

חרדים לקורונה: דרכי ההתמודדות עם משבר הקורונה באמצעות מקורות מידע דיגיטליים ומקורות מידע מסורתיים בקרב הציבור החרדי בישראל

דוד לוין, המחלקה למדעי המידע, אוניברסיטת בר-אילן, dlevine613@gmail.com

טלי גזית, המחלקה למדעי המידע, אוניברסיטת בר-אילן, tal.gazit@biu.ac.il

תקציר

מחקר זה ביקש לבדוק את תפקידם של מקורות המידע השונים בהתמודדות הציבור החרדי עם מגפת הקורונה. במחקר נבדקה ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת פלטפורמות המידע הדיגיטלי השונות לעומת אמצעים מסורתיים, כמו העיתונות החרדית המודפסת, לאור משתנים מסבירים: משתנים דמוגרפיים, תחושת העקביות הקהילתית (C-SOC) ורמת השימוש ברשת. במסגרת שיטת ניתוח כמותית ענו 212 משתתפים המזדהים כחרדים ומשתמשים ברשתות חברתיות, מתוכם השיבו 47.2% נשים ו-52.8% גברים. טווח הגילים נע בין 19 ל-74. ממצאי המחקר הראו כי רמת ההתמודדות הרגשית והקוגניטיבית של החברה החרדית עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים הייתה טובה במובהק מרמת התמודדותה עם המגפה בעזרת מקורות המידע המסורתיים. יתרה מזאת, ככל שמידת השימוש ברשת האינטרנט לצורכי מידע או לצרכים חברתיים הייתה גבוהה יותר, כך מקורות המידע הדיגיטליים סייעו יותר להתמודד עם הקורונה מבחינה רגשית וקוגניטיבית. לעומת זאת, ככל שנשאלים הביעו תחושה חזקה יותר שהחברה החרדית היא גורם משמעותי המאפשר להם תחושת עקביות קהילתית (C-SOC), כך העידו על רמת ההתמודדות טובה יותר עם המגפה בעזרת מקורות המידע המסורתיים. המחקר הנוכחי מציג מבט חדש, שלא נחקר בעבר, על התמודדות החברה החרדית עם מגפת הקורונה באמצעות מקורות מידע דיגיטליים לעומת מסורתיים. ממצאי המחקר מחדדים את הצורך בהנגשת מידע דיגיטלי אמין לציבור זה, במיוחד בעת משבר, בדרכים שמכבדות את התרבות והערכים של החברה החרדית.

מילות מפתח: קורונה; חרדים; מקורות מידע; התמודדות נפשית; דיגיטלי

Ways of dealing with the Coronavirus crisis through traditional and digital sources of information among the Haredi public

Abstract

This article presents a study on the role of information sources in the coping strategies of the ultra-Orthodox (Haredi) Jewish community during the COVID-19 pandemic in Israel. The study compares the use of digital versus traditional information platforms and examines the relationship between coping with COVID-19 and factors such as Community Sense of Coherence (C-SOC), Internet usage, and demographic variables. Using an online survey, the study collected responses from 212 ultra-Orthodox participants who had Internet access, of which 47.2% were women and 52.8% were men, with a mean age of 37.66 ($SD = 12.60$). The findings suggest that utilizing digital

information sources is associated with better emotional and mental coping levels during the pandemic than using traditional sources. Moreover, the study highlights that the more the Internet is used for information or social needs, the more helpful digital sources are for emotional and cognitive coping. Conversely, the more the ultra-Orthodox society felt that their community (C-SOC) was significant, the better their coping with the pandemic utilizing traditional sources. This study contributes a unique perspective to the coping strategies of ultra-Orthodox society during a global crisis and underscores the importance of providing reliable and timely digital information while respecting their cultural and religious values.

Keywords: COVID-19; coronavirus; ultra-Orthodox; Haredi; mental coping; digital information; information sources; Internet use

מבוא

בסוף חודש פברואר 2020 התגלה החולה המאומת הראשון בנגיף הקורונה (COVID-19) במדינת ישראל. עד חודש אוגוסט 2022 אובחנו למעלה מארבעה וחצי מיליון נדבקים במדינה ונפטרו יותר מאחד עשר אלף תושבים כתוצאה מהמגפה (משרד הבריאות (ל"ת); WHO, 2022). נגיף הקורונה ייצר מצב ייחודי בעולם, ולצורך צמצום התפשטותו נדרשו אמצעים שונים. מרבית המדינות יישמו סוג של "סגר", שעל פי רוב כלל מרכיב של "ריחוק חברתי", וכן אכפו עטיית מסכה, בדיקות להימצאות הנגיף ולבסוף ביצוע חיסונים נרחבים נגד הנגיף (Biden, 2021; McIntyre et al., 2022).

הראיות מצביעות על התפשטות שונה של נגיף הקורונה בכל מדינה ואף בערים ובקהילות שונות. אחת מהן היא החברה החרדית. שיעורי ההדבקה וההפצה הראשונית של הנגיף ושיעור המאובחנים כחיוביים למחלה בקרב הקהילה החרדית בישראל ובמדינות נוספות שבהן יש ריכוז גדול של חרדים, היו מעל לשיעור הממוצע שנמצא בקהילות אחרות (Strous & Karni, 2020; Zalberg & Block, 2021). יתר על כן, נמצא קשר בין שיעור החרדים בתוך אוכלוסייה מקומית לבין הסיכון להידבקות במגפה: ככל ששיעור החרדים בתוך שכונה עלה, שיעור המאומתים עלה משמעותית, ולהפך (Hananel et al., 2022).

במהלך השנתיים של ההתמודדות עם המגפה הציבור הישראלי היה חשוף למידע מקיף על אודות המחלה מתוך אמצעי התקשורת השונים, פרסומים רשמיים של מומחים וגופים ממשלתיים ופרסומים נרחבים של נתונים ודעות ברשתות החברתיות. לעומת זאת, חוקרי המכון הישראלי לדמוקרטיה ציינו כי בתחילת המגפה הציבור החרדי, ובייחוד אלה שאינם חשופים למידע הדיגיטלי, קיבל מידע חסר ומוגבל, בעיקר מתוך העיתונות החרדית המודפסת ובפרסומים ברחוב, ולפיכך לא נזהר כנדרש מהסכנות הצפויות (מלחי ואחרים, 2020). על-פי נתוני הסקר החברתי של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה לשנת 2018, כ-48% מקרב האוכלוסייה החרדית מעל גיל 20 חסרי אוריינות דיגיטלית בסיסית, כלומר אינם עושים שימוש באינטרנט במחשב או בטלפון נייד (חברת קיימא, 2020). לעומת זאת בציבור הכללי כ-89% מדווחים כי ברשותם חיבור לאינטרנט (משרד התקשורת,

2020). ככל שעבר הזמן מאז פרוץ המגפה עלה שיעור החרדים עם גישה לאינטרנט החשופים למידע רשמי מקוון ולמדיה החברתית, ופערי הידע בין הציבור הכללי לבין הקהילה החרדית החלו להצטמצם. משבר הקורונה הוא בוודאי לא המשבר הראשון שהחברה החרדית מתמודדת עימו. ספרות המחקר מציינת כי אנשים דתיים משתמשים בדת, ברוחניות ובלכידות קהילתית כדי להתמודד עם מחלות ומצבי משבר (Braun-Lewensohn et al., 2021; Pinchas-Mizrachi et al., 2020; Pirutinsky et al., 2020). בשנים האחרונות נוספה דרך התמודדות נוספת עם משברים, במיוחד ברמה האישית, והיא התמיכה המתקבלת ברשתות החברתיות (Avizohar et al., 2022; Eitan & Gazit, 2021). עד היום נעשו מחקרים על השפעת המדיה החברתית על החרדים בעזרת ראיונות איכותניים (Mishol-Shauli & Golan, 2019; Mishol-Shauli et al., 2019) ונעשו מחקרים כמותיים בקרב הציבור הכללי על דרך רכישת מידע בפלטפורמות השונות של המדיה החברתית (Blank & Lutz, 2017; Gazit et al., 2019; Marengo et al., 2020). למרות זאת, למיטב ידיעתנו, עדיין לא בוצע מחקר כמותי על התפקיד שמילאו מקורות המידע הדיגיטליים בהתמודדות עם נגיף הקורונה ביחס למידע שהתקבל ממקורות מידע מסורתיים בתקופה מורכבת זו. מחקר זה ביקש לגשר על הפער במחקר ולבדוק את תפקידם של מקורות המידע השונים בעיצוב התנהגות הציבור החרדי במהלך מגפת הקורונה. המחקר התרכז בהשוואה בין פלטפורמות המידע הדיגיטלי השונות, לרבות "וואטסאפ", הנחשבת לרשת החברתית הפופולרית בציבור החרדי (בחזית מדיה, 2020), לעומת מקורות מידע מסורתיים, כמו העיתונות החרדית המודפסת ומודעות רחוב – פשוטילים. לשם ההשוואה נבדקו משתנים מסבירים, כמו משתנים דמוגרפיים, תחושת הקוהרנטיות הקהילתית ורמת השימוש ברשת, ומשתנים דמוגרפיים נוספים.

שאלות המחקר

1. האם ובאיזו מידה קיים הבדל בהתמודדות הנפשית עם משבר הקורונה בין משתמשים במקורות מידע דיגיטליים לבין משתמשים במקורות מידע מסורתיים בקרב הציבור החרדי?
2. מהם הגורמים המסבירים את רמת ההתמודדות עם משבר הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים בקרב הציבור החרדי?

רקע תיאורטי

התמודדות עם משברים

התמודדות עם משברים, במיוחד רפואיים, טומנת בחובה מרכיבים רבים, וביניהם לחץ נפשי. לחץ מוגדר כמצב של עוררות מתמשכת ומתח עם סף נמוך לעצבנות ולתסכול (Lovibond & Lovibond, 1995). לחץ פסיכולוגי הוא תופעה מורכבת ומודלים תיאורטיים רבים מנסים להסביר את מערך הסיבות שלה. התיאוריה של לחץ והתמודדות בגישה "עסקית" מתייחסת להערכת גירויים בסביבה. כאשר הגירויים מוערכים כמאיימים, מאתגרים או מזיקים, המצוקה שנוצרת מניעה אסטרטגיות של התמודדות כדי לנהל את הרגשות או כדי להתייחס ישירות לגורם המלחץ (Lazarus & Folkman, 1984). תהליך ההתמודדות מייצר תוצאה, וזו נערכת מחדש כחיובית, שלילית או בלתי פתורה (Cooper & Quick, 2017; Lazarus & Folkman, 1984). התמודדות ממוקדת משמעות, במיוחד כאשר גורמי הלחץ נתפסים כמרתיעים וכבלתי ניתנים לשליטה. התמודדות ממוקדת משמעות כוללת הסתמכות על

ערכים, אמונות ומטרות של האדם כדי לסדר מחדש את סדרי העדיפויות בחיים, לייחס משמעות חיובית לאירועי שגרה וכן למצוא יתרונות של לחץ ולהיזכר בהם (Folkman, 2010; Carver & Connor-Smith, 2010). (2008).

במהלך תקופת מגפת הקורונה רבים סבלו מתחושת בדידות ומתח מהמצב, נוסף לחרדה מפני ההידבקות במחלה (Salari et al., 2020). בזמן קצר השתנו מאוד דרכי החיים ונוצרו משמעויות מרחיקות לכת על הרווחה הגופנית והנפשית של בני-אדם (de Jong et al., 2020; Schippers & Kompanje, 2020). מחקרים מזהים סוגים שונים של דרכי התמודדות עם הנגיף, לרבות חרדות שונות, תסמיני לחץ טראומתי והתנהגות כפייתית של בדיקות וחיפוש אחרי עידוד וביטחון (Barzilay et al., 2020; Taylor et al., 2020).

אוכלוסיות שונות, ובייחוד צוותי רפואה, קשישים, בני נוער וילדים, חולי קורונה ואלו שחששו שחלו, נמצאו בסיכון מוגבר לחרדות ולהפרעת-דחק פוסט טראומטית (Bagheri Sheykhangafshe, 2022; Harshan et al., 2022). זאת נוסף להשפעות המשניות של המגפה – הורים ומשפחות ברחבי העולם התמודדו עם לחצים הנובעים מעבודה מהבית, סגירת בתי ספר ולימודים מרחוק, פגיעה בביטחון הכלכלי, שימוש מוגבר באלכוהול וסמים ועלייה בשיעור האלימות במשפחה (Kandula & Wake, 2022). בשל האופי המשתנה של המגפה וההגבלות של תקנות בריאות הציבור, משאבי ההתמודדות הלכו והצטמצמו ככל שהמגפה נמשכה (Danioni et al., 2021). תקנות הריחוק החברתי והסגרים שהגבילו את האינטראקציות החברתיות הגבירו את תחושות הבדידות והקטינו את משאבי ההתמודדות הנובעים מתמיכה חברתית (Saltzman et al., 2020). תיאוריות קונספירציה, תחושת תסכול והתנגדות לתקנות ציבוריות הובילו במדינות רבות לירידה ברמת האמון הציבורי ברשויות שניסו לנהל את ההתמודדות הלאומית עם המגפה (Almutairi et al., 2020; Marinthe et al., 2020).

