

פודקאסטים יומיים במצבי חירום: "שומר החומות" כמקרה בוחן

ד"ר אלה בן עטר

המכללה האקדמית ספיר

פרופ' סמדר בן אשר

המכללה האקדמית אחוה

תקציר

במצבי לחץ וחירום בולטת חשיבות התקשורת לסייע בהעברת מסרים לצמצום אי-הוודאות, לחיזוק תחושת השליטה ולבניית שגרת חיים של הסתגלות המותאמת למצבי איום על ביטחון פיזי, אישי, קהילתי ולאומי. המחקר הנוכחי מבקש לבחון כיצד תרמו פודקאסטים (הֶסְכָּתִים) יומיים ליצירת מרכיבי החוסן. החידוש המוצע במאמר זה הוא מיקוד המבט בתפקידה של התקשורת בהעברת מסרים המעודדים תחושת חוסן אישי וקהילתי במצבי חירום ואיום ביטחוני.

המחקר עוקב אחר 20 פודקאסטים של שלושה גופי תקשורת מרכזיים בישראל בתקופת מבצע "שומר החומות" (מאי 2021). שאלת המחקר הייתה באיזה אופן יבואו לידי ביטוי מסרי החוסן בתוך הפודקאסטים שנוצרו כדי לתת מענה חדשותי אקטואלי למאזינים.

הממצאים הצביעו על כך שיוצרי הפודקאסט התעלמו ממרכיבי החוסן והעדיפו להישאר בתחום המומחיות שלהם, כמו צבא, פוליטיקה ותקשורת בין-לאומית. שאלת האחריות של ערוצי התקשורת המרכזיים לגבי חיזוק החוסן של המאזינים במצבי חירום לא הייתה על סדר היום של העיתונאים.

מילות מפתח: פודקאסט יומי, מצבי חירום, חוסן אישי, חוסן קהילתי, הגישה הסלוטוגנית

Daily Podcasts in Emergencies: A Case Study of Operation 'Guardian of the Walls'

Abstract

In times of stress and emergency, the importance of the media is reflected in its ability to convey messages, reduce uncertainty, strengthen the sense of control and establish an adaptive routine in the face of threats to personal, community and national physical resilience. This study aimed to examine how daily podcasts contributed to the creation of resilience components. The research focuses on the role of communication in conveying messages that encourage a sense of personal and community resilience during emergencies and security threats.

The study follows 20 podcasts from three major media outlets in Israel during Operation "Guardian of the Walls" (May 2021). The research question was how the expression of resilience would be reflected in podcasts produced during an emergency.

The findings indicated that the podcast creators ignored elements of resilience and preferred to stay in their areas of expertise, such as the military, politics and international communication. The question of the responsibility of the media channels regarding strengthening the resilience of the listeners during an emergency was not the priority of the podcast creators.

מבוא

במצבים של איום על ביטחון אישי, קהילתי ולאומי, בולטת חשיבות התקשורת ביכולתה לסייע בהעברת מסרים שנועדו לצמצם את אי-הוודאות, לחזק את תחושת השליטה ולאפשר בניית שגרת חיים של הסתגלות מותאמת למצבי לחץ וחירום (Houston & Buzzanell, 2018; Bean, 2018).

המחקרים היישומיים בהקשר של הסיוע, הקיימים היום בפסיכולוגיה חברתית ובתקשורת המונים, נשענים – כל אחד מהם – על השדה שממנו הם מגיעים. החידוש המוצע במאמר זה הוא חיבור אינטרדיסציפלינארי של שני התחומים יחד באמצעות מיקוד המבט בתפקידה של התקשורת בהעברת מסרים התומכים בתחושת חוסן אישי ולאומי. במחקר נבחנת השאלה כיצד תרמו הפודקאסטים (הֶסְפָּתִים), כתוצר תקשורתי, לחיזוק החוסן – דרך פרספקטיבת הגישה הסלוטוגנית (Antonovsky, 1987) המגדירה בריאות בהסתכלות הוליסטית ותאוריות יישומיות המאפיינות מרכיבי חוסן אחרי אירועי אסון המוני (Bonanno, 2005; Hobfoll et al., 2007).

