרכיבים מסוימים בסיקור התקשורת של אירועי טרור כגון: תמונות פצועים, תיעוד עבודת כוחות ההצלה, עדויות של נוכחים במתחם הפיגוע, חפצי קורבנות מושלכים בזירת הפיגוע, סיפורים אישיים של משפחות הקורבנות, חשיפה לתמונות המפגעים, מוסיקת רקע ערוכה, תיעוד סדרתי חוזר ונשנה של האירועים וחשיפה לתמונות החללים.

לאור זאת, יש להישמר מהסקה כוללנית ממצאי המחקר, הקובעת כי סיקורי אירועי טרור הינם בהכרח מלווים בנזק והשלכות פסיכולוגיות. ייתכן ואין מדובר במושאו של הסיקור המוביל לתגובות החרדה, כי אם באופנויות הסיקור. חיוני לבצע את ההבחנה בין סיקורי אירועי טרור בכללותם, לבין מוטיבים מסוימים בסיקורים שעשויים להוביל למצוקה פסיכולוגית. כך לדוגמא, נבדקים שדיווחו על חשיפה חוזרת ונשנית לאנשים נופלים או קופצים ממגדלי מרכז הסחר העולמי, בפיגועי ה-11 לספטמבר, סבלו מסימפטומים פוסט טראומטיים ודיכאון, ברמה גבוהה יותר במובהק מנבדקים שלא נחשפו לאלמנט זה בסיקורים (Ahern, 2002).

על כן, מחקרי המשך ידרשו לבחון עד כמה לאלמנטים ספציפיים השפעה על התגובות הרגשיות והעמדות הקוגניטיביות של הצופים. יתרונותיו של העידן הטכנולוגי הנוכחי, שהינו

מספק אופנויות רבות ומגוונות למסירת מידע. אותו המידע יכול להימסר לציבור באינספור מלבושים ותפאורות. מחקר המשך שיבחן את תרומתם של המרכיבים הספציפיים בסיקור התקשורתי להגברת סיכון או עמידות, עשוי לחזק את תרומתו של המרכיב הפסיכולוגי, לשיקול הדעת בעריכת והפקת סיקורי החדשות של פיגועי טרור.

מחקר מסוג זה, דורש מדדים עדינים ומדויקים יותר להערכת תנודות רגשיות בקרב הצופים במהלך החשיפה. מדדי דיווח עצמי הנאספים בתום הצפייה אינם רגישים דיים לאיתור של מאפייני הסיקור התקשורתי המתווכים את התגובות במהלך הצפייה. על כן, מבחינה מעשית שילובם של מדדים פיזיולוגיים, המאתרים שינויים רגשיים ברמת דיוק רבה יותר במהלך החשיפה, עשויים לתרום לבידוד המשתנים המתווכים המחוללים את השינויים הנצפים. דרך נוספת לבידוד מוטיבים שונים בסיקורי הטרור, הינה חשיפה של קבוצות נבדקים לסיקורי טרור שונים הכוללים מוטיבים מובחנים בכל סיקור, שיאפשרו להעריך את ההשפעות הנבדלות של מאפייני הסיקור השונים.

ידוע כי לצד גורמים מצבים המאפיינים את מצב הלחץ, גורמים אישיותיים מאפיינים את אופייה של התגובה וההתמודדות עם המצב המלחצי. לפרשנות הקוגניטיבית האישית למצב, קיים משקל רב בעיצוב התגובה למצב לחץ (Lazarus & Folkman, 1984). טענה זו מעלה שאלות רבות העוסקות באישיותו ופרשנותו של הצופה, ביחס לאפקטים הרגשיים והקוגניטיביים שנמצאו במחקר הנוכחי.

משתנה מתווך אישיותי שמעניין לבחון הינו תפיסתו של הצופה את הרלוונטיות האישית של פיגוע הטרור ותחושת הסיכון האישי לפגיעה מטרור, ותרומתם להשפעות הרגשיות והקוגניטיביות שנמצאו. בחינה השוואתית של השפעות החשיפה לטרור בתקשורת לאוכלוסיות בעלות רמות רלוונטיות וסיכון שונות ביחס לקונפליקט, עשויות לשפוך אור על הסוגיה. כך לדוגמא, ניתן לבחון האם חשיפה של אוכלוסיה פלשתינאית בשטחים, לסרט הטרור במחקר הנוכחי, בו המפגעים מזוהים עם ארגוני טרור פלשתינאים, והקורבנות מזוהים עם האויב, היתה מחוללת אפקט רגשי וקוגניטיבי דומה לממצאי המחקר הנוכחי.

יתרה מזו, ניתן לבחון, האם אותו סרט טרור בהקרנה לאוכלוסיה זרה לקונפליקט במדינות מרוחקות, תחולל אפקטים דומים, כגון: עלייה במעורבות הרגשית, שינויים בעמדות ביחס למעורבים בקונפליקט, הזדהות עם הקורבנות, ונכונות למעורבות אקטיבית בסכסוכים רחוקים. מחקר שכזה יכול להעריך את תרומתה של התקשורת הגלובאלית, במעורבות של מדינות שונות בקונפליקטים וסבלותיהם של אחרים. מחקר השוואתי מסוג זה, המיועד לאוכלוסיות יעד

שונו, יאפשר לבחון האם האלמנט המזיק בחשיפה העקיפה לטרור, הינו הרלוונטיות האישית, או שמא המאפיינים האובייקטיביים- הויזואליים והתוכניים של הסיקור.

סוגיה נוספת שניתן לבחון הינה תרומתן של עמדות אתנוצנטריות להשפעות החשיפה לטרור בתקשורת וההתערבויות המווסתות. משתנים תכונתיים הקשורים ליחס לאחר ולקבוצות מיעוט, כגון גזענות, דוגמאטיות ורמת אתנוצנטריות, עשויים לתווך חלק מהתגובות שנצפו. משתנה מתווך אישיותי נוסף שעשוי להיות רב השפעה על התגובות לחשיפה לטרור הינו קיומה של אבחנה פסיכיאטרית, או סימפטומים נפשיים מהם סובל הצופה. מאפיינים רגשיים תכונתיים כגון חרדה תכונתית, כעס תכונתי, קיומה של מצוקה נפשית או אבחנה פסיכיאטרית בעת החשיפה, עשויים להיות בעלי השפעה מכרעת על התגובות לחשיפה העקיפה לטרור או התגובות להתערבויות המווסתות. מחקרים מסוג זה, עשויים לאתר קבוצות סיכון, בעלות פגיעות גבוהה יותר כתוצאה מחשיפה תקשורתית לטרור.

איתור אוכלוסיית היעד להתערבויות מניעתיות בתחום החשיפה לטרור

אחת הסוגיות המהותיות, בתחום המניעה הראשונית של לחץ, הינה איתור האוכלוסייה הרלוונטית להתערבויות. בכל תחומי בריאות הציבור, קיימת משמעות קריטית לזיהוי האנשים המצויים בסיכון לחולי. זיהוי אוכלוסיות הסיכון מאפשרות למוסדות בתחום בריאות הציבור, ליעד אוכלוסיות אלו לשירותי מניעה או טיפול. אותה הנחה משמעותית בתחום החשיפה לטראומה.