תמיכה חברתית עשויה לסייע לרבים בתקופות של מתחים, ומחקרים מצביעים על השימוש בשיחות וידאו להקלה על דיכאון ותחושות בדידות (Hall et al., 2021; Tsai et al., 2010). נמצא קשר שלילי בין אינטראקציות חברתיות באיכות גבוהה ותמיכה חברתית המתרחשות בצורה מקוונת לבין תסמיני דיכאון וחרדה (Garfin, 2020). כמו כן נמצא שבתקופות של ריחוק חברתי השימוש בשיחות וידאו כדי לשמר קשר עם חברים ובני משפחה ועם קהילות המספקות משמעות עשוי לשפר את רמת הבריאות הגופנית והנפשית בקרב המשתמשים (Garfin, 2020; Kosendiak et al., 2021; Sahni et al., 2021). נוסף לכך, במחקרים אחדים נמצא כי אנשים השתמשו במדיה חברתית ואמצעי תקשורת אחרים בצורה מוגברת בתקופת הקורונה כדי להפיג את תחושת הבדידות, המתחים והחרדה (Cauberghe et al., 2021; Moore & March, 2020).

עם למעלה מ-3.8 מיליארד אנשים ברחבי העולם המשתמשים במדיה חברתית, אין פלא כי מידע רב שהתקבל מפלטפורמות אלו השפיע על דרכי ההתמודדות עם המגפה. ראיות ראשונות אמנם מציעות כי השימוש במדיה חברתית כמקור מידע על אודות הקורונה מקושר עם תיאוריות של קונספירציה, חדשות כוזבות וטיפולים תרופתיים כוזבים ("פייק ניוז"), ועם התנהגות שאינה מגינה מפני המגפה (Allington et al., 2021; Fernández & Aríztegui, 2022; Li et al., 2020; Ramos et al., 2022). אך ארגוני בריאות רשמיים, מדענים וצוותי רפואה השקיעו מאמצים רבים כדי לתת מידע אמין ואיכותי באותן רשתות כדי לסייע

בהתמודדות ובקבלת החלטות המגינות על בריאות הציבור (Tsao et al., 2021; Cuello-Garcia et al., 2020; Zarocostas, 2020).

תחושת העקביות בעת משבר

ההתפרצות העולמית של הקורונה ואמצעי הבלימה הקשורים אליה היו אתגרים ניכרים לחוסן הפסיכולוגי ולבריאות הנפש. משבר המגפה הציף את מנגנוני ההתמודדות האישיים והחברתיים והביא לתחושות של חוסר אונים, חוסר שליטה ואובדן. לאור זאת, גישת "מקורות הבריאות" של אנטונובסקי (Antonovsky, 1987, 1996) ותחושה של עקביות היו עשויות להיות מקור מרכזי של חוסן נפשי בתקופה זו (Barni et al., 2020). לשיטתו של אנטונובסקי חשוב לחפש את מקורות ההתמודדות, הבריאות והרווחה לא פחות מאשר את מקורות הפתולוגיה. התשובה שמציע אנטונובסקי לשאלת מקורות הבריאות מתמקדת במושג תחושת העקביות: אוריינטציה כוללת המביאה לידי ביטוי את המידה שבה העולם נתפס כניתן להבנה, כניתן לניהול וכבעל משמעות (שגיא ואנטונובסקי, 1998; Antonovsky, 1987, 1996).

במהלך השנים מחקרים מצביעים על כך שאנשים עם תחושת עקביות חזקה פגיעים פחות במצבי משבר. קשר חיובי נמצא בין תחושת העקביות לבריאות מהיבט של איזון גופני ונפשי, הערכה עצמית, התנהגות בריאותית ואיכות הקשרים המשפחתיים בזמן התמודדות עם אתגרי החיים (Eriksson & Lindström, 2006; Länsimies et al., 2017). חלק מהמחקרים מתמקדים בתחושת העקביות במצבי משבר קיצוניים, כגון מלחמות וקונפליקט לאומי (Sagy & Braun-Lewensohn, 2009; Braun-Lewensohn & Sagy, 2011a). מחקרים אחרים מקשרים את הגישה לרמה הקהילתית ומצביעים על "תחושת עקביות קהילתית" (Peled et al., 2013; Sagy, 1998). לפי מחקרים על תחושת עקביות קהילתית, היא משחקת תפקיד חשוב בהסברה של תגובות למצבי לחץ בקרב קבוצות מיעוטים (Braun-Lewensohn & Sagy, 2011a, 2011b). יתר על כן, המושג משמעו תפיסת הקהילה כגורם משמעותי המאפשר להתמודד עם אתגרי החיים ולהתנהל בצורה הגיונית ורציפה (Arbiv, 2015).

תחושת העקביות הקהילתית עשויה לבוא לידי ביטוי אף ברמה הלאומית. בהתבסס על גישתו של אנטונובסקי, תחושת העקביות הלאומית מוגדרת כנטייה לתפוס את הקבוצה הלאומית של האדם כניתנת להבנה, כניתנת לניהול וכבעלת משמעות (Mana et al., 2019). במהלך הגל הראשון של מגפת הקורונה (מרץ-אפריל 2020) נערך מחקר בקרב 2,675 משתתפים מארבע קבוצות מדגם – מהולנד, מאיטליה, מספרד ומישראל. המשתתפים בהולנד דיווחו על רמות בריאות נפשית גבוהות ורמות חרדה נמוכות בהשוואה למשתתפים באיטליה ובספרד. הסבר אפשרי לתוצאות הללו הוא התפשטות ברמה נמוכה של המגפה בהולנד בהשוואה לאיטליה וספרד. בישראל, לעומת זאת, רמות החרדה היו גבוהות יחסית ורמות בריאות הנפש נמוכות, למרות התפשטות נמוכה של המגפה בשלב זה של הגל הראשון. החוקרים טענו שחוסר היציבות של המערכת הפוליטית והמערכת הכלכלית בישראל באותו עת – כלומר, תחושת עקביות לאומית ברמה נמוכה – עשוי להסביר את הפגיעות הגדולה יותר של המשתתפים הישראלים למשבר העולמי בהשוואה למשתתפים ההולנדים (Mana, Catz, et al., 2021; Mana, Super, et al., 2021).

התמודדות עם משברים בעידן הדיגיטלי

ההתייחסות הראשונית לקהילה היא כאל מקום פיזי שבו אנשים חיים ומתמודדים עם משברים במרחב גיאוגרפי משותף, ברמה של שכונה, עיר או מדינה (Vaandrager & Kennedy, 2022). אולם בעידן המודרני השפעת הקהילה עשויה לבוא לידי ביטוי אף במרחב הווירטואלי (Saboga-Nunes et al., 2022). בעידן הדיגיטלי קהילות וירטואליות נהפכו לדימוי של "כיכר העיר", זירה שבה משתמשים עשויים להביע דעה, לשתף חוויה, לבקש עצה ולהגיב לאמירות (והודעות) של אנשים אחרים וליצור מציאות משותפת המאפשרת למשתתפים להפיק סדר והיגיון מתוך האתגרים המשותפים (Bar-Ilan et al., 2020). באמצעות פלטפורמה קהילתית זו אנשים הסובלים ממחלה או מאתגר אחר מסוגלים להבין טוב יותר את גבולות הנורמה ולתקף את החוויה הייחודית שלהם עם ניסיונם של אחרים החווים מציאות דומה (Eitan & Gazit, 2021). נמצא גם כי חוויה חיובית במרחב של המדיה החברתית עשויה להיות קשורה לאיזון ולשביעות רצון פסיכולוגית גם בממד הבלתי מקוון (Shi et al., 2019). יתר על כן, קהילות אלו מסייעות לחבריהן במישור הרגשי והמעשי ומאפשרות להם לקבל אמפתיה ולחוות תחושה של גורל משותף (Gazit & Amichai-Hamburger, 2020).

לפי מחקרים שונים מעורבות ברשתות החברתיות ובפורומים מקוונים עשויה לתרום לשיפור הבריאות האישית ולהעצמה האישית במצבי מחלה ומשבר באמצעות תמיכה רגשית ושיתוף מידע חיוני (Abedin et al., 2019; Nieroba & Larysz, 2019; Greene et al., 2011). העזרה ההדדית ושיתוף המידע בין חברי פורומים עשויים להעצים את החולים ואת אלו הנמצאים בתקופת משבר. ניתן לזהות מרכיבי העצמה של המשתתפים בקבוצות אלו בכך שהם מודעים יותר, יש להם יותר ביטחון במערכת היחסים עם רופאים ובפתרונות הטיפוליים והם חשים יותר אופטימיות, שליטה וביטחון עצמי (Nieroba & Larysz, 2019).

הקהילה החרדית

המחקר הנוכחי מתרכז באוכלוסייה החרדית בישראל. משבר הקורונה אילץ את האוכלוסייה בעולם כולו להסתגל למציאות חיים שונה, אך מאפייניה ואורחות חייה של החברה החרדית הקשו עליה להטמיע את ההנחיות החדשה ולשנות הרגלים (מלחי ואחרים, 2020). משום כך עלה הצורך בהבנת מקורות המידע הזמינים לחברה זו.

שימוש במידע מסורתי בחברה החרדית

כחלק מתרבות הנמנעת בכללותה מחשיפה לתקשורת חילונית, החברה החרדית שואבת מידע חיוני רב ממקורות מידע שונים המתבססים על מידע המתקבל מרבני הקהילה ומנהיגיה. מקורות מידע מסורתיים מקובלים בחברה החרדית כוללים עיתונות מפלגתית מודפסת, עיתונים מסחריים עצמאיים, מודעות רחוב (פשקווילים) וכרזות באמצעות רמקול המותקן על גבי רכב הנוסע ברחובות בשכונות החרדיות (Cohen et al., 2021).

העיתונות החרדית המודפסת מושפעת מאוד מעקרונות דתיים, ותוכנה משקף יותר את המציאות האידיאלית לתפיסתה מאשר את המציאות בפועל. עורכים חרדים אינם מכניסים לעיתון תכנים ומידע מסוימים שלפי תפיסתם עלולים לפגוע ב"טהרת הבית היהודי" (נריה בן שחר, 2011). המדיה המסורתית משמשת גם מעין לוח מודעות ציבורי כדי לפרסם פסקי הלכה של רבני הקהילה וכשופר של המפלגות החרדיות (Cohen et al., 2021).

2021). לצד העיתונים המסורתיים והמפלגתיים קיים ערוץ תקשורת נוסף, מקור מידע ותיק יותר וייחודי לציבור החרדי – הפשקוויל (רוזנברג וראשי, 2014). פשקוויל הוא כינוי לכרזה או פלקט המתנוסס ברחוב החרדי ומהווה הכרזה למטרות שונות, לרבות מחאה, אזהרה, חרם של רעיון, גוף, תופעה או אנשים הנוגדים את העקרונות של החברה החרדית. הפשקוויל בדרך כלל כתוב בסגנון דרמטי וקליט ומנוסח בעברית רבנית (זמיר והאופטמן, 2016).

שימוש במידע דיגיטלי בחברה החרדית

החל משנות ה-90 של המאה הקודמת, בתחילת דרכה של האינטרנט, מנהיגים חרדים הזהירו מפני "מוקשים הטמונים באוטוסטרדת המידע" (Herman, 1995, p. 21) ומכך שהאינטרנט מהווה "איום לקהילה וסכנה לעם היהודי" (Campbell, 2010, p. 52). הם ביקשו לשלוט על מקורות המידע, איכותו ודרך הפצתו (Cohen, 2017). לפיכך, ובהנחיית הרבנים, חברי הקהילה החרדית פחות חשופים למידע מהתרבות המערבית, לאינטרנט ולמדיה חברתית (Mishol-Shauli & Golan, 2019). למרות זאת, בשנים האחרונות חלה עלייה משמעותית בשיעור החרדים הישראלים המשתמשים באינטרנט: 28% מהאוכלוסייה הבוגרת בשנים 2008–2009, 49% בשנים 2017–2018 וכ-66% בסוף שנת 2020 (אסקריא, 2021). שיעור זה עדיין נמוך באופן ניכר משיעור המשתמשים בקרב היהודים הלא-חרדים, שכן כ-89% מהציבור הכללי מדווחים על חיבור לאינטרנט (משרד התקשורת, 2020). השינוי בהרגלי צריכה בטכנולוגיות המידע בעולם החרדי נובע ברובו מגידול במספר המועסקים והסטודנטים החרדים, המשפיע על היקף החשיפה לאינטרנט ולשימוש ברשת. נוסף לכך, תועד שימוש עולה באינטרנט גם כפלטפורמה לרכישת מוצרים וגם כפלטפורמה למדיה חברתית (Cahaner & Malach, 2019, p. 70).

גם משתנים דמוגרפיים עשויים להשפיע על רמת החדירה של האינטרנט בחברה החרדית. לדוגמה, בקרב חרדים בעלי השכלה אקדמית שיעור החדירה של מחשב ביתי וחיבור לאינטרנט גבוה משיעור החדירה בקרב חסרי השכלה אקדמית. במחקר בקרב נשים חרדיות העובדות בחממות טכנולוגיות נמצא כי ל-54% מבעלות תואר אקדמי היה חיבור לאינטרנט בביתן לעומת 31% שהיו ללא תואר (נריה-בן שחר ולב-און, 2013). באופן דומה, בציבור הכללי נמצא כי ככל שהשכלה של הסטודנטים הייתה גבוהה יותר, כך המסוגלות העצמית של אוריינות המידע הייתה גבוהה יותר (Aharony & Gazit, 2018). מהיבט של גיל, גזית ואחרים (Gazit et al., 2019) מצאו כי בקרב הציבור הכללי קיים קשר שלילי בין גיל לבין השתתפות במדיה חברתית, בדגש על רשתות "וואטסאפ", "פייסבוק" ו"אינסטגרם". כלומר, ככל שאנשים צעירים יותר, תדירות השימוש שלהם במדיה החברתית גבוהה יותר.