חוסן

המושג "חוסן" (resilience) התפתח בשנות ה-80 של המאה ה-20 על ידי אנטונובסקי (Antonovsky, 1987) כחלק מהגישה הסלוטוגנית שלפיה בחן את המשאבים שיש לאדם על מנת להסתגל למצבים המערערים את ביטחונו. הוא מצא כי החוסן האישי בא לידי ביטוי בתחושת קוהרנטיות וביטחון שהדברים יסתדרו בצורה המיטבית. תחושת קוהרנטיות כוללת שלושה מרכיבים עיקריים: מובנות – העולם ברהבנה (Comprehensibility), נהילות – העולם ניתן לשליטה (Manageability), ומשמעותיות – העולם בעל משמעות (Meaningfulness). לגישה זו של החוסן נוסף עוד נדבך על ידי הובפול ועמיתים (Hobfoll et al., 2007), שזיהו חמישה עקרונות אוניברסליים המקדמים חוסן:

- הגברת הביטחון – תחושת הביטחון של הפרט בכך שהוא ברהגנה ושיכולתו לקבל מידע בנוגע לאחרים חשובים, להזים שמועות ולהיעזר בתקשורת לקבלת מידע אמין.
- הגברת תחושת הרגיעה – היכולת להרגיע את הביטויים הגופניים למצוקה, להתמודד עם מחשבות ורגשות שליליים, לתווך חדשות, לעשות שימוש מושכל בתקשורת לקבלת חדשות ולצרוך צריכה מבוקרת את הדיווח על האירועים מעוררי החרדה.
- הגברת תחושת המסוגלות – החזרת תחושת המסוגלות העצמית והקולקטיבית והאמונה שאפשר להתמודד עם הקשיים.
- הגברת הלכידות החברתית – חיבור חברתי, מתן תמיכה הדדית וקיום ה"ביחד" בין חברי הקהילה מאפשרים לשמר מבנים חברתיים, וכך לשמור על הכללים והסדר שנהגו בחברה לפני המשבר. הלכידות נמדדת בהיעדר קונפליקטים חמורים בין חברי הקהילה. לכידות קהילתית משפיעה ישירות על מצבם הפסיכולוגי של פרטים בכך שהיא משפרת את יציבותם הנפשית.
- מתן תקווה – אמונתו של אדם ביכולתו לשלוט במצב ולהתמודד עם מצבי חירום ואסון. תחושת התקווה מבטאת תהליך נפשי פעיל המתעורר כדי להתמודד עם איום.

תקשורת במצבי חירום

ספרות המחקר בעולם עוסקת בחשיבותם של אמצעי התקשורת כמקור למידע, לעידוד, לנחמה ולסיפוק צרכים רגשיים ופסיכוכברתיים (למשל: Jurgens & Buzzanell, 2018; Helsloot, 2018). שידורי התקשורת הם מקור עיקרי למידע בנוגע לשאלות דחופות: "מה?" "מתי?" "היכן?". כמוסד חברתי, אמצעי התקשורת זוכים לחשיפה רבה, והסיקור המקיף בהם משמש כעין "מדורת השבט" ויוצר תחושת אחדות וטיפוח זהות לאומית (חרמוני, לבל וצוריאלי, 2011; נייגר, מאירס וזנדברג, 2009).

שאלת מקומם של אמצעי התקשורת בזמן מלחמה נבחנה במחקרים רבים העוסקים בתקשורת המונים (למשל: Dayan & Katz, 1992; Liebes & Kampf, 2009; לב-און, 2010). תפקידה של התקשורת נקשר באופן הדוק לשאיפה לחיזוק חוסן האזרחים המתמודדים עם אירועי ביטחון מסכני חיים, ולפיכך מצאו עצמם חוקרי תקשורת עוסקים בזיקה שבין אמצעי התקשורת (עיתונות, רדיו, טלוויזיה, רשתות חברתיות) ובין התוכן – בהקשר של מצבים הכוללים איום פיזי או מנטלי על אזרחים (Ben-Atar, 2018).

בישראל שימשו שידורי הרדיו מרכיב חשוב בהבניית הלאומיות, בעיקר בשני העשורים הראשונים למדינה. כך, למשל, מלחמת ששת הימים (1967) כונתה "המלחמה הרדיופונית" הראשונה בישראל משום שבה באה לידי ביטוי חשיבותו של הרדיו כמכשיר להעברת מידע והסברה (נוה, 2008; כספי ולימור, 1998). משנות ה-90 השתנה מצב התקשורת בימי חירום והיא החלה לצבור עוצמה אל מול הזירה הביטחונית והפוליטית, עד כדי השתתפות פעילה אך עקיפה בעיצוב מדיניות הביטחון (לבל, 2005). התקשורת החלה להעלות לסדר היום הציבורי סוגיות שנויות במחלוקת, בעיקר לאחר מלחמת לבנון השנייה (בן-ארי, 2007; ליבס וקמפף, 2007).