גורמי סיכון שאותרו בספרות המחקרית לפיתוח חולי נפשי כתוצאה מחשיפה לטרור הינם רמת הישירות והחומרה של החשיפה לטרור ורמת הפגיעות של האדם. ככל שהאדם נחשף באופן ישיר יותר לפיגוע טרור כך הוא מצוי בסיכון רב יותר לפיתוח הפרעת לחץ פוסט טראומטית. עם זאת, מחקרים העידו כי אנשים מסוימים פגיעים יותר מאחרים, בשל סיכון גנטי, היסטוריה קודמת של טראומה, מגדר נשי, פינוי מזירת הפיגוע, עדות ישירה לפיגוע והישרדות מפיגוע (Nishith et al., 2000; Breslau et al., 1999). גורמי הסיכון האישיותיים הללו, מתאימים לאוכלוסיה רחבה, ואינם ספציפיים דיים. בנוסף, חלק נרחב מאוכלוסיה זו עשוי להתמודד עם חשיפה לטרור באופן יעיל ללא התערבות טיפולית. חלקם עשויים להינזק מההתערבות הטיפולית. זיהוי אוכלוסיית הסיכון, שעשויה להיתרם מן ההתערבויות, תוך הבחנה מאוכלוסיה שעשויה להינזק מההתערבויות הינה קריטית, בהקשר של תוכניות התערבות להתמודדות עם חשיפה לטרור.

משתנים מתוכים שעשויים לסייע בזיהוי אוכלוסיית הסיכון, הינם היסטורית החשיפה ועוצמת החשיפה הקודמת לאלימות פוליטית. המחקר הנוכחי נערך במציאות הישראלית, בה מתקיימת חשיפה כרונית לטרור. אנשים שונים באוכלוסייה נחשפו ברמות שונות ובעוצמות שונות לקונפליקט. חלקם נכחו באופן ממשי בזירת פיגוע. רבים מכירים אדם שנפגע או נהרג כתוצאה מאלימות פוליטית (Milgram, 1993). אחרים שירתו ביחידות קרביות בצבא הישראלי, בו השירות הינו שרות חובה בישראל, ונכחו בעימותים צבאיים אלימים פוליטית. תושבי ישראל, מורגלים לתרגילים ביטחוניים, ולבדיקות ביטחוניות יומיומיות בפתחם של מוסדות ציבוריים. מדינת ישראל מרגע הקמתה, בשנת 1948, השתתפה באופן אקטיבי בשבע מלחמות כנגד מדינות ערב, מלבד האינתיפאדה בשטחים ומלחמת המפרץ, כך שילידי הארץ בשנות ה-60 לחייהם נחשפו בכל עשור בחייהם לעימות פוליטי רחב היקף.

יש לבחון האם אוכלוסייה שנחשפה באופן אינטנסיבי לאלימות פוליטית בעברה הינה עמידה יותר או מצויה בסכנה רבה יותר אל מול חשיפה לטרור בתקשורת. מחקרים בתחום, מרמזים כי חשיפה כרונית לטרור אינה מחשלת, כי אם מזיקה (Slone, 2006;)

(Slone & Hallis, 1999). יתכן, ובאזורי קונפליקט מידת החשיפה הקודמת עשויה להבחין בין האוכלוסייה העמידה יותר, והאוכלוסייה המצויה בסיכון. במחקר הנוכחי לא הוכללו נפגעי חשיפה ישירה לטרור. חיוני לבחון האם גם עבורם ההתערבויות שהופעלו במחקר הנוכחי יעילות או שמא עלולות לגרום נזק, התנגדות או פגיעה בתהליכי התמודדות טבעיים עם חשיפה קודמת לאלימות פוליטית.

אוכלוסייה נוספת המצויה בסיכון גבוה עם החשיפה העקיפה לטרור הינה ילדים. המחקר הנוכחי התמקד באוכלוסייה מבוגרת. ההשפעה המשמעותית שחוללה החשיפה לטרור בתקשורת על אוכלוסייה מבוגרת, מחייבת הערכה מדוקדקת של השפעותיה לצד הערכת תרומת ההתערבויות הקליניות עבור ילדים ונוער. צורך זה בולט לאור סקרי צפייה שהעידו כי תוכניות החדשות מצויות במקום ה-3 מבין 10 התוכניות המעודדות ביותר לצפיית ילדים בקרב הורים בארה"ב (Jordan & Woodard, 2003).

הבחנה בין חשיפה כרונית לחשיפה בודדת לטרור

סוגיה נוספת הדורשת הרחבה מחקרית נובעת ממגבלות בתוקפו החיצוני של המחקר. המחקר נערך במציאות הישראלית, המאופיינת בעימות נמוך עצימות וחשיפה כרונית לטרור, ועל

כן ממצאיו רלוונטיים לאזורי קונפליקט ברחבי העולם הסובלים מאלימות פוליטית ממושכת. עם זאת, שאלות המחקר הנוכחי מעסיקות אזורים רבים ברחבי העולם הסובלים מפעילות טרור בודדת. התעצמותו של הטרור הגלובאלי בשנים האחרונות, תוך הגדלת כמות תאי הטרור של ארגון אל קעידה ברחבי העולם, הניבה סדרה של פיגועים אקוטיים בודדים כנגד מטרות מערביות אסטרטגיות ומשטרים איסלאמיים מתונים ברחבי העולם, ביניהם פיגועי ה-11 בספטמבר בארה"ב, קזבלנקה, איסטנבול, אינדונזיה, מדריד ולונדון (Hoffman, 2003). החשיפה לטרור הינה בעיה גלובלית, המטרידה מדינות רבות שאינן מצויות בקונפליקט אקטיבי כרוני, או מורגלות בחשיפה לטרור. הערכה של השפעות החשיפה לטרור בתקשורת במדינות אלו עשויה להניב ממצאים שונים וצרכים שונים ביחס להתערבויות מוסתות.

תהליכי בקרה והערכה של ההתערבויות המניעתיות

ההתערבויות שהוצעו במחקר הנוכחי דורשות הערכה ממושכת יותר במחקרי המשך. ההתערבויות שהופעלו במחקר היו קצרות וחד פעמיות, בשונה מההתערבויות הקליניות הממושכות המקובלות בתחום מניעת הלחץ. בנוסף, יעילותן הוערכה בטווח הקצר, כאשר לא התקיימה בקרה לטווח ארוך לגבי המשך יעילותן, מעבר לאפקטים המידיים שנמצאו. העובדה כי ההתערבויות הקצרות והחד פעמיות חוללו שינויים משמעותיים בתגובות הרגשיות ובעמדות הצופים, מדגישה את עוצמתן ואת ערכן היישומי. עם זאת, בנסיבות בהן מתרחשת חשיפה עקיפה כרונית לאלימות פוליטית לצורתיה השונות, עמידות התוצאות של ההתערבויות עומדת בספק. על כן חיוני לבחון במחקרי המשך התערבויות תהליכיות וממושכות יותר להגברת עמידות האוכלוסייה בפני חשיפה עקיפה כרונית לטרור. תהליכי התערבות ממושכים יאפשרו הערכה מקיפה יותר של יעילות ההתערבויות, במיתון משתנים נרחבים מעבר למשתנים הרגשיים המצביים שנבחנו במחקר הנוכחי, כגון רמת מצוקה נפשית וסימפטומולוגיה פסיכיאטרית כתוצאה מהחשיפה לטרור.