הציבור החרדי ודרכי התמודדות עם משבר הקורונה

הספרות המחקרית מצביעה על כך שדת ורוחניות מהווים משאב משמעותי לבריאות הנפש בתקופת משבר היות שהן מערבות מסגרת של יצירת משמעות שיש בכוחה לצמצם את הלחץ הפסיכולוגי (Pirutinsky et al., 2020). לפי נתוני הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, חרדים מרוצים מחייהם וממצבם הכלכלי ואופטימיים בשיעור גבוה יותר משאר האוכלוסייה היהודית (הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2018). נמצא גם כי המצב הבריאותי של אוכלוסייה זו טוב יותר מהמצופה בהתבסס על מצבם הסוציו-אקונומי, הנמוך יחסית לכלל האוכלוסייה. בתוך החברה החרדית נכסים חברתיים משפיעים על הבריאות באמצעות תמיכה נפשית-חברתית וסיוע קהילתי,

והללו עשויים להפחית מתחים נפשיים (Chernichovsky & Sharony, 2015). נוסף לכך, הדת מספקת מקור של גישות ותובנות המאפשרות למסגר מחדש אירועים שליליים לתוך מסגרת המקטינה את תחושת המתח. בתקופת הקורונה נמצא כי התמודדות באמצעות דת ורוחניות קשורה לצמצום מתחים הנובעים מחשיפה לנגיף (Pirutinsky et al., 2020).

הקהילה החרדית מתאפיינת בקהילתיות חזקה, ולקהילה יש חשיבות רבה בהתמודדותם של חרדים עם מצבי משבר. תחושת העקביות האישית מתרחבת לרמה הקהילתית מתוך חשיבותה של הקהילה במתן משאבים לפרט בשעה שהוא מתמודד עם מתחים ובאמצעות משאבי קהילה בעלי משמעות הניתנים להבנה ולניהול (Braun-Lewensohn & Sagy, 2011b). לאור זאת, תחושת עקביות קהילתית חזקה היא גורם רב-השפעה על

חרדים המתמודדים עם מצבי משבר (Kalagy & Braun-Lewensohn, 2017).

בתקופת משבר הקורונה, הניתוק מהתרבות הישראלית ומהמידע שהופץ על ידי הרשויות באמצעות התקשורת הכללית והמדיה החברתית מנע מהקהילה החרדית להיחשף למידע חיוני שמטרתו למנוע את התפשטות הנגיף. מציאות זו אכן באה לידי ביטוי בקרב חלקים מהקהילה בהפרה של ההנחיות הרפואיות שהורו על ריחוק חברתי ועטיית מסכות בתחילת התפשטות הנגיף, היות שהללו נתפסו כגורם מפריע לחיי הקהילה המשותפים החשובים כל כך בחיי הדת של אדם חרדי (Strous & Karni, 2020).

יתר על כן, בגל הראשון של המגפה נטו חלק מהרבנים הבולטים במגזר לבטל את חומרת המצב ואף הנחו את מנהלי מוסדות הישיבות ובתי הספר העצמאיים להמשיך את פעילותם, אף ששאר מערכת החינוך בישראל הושבתה (כץ, 2020). חלק מהמנהיגים הורו שלא לערוך בדיקות קורונה בישיבות כדי למנוע את סגירתן ו"ביטול תורה" המוני. עם זאת, בגלים המאוחרים של המגפה רבנים אלו הנחו את הציבור להיצמד לכלל כללי הזהירות של משרד הבריאות (ויסברג, 2021). לאור זאת, ההתמודדות עם המגפה באה לידי ביטוי בשילוב של מידע המפורסם על-ידי מנהיגים רוחניים באמצעות התקשורת החרדית המסורתית לצד מידע שהתפרסם על-ידי גורמי רפואה בכל הערוצים האפשריים (Taragin-Zeller et al., 2020).

השערות המחקר

על-סמך הספרות שנסקרה הועלו השערות המחקר בהתאם לשאלות המחקר:

השערה 1.1: בנושא ההתמודדות הנפשית עם משבר הקורונה בקרב הציבור החרדי יימצא הבדל בין משתמשים במקורות מידע דיגיטליים לבין משתמשים במקורות מידע מסורתיים. כלומר, בציבור החרדי ההתמודדות הנפשית עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים הייתה טובה יותר מההתמודדות הנפשית בעזרת מקורות מידע מסורתיים.

השערה 2.1: יימצא קשר חיובי בין רמת השימוש ברשת לצורכי מידע ולצרכים חברתיים לרמת ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים: ככל שהשימוש ברשת לצורכי מידע ולצרכים חברתיים בקרב הציבור החרדי היה גבוה יותר, כך ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים הייתה טובה יותר.

השערה 2.2: יימצא קשר חיובי בין תחושת העקביות הקהילתית לרמת ההתמודדות הנפשית עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים: ככל שהקיימה תחושת עקביות קהילתית חזקה יותר אצל אדם

חרדי, כך הוא התמודד בצורה טובה יותר עם המתחים הנפשיים שנבעו ממגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים.

השערה 2.3: ימצא קשר שלילי בין גיל לבין רמת ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים וקשר חיובי בין גיל לבין רמת ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים: ככל שהאדם החרדי מבוגר יותר, כך רמת ההתמודדות הנפשית בעזרת מקורות מידע דיגיטליים נמוכה יותר ורמת ההתמודדות בעזרת מקורות מידע מסורתיים גבוהה יותר.

השערה 2.4: ימצא קשר חיובי בין רמת ההשכלה האקדמית לבין רמת ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים: ככל שרמת ההשכלה של אדם חרדי גבוהה יותר, כך רמת ההתמודדות הנפשית בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים הייתה גבוהה יותר.

שיטה

מדגם

לדגימת משתתפי המחקר נעשה שימוש בשיטות דגימה ממוקדת מטרה, דגימה בתהליך של "כדור שלג", ודגימת נוחות (יי פרידמן, 2020). קישור לשאלון הופץ למשתתפי הסקר לקראת סוף הגל הרביעי של מגפת הקורונה בישראל, במהלך החודשים אוקטובר-נובמבר 2021, דרך הודעות אימייל, מסרונים טקסט (SMS) או באמצעות פלטפורמות מדיה חברתית, כגון וואטסאפ, לינקדין, פייסבוק ופורומים באינטרנט.

אוכלוסיית המדגם צומצמה לאנשים המזדהים כחרדים על פי הגדרה עצמית (משה, 2016) והם בעלי גישה לאינטרנט באמצעות טלפון חכם או מחשב המאפשרים להם גישה לאתר שבו הופיע השאלון – אתר הטפסים של חברת "גוגל" (Google Forms). זאת על מנת ליצור מדגם הומוגני של חרדים שלא נמנעים לחלוטין מגישה למידע מקוון, שיאפשר השוואה נטולת הטיה בין השימושים השונים במקורות המידע. על השאלון המקוון ענו 212 משתתפים המשתייכים לחברה החרדית. 112 מהמשתתפים היו גברים (52.8%) ו-100 היו נשים (47.2%). טווח גילי המשתתפים נע בין גיל 19 לבין גיל 74 ($M = 37.66$, $SD = 12.60$). לוח 1 (ראו נספח) מציג את התפלגות משתתפי המחקר על פי מאפייניהם הדמוגרפיים. תהליכי הגיוס והסקר נבדקו ואושרו על ידי ועדת האתיקה המוסדית (IRB).

כלי מחקר

על מנת לענות על שאלות המחקר בשיטת מחקר כמותית נבנה סקר בהתבסס על ארבעה שאלונים: שאלון דמוגרפי, שאלון תחושת העקביות הקהילתית, שאלון שימוש ברשת לצורכי מידע וצרכים חברתיים ושאלון התמודדות עם מצבי לחץ. להלן פירוט השאלונים:

שאלון דמוגרפי: נבחרו מספר שאלות רלוונטיות מתוך סקר שערכה כהנר (2020). המשיבים התבקשו לציין השתייכות לחברה החרדית, מין, גיל, מצב משפחתי, עיסוק עיקרי, השתייכות לזרם בתוך החברה החרדית, השכלה, יישוב/עיר מגורים והשתייכות לקהילה מוגדרת בתוך החברה החרדית. בהתחשב בעיסוקים ובמסלולי חינוך מעט שונים בין גברים ונשים, הנהוגים בחברה זו, שאלות הרקע הדמוגרפי פוצלו בין שני המינים.

שאלון תחושת העקביות הקהילתית C-SOC - Community Sense of Coherence, שאלון בן 15 היגדים שבדק את תחושת העקביות הקהילתית, נוצר על ידי בראון-לוונסון ושגיא (Braun-Lewensohn & Sagy, 2011b) ותורגם לעברית על ידי מצרי (2017). התשובות נמדדו בעזרת סולם ליקרט (1 = לא מסכים/ה כלל עד 5

= מסכים/ה במידה רבה). דוגמה לשאלה: "יש לי הרגשה שאני יכול/ה להשפיע על מה שקורה בקהילה שלי בתקופת מגיפת הקורונה". מהימנות עקיבות פנימית אלפא של קרונבך של כלל ההיגדים שבשאלון נמצאה גבוהה $\alpha = .89$

שאלון שימוש ברשת לצורכי מידע וצרכים חברתיים נוצר על ידי היוז ואחרים (Hughes et al., 2012) ככלי המודד את השימוש במדיה חברתית לצורכי מידע ולצרכים חברתיים. השאלון תורגם על ידי גזית ואחרים (Gazit et al., 2019) ובדק את השימוש ברשת בעזרת שישה היגדים, מתוכם שלושה היגדים המתייחסים לשימוש ברשת לצורכי מידע (לדוגמה: "אני משתמש/ת ברשת כדי למצוא ולהפיץ מידע") ושלושה המתייחסים לשימוש ברשת לצרכים חברתיים (לדוגמה: "אני משתמש/ת ברשת כדי להיות בקשר עם חברים/ות"). התשובות נמדדו בעזרת סולם ליקרט (1 = לא מסכים/ה כלל עד 5 = מסכים/ה מאוד). מהימנות עקיבות פנימית אלפא של קרונבך של כלל ששת ההיגדים שבשאלון נמצאה $\alpha = .73$. מהימנות אלפא של שלושת ההיגדים המשתייכים לגורם מידת השימוש ברשת לצורכי מידע נמצאה $\alpha = .61$ ומהימנות אלפא של קרונבך של שלושת ההיגדים המשתייכים לגורם מידת השימוש ברשת לצרכים חברתיים נמצאה $\alpha = .78$.

שאלון התמודדות עם מצבי לחץ FDC - Functional Dimensions of Coping, שמדד את הפונקציות של התמודדות הפרט במצבי לחץ ומשבר, הומצא על ידי פרגוסון וקוקס (Ferguson & Cox, 1997) ותורגם על-ידי אורגלר-שוב (2003). במקור התנהגויות ההתמודדות המוערכות ב-FDC אינן מוכתבות לנבדקים, והם מתבקשים לציין בעצמם איך הם מגיבים למצבי לחץ שחוו. במחקר הנוכחי הוכתבו לנבדקים מצב הלחץ הבין-לאומי שחווה העולם בשנה האחרונה – משבר הקורונה, בהנחה שמשבר זה לא פסח גם על הנבדקים. בשאלון המקורי מתבקשים הנבדקים לציין מהי המחשבה או הפעילות העיקרית שנקטו על מנת להתמודד עם מצב המשבר שחוו ולדרג על סולם ליקרט בן 5 דרגות באיזו מידה הפעילות או המחשבה שציינו שימשו להם להשגת 16 מטרות שונות (1 = כלל לא עד 5 = במידה רבה ביותר). במחקר הנוכחי נבחרו מתוכם 12 היגדים רלוונטיים. נבדק שימוש במידע לצורך התמודדות עם מגפת הקורונה, הן מידע מתוך מקורות דיגיטליים, כגון רשתות חברתיות, הן מידע מתוך מקורות מסורתיים של הקהילה החרדית, כגון העיתונות המודפסת. אי לכך הוסרו השאלות הפתוחות משאלון ה-FDC המקורי. לפיכך, השאלון הוצג כשני שאלונים: שאלון התמודדות עם מגפת הקורונה (דיגיטלי) ושאלון התמודדות עם מגפת הקורונה (מסורתי). מכיוון ששאלון זה הותאם לצורכי המחקר הנוכחי, נערך ניתוח גורמים מגשש (EFA – Exploratory Factor Analysis) ל-12 ההיגדים לצורך בחינת תוקף המבנה של השאלון. בניתוח גורמים זה נערך שימוש ברוטציה מסוג Varimax על מנת לחלק את ההיגדים לגורמים אורתוגונאליים שבהם מתאם מירבי בין ההיגדים בתוך אותו גורם ומתאם מינימלי בין ההיגדים בין הגורמים השונים. בניתוח הוגבלו הטעינויות בכל גורם למינימום של 0.35 וערך עצמי (Eigenvalue) מעל לערך 1. זאת על מנת לבסס גורם המורכב מהיגדים הקשורים זה לזה במידה בינונית ומעלה עם ערך שונות מוסברת של כל גורם משמעותי. לוח 2 מציג את ממצאי ניתוח הגורמים המגשש עבור ההיגדים של שאלוני התמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים (ראו נספח).