פודקאסטים ככלי תקשורת

בשנים האחרונות, עם התפתחותה של הטכנולוגיה, החלו גופים שונים ואנשים עצמאיים לשרד גם באמצעות רשת האינטרנט, במרחב חופשי מפיקוח תקשורתי (שרוני, 2012). התחרות בסיקור בין התקשורת הישראלית לבין לאומית הפכה את התקשורת הישראלית למקצועית יותר ולישראלית פחות, ושחקה את ניסיונות הממסד להגביל את דפוסי הסיקור המקומיים. היום אין הציבור תלוי בגופי התקשורת הישראלית המסורתיים משום שהאינטרנט מאפשר לו נגישות למקורות מידע רבים וחוצי גבולות, הפתוחים לכול.

הפודקאסט הוא פורמט של תוכנית רדיו דיגיטלית, זמין להאזנה באינטרנט, שהחל להתפתח בתחילת שנות ה-2000, במציאות תקשורתית מגוונת ורבת ערוצים. הפודקאסט מספק תוכן במגוון רחב של תחומים ומאפשר גמישות בהאזנה, בהתאם לזמן ולמקום המועדפים על המשתמש. את פריחת הפודקאסטים בימינו אפשר לייחס לזמינות הטכנולוגית של המחשבים והטלפונים הניידים, שמאפשרים למאזינים להקשיב ללא תלות בשידור חי או במועדים מסוימים. פודקאסטים יכולים

להיות בנושאים שונים, כמו חדשות, פוליטיקה, אומנות, מדע, ספורט, מוזיקה וניהול עסקי (Wrather, 2019; Berry, 2016). נוסף על כך, פודקאסטים מאפשרים לאנשים ליצור תוכן משלהם ולשתף פעולה עם קהל מעריצים פוטנציאלי (Menduni, 2007; Berry, 2016). הפודקאסטים מספקים פלטפורמה שבה גם "הקולות הקטנים", של האדם הפשוט והלא מפורסם, יכולים להישמע ולהתפרסם (Marcu, 2019).

במקביל לפודקאסטים בנושאים השונים, התפתחה גם סוגה של פודקאסט הממוקד במצבי חירום. הצורך בניהול מתוכנן תקשורת בזמן משבר הביא למודעות כי הפודקאסט יכול לשמש כאחד הכלים החדשים הללו (Haupt & Azevedo, 2021). השימוש בפודקאסטים בהקשר של מצבי חירום נבחן עד היום בעיקר ככלי פדגוגי הקשור ללמידה ממוקדת (Gottlieb, et al., 2021), או כדרך לימוד של התנהלות במצבי חירום של אזרחים, כמו רפואת חירום (EM). סקר שנערך בקרב רופאים קנדיים מצא כי 90% מהם השתמשו בפודקאסטים מדי חודש (Purdy et al, 2015). הפופולריות הרבה שלה זכו קיבלה ביטוי בלמעלה מ-15 מיליון הורדות של הפודקאסט Emergency Medicine Critical Care, ויותר מ-24,000 מנויים בתשלום ל-Riddel et al. Emergency Medicine: Reviews and Perspectives (Riddel et al. 2017).

ב-2016 ביקש מנהל הבריאות הצרפתי משירות הרפואה הצבאי הצרפתי (FMMS) ליצור ולהפיק חומר חינוכי איכותי בנושאים הנוגעים למידע מציל חיים. הפודקאסטים שודרו לראשונה בצרפתית, בחינם, בערוץ הרשמי של FMMS, וזכו למספר גבוה של האזנות (Boutonnet, et al., 2021). בהקשר של מצבי לחץ נעשה שימוש בפודקאסט גם כדי לתת מענה לאנשי צבא החוזרים לביתם לאחר מלחמה. הפודקאסט הסדרתי Homecoming הופק בארצות הברית כדי לסייע לחיילים קרביים משוחררים לעבד את הזיכרונות הטראומטיים שלהם לאחר שחרורם מהצבא (Benedek, et al., 2017). לנוכח התפתחויות אלה בעולם עולה השאלה על השימוש המושכל שאפשר לעשות בפודקאסטים לצורכי הציבור בישראל בזמן חירום.