אחת הסוגיות המורכבות ביותר בתחום הערכת יעילותם של טיפולים פסיכולוגיים, הינו זיהוי המרכיבים מחוללי השינוי בתהליך הקליני. ממצאיו האמפיריים של המחקר, מעידים על קיומו של שינוי בעקבות ההתערבויות, אך לא על מחולליו. ההתערבויות השונות כללו תהליכי שיתוף ועיבוד של מחשבות ורגשות, לצד הקניית כלים מעשיים ומיומנויות התמודדות לויסות החשיפה, ולצריכה אקטיבית של מידע. קיים קושי לזהות את תרומתם של המרכיבים השונים

בהתערבויות לשינויים שהתחוללו. בידוד הרכיבים השונים בהתערבויות מובחנות לצרכי מחקר, עשוי לפגוע בעוצמתן של ההתערבויות, ובאפקט המצטבר של האסטרטגיות השונות. עם זאת, איסוף מידע איכותי, כגון משובים ותחושות אישיות של הנבדקים בתום ההתערבויות, עשוי היה לספק מידע רב, שכה חסר בתחום ההתערבויות להתמודדות עם חשיפה לטרור. מחקר התערבות בשטח, מגובה בקבוצת ביקורת, שיאפשר הערכה של התערבויות ממושכות, באמצעות איסוף ממצאים אמפיריים לצד מידע איכותי, עשוי לתרום משמעותית לקידום ההתמודדות עם הסוגיה הבוערת של הגברת העמידות כנגד חשיפה לטרור.

השלכות יישומיות

המחקר הנוכחי נע על ציר שצדו האחד עוסק בסיכון ובנוק האישי והחברתי של החשיפה לטרור בתקשורת וצידו השני של ציר המחקר, ועוסק בעמידות וההתמודדות עם החשיפה לטרור. כמונחות על כפות המאזניים, התנהלו סוגיות הפגיעות והעמידות זו מול זו לאורך המחקר. ממצאי המחקר המעידים על פגיעות רגשית והקצנת עמדות כתוצאה מהחשיפה הטלוויזיונית לטרור, העצימו את כובד משקלן של ההתערבויות המגבירות עמידות. יעילותן של ההתערבויות המניעתיות, הדגישו את חשיבותם של מחקרי ההשפעה, המסייעים לאתר את גורמי הסיכון ואוכלוסיית היעד המתאימה להתערבויות. עם זאת, משמעויות המחקר הנוכחי והשלכותיו אינן נחרצות ככף המאזניים. סוגיות פוליטיות, פסיכולוגיות וערכיות מתערבות בתנודותיה. מורכבות זו ניכרת בדיון בהשלכותיהם היישומית של הממצאים.

ניתן לחלק את ההשלכות המעשיות של ממצאי המחקר הנוכחי לשלוש קטגוריות: האחת, עוסקת בהקשר הרלוונטי ליישומן של התערבויות קליניות מניעתיות להתמודדות עם חשיפה תקשורתית לטרור, השנייה עוסקת בתרומתן האפשרית של ההתערבויות בהקשרים הללו, והשלישית עוסקת בנושאי האחריות ליישומן של ההתערבויות. ההקשרים המתאימים באופן ברור לצורות שונות של התערבויות מניעתיות המגבירות עמידות, הינם אזורים המעורבים בעימות נמוך עצימות, המאופיין לעיתים תכופות בטרור. בנוסף, עשוי להיות יתרון כללי לכינון של תוכניות מגרה, שניתן יהיה ליישם באזורים, הסובלים ממתקפות טרור פתאומיות, המאפיינות את מגמות הטרור הגלובאלי בעידן הנוכחי, מלוות בסיקור תקשורתי מוגבר, ומיועדות לקהל יעד שאינו מורגל בחשיפה התקשורתית לטרור.

תרומתן האפשרית של ההתערבויות המניעתיות הינה תלויה הקשר. ביחס למשתנים הרגשיים, על אף התפקיד ההירדוטי והמסתגל של עוררות רגשיות במצבי סיכון, צמצום החרדה

לרמות שאינן פתולוגיות הינו מוצדק והכרחי. ביחס למשתנים הקוגניטיביים, הצורך בשינוי הינו תלוי בטבעו של הקונפליקט והאוייב. במדינה קטנה כישאל, המאופיינת בקונפליקט ממושך עם הפלשתינאים, אמצעים המדרבנים את פתרון הקונפליקט עשויים להיות מועילים. ייתכן והכרה בסיסית במורכבותו של הקונפליקט הכרוני, מונחת ביסוד השינויים בנכונות להידברות עם האוייב, שנצפו במחקר הנוכחי. ההקשר הישראלי יכול לספק שיעורים רבים הנדרשים להילמד, עבור אזורים אחרים הסובלים מקונפליקט ממושך. מנגד, קיימים הקשרים אחרים, בייחוד ביחס לטרור, בהם שינויים קוגניטיביים מסוג זה אינם מתאימים, אינם משרתים פונקציה הגנתית ואינם משקפים צורך חברתי בהתייחסות לארגוני הטרור.

בהקשרים המצריכים התערבויות להתמודדות עם החשיפה התקשורתית לטרור, יישום ממצאי המחקר הנוכחי אינו יכול להתבצע ללא דיון בנושאי האחריות ליישום הממצאים. שאלת האחריות לגבי השלכות החשיפה לסיקורי טרור בתקשורת, הינה סוגיה רגישה, מורכבת ותלויה באינטרסים רבים ומגוונים. עם זאת, לא ניתן להימנע ממנה, בכדי לקדם את האפשרות לייצר נגזרות מעשיות מהמידע המחקרי שנאסף. ממצאי המחקר הנוכחי מרמזים על אחריות משולשת, המשויכת לחברות השידור, לקהל צרכני התקשורת, ולמוסדות חברתיים בתחום בריאות הציבור.

השלכות יישומיות לחברות השידור

לגופי התקשורת תפקיד מהותי וחיוני במהלך קונפליקטים אלימים פוליטית בהעברת המידע לציבור. הדרך בה מסופקת האינפורמציה לציבור, טרם התרחשותו של אסון, במהלכו ובסופו, עשויה להיות בעלת השפעה מכרעת על תחושת הביטחון בציבור ורמת המצוקה שלו. על כן, אנשי תקשורת אינם חפים משיקולים של השלכות סיקורי הטרור ותוצאותיהם על הציבור הרחב.