מהתבוננות בלוח 2 ניתן לראות כי 12 ההיגדים של שאלון התמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים נחלקים לשני גורמים המסבירים יחדיו 72.16%–78.47% מהשונות. הגורם

הראשון כולל את היגדים 1–7, הבוחנים את רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים/מסורתיים והתוצאות הרגשיות שלה (למשל: "אפשרה לך להתמודד עם הקושי הרגשי שגרמה מגפת הקורונה"). הגורם השני כולל את ההיגדים 8–12, הבוחנים את רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים/מסורתיים והיכולת הקוגניטיבית להערכה ולפירוש מחדש של המגפה (למשל: "אפשרה לך ללמוד יותר על עצמך ועל אחרים").

לבסוף חושבו ערכי עקיבות פנימית אלפא של קרונבך של שני גורמי שאלוני ההתמודדות עם מגפת הקורונה. מהימנויות הגורם הראשון, הבוחן את רמת ההתמודדות הרגשית עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים/מסורתיים, נמצאו גבוהות מאוד [$\alpha = .93, \alpha = .95$, בהתאמה]. גם מהימנויות הגורם השני, הבוחן את רמת ההתמודדות הקוגניטיבית עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים/מסורתיים, נמצאו גבוהות מאוד ($\alpha = .90, \alpha = .92$, בהתאמה). מהימנויות עקיבות פנימית אלפא של קרונבך של כלל 12 ההיגדים שבשאלונים נמצאו גבוהות אף הן ($\alpha = .94, \alpha = .96$, בהתאמה).

תוצאות

ההבדל ברמת ההתמודדות עם הקורונה בין השימוש במקורות מידע דיגיטליים לשימוש במקורות מסורתיים
על מנת לבחון אם קיים הבדל בהתמודדות הנפשית עם משבר הקורונה בין שימוש במקורות מידע דיגיטליים לבין שימוש במקורות המידע המסורתיים, נערך מבחן t למדגמים מזווגים. נמצא כי קיימים הבדלים מובהקים סטטיסטית בקרב משתתפים מהחברה החרדית בין רמת ההתמודדות עם מגפת הקורונה באמצעות מקורות מידע דיגיטליים לבין רמת ההתמודדות עם מגפת הקורונה באמצעות מקורות מידע מסורתיים ($t = 7.67, p < .001$). נמצא כי ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ($M = 2.65, SD = 1.14$) טובה במובהק מההתמודדות בעזרת מקורות המידע המסורתיים ($M = 2.00, SD = 1.02$). גם כאשר בוחנים את שני הגורמים השונים ניתן לראות הבדלים מובהקים. קיים הבדל מובהק בגורם העוסק בהתמודדות הרגשית עם הקורונה ($t = 8.35, p < .001$), כך שההתמודדות הרגשית עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ($M = 2.82, SD = 1.25$) טובה במובהק מההתמודדות הרגשית בעזרת מקורות המידע המסורתיים ($M = 2.00, SD = 1.08$). כמו כן, קיים הבדל מובהק בהתמודדות הקוגניטיבית עם הקורונה ($t = 4.91, p < .001$), כך שההתמודדות הקוגניטיבית עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ($M = 2.42, SD = 1.19$) טובה במובהק מההתמודדות הקוגניטיבית בעזרת מקורות המידע המסורתיים ($M = 1.98, SD = 1.08$). תרשים 1 מציג הבדלים אלה (ראו נספח).

הקשרים בין מידת השימוש ברשת ותחושת הקהילתיות לבין רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים

לבחינת הקשר בין רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים לבין מידת השימוש ברשת ותחושת הקהילתיות, נערך מבחן פירסון. הקשרים מוצגים בלוח 3 (ראו נספח). מהתבוננות בלוח 3 ניתן לראות כי קיימים קשרים חיוביים חזקים ומובהקים סטטיסטית בין מידת השימוש ברשת לצרכים חברתיים ולצורכי מידע לבין הגורמים הרגשיים והקוגניטיביים בהתמודדות עם הקורונה

באמצעות מקורות מידע דיגיטליים $r_{(206)} = .304-509, p < .001$. כלומר, ככל שמידת השימוש ברשת לצרכים חברתיים ולצורכי מידע גבוהה יותר, כך מקורות מידע דיגיטליים מסייעים יותר להתמודד עם הקורונה מבחינה רגשית וקוגניטיבית.

יחד עם זאת, ניתן לראות כי מלבד קשר חיובי חלש ומובהק סטטיסטית בין מידת השימוש ברשת לצרכים חברתיים לבין הגורם הרגשי בהתמודדות עם הקורונה באמצעות מקורות מידע מסורתיים $r_{(206)} = .167, p < .05$, לא נמצאו קשרים מובהקים בין מידת השימוש ברשת לבין רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים ($p > .05$).

לעומת זאת, ממצאי המחקר מראים כי קיימים קשרים חיוביים ומובהקים סטטיסטית בין תחושת העקביות הקהילתית של המשתתפים לבין המדד הקוגניטיבי ($r = .19, p < .01$) והמדד הרגשי ($r = .24, p < .001$) של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים. כלומר, ככל שמשתתף מרגיש שהקהילה מהווה גורם משמעותי יותר, כך לעדותו רמת ההתמודדות שלו בעזרת מקורות המידע המסורתיים טובה יותר. לא נמצאו קשרים בין תחושת העקביות הקהילתית לבין רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ($p > .05$).

הבדלים בין המשתתפים לפי מאפיינים דמוגרפיים במדדי המחקר

למציאת הבדלים במדדי המחקר בין נשים לגברים, נערך מבחן t למדגמים בלתי-תלויים. נמצא כי קיים הבדל מובהק סטטיסטית רק במידת השימוש ברשת לצורכי מידע ($t = 4.17, p < .05, d = 0.28$), כך שממוצע מידת השימוש ברשת לצורכי מידע בקרב גברים בחברה החרדית ($M = 3.87, SD = 1.00$) גבוה במובהק מממוצע מידת השימוש ברשת לצורכי מידע בקרב נשים מהחברה החרדית ($M = 3.59, SD = 1.01$).

למציאת הבדלים במדדי המחקר בין נשואים ולא נשואים בחברה החרדית, נערך מבחן t למדגמים בלתי-תלויים. נמצא כי קיים הבדל מובהק סטטיסטית רק במידת תחושת העקביות הקהילתית ($t = 2.46, p < .05, d = 0.51$), כך שמידת תחושת העקביות הקהילתית בקרב נשואים ($M = 3.47, SD = 0.79$) גבוהה במובהק ממידת תחושת העקביות הקהילתית בקרב לא נשואים ($M = 3.07, SD = 0.79$).

למציאת הבדלים במדדי המחקר בין חרדים המתגוררים ביישובים מעורבים לבין חרדים המתגוררים ביישובים שברובם מורכבים מהחברה החרדית, נערך מבחן t למדגמים בלתי-תלויים. נמצא כי קיימים הבדלים רק במידת השימוש ברשת. הממצאים מצביעים על הבדל מובהק בממוצע הכללי של מידת השימוש ברשת ($t = 2.66, p < .01, d = 0.37$), וכן בממוצע של שימוש לצורכי מידע ($t = 3.87, p < .05, d = 0.27$) ובממוצע של שימוש לצרכים חברתיים ($t = 5.746, p < .05, d = 0.33$). הממוצע הכללי של מידת השימוש בקרב תושבים המתגוררים ביישוב מעורב ($M = 3.31, SD = 0.79$) גבוה במובהק ממידת השימוש בקרב תושבים המתגוררים ביישוב שרובו חרדי ($M = 2.29, SD = 0.95$).

למציאת הבדלים בין חרדים שהגדירו עצמם כשייכים או לא שייכים לקהילה ספציפית בתוך החברה החרדית, נערך מבחן t למדגמים בלתי-תלויים. נמצא כי קיימים הבדלים מובהקים סטטיסטית בין חרדים לפי

הגדרה זו במידת תחושת העקביות הקהילתית ($t = 2.82, p < .01, d = 0.42$), כך שחרדים המשייכים עצמם לקהילה מסוימת חשים עקביות קהילתית גבוהה יותר ($M = 3.67, SD = 0.83$) מחרדים שאינם משייכים עצמם ($M = 3.33, SD = 0.77$). נוסף לכך, נמצאו הבדלים בממד הכללי של שאלון רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים ($t = 3.11, p < .01, d = 0.31$), כמו גם בשני הגורמים של שאלון זה: רמת ההתמודדות הרגשית ($t = 8.31, p < .01, d = 0.42$) ורמת ההתמודדות הקוגניטיבית ($t = 14.73, p < .001, d = 0.56$). הממוצע הכללי של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים בקרב חרדים המשייכים עצמם לקהילה מסוימת ($M = 2.38, SD = 1.16$) גבוה במובהק מהממוצע של רמת ההתמודדות של חרדים שאינם משייכים עצמם לקהילה מסוימת ($M = 1.85, SD = 0.93$). כמו כן, קיימים הבדלים מובהקים סטטיסטית בין חרדים המשייכים לקהילה בחברה החרדית לבין חרדים אשר אינם משייכים לקהילה בגורם הקוגניטיבי של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ($t = 4.48, p < .05, d = 0.31$), כך שרמת ההתמודדות הקוגניטיבית עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים בקרב חרדים המשייכים עצמם לקהילה מסוימת ($M = 2.70, SD = 1.33$) גבוהה במובהק מרמת ההתמודדות בעזרת מקורות דיגיטליים של חרדים שלא משייכים עצמם לקהילה מסוימת ($M = 2.32, SD = 1.12$).

על מנת לבחון אם קיים הבדל במדדי המחקר השונים בין הזרמים באוכלוסייה החרדית שאליהם משתייכים המשתתפים (ליטאי, חסידי, ספרדי, כלל-חרדי), נערכו מבחני ניתוח שונות חד-כיווניים מסוג ANOVA (One-way ANOVA analysis). ממצאי ניתוחי השונות הראו כי קיימים הבדלים מובהקים סטטיסטית בין הזרמים באוכלוסייה החרדית במידת תחושת העקביות הקהילתית ($F = 3.89, p < .01, \eta_p^2 = 0.05$), במידת השימוש ברשת ($F = 3.30, p < .05, \eta_p^2 = 0.05$), ברמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ($F = 3.66, p < .05, \eta_p^2 = 0.05$) וברמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים ($F = 2.71, p < .05, \eta_p^2 = 0.04$). על מנת לבחון את מקור ההבדלים בכל המדדים שבהם נמצאו הבדלים מובהקים בין הזרמים השונים באוכלוסייה החרדית, נערך מבחן המשך post-hoc מסוג Scheffe. באשר למידת תחושת העקביות הקהילתית ולרמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים, נמצא כי ממוצעי מדדים אלו בקרב חרדים המשייכים לזרם הכלל-חרדי נמוכים במובהק בהשוואה לממוצעים אלו בקרב חרדים המשייכים לזרם החסידי. באשר למידת השימוש ברשת ורמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים, נמצא כי ממוצעי מדדים אלו בקרב חרדים המשייכים לזרם הכלל-חרדי גבוהים במובהק בהשוואה לממוצעים אלו בקרב חרדים המשייכים לזרם הליטאי.

על מנת לבחון את הקשר שבין גילי המשתתפים לבין מדדי המחקר השונים נערכו מבחני מתאם פירסון. נמצא קשר חיובי חלש אך מובהק סטטיסטית בין גיל המשתתפים לבין מידת השימוש שלהם ברשת לצורכי מידע $r(210) = .15, p = .003$. כלומר, ככל שגיל המשתתפים גבוה יותר, כך הם נוטים יותר להשתמש ברשת לצורכי מידע. לא נמצאו קשרים מובהקים סטטיסטית בין גיל המשתתפים לבין שאר מדדי המחקר. על מנת לבחון אם קיים קשר בין מדדי המחקר השונים לבין השכלתו של המשתתף (תורנית, תיכון/בגרות, מקצועית, אקדמית), נערכו מבחני ניתוח שונות חד-כיווניים מסוג ANOVA. ממצאי ניתוחי השונות העידו כי לא קיימים הבדלים מובהקים סטטיסטית בין משתתפים בעלי רמות השכלה שונות בכל מדדי המחקר.

תרומת המאפיינים הדמוגרפיים, תחושת העקביות הקהילתית והשימוש ברשת להסברת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות דיגיטליים ומסורתיים

על מנת לבחון אם המאפיינים הדמוגרפיים של המשתתפים, תחושת העקביות הקהילתית ומידת השימוש שלהם ברשת תורמים להסברת השונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים, נערכו שני ניתוחי רגרסיות היררכיות. נעשה שימוש במתודת ה"צעדים" (Stepwise manner) על מנת שמודל הרגרסיה יכלול רק משתנים בעלי תרומה מובהקת להסברת השונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים. בשני ניתוחי הרגרסיות הוכנסו בצעד הראשון המאפיינים הדמוגרפיים של המודל. בצעד השני של מודל הרגרסיה הוכנסו מדד תחושת העקביות הקהילתית ושני הגורמים משאלון מידת השימוש ברשת: שימוש לצורכי מידע ושימוש לצרכים חברתיים. משתנים אלו הוכנסו למודל הרגרסיה רק בצעד השני על מנת לבחון את תרומתם הייחודית להסברת השונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים, מעבר לתרומתם של המאפיינים הדמוגרפיים של המשתתפים. סדר הכנסת המשתנים למודל בכל אחד משני הצעדים היה על פי מידת תרומתם להסברת השונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים. לוח 4 מציג את ממצאי ניתוחי הרגרסיות ההיררכיות עבור רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומקורות מידע מסורתיים (ראו נספח).