בעקבות הצלחת הפודקאסט של "ניו יורק טיימס", "The Daily", שגרף מעל שני מיליון האזנות יומיות, החלו להתפתח פודקאסטים בתוך גופי התקשורת הממוסדת, כמוצר נלווה לשידורים בטלוויזיה, ברדיו או בעיתון. הפודקאסטים מאפשרים התעמקות בסוגיות רלוונטיות שהזמן או המקום המוקצבים להן במהדורות החדשות אינם מאפשרים (Newman & Gallo, 2019). את הפודקאסטים האקטואליים המופקים בגופי התקשורת המרכזיים מובילים אנשי תקשורת בכירים, בעלי מרחב ביטוי אישי ומקצועי החורג מזמן אוויר מקובל בתקשורת המשודרת, או מהיקף ממוצע של ידיעה או כתבה בעיתון. בישראל, גופי התקשורת המעלים פודקאסטים יומיים הם "כאן" תאגיד השידור, N12 של חדשות 12, ואתר ynet של "ידיעות אחרונות".

שניים מגופי התקשורת שנבחנו במחקר הנוכחי הם בבעלות מסחרית (ynet, N12), והשלישי הוא גוף שידור ציבורי (תאגיד השידור הישראלי). השידור הציבורי פועל על פי עקרון הנגישות לכל האזרחים ומתן מענה אוניברסלי לצרכים השונים בתוך האוכלוסייה (Bailey, 2007). השידור הציבורי ממלא תפקיד מכריע בפעולתן של חברות דמוקרטיות מודרניות, ותורם לעיצוב ולהתפתחות של

ערכים חברתיים (Višňovský & Laluhová, 2014). השידור המסחרי פונה אל המכנה המשותף הרחב ושם דגש על תכנים שיובילו לאחוזי צפייה והאזנה גבוהים וימשכו אליהם את המפרסמים. הבחירה בגופי שידור אלה נובעת מהרצון לנתח פודקאסטים שמפיקים עיתונאים ותיקים ובעלי חיבור לגוף חדשותי מרכזי, המפיק תוצרי חדשות שונים (מהדורה משודרת, מודפסת, אתר אינטרנט חדשותי ופודקאסטים אקטואליים).

המחקר הנוכחי עוקב אחר הפודקאסטים ששודרו בתקופת מבצע "שומר החומות" (מאי 2021). המבצע החל ב-10 במאי, לאחר תקיפה של ארגוני טרור פלסטיניים בירי רקטות לעבר ירושלים ולאחר מכן לאזורים נוספים בישראל, והסתיים כעבור 12 ימי לחימה. ברקע אפשר לציין את העימותים בין כוחות המשטרה למתפללים המוסלמים בהר הבית, בתפילת יום שישי האחרון בחודש הרמדאן, במסגד אל-אקצא. בעקבות אירועים אלה החלו אירועי אלימות קשים בערים המעורבות בישראל, שכללו פגיעה קשה ברכוש ואף פגיעה פיזית בתושבי ירושלים, ערבים ויהודים. במקביל התחזק העימות הצבאי בגבול עזה. במהלך המבצע שיגרו ארגוני הטרור לעבר ישראל אלפי רקטות, וכתגובה תקף צה"ל מטרות רבות, בהן מנהרות תת-קרקעיות, מחסני אמל"ח ונכסי מודיעין וטכנולוגיה של חמאס (דוסטרי, 2021).

המאמר בוחן מהם הנושאים שבאו לידי ביטוי בפודקאסטים היומיים בישראל בזמן חירום, והאם התאפשר ליוצרי הפודקאסטים בתקשורת הממוסדת להעביר מסרים תומכי חוסן, או כאלה המחלישים את החוסן, במצב של איום ממשי על ביטחון האזרחים במדינה.