העידן התקשורתי הנוכחי מציע אפשרויות מגוונות לאופני ייצוג שונים של אותו אירוע תקשורתי. ניתוח השוואתי של אוסף הדימויים וסגנון הסיקור של אותו פיגוע טרור ברשתות שונות, מראה עד כמה שונה הכיסוי התקשורתי, הדימויים הנבחרים, המסרים והתפיסות השונות ביחס לפיגוע ברשתות שונות. כך לדוגמא, בחינה השוואתית של סיקורי פיגועי ה-11 בספטמבר במרכז הסחר העולמי, בערוץ מרכזי בישראל, לעומת סיקורי ה-CNN, הרשת האמריקאית הגלובלית, הניבה אופנויות סיקור שונות במהותן בשני הערוצים.

הסיקור ברשת ה-CNN היה מאופק, מרוחק, נטה להראות את עבודתם המסודרת והמסורה של כוחות ההצלה ובחר לראיין אנשים בעלי יכולת רטורית, כשהקריין עצמו מסקר

בצורה מרוחקת ורגועה את ההתרחשויות. אופן הסיקור שקף אינטרסים אמריקאים, להבליט את העוצמה האמריקאית והשליטה גם בעת משבר. לעומת זאת סיקור הפיגועים בערוץ הישראלי כלל אוסף צילומים, המשדרים חוסר סדר, היסטריה וחוסר שליטה. רגע ההתנגשות של המטוסים במגדלי התאומים הוצג מזוויות שונות ובצילומים קצרים, ולאחר מכן הוצגה תנועת האנשים וכוחות ההצלה (Ben-Shaul, 2005).

ניתוח נוסף של סיקורי רשת הטלוויזיה FOX, שעות ספורות לאחר פיגועי של פיגועי ה-11 בספטמבר, טען כי הסיקורים עיצבו זהות אמריקאית קולקטיבית המבוססת על נרטיב מלודרמטי. באמצעים רגשניים ודרמטיים הודגשה העמדה האמריקאית הקורבנית הבלתי צודקת, ואת הצורך בשינוי העמדה הקורבנית לעמדת הגיבור, המתבססת על תפיסה מוסרית של שכר ועונש, ודורשת מלחמת צדק בתגובה למתקפות הטרור. הסיקורים הדגישו את ההבחנה בין טובים לרעים ובין קורבנות לגבורה, והעניקו תוקף למגמות מדיניות המתמקדות בלוחמה בטרור, ונקיטת פעולות אקטיביות לצורכי בטחון (Anker, 2005).

הדגמה זו מציגה שלושה נרטיבים נבדלים זה מזה, בשלושה ערוצי תקשורת שונים, הנובעים מאותה מתקפת טרור. עם זאת, ההכרעה לגבי צורת הסיקור המועדפת הינה בעייתית. נוסף על כך, ייתכן והיווצרותו של נרטיב ספציפי עם החשיפה לפיגוע טרור, אינה בהכרח מודעת או נשלטת. החשיפה לסיקורי פיגועי טרור, החריגים בעוצמתם, מחוללים מעצם קיומם את השינוי בעמדות ובתגובות הרגשיות של הציבור. פיגוע טרור כולל בתוכו מוטיבים קורבניים מובנים, לצד מוטיבים של צורך בהגנה והשגת ביטחון. הטענה כי התקשורת מעצבת נרטיב ומכוונת את השיח הציבורי, באופן מתוכנן, אינה בהכרח נכונה, בייחוד בחברות דמוקרטיות. הבנייתו של הנרטיב הינה חלק בלתי נפרד מהצגת המציאות כפי שהיא. הכוח לעצב את השיח הציבורי טמון בתוך המידע עצמו (Foucault, 1972; MacDonald, 2003).

נוסף על כך, עיצובו של נרטיב מסוים עם החשיפה לסיקורי הטרור הינו אחד האמצעים ללוחמה בטרור. מכיוון שעוצמת השפעתם של פיגועי הטרור על הציבור הינה אוטומטית ומובנית, בשל תהליכי לוחמה פסיכולוגית, ויסות הסיקורים מצד חברות השידור, והצגתם מזווית התייחסות מסויימת הינה אמצעי הגנה כנגד לוחמה פסיכולוגית. עם זאת, עיצובו או היווצרותו של נרטיב כולל בחשיפה לפיגוע הטרור, אינו מבטל את האחריות והדילמות העומדות בפני אנשי התקשורת ביחס לבחירה במרכיביו הספציפיים של הפיגוע, אליהם ייחשף הציבור. קיימת מורכבות גבוהה ביצירת סיקורים אמינים המשמרים את זכות הציבור לדעת, ומספקים לציבור

את האינפורמציה כפי שהיא, לצד שימוש במנגנוני ויסות של הסיקורים, הרגישים להשלכות הפסיכולוגיות של ראיית המציאות כפי שהיא.

למרות המורכבות, בשל אופיים הקיצוני והחמור של סיקורי טרור, ניסוח כללים אתיים לויסות הסיקורים הינו בלתי נמנע. בשנים האחרונות, ניסחה הרשות השנייה הישראלית כללים פנימיים לויסות סיקורי אלימות פוליטית. הכלל העוסק בסיקורי אלימות וסבל אנושי מנחה כי: "לא ישר בעל זיכיון ביטויי אלימות קשה, אלא אם אין הם עוברים את גבול הנסבל על ידי צופה או מאזין סביר. במישדר טלוויזיה אשר העניין מחייב להראות בו תמונות זוועה כגון גוויות, איברים קטועים, שלוליות דם וכדומה, יעשה זאת בעל זיכיון בקצרה" (הרשות השנייה לטלוויזיה ורדיו, 2005). כלל זה מהווה פריצת דרך משמעותית ביחס לויסות סיקורי הטרור בזירת התקשורת המקומית, אך יתכן ואינו מספק מענה מלא לדילמות הרבות העומדות בפני כתבים, צלמים ועורכי חדשות, במהלך הסיקור התקשורתי המורכב של פיגועי טרור. יש לעודד המשך מחקר ודיון מקצועי, בין תחומי, ביחס לאלמנטים הדורשים ויסות, לצורך גיבושם של עקרונות מנחים ומפורטים יותר, לסיקורי טרור בתקשורת.

קיימים בספרות המחקרית מספר עקרונות מנחים העשויים לסייע לחברות השידור בסיקור זהיר ורגיש של פעילויות טרור (Cohen-Almagor, 2005; Bassiouni, 1982; Czerniejewski, 1977; Gallimore, 1991; Mann, 1978; Picard, 1991; Wilkinson, 1997). חלקם נוסחו טרם התעצמותה של התקשורת הלוויינית, הוירטואלית והגלובאלית. עם זאת מרביתם עדיין בעלי רלוונטיות גבוהה לעידן הנוכחי. העקרונות המנחים המוצעים כוללים מספר אלמנטים משותפים. ראשית, הם מאמצים גישה גמישה לסיקורים, התלויה בערך החדשותי של האירוע. מרביתם כוללים התייחסות לרגישות לחשיפת מידע שעשויה להזיק לשלומם של בני ערובה ומתן כבוד לפרטיותם של קורבנות. בנוסף קיימת מגמת הרתעה ומניעה של פעילויות טרור עתידיות, באמצעות הימנעות מדרמטיזציה של האירועים, האדרה של ארגוני טרור וחשיפה למידע שאינו ערוך, המספק במה ישירה למפגעים.