מהתבוננות בלוח 4 ניתן לראות כי מודל הרגרסיה מסביר 35.3% מהשונות ברמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים. מבין המאפיינים הדמוגרפיים שהוכנסו לצעד הראשון, רק השינוך לזרם באוכלוסייה החרדית תרם במובהק להסברת השונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים. באופן ספציפי, ההשתייכות של המשתתף לזרם הליטאי הסבירה 4.1% מהשונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים. מקדם ה- β השלילי מעיד כי משתתפים חרדים המשתייכים לזרם הליטאי נוטים להעיד על רמה נמוכה יחסית של התמודדות בעזרת מקורות מידע דיגיטליים. בצעד השני של מודל הרגרסיה, מדדי השימוש ברשת לצורכי מידע ולצרכים חברתיים תרמו יחדיו 31.1% מהשונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים. מידת השימוש של המשתתפים ברשת לצרכים חברתיים הסבירה 23.8% מהשונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים, ומידת השימוש של המשתתפים ברשת לצורכי מידע הוסיפה עוד 7.3% לשונות המוסברת. מקדמי ה- β החיוביים מעידים כי ככל שמידת השימוש ברשת של המשתתפים גבוהה יותר, כך רמת ההתמודדות בעזרת מקורות המידע הדיגיטליים טובה יותר.

מהתבוננות בלוח 4 ניתן לראות כי מודל הרגרסיה מסביר 13.9% מהשונות ברמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים. מבין המאפיינים הדמוגרפיים שהוכנסו לצעד הראשון, רק השינוך לקהילה ספציפית בחברה החרדית תרם במובהק להסברת השונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים. משתנה זה הסביר 5.4% מהשונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים. מקדם ה- β החיובי מצביע על כך שמשתתפים חרדים המשתייכים לקהילה מסוימת בחברה החרדית נוטים להעיד על התמודדות טובה יותר בעזרת מקורות מידע מסורתיים מאלה שלא תופסים עצמם כשייכים לקהילה מסוימת.

בצעד השני של מודל הרגרסיה, תחושת העקביות הקהילתית הסבירה 6.6% מהשונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים ומידת השימוש של המשתתפים ברשת לצרכים חברתיים הסבירה עוד 1.9% מהשונות של רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים, מעבר למאפיין הדמוגרפי ולתחושת העקביות הקהילתית. מקדמי ה- β החיוביים מעידים כי ככל שמידת תחושת העקביות הקהילתית וככל שמידת השימוש ברשת של המשתתפים לצרכים חברתיים גבוהה יותר, כך רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים טובה יותר.

דיון

המחקר הנוכחי התמקד בחברה החרדית ובדרכי ההתמודדות שלה עם אחת התקופות המורכבות ביותר בעשרות השנים האחרונות – תקופת מגפת הקורונה העולמית. המחקר ביקש לבחון את הגורמים המסבירים את רמת ההתמודדות הנפשית של הציבור החרדי עם משבר הקורונה תוך השוואה בין התמודדות בעזרת מקורות מידע דיגיטליים להתמודדות בעזרת מקורות מידע מסורתיים.

ההבדלים בהתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים לעומת מקורות מידע מסורתיים

השערה 1.1, שטענה כי רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים טובה מרמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע מסורתיים, אוששה. מחקרים קודמים ציינו כי בגלים הראשונים של משבר הקורונה, הניתוק מהתרבות הישראלית ומהמידע שהופץ על ידי הרשויות באמצעות התקשורת הכללית והמדיה החברתית מנע מהקהילה החרדית להיחשף למידע חיוני שמטרתו הייתה למנוע את התפשטות הנגיף. פער המידע בין אלו שנשענו רק על מידע מסורתי לבין אלו שנעזרו במידע דיגיטלי בא לידי ביטוי ברמת ההתמודדות הנפשית עם המגפה. ניתן להבין פער זה באמצעות מודל מקורות הבריאות, שבבסיסו אדם התופס מצבי לחץ ומשבר כניתנים להבנה ולניהול ובעלי משמעות, עשוי להתמודד איתם בצורה טובה יותר (Antonovsky, 1987, 1996).

כתמיכה לממצאי המחקר הנוכחי, סקר שנערך בתחילת פרוץ המגפה מצא כי בחברה החרדית חלו שינויים משמעותיים בהיקף הגישה למידע דיגיטלי במהלך המגפה. מרבית החרדים דיווחו כי בעת משבר הקורונה הם התעדכנו במידע על התפשטות הנגיף דרך מגוון רחב של מקורות מידע דיגיטליים, כגון אתרי אינטרנט ייעודיים לציבור החרדי, אתרי חדשות המיועדים לציבור הכללי ומדיה חברתית, אבל גם דרך אמצעים מסורתיים, כמו הודעות רבנים ומובילי דעה במגזר החרדי, פשקווילים ומידע שעבר מפה לאוזן (פרץ, 2020). ממצאי מחקר עדכני יותר שנערך בקרב החברה החרדית הראו כי שימוש במדיה דיגיטלית שאינה מנוהלת על ידי ההנהגה החרדית, לרבות רשתות חברתיות ואתרי חדשות, נמצא קשור באופן משמעותי עם רמה גבוהה יותר של ציות להנחיות הממשלה הנוגעות לבריאות במהלך מגפת הקורונה (Shomron & David, 2022).

אדם חרדי הנשען בעיקר על מקורות מידע מסורתיים כמו העיתונות החרדית המודפסת עלול להרגיש חוסר אונים מסוים בהתמודדות עם משבר, מכיוון שאין לו אפשרות לבחור בתוכן שאליו ייחשף בעיתונות, שכן העיתונות החרדית המודפסת מושפעת מאוד מעקרונות דתיים ולכן תוכנה משקף יותר את המציאות האידיאלית מאשר המציאות בפועל (נריה בן שחר, 2011). לעומת זאת, כאשר אדם חושף עצמו למדיה הדיגיטלית יש לו יותר אפשרויות לבחור את מהות התוכן, בין שירצה לעיין במקורות מידע רשמיים של הממשל ומערכת הבריאות, אתרים חדשותיים או מקורות תוכן אחרים, ובין שירצה להשתתף באופן פעיל בדיונים

ולתרום מהידע שלו (Gazit et al., 2018). בחירה זו עשויה להעצים את האדם, שכן כך המידע שאליו הוא נחשף משקף מציאות מובנת, ניתנת לניהול ומשמעותית עבורו (Barni et al., 2020). לאור הדברים האמורים, ממצאי המחקר הנוכחי חשובים ותורמים לשדה המחקרי בכך שהם מראים שגם מהבחינה הנפשית, מקורות המידע הדיגיטליים סייעו בהתמודדות עם המשבר יותר מאשר מקורות המידע המסורתיים הנהוגים בחברה החרדית.

גורמים המסבירים את רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים

רמת השימוש ברשת

השערה 2.1, שטענה כי יימצא קשר חיובי בין רמת השימוש ברשת לצורכי מידע ולצרכים חברתיים לבין רמת ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים, אוששה באופן חזק ומובהק בהקשר של מקורות המידע הדיגיטליים. בהקשר של מקורות המידע המסורתיים נמצא רק קשר חלש בין מידת השימוש ברשת לצרכים חברתיים לבין הגורם הרגשי בהתמודדות עם הקורונה. מחקרים קודמים הצביעו על כך שבעידן הדיגיטלי קהילות וירטואליות הן מקום לתמיכה, שיתוף מידע וחשיפה בטוחה (Avizohar et al., 2022; Gazit et al., 2022). כמו כן נמצא כי חוויה חיובית במרחב של המדיה החברתית עשויה להיות קשורה לאיזון ולשביעות רצון פסיכולוגי גם בממד הבלתי מקוון (Shi et al., 2019). יתר על כן, הקהילות הווירטואליות מסייעות לחבריהן במישור הרגשי והמעשי ומאפשרות להם לקבל אמפתיה ולחוות תחושה של גורל משותף (Gazit & Amichai-Hamburger, 2020). לפי מחקרים שונים, מעורבות ברשתות החברתיות ובפורומים מקוונים עשויה לתרום לשיפור הבריאות האישית ולהעצמה האישית במצבי מחלה ומשבר באמצעות תמיכה רגשית ושיתוף מידע חיוני (Abedin et al., 2017; Greene et al., 2011; Nieroba & Larysz, 2019). ואכן, במחקר בקרב החברה החרדית נמצא כי שימוש במדיה דיגיטלית, לרבות רשתות חברתיות ואתרי חדשות, שאינה מנוהלת על ידי ההנהגה החרדית, קשור בקשר חיובי עם ציות להנחיות ממשלתיות הנוגעות לבריאות במהלך מגפת הקורונה (Shomron & David, 2022).

תחושת העקביות הקהילתית

השערה 2.2, שטענה לקשר חיובי בין תחושת העקביות הקהילתית לבין רמת ההתמודדות הנפשית עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים, אוששה עבור מקורות מידע מסורתיים בלבד. כלומר, ככל שתחושת העקביות הקהילתית גבוהה יותר, כך רמת ההתמודדות בעזרת מקורות מידע מסורתיים, אך לא בעזרת מקורות מידע דיגיטליים, גבוהה יותר. ממצא זה נתמך על-ידי מחקרים קודמים שכבר הצביעו על כך שהחברה החרדית מאופיינת כקהילה קולקטיביסטית (קיבוצית) בעלת רמה גבוהה של הון חברתי ביחס לאוכלוסיות אחרות בחברה הישראלית. אדם חרדי מוקף במספר מעגלים חברתיים, כולל משפחתו, קהילתו האישית ומכלול החברה החרדית, המעניקים לו תחושת עקביות קהילתית ברמה גבוהה (Braun-Lewensohn et al., 2021). בהקשר של משבר הקורונה, אנשי החברה החרדית דיווחו על רמת החוסן הנפשי הגבוהה ביותר, יחד עם תסמיני לחץ פסיכולוגי מעטים יחסית, לעומת האוכלוסייה החילונית והחברה הערבית בישראל (Braun-Lewensohn et al., 2021).

מתוך כך, הקשר החזק לקהילה החרדית נרקם בממד הפיזי ולא הדיגיטלי. לאור זאת, ייתכן שמשום כך ההתמודדות הנפשית עם הקורונה קשורה יותר למקורות מידע המסורתיים של הקהילה ולא למקורות המידע במרחב הדיגיטלי.

מאפיינים דמוגרפיים: גיל והשכלה

השערה 2.3, שטענה לקשר שלילי בין גיל לבין רמת ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים וקשר חיובי למקורות מידע מסורתיים, הופרכה. היעדר הקשר בין גיל לבין מקורות מידע דיגיטליים עשוי להיות קשור בעובדה כי נאסר על תלמידי ישיבות ותלמידות סמינרים להחזיק ברשותם טלפון חכם המחובר לאינטרנט, וזהו תנאי קבלה למוסדות החינוך החרדיים, אף בגיל בגיר (Malach, 2020). זאת לצד משטר רגולטורי קהילתי המאפשר לקבוצה של רבנים לפקח על השימוש בטלפונים סלולריים בכלל החברה החרדית, באמצעות ועדת רבנים לענייני תקשורת, עמותה שהוקמה לשם כך בשנת 2005 (שי' פרידמן, 2021). לאור זאת, אלו מתוך החברה החרדית הבוחרים ללכת נגד מוסכמות חברתיות מסוימות ולהתחבר לאינטרנט באמצעות טלפון חכם או מחשב, הם לאו דווקא הצעירים, ולכן ההבדלים בין הגילים מטושטשים.

השערה 2.4, שטענה לקשר חיובי בין רמת ההשכלה האקדמית לבין רמת ההתמודדות עם האתגרים הנפשיים של מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים, הופרכה גם היא. נמצא כי לא קיימים הבדלים מובהקים בין בעלי רמות השכלה שונות בכל מדדי המחקר. אמנם הספרות המחקרית מצביעה על כך שהשפעת ההשכלה האקדמית על אדם חרדי היא רבה, היות שהיא מאפשרת כניסה לשוק עבודה איכותי יותר ומחזקת את מעמד הביניים החרדי (כהנר, 2020), אך עם זאת ייתכן שבהקשר של משבר, אנשים חרדים מתמודדים בעיקר בעזרת השכלתם התורנית, המתבססת על דת ורוחניות, ומשתמשים פחות בהשכלתם האקדמית. יתר על כן, אדם חרדי מוקף בשלושה מעגלים חברתיים תומכים: המשפחה, הקהילה ומכלול החברה החרדית. מעגלים אלו מספקים לו תמיכה פיזית ורוחנית בעת משבר (Barth & Ben-Ari, 2014). בהקשר של משבר הקורונה, בראון-לבינסון ואחרים (Braun-Lewensohn et al., 2021) ציינו שאנשי החברה החרדית דיווחו על רמת חוסן נפשי גבוהה ועל תסמיני לחץ פסיכולוגי מעטים יחסית. החוקרים שיערו שנתון זה הוא תוצאה של אמונה דתית המובילה לתחושת משמעות בחיים, גישה חיובית ואופטימית יותר לאתגרי החיים, רמה גבוהה יותר של תקווה ושמחה, וכתוצאה מכך גם בריאות נפשית טובה יותר. לאור מחקרים אלו, ייתכן שמרכיב ההשכלה האקדמית בקרב החברה החרדית פחות בא לידי ביטוי בהקשר של התמודדות נפשית וקוגניטיבית עם מגפת הקורונה.