שיטה

המאמר מתבסס על מחקר איכותני (Qualitative Research) שניתח תוכן של 20 פודקאסטים יומיים, אשר שודרו בשלושה גופי תקשורת בישראל במהלך "שומר החומות" (10-21 במאי 1921). הפודקאסטים פורסמו על ידי שלושה גופי תקשורת מרכזיים בישראל: תאגיד השידור ("עוד יום"), N12 ("אחד ביום") ו-ynet ("הכותרת"). בכל אחד מהגופים פורסמו בין שישה לתשעה פרקי פודקאסט. אף שהפודקאסט מתואר כתוצר תקשורתי יומי, כניסתו של חג השבועות (נוסף על השבתות) במהלך ימי המלחמה צמצמה את הפקת הפודקאסטים בתקופת הלחימה, ולכן עלו לשידור בתקופה זו רק 20 פרקים. ב-ynet וב-N12 הגישו את הפודקאסטים מגישים קבועים (אלעד שמחיוף, N12, ואטילה שומפבלי, ynet) שאירחו וראיינו מומחים בפרקים השונים של ערוץ הפודקאסט. לעומת זאת, בפודקאסט "עוד יום", של "כאן" תאגיד השידור, היו שתי מגישות (מיכל רשף, גילי כהן) שהתחלפו ביניהן.

כל הפרקים תומללו ונותחו באמצעות ניתוח קטגורלי לפי נושאי השיח, מידת הרלוונטיות שלהם למצב החירום והתרומה האפשרית לחוסן המאזינים, בהתאם למודל מרכיבי החוסן של הובפול ועמיתיו (Hobfoll et. al., 2007) ובחלוקה לפונקציה או דיספונקציה (Ben-Atar & Ben-asher, 2018)

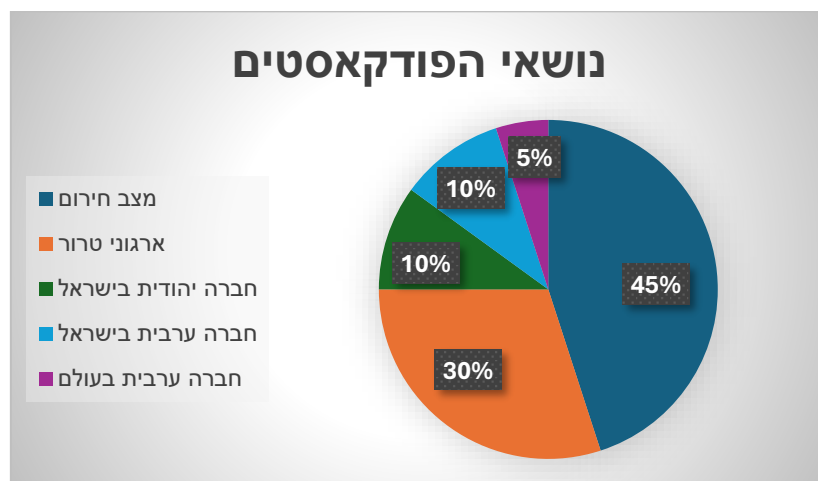
של מסרי החוסן שבהם. כפונקציה הוגדרו המסרים התומכים במרכיבי החוסן, ואילו כדיספונקציה הוגדרו המרכיבים הפוגעים בחוסן ומחלישים אותו.

ביקשנו לבחון מהם הנושאים שבאו לידי ביטוי בפודקאסטים היומיים בישראל בזמן חירום, ומהי הרלוונטיות שלהם בהקשר של חוסן לאומי. באיזה אופן באו לידי ביטוי מסרי החוסן בתוכן הפודקאסטים, והאם הם מסרים מחזקים (פונקציה), או מחלישים (דיספונקציה)?