כמו כן, חיוני להקפיד על עקרונות תקשורתיים בסיסיים של דיוק, איזון, והפעלת שיקול דעת בעת הסיקורים. מומלץ להשהות מידע, שעלול להוביל להסלמה באירוע, ולהימנע משימוש בשפה רגישה. אינטנסיביות הסיקור צריכה לעמוד ביחס ישר לערך החדשותי של הפיגוע. בנוסף, יש לספק מידע עובדתי ודו צדדי על ההקשר והרקע לפעילות הטרור. יש להימנע מתעמולה חד צדדית ומתקשורת מגויסת. חיוני להימנע משמועות והשערות, ולספק מידע מדויק ומהימן על המתרחש, כולל דיווחים מבוססים על מצב הפצועים והקורבנות. כמו כן, נדרש שיתוף פעולה עם

ערוצי תקשורת אחרים, בכדי להימנע מסיקורים בלתי מרוסנים ממניעים תחרותיים. ולבסוף, התקשורת צריכה להימנע מלהפוך למשתתפת פעילה באירוע הטרור, תוך קבלת תפקיד מתווך במשא ומתן בין גופים ממשלתיים וארגוני טרור.

ניסוחם של כללים פנימיים לויסות מצד חברות השידור, מאפשר גמישות רבה יותר בהצגת האירועים, מהליכים פוליטיים חקיקתיים המגבילים את החשיפה למידע. גמישות זו הכרחית לצורך הגנה על חופש המידע, ותואמת לדינאמיות המאפיינת את המציאות הבטחונית ואופיים של פיגועי הטרור. ויסות רגיש המאפשר שמירה על עקרונות הדמוקרטיה, מחייב מקום לשיקול דעת בעבודת הצלם, הכתב והעורך בסיקורי החדשות. על כן, בלתי אפשרי שההנחיות הפנימיות של חברות השידור יספקו מענה ספציפי לכלל הדילמות המעסיקות אנשי תקשורת ביחס לסיקור פיגועי טרור. ייתכן ומעבר להנחיות והמלצות, המופיעות בהנחיות הפנימיות לויסות הסיקורים המתגבשות בערוצי התקשורת, מודעותם ורגישותם של אנשי השטח, המייצרים את מהדורות החדשות, היא הקריטית בכדי לייצר סיקורים רגישים ומווסתים.

השלכות יישומיות לציבור הרחב

האחריות לויסות החשיפה לסיקורי טרור בתקשורת אינה צריכה להיות מוטלת רק על גופים ציבוריים וחברות התקשורת, כי אם גם על הציבור עצמו. יעילותן של ההתערבויות במחקר הנוכחי, מעידות על אפשרויות ויסות המצויות בידי הצופה, המגבירות את עמידותו בעת החשיפה לטרור בתקשורת. ייתכן והשאלה היישומית החשובה ביותר של המחקר הנוכחי הינה כיצד לתרגם את התערבויות המחקר לעקרונות יישומיים של צריכה מווסתת לציבור. יתרון של ההתערבויות המוצעות, הינו בהיותן התערבויות מובנות, פשוטות ליישום, ומבוססות בעיקרן על ציוד צרכן התקשורת במיומנויות מעשיות הניתנות להפעלה בעת החשיפה.

עקרונות היסוד של ההתערבויות, אינם דורשים בהכרח התערבויות קליניות ממושכות בהנחיית גורם טיפולי. ניסוחם של כללי צריכה מווסתים המעודדים צפייה אקטיבית ושיווקם באמצעות אמצעי התקשורת, מערכות החינוך ומערכות הבריאות, עשויים לחולל שינויים מהותיים בהרגלי הצפייה של הציבור. ממצאי המחקר מציעים מספר צעדים מעשיים העשויים לתרום לויסות החשיפה של הציבור לטרור בתקשורת:

1. הגברת מודעות הציבור לסכנות האפשריות בצריכה אינטנסיבית ולא מווסתת של סיקורי טרור בתקשורת. בהקשר זה, חיוני למתן את ההכחשה הטמונה באפקט האדם השלישי

(Davison, 1983), המבטא אמונה של אנשים כי אחרים פגיעים יותר למסרי התקשורת מאשר הם עצמם, ולהדגיש את הצורך בשליטה במינון החשיפה לסיקורי אלימות פוליטית, בייחוד בעידן המאופיין בלוחמה פסיכולוגית אינטנסיבית באמצעי התקשורת.

2. הקצאת משאבים עבור הוראת תקשורת במוסדות חינוך וטיפול, והפקת עלוני מידע בנושא להגברת מודעות הציבור הרחב, לצריכה מושכלת של מסרים אלימים בתקשורת.

3. חיזוק מודעות הציבור למרכיבים בסיקור התקשורתי שעלולים להעצים תגובות רגשיות שליליות, כגון: הצגה חזרתית של תמונות קשות לצפייה, ראיונות אישיים עם ניצולים ומשפחות הקורבנות, חשיפה לתמונות ילדים בזירת הפיגוע, שימוש בקול ועריכה המשדרים בהלה וכאוס, ותמונות גוויות וחלקי גופות.

4. הדגשת חלקיות המידע וקיומה של סלקציה של מידע בסיקורים, המחזקים את הצורך בצריכה ביקורתית של מידע, ממגוון ערוצי תקשורת.

5. הגברת המודעות ליתרונות והחסרונות של חשיפה לאלימות פוליטית במדיומים תקשורתיים שונים, כגון: טלוויזיה, רדיו, עיתונות ואינטרנט ובחירה סובייקטיבית בערוץ המתאים להשגת המידע.

6. ציוד הציבור במיומנויות מווסתות לשימוש בעת החשיפה- מיומנויות הכוללות שימוש בקשב סלקטיבי בעת החשיפה תוך בחירה להימנע מהתמקדות באלמנטים מאיימים וקשים בסיקור, החלפת ערוץ כשהחשיפה קשה מנשוא או שימוש בטכניקה קוגניטיבית לויסות העוררות הכוללת זיהוי מחשבות אוטומטיות שליליות בלתי רציונליות במהלך החשיפה, המעצימות את תחושת האיום והעוררות הרגשית.

7. עידוד צפייה משותפת בסיקורי החדשות, עם אדם נוסף או בקבוצה, המאפשרת תיווך של המידע, שיתוף רגשי, תמיכה והכלה במהלך הצפייה, המווסתות ומחזקות את יכולת ההתמודדות במצבי לחץ.