ממצאים נוספים

סגנון יישוב המגורים והשימוש ברשת

הממצאים מצביעים על כך שמידת השימוש ברשת לצורכי מידע ולצרכים חברתיים בקרב חרדים המתגוררים ביישובים מעורבים גבוהה במובהק ממידת השימוש ברשת לצורכי מידע ולצרכים חברתיים בקרב חרדים המתגוררים ביישובים שברובם מורכבים מהחברה החרדית. ניתן להסביר ממצא זה בכך שחרדים המתגוררים ביישובים מעורבים בעלי גיוון אורבני ותרבותי עשויים להיות פתוחים יותר לנורמות התרבותיות של שאר בני העיר. זאת לעומת חרדים המתגוררים ביישוב שרובו חרדי, החשים יותר לחץ חברתי לציית לנורמות המקובלות בחברה (Hananel et al., 2022). לאור זאת, ניתן לשער כי חרדים המתגוררים ביישוב מעורב יהיו מודרניים יותר ופתוחים יותר לאינטרנט לצורכי מידע ולצרכים חברתיים.

מגדר בחברה החרדית והשימוש ברשת לצורכי מידע

נמצא כי מידת השימוש ברשת לצורכי מידע בקרב גברים חרדים גבוהה במובהק ממידת השימוש ברשת לצורכי מידע בקרב נשים חרדיות. מחקרים קודמים בקרב משתמשי הרשת לצורכי מידע בחברה הכללית בארצות הברית ובגרמניה הצביעו על שיעור גבוה יותר של גברים משיעור הנשים (Dadaczynski et al., 2021; Reisdorf et al., 2021). עם זאת, שיעור הנשים בחברה הכללית המשתמשות ברשת לצורכי מידע בריאותי-רפואי גבוה משיעור הגברים (Basch et al., 2018; Finney Rutten et al., 2019; Zucco et al., 2018). בחברה החרדית נמצאת מגמה מעורבת: גברים חרדים משתמשים יותר מנשים באתרי אינטרנט חרדים לצורכי מידע ואילו נשים משתמשות יותר מגברים באתרים כלליים (חילוניים) כמקור מידע (Cohen et al., 2021). נתונים אלו תומכים במסקנות המחקר הנוכחי על פער מגדרי במידת השימוש במידע דיגיטלי בחברה החרדית, ומזמינים מחקר המשך בנושא.

סיכום ומגבלות המחקר

החברה החרדית מהווה כ-13% מתוך תושבי ישראל עם שיעור הפוריות הגבוה ביותר במדינה (כהנר ומלאך, 2021). המאפיינים התרבותיים והסוציו-דמוגרפיים הייחודיים של אוכלוסייה זו יוצרים בה עניין מיוחד ומגבירים את חשיבות המחקר עליה. מחקרים רבים כבר פורסמו על קהילה זו בשנים האחרונות. התפרצות מגפת הקורונה בתחילת שנת 2020 הציגה אתגרים חדשים לעולם כולו ולחברה החרדית בפרט, ונוצרה הזדמנות ייחודית לחקור ציבור זה מזווית ראייה חדשה לחלוטין, שלא נחקרה עד כה.

ממצאי המחקר העלו כי קבוצה מסוימת מהחרדים התמודדו עם הקורונה באמצעות מקורות מידע דיגיטליים טוב יותר מאלו שהתמודדו בעזרת מקורות מידע מסורתיים, וממצאים אלו מעוררים צורך בחשיבה מחודשת לגבי היחס המורכב בין החברה החרדית ורשת האינטרנט. אם הגישה למידע דיגיטלי סיפקה לגולשים חרדים רבים כלי יעיל שאיפשר להם להתמודד טוב יותר עם משבר בריאות עולמי בעל השלכות שנגעו בחיי אדם, אולי ראוי להמליץ להנהגת הקהילה לשנות את גישתה המחמירה כלפי שימוש באינטרנט. העובדה כי עשרות אחוזים מתוך החברה החרדית בחרו במהלך המגפה לפתוח מינוי לשירותי אינטרנט בביתם, אמורה להדליק נורה אדומה למקבלי החלטות בקהילה ולהעביר מסר ברור למי שאחראי על הפצת הידע בקרב אוכלוסייה זו. משבר הקורונה העולמי הביא למותם של יותר משישה מיליון אנשים ברחבי העולם בטרם עת ויותר מחצי מיליארד אנשים נדבקו בנגיף (WHO, 2022). המשבר הוביל לשינויים מרחיקי לכת בכל שגרת החיים. יחד עם זאת, בהקשר של החברה החרדית בישראל, שקיימת כבר שנים רבות ונהנית מרמת חוסן נפשי גבוהה יחסית לשאר הציבור במדינה (Braun-Lewensohn et al., 2021), אירוע הקורונה עשוי להיות מוגבל בהשפעתו לטווח הרחוק. המציאות מראה כי החל מתקופת ווריאנט האומיקרון של הקורונה, מרבית מדינות העולם עברו מגישה אקוטית והתנהלות של מצב חירום למצב של שגרת חיים זהירה ו"חיים לצד הקורונה" (European Centre for Disease Prevention and Control, 2022).

המחקר הנוכחי מציג מבט חדש, שלא נחקר בעבר, על התמודדות של קבוצה מסוימת מהחברה החרדית עם מגפת הקורונה באמצעות מקורות מידע שונים: מקורות מידע דיגיטליים לעומת מקורות מידע מסורתיים. ממצאי המחקר מחדדים את הצורך בהנגשת מידע דיגיטלי אמין לציבור זה, במיוחד בעת משבר, בדרכים שמכבדות את התרבות והערכים של החברה החרדית. יחד עם זאת, למחקר זה מספר מגבלות. תחילה, במחקר הנוכחי השתמשנו בשאלון דיגיטלי מקוון בלבד, ויכולת ההכללה של אמצעי המחקר הייתה מוגבלת לאוכלוסייה

החרדית המשתמשת במחשב ובאינטרנט. ראוי לציין כי בתקופת מגפת הקורונה שיעור החרדים בעלי גישה למידע מקוון עלה משמעותית, ולכן ההכללה רחבה למדי. עם זאת, כדי לקבל תמונה בהירה ורחבה יותר על הציבור החרדי, יהיה צורך במחקר המשך ובו שימוש בשאלון מודפס לצד השאלון המקוון, כדי לכלול במחקר גם את אלו שאין להם גישה לרשת כלל. שנית, המחקר התייחס להתמודדות החברה החרדית עם הקורונה במדינת ישראל בלבד אך לא להתמודדות של קהילות דומות במדינות אחרות, כך שניתן להסיק מסקנות רק על אלו המתגוררים בתוך מדינה יהודית עם מכנה משותף רחב יחסית עם הסובבים אותם, ולא לגבי התמודדות קהילה חרדית או יחידים חרדים במדינות אחרות, המתגוררים בקרב אומות העולם בסביבה בעלת תרבות וערכים שונים מאוד. ראוי להרחיב את המחקר הנוכחי להתמודדותן של קבוצות חרדיות גם במדינות אחרות.

מקורות

- אורגלר-שוב, מ' (2003). מנגנון ההתמודדות חיפוש מידע: פונקציות השימוש בו במצבי לחץ ברמות שונות של איים ושליטה נתפסים [עבודת גמר לקבלת תואר "דוקטור לפילוסופיה"]. אוניברסיטת תל אביב.
- אסקריא (2021, 3 בינואר). איך הסגרים השפיעו על חדירת החיבור לאינטרנט במגזר החרדי? <https://bit.ly/3j8wBCm>
- בחזית מדיה (2020, 6 בספטמבר). אסקריא בדק ומצא 1 מתוך 4 חרדים צורך תוכן במייל, ובוואטסאפ. <https://bit.ly/3aCYnnu>
- הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2018). פני החברה בישראל: דת והגדרה עצמית של מידת דתיות. דוח מס' 10. מדינת ישראל. <https://din-online.info/pdf/1st67.pdf>
- ויסברג, מ' (2021, 25 באוגוסט). ראש הישיבה: הקורונה חזרה שוב לארץ, צריך לשמור על ההנחיות. בחדרי חרדים. <https://www.bhol.co.il/news/1266187>
- זמיר, ש' והאופטמן, ש' (2016). החרם בפשקווילים: לשון, סגנון ותוכן. כוורת, (24) יוני. 13–15.
- חברת קיימא (2020). מיזם קהילות דיגיטליות – קידום אוריינות דיגיטלית במגזר החרדי. הג'וינט אלכא ומטה ישראל דיגיטלית. <https://www.isoc.org.il/sts-data/digitalcommunitiesmarch2020>
- כהנר, ל' ומלאך, ג' (2021). שנתון החברה החרדית בישראל 2021. המכון הישראלי לדמוקרטיה. <https://www.idi.org.il/books/>
- כהנר, ל' (2020). החברה החרדית על הציר שבין שמרנות למודרניות. המכון הישראלי לדמוקרטיה. <https://www.idi.org.il/books/32804>
- כץ, י' (2020, 12 במרץ). ביטול לימוד תשב"ר מסוכן יותר מהקורונה. כיכר השבת. <https://www.kikar.co.il/351016.html>
- מלחי, א', מלאך, ג' ופרידמן, ש' (2020, 26 במרץ). כיצד מתמודד המגזר החרדי עם נגיף הקורונה? המכון הישראלי לדמוקרטיה. <https://www.idi.org.il/articles/31128>
- מצרי, ד' (2017). תרומתם של מניעי ההתנדבות ומערך המשאבים האישיים והבין-אישיים לאוריינטציה העתיד ולחוסנם האישי של מתנדבים לאורך שנת השירות [עבודת גמר לקבלת תואר "מוסמך למדעי הרוח והחברה"]. אוניברסיטת בן-גוריון בנגב. http://docs.wixstatic.com/ugd/dd515c_ec655900f8c040feaf798a14550314a7.pdf
- משה, נ' (2016). נתונים על תעסוקת חרדים. הכנסת – מרכז המידע והמחקר. <https://main.knesset.gov.il/Activity/Info/Research/Pages/default.aspx>
- משרד הבריאות (ל"ת). נגיף הקורונה בישראל – תמונת מצב כללית. נדלה ב-25 באוגוסט 2022 מ: <https://datadashboard.health.gov.il/portal/dashboard/health>
- משרד התקשורת (2020, 18 במאי). דו"ח שימושי אינטרנט בתקופת הקורונה. <https://www.gov.il/he/departments/news/18052020>

- נריה-בן שחר, ר' ולב-און, א' (2013). מגדר, דת וטכנולוגיה חדשה: תפיסות, עמדות, דפוסי התנהגות ושימוש באינטרנט בקרב נשים חרדיות העובדות בסביבות עבודה ממוחשבות. *מגמות*, 49(2), 272–306.
- נריה בן שחר, ר' (2011). "והאריכו נא שמלותיכן למען קדושת עמנו וקדושת בנותינו": שיח הצניעות במדורי הנשים בעיתונות החרדית 1960–1989. *מגדר בישראל*, ב, 580–622.
- פרידמן, י' (2020). *דגימה במחקרי חינוך וחברה, עקרונות, אסטרטגיות ותהליכי ביצוע*. מכון הנרייטה סאלד.
- פרידמן, ש' (2021). *ישראל והקהילה החרדית: חומות מתגבהות ועתיד מאתגר*. מכון הישראלי לדמוקרטיה. <https://www.idi.org.il/books/34415>
- פרץ, ג' (2020, 6 באפריל). *הציבור החרדי מסתער על האינטרנט: המשבר יצר ביקוש שיא*. גלובס. <https://www.globes.co.il/news/article.aspx?did=1001324652>
- רוזנברג, ח' וראשי, צ' (2014). "מדיום חדש מפני ישן תוציאו": הפקשווילים במאבקם למען הסלולר הכשר. *עיונים בשפה וחברה*, 6(2), 71–95.
- שגיא, ש' ואנטונובסקי, א' (1998). תחושת קוהרנטיות במערכת המשפחתית: הגישה הסלוטוגנית. *מגמות*, לט(1/2), 80–96.
- Abedin, T., Al Mamun, M., Lasker, M. A. A., Ahmed, S. W., Shommu, N., Rumana, N., & Turin, T. C. (2017). Social media as a platform for information about diabetes foot care: A study of Facebook groups. *Canadian Journal of Diabetes*, 41(1), 97–101. <https://doi.org/10.1016/j.cjcd.2016.08.217>
- Aharony, N., & Gazit, T. (2018). Students' information literacy self-efficacy: An exploratory study. *Journal of Librarianship and Information Science*, 096100061879031. <https://doi.org/10.1177/0961000618790312>
- Allington, D., Duffy, B., Wessely, S., Dhavan, N., & Rubin, J. (2021). Health-protective behaviour, social media usage and conspiracy belief during the COVID-19 public health emergency. *Psychological Medicine*, 51(10), 1763–1769. <https://doi.org/10.1017/S003329172000224X>
- Almutairi, A. F., BaniMustafa, A., Alessa, Y. M., Almutairi, S. B., & Almaleh, Y. (2020). Public trust and compliance with the precautionary measures against COVID-19 employed by authorities in Saudi Arabia. *Risk Management and Healthcare Policy*, 13, 753–760. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S257287>
- Antonovsky, A. (1987). Health promoting factors at work: The sense of coherence. In R. Kalimo, M. A. EI-Batawi, & C. L. Cooper (Eds.), *Psychosocial factors at work and their relation to health* (pp. 153–167).
- Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*, 11(1), 11–18. <https://doi.org/10.1093/heapro/11.1.11>