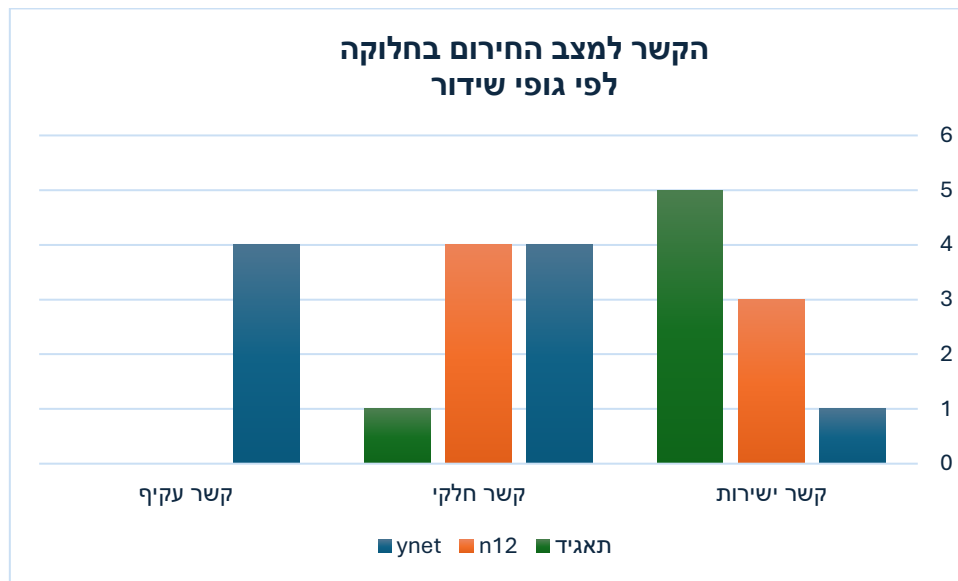
ממצאים

נושאי הפודקאסטים והרלוונטיות שלהם למצב החירום

ראשית, בחנו את הנושאים שבהם התמקדו המגישים בפרקים השונים. נמצא כי נושאי השיח שעלו בפרקים השונים היו: מצב חירום (תשע פעמים), ארגוני טרור (שש פעמים), חברה יהודית בישראל (פעמיים), חברה ערבית בישראל (פעמיים), חברה ערבית בעולם (פעם אחת).



במבט ראשון, נראה כי יש קשר בין נושאי הפודקאסטים לאירועים הביטחוניים שהובילו לתחושת האיום על האזרחים. עיון מעמיק יותר בתוכן שהובא בכל פרק הראה כי אף שאפשר למצוא הקשר בכותרת הנושא הרי הדיון שהתקיים בשיח בפודקאסט התרחב, וחרג לא פעם מהאירועים עצמם. בניתוח נוסף חולקו נושאי הפודקאסט לשלוש קטגוריות: כקשר ישיר סווגו הפודקאסטים שעסקו במצב החירום ובהשלכותיו, ובכלל זה הטרור מבחון ואירועי האלימות וההתמודדות איתם מבפנים. כקשר חלקי סווגו התכנים שעסקו באירועים האקטואליים מנקודות מבט רחבות, כמו החברה הערבית בישראל, יחסי יהודים-ערבים בערים המעורבות ויחסי הכוחות בתוך ארגוני הטרור. כקשר חלש סווגו הפודקאסטים שעסקו בעולם הערבי בכלל או בחברה היהודית בעולם. הממצאים הראו כי לתשעה פרקים היה קשר ישיר למצב האיום הביטחוני, לשבעה נוספים קשר חלקי למצב הביטחוני, ולארבעה – קשר עקיף או חלש. בחנו את השכיחות של כל אחת מהקטגוריות גם בהקשר של גוף השידור, שהוא הבית של הפודקאסט. ממצאי מידת הרלוונטיות של הפודקאסטים למצב החירום והחלוקה לפי גופי השידור מוצגים בתרשים מס' 2.



אפשר לראות כי בעוד כמעט כל הפודקאסטים ששודרו על ידי כאן תאגיד השידור קשורים ישירות לאירועים הביטחוניים, הפודקאסטים של ynet, המופקים על ידי העיתונות הפרטית ("ידיעות אחרונות"), מתייחסים לאירועים רק באופן חלקי או בקשר עקיף. הפודקאסטים בערוץ השידור המסחרי N12 מנסים להיות רלוונטיים למצב הביטחוני אך נאמנים פחות מהערוץ הממלכתי לקשר ישיר ומסתפקים, לעיתים קרובות יותר, גם בקשר חלקי.

מסרי החוסן כפי שבאו לידי ביטוי בתוכן הפודקאסטים ששודרו בזמן חירום

מסרי החוסן מוינו לפי הקטגוריות שהציעו הובפול ועמיתים (Hobfoll et al., 2007). בכל אחת מקטגוריות אלה נבחן אם המסר היה תורם ומחזק חוסן (פונקציה), או פוגע ומחליש חוסן (דיספונקציה) (Ben-Atar & Ben-asher, 2018)

ממצאי המחקר הראו כי כל חמשת מרכיבי החוסן שאותם תיארו הובפול ועמיתיו (Hobfoll et al., 2007) הופיעו בפודקאסטים. מרכיבי החוסן של חיזוק תחושת ביטחון, תחושת רגיעה, מסוגלות אישית וקולקטיבית, לכידות קהילתית ומתן תקווה – קיבלו ביטוי באופנים שונים בתוך הפודקאסטים, אף שכל אחד מהפודקאסטים עסק בהיבט אחר של אקטואליה רלוונטית והופק על ידי יוצרים שונים.