8. סימון וסיווג מהדורות חדשות הכוללות סיקורי אלימות פוליטית בעוצמה גבוהה באמצעות סמלי התאמת המשדר לגיל, המחזקים את המודעות למורכבות החשיפה, לילדים בגילאים צעירים.

טרם יישומן של ההמלצות, נדרש תהליך ארוך ומורכב, הדורש להגביר את מודעותו של הציבור הרחב, לגבי הצורך בויסות החשיפה לטרור בתקשורת. על אף שהאחריות ליישומן של המלצות אלו מוטלות על צרכן התקשורת, קיימת אחריות מדינית, לחשיפת הציבור להמלצות מסוג זה, מצד מוסדות חינוך, בריאות ותקשורת. תהליך מסוג זה דורש רגישות גבוהה, שתאפשר לצופה מחד לזהות את מינון ואופן החשיפה המותאם לו, ומנגד תימנע הימנעות מן המידע או בהלה בציבור ביחס לסיקורי החדשות בטלוויזיה.

השלכות טיפוליות לקידום בריאות הציבור

ממצאי המחקר מבליטים את הצורך בהפניית משאבים בתחום בריאות הציבור, עבור אותם קורבנות חדשים, הנוטים להיות סמויים מן העין, של החשיפה העקיפה לטרור ולמלחמה המודרנית. אין ספק שהתאמה והרחבה של ההתערבויות, להתערבויות טיפוליות קצרות מועד, בנות מספר מפגשים, עשויות להרחיב את יעילותן לצורכי מניעה כוללנית, העוסקת בהתמודדות עם מגוון רחב של ערוצי חשיפה לטרור.

ניכר כי במדינות קונפליקט התערבויות קהילתיות רחבות היקף, העוסקות בהסתגלות ועמידות כנגד תחושות סכנה, איום וחשיפה מתמדת לאלמוות פוליטית, הינן קריטיות. הדומיננטיות של התערבויות לאחר התרחשותו של פיגוע טרור במדינות אלו, ומיעוטן של התערבויות מניעתיות מכינות, מעידה על החמצה בתכנון המשאבים לקידום בריאות הציבור. במדינות עימות קיימת אוכלוסיה נרחבת של קורבנות משניים, הנחשפת בעקיפין לטרור. לעומת זאת, משאבי הטיפול מושקעים בקורבנות ראשוניים שנכחו בזירת הפיגוע, המהווים אוכלוסיה מצומצמת יותר, שיתכן וזוכה לטיפול שלב אחד מאוחר יותר מן הנדרש.

הכנה כוללנית של הציבור, להתמודדות עם חשיפה עקיפה וישירה לטראומת הטרור, עשויה למזער נזקים בחשיפות עתידיות ישירות ועקיפות לטרור. כפי שקיימת מודעות גבוהה לצורך להכשיר אנשי מקצוע טיפוליים, בתהליכי מניעה ראשונית, להתמודדות עם מצבי חירום ביטחוניים, כך יש להכשיר את הציבור הרחב ולציידו בכלים מעשיים המקדמים את שליטתו האישית ועמידתו כנגד חשיפה לטרור.

חוקתו של ארגון אונסקו באו"ם נפתחת בסיסמא הטוענת כי "מכיוון שמלחמות מתחילות במוחם של אנשים, יהיה מוחם של אנשים המקום לבנייתם של מגני השלום" (UNESCO, 1945). המחקר הנוכחי העיד עד כמה העמדות הרוחשות במוחם של אנשים ביחס לאוייב, הינן קלות בתנודתן, דינאמיות, מלובות באש ההסתה, פגיעות להתלהמות ומושפעות בנקל מקיומה של חרדה ותחושת איום וסכנה. מנגד, מענה מווסת לחווית האיום, ממתן את ההסלמה ומעצב תפיסת אוייב מתונה, גמישה ואקטיבית יותר ביחס לתהליכי פתרון סכסוכים. מלחמות לא רק מתחילות כי אם גם מסתיימות במוחם של אנשים, ולתקשורת תפקיד ציבורי קריטי בתנודה בין ההתבצרות המאוימת המאפיינת את המלחמה, להתקרבות המפויסת המאפיינת את השלום.

התקשורת שהפכה לבימתם של ארגוני הטרור לצורך לוחמה פסיכולוגית

(Weimann & Winn, 1994), מותירה את הצופים חרדים, כעוסים, מוסתים יותר כנגד האוייב ונכונים פחות להידבר עימו. בעידן התקשורת הנוכחי בלתי אפשרי להגדיר סיקורי חדשות של פיגועי טרור כסיקורים אובייקטיביים. באמצעים טכניים וויזואליים של צילום, עריכה וסאונד, ננקטת עמדה, מוצג נרטיב, ומתגבשת פריזמה דרגה מעוצבות חוויותיו הרגשיות ועמדותיו של הציבור ביחס לקונפליקט. מכיוון שלתקשורת משקל כה רב בעיצוב שיח ציבורי ביחס לקונפליקט ולהלך רוחו והווייתו הרגשית של הציבור בעת קונפליקט, מוטלת על גופי השידור האחריות להשלכות הסיקורים על הצופים. באחריות זו לא טמון רק עול, כי אם כוח עצום לתקשורת בעידן המודרני. בעידן הנוכחי, הטלוויזיה מהווה מרחב תרבותי, חינוכי, ערכי וחברתי. לעיתים היא משמעותית מבית הספר, פולשת למרחב ההורי והמשפחתי ומחוללת שינויים ברמת הפרט והחברה. בהקשר של סיקורי אלימות פוליטית, היא יכולה לקדם ערכים המקנים תחושת שליטה ונכונות להידברות ופתרון הקונפליקט, או לזרוע אימה, חוסר אונים ולהעצים אתנוצנטריות.

עם זאת, אף סיקורים מושכלים, שקולים ואחראים, אינם יכולים להמתיק לחלוטין את רוע גזירת החשיפה לטרור. הציבור עצמו, כמו בכל חשיפה לקרב, נדרש להצטייד במגנים אישיים, שיגבירו את עמידתו בפני החשיפה. מפתיע כי התנודות התקשורתיות המשמעותיות בעשורים האחרונים, לא חוללו תנודות משמעותיות בהרגלי הצפייה של הציבור, שנדרש להסתגל לטלוויזיה החדשה. הצופה בסיקורי הטרור בעידן הטלוויזיה הרב ערוצית, המסחרית, המאופיינת בערוצי טלוויזיה המסקרים חדשות 24 שעות ביממה, באופן מיידי וחי, צופה בסיקורים באמצעות הרגליו מעידן הטלוויזיה החד ערוצית, הממלכתית, האינפורמטיבית ומעוטת האפשרויות. צופה זה נחשף למלחמת הטרור, המתחוללת בזירת התקשורת, ללא מודעות מספקת לסכנות ולדרישות החדשות

שמעמיד מולו העידן התקשורתי החדש. צפייה פאסיבית ואינטנסיבית הינה מסוכנת. המשיכה האוטומטית והטבעית לאינפורמציה המסופקת בסיקורי הטרור, והצורך הפסיכולוגי העז בהזדהות במהלך חשיפה לפיגועי טרור, מחייבת מנגנונים מעכבים ומווסתים את הנטייה הדחפית הטבעית המתחוללת בחשיפה לתכנים חדשותיים אלימים.