- Arbiv, R. (2015). *Community sense of coherence and openness to the “other”: A comparison of three streams in the ultra-Orthodox community in Israel* [Master’s thesis, Ben-Gurion University]. <http://aranne5.bgu.ac.il/others/ArbivRachely.pdf>
- Avizohar, C., Gazit, T. & Aharony, N. (2022). Facebook medical support groups: The communication privacy management perspective. *Aslib Journal of Information Management*. <https://doi.org/10.1108/AJIM-10-2021-0298>
- Bagheri Sheykhangafshe, F. (2022). Prevalence of post-traumatic stress disorder after COVID-19 pandemic. *Journal of Surgery and Trauma*, 10(1).
- Bar-Ilan, J., Gazit, T., & Amichai-Hamburger, Y. (2020). Leading factors that explain engagement in closed Facebook groups. *Information Research: An International Electronic Journal*, 25(3), paper 886. <https://doi.org/10.47989/irpaper866>
- Barni, D., Danioni, F., Canzi, E., Ferrari, L., Ranieri, S., Lanz, M., Iafrate, R., Regalia, C., & Rosnati, R. (2020). Facing the COVID-19 pandemic: The role of sense of coherence. *Frontiers in Psychology*, 11, 578440. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.578440>
- Barth, A., & Ben-Ari, A. (2014). Personal and social adjustment to divorce in the ultra-Orthodox community in Israel [Hebrew]. *Haredi Social Studies*, 1, 100–126.
- Barzilay, R., Moore, T. M., Greenberg, D. M., DiDomenico, G. E., Brown, L. A., White, L. K., Gur, R. C., & Gur, R. E. (2020). Resilience, COVID-19-related stress, anxiety and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers. *Translational Psychiatry*, 10(1), 291. <https://doi.org/10.1038/s41398-020-00982-4>
- Basch, C. H., MacLean, S. A., Romero, R.-A., & Ethan, D. (2018). Health information seeking behavior among college students. *Journal of Community Health*, 43(6), 1094–1099. <https://doi.org/10.1007/s10900-018-0526-9>
- Biden, J. R. (2021). *National strategy for the COVID-19 response and pandemic preparedness*. White House. <https://www.whitehouse.gov/priorities/covid-19/>
- Blank, G., & Lutz, C. (2017). Representativeness of social media in Great Britain: Investigating Facebook, LinkedIn, Twitter, Pinterest, Google+, and Instagram. *American Behavioral Scientist*, 61(7), 741–756. <https://doi.org/10.1177/0002764217717559>
- Braun-Lewensohn, O., Abu-Kaf, S., & Kalagy, T. (2021). Hope and resilience during a pandemic among three cultural groups in Israel: The second wave of Covid-19. *Frontiers in Psychology*, 12, 637349. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.637349>

- Braun-Lewensohn, O., & Sagy, S. (2011a). Coping resources as explanatory factors of stress reactions during missile attacks: comparing Jewish and Arab adolescents in Israel. *Community Mental Health Journal*, 47(3), 300–310. <https://doi.org/10.1007/s10597-010-9314-4>
- Braun-Lewensohn, O., & Sagy, S. (2011b). Salutogenesis and culture: Personal and community sense of coherence among adolescents belonging to three different cultural groups. *International Review of Psychiatry*, 23(6), 533–541. <https://doi.org/10.3109/09540261.2011.637905>
- Cahaner, L., & Malach, G. (2019). *The Yearbook of Ultra-Orthodox Society in Israel 2019 [Hebrew]*. The Israel Democracy Institute.
- Campbell, H. (2010). *When religion meets new media (Media, religion and culture)* (1st ed., p. 232). Routledge.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679–704. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>
- Cauberghe, V., Van Wesenbeeck, I., De Jans, S., Hudders, L., & Ponnet, K. (2021). How adolescents use social media to cope with feelings of loneliness and anxiety during COVID-19 lockdown. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 24(4), 250–257. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0478>
- Chernichovsky, D., & Sharony, C. (2015). The relationship between social capital and health in the Haredi sector. In D. Chernichovsky & A. Weiss (Eds.), *State of the Nation Report 2015* (pp. 435–465). Taub Center.
- Cohen, Y. (2017). The media challenge to Haredi rabbinic authority in Israel. *ESSACHESS - Journal for Communication Studies*, 10(2), 113–128. <https://www.ssoar.info/ssoar/handle/document/55375>
- Cohen, Y., Adini, B., & Spitz, A. (2021). The Haredi media, religious identity, and the COVID 19 crisis. *Israel Affairs*, 27(5), 921–935. <https://doi.org/10.1080/13537121.2021.1968213>
- Cooper, C. L., & Quick, J. C. (Eds.). (2017). *The handbook of stress and health: A guide to research and practice*. John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118993811>
- Cuello-Garcia, C., Pérez-Gaxiola, G., & van Amelsvoort, L. (2020). Social media can have an impact on how we manage and investigate the COVID-19 pandemic. *Journal of Clinical Epidemiology*, 127, 198–201. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2020.06.028>
- Dadaczynski, K., Okan, O., Messer, M., Leung, A. Y. M., Rosário, R., Darlington, E., & Rathmann, K. (2021). Digital health literacy and web-based information-seeking behaviors of

- university students in Germany during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 23(1), e24097. <https://doi.org/10.2196/24097>
- Danioni, F., Sorgente, A., Barni, D., Canzi, E., Ferrari, L., Ranieri, S., Iafrate, R., Regalia, C., Rosnati, R., & Lanz, M. (2021). Sense of coherence and COVID-19: A longitudinal study. *The Journal of Psychology*, 155(7), 657–677. <https://doi.org/10.1080/00223980.2021.1952151>
- de Jong, E. M., Ziegler, N., & Schippers, M. C. (2020). From shattered goals to meaning in life: Life crafting in times of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 11, 577708. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.577708>
- Eitan, T., & Gazit, T. (2021). Leader behaviors in Facebook support groups: An exploratory study. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02262-w>
- Eriksson, M., & Lindström, B. (2006). Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: A systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 60(5), 376–381. <https://doi.org/10.1136/jech.2005.041616>
- European Centre for Disease Prevention and Control. (2022). *Transitioning beyond the acute phase of the COVID-19 pandemic*. ECDC. <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/transitioning-beyond-acute-phase-covid-19-pandemic-interim-report>
- Ferguson, E., & Cox, T. (1997). The functional dimensions of coping scale: Theory, reliability and validity. *British Journal of Health Psychology*, 2(2), 109–129. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8287.1997.tb00528.x>
- Fernández, P. P., & Aríztegui, M. M. (2022). COVID-19 and social media. In *COVID-19 Pandemic* (pp. 85–97). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-82860-4.00009-4>
- Finney Rutten, L. J., Blake, K. D., Greenberg-Worisek, A. J., Allen, S. V., Moser, R. P., & Hesse, B. W. (2019). Online health information seeking among US adults: Measuring progress toward a healthy people 2020 objective. *Public Health Reports (Washington, D.C. : 1974)*, 134(6), 617–625. <https://doi.org/10.1177/0033354919874074>
- Folkman, S. (2008). The case for positive emotions in the stress process. *Anxiety, Stress, and Coping*, 21(1), 3–14. <https://doi.org/10.1080/10615800701740457>
- Garfin, D. R. (2020). Technology as a coping tool during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: Implications and recommendations. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 36(4), 555–559. <https://doi.org/10.1002/smi.2975>

- Gazit, T., Aharony, N., & Amichai-Hamburger, Y. (2019). Tell me who you are and I will tell you which SNS you use: SNSs participation. *Online Information Review*, 44(1), 139–161. <https://doi.org/10.1108/OIR-03-2019-0076>
- Gazit, T., & Amichai-Hamburger, Y. (2020). Factors underlying engagement in Facebook support groups of female infertility patients. *Psychological Reports*, 33294120934703. <https://doi.org/10.1177/0033294120934703>
- Gazit, T., Bronstein, J., Amichai-Hamburger, Y., Aharony, N., Bar-Ilan, J., & Perez, O. (2018). Active participants and lurkers in online discussion groups: An exploratory analysis of focus group interviews. *Information Research*, 23(2), paper 791. <http://www.informationr.net/ir/23-2/paper791.html>
- Gazit, T., Mass, H. & Bronstein, J. (2022). Examining Facebook groups engaging in reading experiences: The interactive therapeutic process perspective. *Empirical Studies of the Arts*, 41(1), 259–283. <https://doi.org/10.1177%2F02762374221118522>
- Greene, J. A., Choudhry, N. K., Kilabuk, E., & Shrank, W. H. (2011). Online social networking by patients with diabetes: a qualitative evaluation of communication with Facebook. *Journal of General Internal Medicine*, 26(3), 287–292. <https://doi.org/10.1007/s11606-010-1526-3>
- Hall, J., Pennington, N., & Holmstrom, A. (2021). Connecting through technology during COVID-19. *Human Communication & Technology*, 3(1). <https://doi.org/10.17161/hct.v3i1.15026>
- Hananel, R., Fishman, R., & Malovicki-Yaffe, N. (2022). Urban diversity and epidemic resilience: The case of the COVID-19. *Cities (London, England)*, 122, 103526. <https://doi.org/10.1016/j.cities.2021.103526>
- Harshan, K., Gangesh Chinnasamy, K., Swaminathan, J., & Rajan, A. P. (2022). Awareness of pandemic and associated fear among COVID positive patients: An explorative study for better pandemic management. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4001193>
- Herman, Y. (1995). Landmines along the information highway. *Jewish Observer*, 28(1), 21–27. <https://agudah.org/wp-content/uploads/2016/08/JO1995-V28-N01.pdf>
- Hughes, D. J., Rowe, M., Batey, M., & Lee, A. (2012). A tale of two sites: Twitter vs. Facebook and the personality predictors of social media usage. *Computers in Human Behavior*, 28(2), 561–569. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.11.001>
- Israel Ministry of Health. (25.08.2022). *Corona Dashboard [Hebrew]*. <https://datadashboard.health.gov.il/COVID-19/>

- Kalagy, T., & Braun-Lewensohn, O. (2017). *Integrating from a distance: Ultra-Orthodox college and university graduates in the Israeli job market [Hebrew]* (Policy Paper No. 115). Israel Democracy Institute.
- Kandula, U. R., & Wake, A. D. (2022). Magnitude and factors affecting parental stress and effective stress management strategies among family members during COVID-19. *Psychology Research and Behavior Management, 15*, 83–93. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S341299>
- Kosendiak, A., Król, M., Ściskalska, M., & Kepinska, M. (2021). The changes in stress coping, alcohol use, cigarette smoking and physical activity during COVID-19 related lockdown in medical students in Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph19010302>
- Länsimies, H., Pietilä, A.-M., Hietasola-Husu, S., & Kangasniemi, M. (2017). A systematic review of adolescents' sense of coherence and health. *Scandinavian Journal of Caring Sciences, 31*(4), 651–661. <https://doi.org/10.1111/scs.12402>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping* (1st ed., p. 456). Springer Publishing Company.
- Li, H. O.-Y., Bailey, A., Huynh, D., & Chan, J. (2020). YouTube as a source of information on COVID-19: A pandemic of misinformation? *BMJ Global Health, 5*(5). <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2020-002604>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy, 33*(3), 335–343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-u](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u)
- Malach, A. (2020, June). *Charedi Internet: A contradiction in terms?* Tzarich Iyun. <https://iyun.org.il/en/article/charedi-internet-a-contradition-in-terms/>
- Mana, A., Catz, O., Mana, Y., Neuman, M., Benheim, S., & Sagy, S. (2021). How do people cope during the COVID-19 pandemic and stay well? A salutogenic longitudinal study in Israel. *Frontiers in Psychology, 12*, 729543. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.729543>
- Mana, A., Srour, A., & Sagy, S. (2019). A sense of national coherence and openness to the “other’s” collective narrative: The case of the Israeli–Palestinian conflict. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology, 25*(3), 226–233. <https://doi.org/10.1037/pac0000391>