לאחר שאספנו את מסרי החוסן לפי מרכיביהם בחנו אם האופי של המסרים היה חיובי, מעודד ובעל יכולת לתרום לחיזוק החוסן, או שהתוכן עלול היה לפגוע ולהחליש את החוסן. מאחר ששיטת המחקר היא איכותנית, ללא ספירה של מספרי ההיגדים, צבענו בכחול את משפטי החוסן הפונקציונליים, ובאדום – את משפטי החוסן הדיספונקציונליים. התבוננות במיפוי שני הסוגים

הראתה כי כמעט כל ההיגדים נצבעו באדום. מסרי החוסן הופיעו אומנם אך שכיחות המסרים מחלישי החוסן הייתה גדולה בהרבה מאלה של המסרים מחזקי החוסן, שכמעט נעלמו בין שפע המסרים הדיספונקציונליים.

הגברת תחושת הביטחון

במצב חירום מתערערת תחושת הביטחון של האדם ואמונתו שהוא בר הגנה. אם ההגנות הקודמות אינן נותנות מענה למצב החדש הוא חש את עצמו פגיע. הגברת תחושת הביטחון נועדה להחזיר לאדם את התחושה שהוא והאחרים המשמעותיים לו בני הגנה. בפודקאסט של ynet אומר הפרשן הצבאי הוותיק רון בן ישי: "תזכור שלמדינת ישראל יש מערך הגנה אווירית אקטיבית שעיקרו, במה שנוגע לעזה לפחות, זה כיפת ברזל. ולהם אין. כך שהם הרבה יותר חשופים" (11.5.21). ללא ספק, זוהי אמירה התורמת לחוסן. ואולם אמירה זאת הייתה כמעט היחידה במהלך שבע שעות השידור של כלל הפודקאסטים. מרבית הדוברים העצימו את מידת הקטסטרופליות של המצב: "השיגורים הבלתי פוסקים אל עבר יישובי ישראל רשמו אתמול שיא מפוקפק חדש" (12.5.21, כאן, גילי כהן), או: "התושבים שומעים פיצוצים שהם עוד לא שמעו במבצע הזה" (20.5.21, כאן, רועי שרון). "האנשים משני הצדדים שהאמינו שיש לעיר הזאת [לוד] עתיד אחר של דוקיום, ופעלו למען הדר קיום הזה, היום שבורים ברמות" (19.5.21, N12, אורי רוזנווקס). מילות החידוד מדגישות את העוצמה של חוויית הקטסטרופה ומקשות על האדם לאמץ תחושת הגנה במצב החדש. העצמה נוספת יכולה להיווצר אם הדובר מוסיף את החוויה האישית שלו בעת הקלטת הפודקאסט, וכך מתקבלת תחושה של שותפות-אמת ברגע האירוע: "הרבה מאוד משפחות כבר ארזו את התיקים ועזבו את האזור (נשמעת ברקע אזעקה) שנייה... ביי... רגע... שנייה, שנייה, יש 'צבע אדום', נשמעו פה פיצוצים ויירוטים. אלה החיים בעוטף עזה" (11.5.21, ynet, מתן צורי). בפודקאסט אחר משתף המרואיין את רגשותיו האישיים נוכח המצב הביטחוני: "רמת שנאה שכזו היא דבר שהמם אותי וגם ייאש אותי" (19.5.21, N12, אורי רוזנווקס). גם במקרים שבהם המסרים הכלליים מעיבים, ההתייחסות לביטחון האישי יכולה לסייע.