מנגנונים מסוג זה הציעו ההתערבויות המניעתיות המווסתות במחקר הנוכחי. התערבויות קצרות, חד פעמיות, שיתכן וכוחן אינו רק במיומנויות הויסות שסיפקו לצופים, אלא באפקט המעורר שבהן, המגביר את המודעות לסכנה בחשיפה פאסיבית לטרור. התערבויות אלו מעירות מתרדמת מנגנונים של שליטה ואקטיביות, הקלים להידחק לצד, בחשיפה ממושכת לקונפליקט ארוך שנים, עקוב מדם, שמבוסס שנים ארוכות על לוחמת גרילה וטרור, המעצימים תחושות חוסר אונים ושליטה. ההחלטה לקיים תהליכים טיפוליים להתמודדות עם חשיפה לטרור, בתחום המניעתי, הינה מורכבת. היא דורשת משאבים רבים, ומיועדת לאוכלוסיה יעד רחבת היקף בציבור, אוכלוסיה גדולה בהיקפה בעשרות מונים מנפגעיו הישירים של הטרור. עם זאת, המודעות למחיריה של החשיפה העקיפה לטרור ברמה התרבותית ערכית ונפשית, מעידים כי התערבויות אלו הינן כורח המציאות, לצורך בנייתה של חברה בריאה, ערכית, סובלנית, פלורליסטית ושואפת לשלום.

רשימה ביבליוגרפית

- אורון, י. (2006). ג'נוסייד – מחשבות על הבלתי נתפס: היבטים תיאורטיים בחקר רצח עם. תל-אביב: הוצאת האוניברסיטה הפתוחה.
- איצקוביץ, ר., זיידנר, מ., וקלינגמן, א. (1994). תגובות רגשיות של ילדים על מלחמת המפרץ. פסיכולוגיה, ד (1-2), 170-181.
- אלישע, י. (2000). התערבות פסיכולוגית בקהילה לאחר פיגוע המוני. בתוך: קלינגמן, א., רביב, ע., ושטיין, ב. (עורכים). ילדים במצבי חירום ולחץ: מאפיינים והתערבויות פסיכולוגיות, (עמ' 382-402), ירושלים: משרד החינוך.
- אמנסטי (2002). התקפות על אזרחים בידי ארגונים פלסטיניים חמושים. תל-אביב: אמנסטי אינטרנשיונל – ישראל.
- אנסטאזי, א. (1994). מבחנים פסיכולוגיים. תל-אביב: האוניברסיטה הפתוחה.
- ארליך, ח., גרינבאום, צ', וטוביאנה, י. (1994). חשיפה ללחץ מתמשך והבדלים בין המינים בתגובות ילדים על מלחמת המפרץ. פסיכולוגיה, ד (1-2), 123-133.
- בר, ע. (1999). הקשר בין המאפיינים האישיותיים "אמון בין אישי" ו"אמפתיה רגשית" לבין תפיסת האויב הפלסטיני בקרב בני נוער חילוניים ודתיים בישראל. עבודת גמר לקראת תואר שני. תל אביב: אוניברסיטת תל-אביב, החוג לפסיכולוגיה.
- גולן, ח., ושי, ש. (2004). העימות המוגבל. תל-אביב: משרד הביטחון-ההוצאה לאור.
- גורן, ר. (1991). צה"ל והתקשורת- היחזור לגלגל לאחור? מערכות, 322.
- גורן, ר. (1997). והנה ידיעה שנתקבלה זה עתה: עריכת חדשות. ירושלים: כרמל.
- הר סגור, מ., וסטרוון, מ. (1997). ישראל/פלסטין: המציאות שמעבר למיתוסים. גבעת-חביבה: המרכז היהודי-ערבי לשלום.
- הרשות השנייה לטלוויזיה ורדיו (2005). מדריך לשמירה על כללי האתיקה בשידורי טלוויזיה ורדיו, (עמ' 15). הוצג בדצמבר, 2005 בתוך:
<http://www.rashut2.org.il/editor/UploadLow/ethics.doc>

- ווהל, א., ליפקין, ש., ואנוש, ה. (1996). לקרוא עיתון ועוד איך!: קריאה ביקורתית בעיתון. ישראל: מטח, המרכז לטכנולוגיה חינוכית.
- וימן, ג., וצפתי, י. (1999). טרור באינטרנט. פוליטיקה, 4, עמ' 45-64.
- זאבי, א. (1989). שאלון מצוקה נפשית. חיפה: אוניברסיטת חיפה.
- חוזר מנכ"ל (2004). תשס"ד/7(ב). ירושלים: משרד החינוך התרבות והספורט.
- חוק סיווג, סימון ואיסור שידורים מזיקים (2001), ס"ח 1773.
- טייכמן, א., ומלינק, י. (1984). שחמ"ת, שאלון להערכת חרדה מצבית ותכונת חרדה, מדריך עברי לבוחן. רמות: אוניברסיטת ת"א.
- לוי, ר., ווינדזברג, ד. (2000). התערבות פסיכולוגית בקהילה בפיגועי טרור בירושלים, 1996. בתוך: קלינגמן, א., רביב, ע., ושטיין, ב. (עורכים). ילדים במצבי חירום ולחץ: מאפיינים והתערבויות פסיכולוגיות, (עמ' 417-403), ירושלים: משרד החינוך.
- מכון חיים הרצוג לתקשורת, חברה ופוליטיקה (2004). עמדות הציבור כלפי סיקור הסכסוך הישראלי-פלסטיני, דו"ח מס' 3 בסדרת "מדד אמון הציבור בתקשורת", תל אביב: אוניברסיטת תל-אביב.
- ניר, ש. (2004). טבע העימות המוגבל. בתוך: גולן, ח., שי, ש. (עורכים). העימות המוגבל, (עמ' 19-44), תל-אביב: משרד הביטחון-ההוצאה לאור.
- קלינגמן, א., רביב, ע., ושטיין, ב. (2000). ילדים במצבי חירום ולחץ: מאפיינים והתערבויות פסיכולוגיות, ירושלים: משרד החינוך.
- קשב-מרכז להגנת הדמוקרטיה בישראל (1999). מבט על החדשות: הסיקור החדשותי בשני ערוצי הטלוויזיה בישראל. ירושלים: קשב.
- קשב-מרכז להגנת הדמוקרטיה בישראל (2005). בנפול אויבך: סיקור מותו של ערפאת בתקשורת הישראלית. ירושלים: קשב.
- שלייפר, ר. (2004). הלחימה הפסיכולוגית של ארגוני הגרילה- ניתוח ואמצעי מניעה. בתוך: גולן, ח., שי, ש. (עורכים). העימות המוגבל, (עמ' 426-403), תל-אביב: משרד הביטחון-ההוצאה לאור.