- Mana, A., Super, S., Sardu, C., Juvinya Canal, D., Moran, N., & Sagy, S. (2021). Individual, social and national coping resources and their relationships with mental health and anxiety: A comparative study in Israel, Italy, Spain, and the Netherlands during the Coronavirus pandemic. *Global Health Promotion, 28*(2), 17–26. <https://doi.org/10.1177/1757975921992957>
- Marengo, D., Sindermann, C., Elhai, J. D., & Montag, C. (2020). One social media company to rule them all: Associations between use of Facebook-owned social media platforms, sociodemographic characteristics, and the Big Five Personality Traits. *Frontiers in Psychology, 11*, 936. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00936>
- Marinthe, G., Brown, G., Delouvé, S., & Jolley, D. (2020). Looking out for myself: Exploring the relationship between conspiracy mentality, perceived personal risk, and COVID-19 prevention measures. *British Journal of Health Psychology, 25*(4), 957–980. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12449>
- McIntyre, P. B., Aggarwal, R., Jani, I., Jawad, J., Kochhar, S., MacDonald, N., Madhi, S. A., Mohsni, E., Mulholland, K., Neuzil, K. M., Nohynek, H., Olayinka, F., Pitisuttithum, P., Pollard, A. J., & Cravioto, A. (2022). COVID-19 vaccine strategies must focus on severe disease and global equity. *The Lancet, 399*(10322), 406–410. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)02835-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02835-X)
- Mishol-Shauli, N., & Golan, O. (2019). Mediatizing the holy community – Ultra-Orthodoxy negotiation and presentation on public social-media. *Religions, 10*(7), 438. <https://doi.org/10.3390/rel10070438>
- Mishol-Shauli, N., Shacham, M., & Golan, O. (2019). ICTs in religious communities: Communal and domestic integration of new media among Jewish ultra-Orthodoxy in Israel. In Y. Kali, A. Baram-Tsabari, & A. M. Schejter (Eds.), *Learning in a networked society: Spontaneous and designed technology enhanced learning communities* (pp. 221–241). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-14610-8_12
- Moore, K. A., & March, E. (2020). *Socially connected during COVID-19: Online social connections mediate the relationship between loneliness and positive coping strategies.* <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-35835/v1>
- Nieroba, E., & Larysz, D. (2019). The Internet as an additional source of information on rare illness. A Facebook support group for parents of children with craniosynostosis as a case study. *Polish Annals of Medicine.* <https://doi.org/10.29089/2019.19.00078>

- Peled, D., Sagy, S., & Braun-Lewensohn, O. (2013). Community perception as coping resource among adolescents living under rockets fire: A salutogenic approach. *Journal of Community Positive Practices, 4*, 681.
- Pinchas-Mizrachi, R., Zalcman, B. G., & Shapiro, E. (2020). Differences in mortality rates between Haredi and non-Haredi Jews in Israel in the context of social characteristics. *Journal for the Scientific Study of Religion*. <https://doi.org/10.1111/jssr.12699>
- Pirutinsky, S., Cherniak, A. D., & Rosmarin, D. H. (2020). COVID-19, mental health, and religious coping among American Orthodox Jews. *Journal of Religion and Health, 59*(5), 2288–2301. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01070-z>
- Ramos, M. de M., Machado, R. de O., & Cerqueira-Santos, E. (2022). “It’s true! I saw it on WhatsApp”: Social media, Covid-19, and political-ideological orientation in Brazil. *Trends in Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00129-4>
- Reisdorf, B., Blank, G., Bauer, J., Cotten, S., Robertson, C., & Knittel, M. (2021). Information seeking patterns and COVID-19 in the United States. *Journal of Quantitative Description: Digital Media, 1*. <https://doi.org/10.51685/jqd.2021.003>
- Saboga-Nunes, L., Bittlingmayer, U. H., & Bakibinga, P. (2022). The digital lifeworld and salutogenesis. In M. B. Mittelmark, G. F. Bauer, L. Vaandrager, J. M. Pelikan, S. Sagy, M. Eriksson, B. Lindström, & C. Meier Magistretti (Eds.), *The Handbook of Salutogenesis* (pp. 625–634). Springer International Publishing.
- Sagy, S. (1998). Effects of personal, family, and community characteristics on emotional reactions in a stress situation. *Youth & Society, 29*(3), 311–329. <https://doi.org/10.1177/0044118X98029003003>
- Sagy, S., & Braun-Lewensohn, O. (2009). Adolescents under rocket fire: When are coping resources significant in reducing emotional distress? *Global Health Promotion, 16*(4), 5–15. <https://doi.org/10.1177/1757975909348125>
- Sahebi, A., Yousefi, A., Abdi, K., Jamshidbeigi, Y., Moayedi, S., Torres, M., Wesemann, U., Sheikhbardsiri, H., & Golitaleb, M. (2021). The prevalence of post-traumatic stress disorder among health care workers during the COVID-19 pandemic: An umbrella review and meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry, 12*, 764738. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.764738>

- Sahni, P. S., Singh, K., Sharma, N., & Garg, R. (2021). Yoga an effective strategy for self-management of stress-related problems and wellbeing during COVID19 lockdown: A cross-sectional study. *Plos One*, *16*(2), e0245214. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245214>
- Salari, N., Hosseini-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Rasoulpoor, S., & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Globalization and Health*, *16*(1), 57. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00589-w>
- Saltzman, L. Y., Hansel, T. C., & Bordnick, P. S. (2020). Loneliness, isolation, and social support factors in post-COVID-19 mental health. *Psychological Trauma : Theory, Research, Practice and Policy*, *12*(S1), S55–S57. <https://doi.org/10.1037/tra0000703>
- Schippers, M., & Kompanje, E. (2020). For the greater good? The devastating ripple effects of the Covid-19 crisis. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3612622>
- Shi, Y., Luo, Y. L. L., Liu, Y., & Yang, Z. (2019). Affective experience on social networking sites predicts psychological well-being off-line. *Psychological Reports*, *122*(5), 1666–1677. <https://doi.org/10.1177/0033294118789039>
- Shomron, B., & David, Y. (2022). Protecting the community: How digital media promotes safer behavior during the Covid-19 pandemic in authoritarian communities – A case study of the ultra-Orthodox community in Israel. *New Media & Society*, 146144482110636. <https://doi.org/10.1177/14614448211063621>
- Strous, R. D., & Karni, T. (2020). Ethics of sharing medical knowledge with the community: Is the physician responsible for medical outreach during a pandemic? *Journal of Medical Ethics*, *46*(11), 732–735. <https://doi.org/10.1136/medethics-2020-106348>
- Taragin-Zeller, L., Rozenblum, Y., & Baram-Tsabari, A. (2020). Public engagement with science among religious minorities: Lessons from COVID-19. *Science Communication*, *42*(5), 643–678. <https://doi.org/10.1177/1075547020962107>
- Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., McKay, D., & Asmundson, G. J. G. (2020). COVID stress syndrome: Concept, structure, and correlates. *Depression and Anxiety*, *37*(8), 706–714. <https://doi.org/10.1002/da.23071>
- Tsai, H.-H., Tsai, Y.-F., Wang, H.-H., Chang, Y.-C., & Chu, H. H. (2010). Videoconference program enhances social support, loneliness, and depressive status of elderly nursing home

- residents. *Aging & Mental Health*, 14(8), 947–954.
<https://doi.org/10.1080/13607863.2010.501057>
- Tsao, S.-F., Chen, H., Tisseverasinghe, T., Yang, Y., Li, L., & Butt, Z. A. (2021). What social media told us in the time of COVID-19: A scoping review. *The Lancet. Digital Health*, 3(3), e175–e194. [https://doi.org/10.1016/S2589-7500\(20\)30315-0](https://doi.org/10.1016/S2589-7500(20)30315-0)
- Vaandrager, L., & Kennedy, L. (2022). The application of salutogenesis in communities and neighborhoods. In M. B. Mittelmark, G. F. Bauer, L. Vaandrager, J. M. Pelikan, S. Sagy, M. Eriksson, B. Lindström, & C. Meier Magistretti (Eds.), *The Handbook of Salutogenesis* (pp. 349–359). Springer International Publishing.
- WHO (24.08.2022). *Israel: WHO Coronavirus Disease (COVID-19) dashboard with vaccination Data*. World Health Organization <https://covid19.who.int/region/euro/country/il>
- Zalcborg, S., & Block, S. Z. (2021). COVID-19 amongst the ultra-Orthodox population in Israel: An inside look into the causes of the high morbidity rates. *Contemporary Jewry*, 1–23. <https://doi.org/10.1007/s12397-021-09368-0>
- Zarocostas, J. (2020). How to fight an infodemic. *The Lancet*, 395(10225), 676. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30461-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30461-X)
- Zucco, R., Lavano, F., Anfosso, R., Bianco, A., Pileggi, C., & Pavia, M. (2018). Internet and social media use for antibiotic-related information seeking: Findings from a survey among adult population in Italy. *International Journal of Medical Informatics*, 111, 131–139. <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2017.12.005>

נספחים

לוח 1: התפלגות משתתפי המחקר על פי מאפייניהם הדמוגרפיים (N=212)

מאפיין דמוגרפי	ערכים	n (%)
מגדר	גברים	112 (52.8%)
	נשים	100 (47.2%)
סטטוס זוגי	לא נשוי/אה	26 (12.3%)
	נשוי/אה	186 (87.7%)
יישוב מגורים	יישוב שרובו חרדי	102 (48.1%)
	יישוב מעורב	110 (51.9%)
שיוך לקהילה בחברה החרדית	ללא שיוך לקהילה	153 (72.2%)
	עם שיוך לקהילה בחברה	59 (27.8%)
עיסוק	תורני או חינוכי	26 (12.3%)
	שכיר או עצמאי	152 (71.7%)
	סטודנט	18 (8.5%)
	לא עובד	16 (7.5%)
זרם באוכלוסייה החרדית	ליטאי	114 (53.8%)
	חסידי	50 (23.6%)
	ספרדי	19 (9.0%)
	כלל חרדי	29 (13.7%)
השכלה	תורנית	38 (17.9%)
	תיכון / בגרות	45 (21.2%)
	מקצועית	56 (26.4%)
	אקדמית	73 (34.4%)

לוח 2: ממצאי ניתוח גורמים מגשש (EFA – Exploratory Factor Analysis) עבור היגדי שאלון התמודדות

עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים

מסורתיים		דיגיטליים		מקורות מידע
גורם 2	גורם 1	גורם 2	גורם 1	ההתמודדות עם מגפת הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים...
	.88		.89	אפשרה לך הבנה של אופי מגפת הקורונה, על מנת להתמודד איתה ישירות
	.86		.86	סיפקה לך מידע שהיה יעיל לפתרון מגפת הקורונה
	.80		.81	עזרה לך לחשוב על מגפת הקורונה בדרכים חדשות ומועילות
	.78		.73	אפשרה לך להתמודד באופן ישיר עם מגפת הקורונה
	.76		.69	אפשרה לך להתמודד עם המצוקה ואי הנוחות שנגרמו ממגפת הקורונה
	.68		.63	אפשרה לך להתמודד עם החרדה שנגרמה ממגפת הקורונה
	.67		.63	אפשרה לך להתמודד עם הקושי הרגשי שגרמה מגפת הקורונה
.85		.88		נתנה לך נקודת מבט אופטימית יותר לעתיד
.84		.84		אפשרה לך צמיחה והתפתחות כאדם בוגר
.83		.78		אפשרה לך ללמוד יותר על עצמך ועל אחרים
.75		.76		אפשרה לך להסתכל על מגפת הקורונה מזווית אחרת, באופן שהדברים נראו טוב יותר
.55		.62		עזרה לך למצוא משמעות חדשה במגפת הקורונה
1.06	8.36	7.46	7.20	ערך עצמי (Eigenvalue)
35.02	43.45	34.65	37.51	אחוז שונות מוסברת (Explained variance)
.92	.95	.90	.93	מהימנות עקיבות פנימית – α של קרונבך

לוח 3: קשר בין רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים לבין תחושת הקהילתיות ומידת השימוש ברשת (N = 212)

תחושת עקביות קהילתית	שימוש ברשת למידע	שימוש ברשת לצרכים חברתיים	שימוש ברשת כללי	
.025	.471***	.509***	.593***	השפעת מקורות הגורם הרגשי
-.017	.304***	.427***	.445***	מידע דיגיטליים הגורם על התמודדות הקוגניטיבי עם הקורונה כללי
.009	.435***	.515***	.576***	השפעת מקורות הגורם הרגשי
.190**	.090	.167*	.157*	מידע מסורתיים הגורם על התמודדות הקוגניטיבי עם הקורונה כללי
.244***	.113	.084	.118	מידע מסורתיים הגורם על התמודדות הקוגניטיבי עם הקורונה כללי
.223***	.108	.143*	.151*	מידע מסורתיים הגורם על התמודדות הקוגניטיבי עם הקורונה כללי

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

לוח 4: רגרסיה היררכית עבור רמת ההתמודדות עם הקורונה בעזרת מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים

ΔR^2	R^2	β	SE.B	B	משתנים מסבירים	צעד	משתנים מוסברים
.041**	.041**	-.20	.16	-.47	ליטאי ¹	1	רמת ההתמודדות עם הקורונה
.238***	.280***	-.13	.14	-.30	ליטאי ¹	2	בעזרת מקורות מידע דיגיטליים
		.49	.06	.51	שימוש ברשת לצרכים חברתיים		
		-.14	.13	-.32	ליטאי ¹		
		.39	.06	.40	שימוש ברשת לצרכים חברתיים		
.073***	.353***	.29	.07	.33	שימוש ברשת לצורכי מידע		

.054***	.054***	.23	.16	.53	שיוך לקהילה	1	רמת ההתמודדות עם הקורונה
		.18	.15	.42	שיוך לקהילה	2	בעזרת מקורות מידע מסורתיים
.066***	.120***	.26	.09	.34	תחושת העקביות הקהילתית		
		.18	.15	.42	שיוך לקהילה		
		.26	.09	.33	תחושת העקביות הקהילתית		
.019*	.139***	.14	.06	.13	שימוש ברשת לצרכים חברתיים		

* $p < .05$, *** p

ליטאי – משתנה שמי-דמי (0 = לא ליטאי, 1 = ליטאי)

< .001

תרשים 1: ההבדל בין מקורות מידע דיגיטליים ומסורתיים ברמת ההתמודדות הכללית, הרגשית והקוגניטיבית עם הקורונה