שן, י., וניסן, ש. (1961). השלמת משפטים- מכשיר בהערכת האישיות ובחקירתה.
מגמות י"א, 232-242.

Aber, J. L., Gershoff, E. T., Ware, A., & Kotler, J. A. (2004). Estimating the effects of September 11th and other forms of violence on the mental health and social development of New York City's youth: A matter of context. *Applied Developmental Science*, 8(3), 111-129.

Adoni, H., & Cohen, A. (1979). Children's response to televised war news films. *Megamot Behavioral Sciences Quarterly*, 25, 49-64.

Ahern, J., Galea, S., Resnick, H., Kilpatrick, D., Bucuvalas, M., Gold, J., & Vlahov, D. (2002). Television images and psychological symptoms after the September 11 terrorist attacks. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 65(4), 289–300.

Amorapanth, P., DeDoux, J. E., & Nader, K. (2000). Different lateral amygdala outputs mediate reactions and actions elicited by a fear-arousing stimulus. *Nature Neuroscience*, 3, 74–79.

Ang, I. (1991). *Desperately seeking the audience*. London: Routledge.

Anker, E. (2005). Villains, victims, and heroes: Melodrama, media, and September 11. *Journal of Communication*, 55(1), 22–37.

Atkin, C. (1973). Instrumental utilities and information seeking. In Clarke, P. (Ed.), *New models for mass communication research* (pp. 205-242). Beverly Hills, CA: Sage.

Ayalon, O., & Waters, F. S. (2002). The impact of terrorism on Jews in Israel: An interview with Ofra Ayalon. In Gold, S. N., & Faust, J. (Eds.), *Trauma practice in the wake of September 11, 2001* (pp. 133-154). New York, NY, US: Haworth Press

- Ball-Rokeach, S. J. (1998). A theory of media power and a theory of media use: Different stories, questions, and ways of thinking. *Mass Communication & Society*, *1*, 5-40.
- Ball-Rokeach, S. J. (2001). The politics of studying media violence: reflections 30 years after the violence commission. *Mass Communication*, *4*, 3-18.
- Ball-Rokeach, S.J., & DeFleur, M.L. (1976). A dependency model or mass-media effects. *Communication Research*, *3*, 3-21.
- Bar-Tal, D. (1989). Delegitimization: The extreme case of stereotyping and prejudice. In Bar-Tal, D., Grauman, C. F., Kruglanski, A., & Stroebe, W. (Eds.), *Stereotyping and prejudice: Changing conceptions* (pp. 169–182). New-York: Springer-Verlag.
- Bar-Tal, D., & Labin, D. (2001). The effect of major event on stereotyping: Terrorist attacks in Israel and Israeli adolescents' perceptions of Palestinians, Jordanians and Arabs. *European Journal of Social Psychology*, *31*, 265-280.
- Bassiouni, M. C. (1982). Media coverage of terrorism: The law and the public. *Journal of Communication*, *32*(2), 128-143.
- Baum, M. (2000). A paradox of public opinion: Why a less interested public is more attentive to war. *Center for Research in Society and Politics*. Paper 1-2000.
- Beckerman, N. L., Sarracco, M. (2002). Intervening with couples in relationship conflict: Integrating emotionally focused couple therapy and attachment theory. *Family Therapy*, *29*(1), 23-31.
- Ben-Shaul, N. (2005). TV news: Visual ideological frames and the coverage of terror events. *Third Text*, *19* (2), 145-155.
- Benyamini, K. (1976). School psychological emergency interventions: Proposal for guidelines based on recent Israeli experience. *Mental Health and Society*, *3*, 22-32.

- Bisson, J. L., Jenkins, P. L., Alexander, J., & Bannister, C. (1997). Randomized controlled trial of psychological debriefing for victims of acute burn trauma. *British Journal of Psychiatry*, *171*, 78-81.
- Blanchard, E. B., Kuhn, E., Rowell, D. L., Hickling, E. J., Wittrock, D., Rogers, R. L., Johnson, M. R., & Steckler, D. C. (2004). Studies of the vicarious traumatization of college students by the September 11th attacks: Effects of proximity, exposure and connectedness. *Behaviour Research and Therapy*, *42*(2), 191-205.
- Blouin, J., Maddeaux, C., & Johnson, S. (1998). Emotionally focused family therapy for bulimia: Changing attachment patterns. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, *35*(2): 238-247.
- Breslau, N., Chilcoat, H. D., Kessler, R. C., & Davis, G. (1999). Previous exposure to trauma and PTSD effects of subsequent trauma: results from the Detroit Area Survey of Trauma. *American Journal of Psychiatry*, *156*, 902-907.
- Brewin, C. R. (2001). Cognitive and emotional reactions to traumatic events: Implications for short-term intervention. *Advances in Mind and Body Medicine*, *17*(3), 163-169.
- Brom, D. (2005). Voice: Right after the bomb went off. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, *10*(3-4), 741-742.
- Brown, R. (1995). *Prejudice*. Oxford: Basil Blackwell.
- Browne, K. D., & Hamilton-Giachritsis, C. (2005). The influence of violent media on children and adolescents: A public-health approach. *Lancet*, *365* (9460), 702-710.
- Buck, R. (1984). *The communication of emotion*. New York: Guilford.
- Bulliet, R. W. (2003). Rhetoric, discourse, and the future of hope. *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, *588*, 10-17.

- Cannon, W. B. (1932). *The wisdom of the body*. New York: Norton Pubs.
- Cantor J. (1998). *Mommy I'm Scared: How TV and Movies Frighten Children and What We Can Do to Protect Them*. San Diego, CA: Harcourt Brace.
- Caplan, G. (1964). *Principles of Preventative Psychiatry*. New-York: Behavioral Sciences.
- Carruthers, S. L. (2000). *The media at war : communication and conflict in the twentieth century*. New York : St. Martin's Press.
- Cho, J., Boyle, M. P., Keum, H., Shevy, M. D., McLeod, D. M., Shah, D. V., & Pan, Z. (2003). Media, terrorism and emotionality: Emotional differences in media content and public reactions to the September 11th terrorist attacks. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 47(3), 309-327.
- Christenson, P. G. (1992). The effects of parental advisory labels on adolescent music preferences. *Journal of Communication*, 42(1), 106-113.
- Cohen-Almagor, R. (2005). Media coverage of acts of terrorism: Troubling episodes and suggested guidelines. *Canadian Journal of Communication*, 30(3), 383-409.
- Coker, C. (1994). *War and the Twentieth century: a study of war and modern consciousness*. London: Brassey`s
- Cole, J. (1995). *The UCLA violence monitoring report*. Los Angeles: UCLA Center for Communication Policy.
- Collins, S. (2006). Psychological operations in combat, peacekeeping, and fighting terrorism, In Britt, T. W., Castro, C. A., & Adler, A. B. (Eds). *Military life: The psychology of serving in peace and combat* (pp. 61-78). Westport, CT: Praeger Security International.

Cowen, E. L. (1982). Primary prevention research. *Journal of Primary Prevention*, 2, 131-137