תחושת רגיעה

מסרי פונקציה מחזקי חוסן הם מסרים שיש להם פוטנציאל להוביל להתמודדות יעילה ולעודד אנשים להגביר פעילויות שמטפחות אמוציות חיוביות. מסרי דיספונקציה לרגיעה הם ההיגדים המגבירים את תחושת החרדה בהקשר של תנאים פיזיים או רגשיים (ביטויים של פניקה וחוסר שליטה), המועברים באמצעי התקשורת ועלולים להשפיע על המאזינים. תחושת הרגיעה תורמת לחיזוק החוסן, כמו למשל דבריו של המרואיין המתאר איך מצרים מצליחה, בזכות קשריה עם ישראל, להרגיע את הרוחות (18.5.21, כאן, רועי קייס). למסר המרגיע מצטרף בכיר שב"כ לשעבר, שאומר: "אני מאמין שבימים הקרובים חלק מהעניינים יתחילו להירגע" (18.5.21, ynet, עוזי ברזילי). לעומת

מספר מצומצם של מסרים מרגיעים אלה אפשר למצוא מסרים רבים המערערים את השקט והרגיעה, ומתוכם נביא כמה דוגמאות שכמעט "מציעות" למאזין סיבות להישאר במתח:

"סנואר הוא דמות על גבול הפסיכופת... 13 פלסטינים נרצחו על ידיו או בהוראתו" (ynet, 19.5.21), אליאור לוי); "...זוהי ברור שזה גם יזלוג לרצועת עזה. כולם הבינו שאנחנו הולכים לשבוע מאוד סוער, וכך זה קרה" (ynet, 11.5.21, מתן צורי).

תחושת מסוגלות עצמית וקולקטיבית

מסוגלות עצמית (self-efficacy) היא האמונה של האדם ביכולתו לפעול כדי להשיג את התוצאה הרצויה לו. הפרט מאמין שהוא יכול להתמודד עם האתגרים באמצעות ויסות עצמי של חשיבה, רגשות והתנהגות, והוא עושה שימוש יעיל במשאבי סיוע לצורך פתרון בעיות, שיתופי פעולה וחידוש פעולות שגרה שהשתבשו בעקבות האירועים. תחושת המסוגלות קשורה גם לאמונה שמוסדות המדינה יכולים להתמודד עם האיום. שלושה מוסדות אמורים לתרום לתחושה זאת: מערכת המשפט, המערכת האזרחית המטפלת ברווחה הנפשית, והמערכת הצבאית: "למזלנו, יש לנו מערכת משפט מאוד חזקה, בית משפט מאוד חזק. ישראל מצליחה, דרך מערכת המשפט שלה, להילחם בטרור ועדיין לשמור על אמות מידה מוסריות" (ynet, 20.5.21, נתן גוטמן). נוכל לשמוע בפודקאסטים גם אמירות רבות המערערות על המסוגלות של מנהיגי הציבור להתמודד עם המצב הביטחוני המאיים. אמירות מסוג זה מקבלות משנה תוקף אם הן נשמעות מפי איש צבא בדרגה בכירה: "אני לא רוצה להטיל אשמה ברורה אבל אין ספק שהדרג המדיני פה נכשל... גידלנו פה מפלצת שעכשיו היא קמה עלינו" (ynet, 12.5.21, אלוף מיל' גדי שמני). דוברת המשטרה לשעבר מחזקת טענה זו: "אנחנו מגלים את המשילות כולה במערומיה. המשטרה, לצורך העניין, היא חדר המיון של החברה הישראלית, ובחדר המיון אתה רואה את המקרים הקשים ביותר, אין בעצם משילות" (ynet, 13.5.23, מירב לפידות). לדעה זאת מצטרפת עיתונאית ותיקה ומוערכת: "התחושה היא של אובדן השליטה, העובדה שגופי הביטחון לא מצליחים לשלוט בעיר [לוד] היא תחושה מזעזעת ומאוד קשה בעיניי" (N12, 12.5.21, קרן מרציאנו). סביר להניח שאם בכירים בשירות הביטחון והמשטרה ועיתונאים בעלי רקורד של מקצועיות ואמינות טוענים שאין מסוגלות, הציבור ייטה לקבל דעה זו, ומרכיב החוסן הקשור לתפיסת המסוגלות האישית והקולקטיבית יפגע.

לכידות

לכידות חברתית היא תחושתו של הפרט שהוא חלק מקבוצה בעלת מטרות וערכים משותפים. שותפות בין חברי הקבוצה מתבטאת, בין השאר, בהתמודדות יחד עם אותם האתגרים, או באופן ספציפי, במצבי לחץ – עם אותם האיומים. בתקופה שנחקרה התמודדו אזרחי ישראל עם שסע חברתי קשה בין החברה היהודית לערבית. למרות העובדה שבאותה העת היה גם איום חיצוני של רקטות על ישראל, הפודקאסטים אינם מבטאים מסרים של חיזוק הלכידות, אלא של החלשתה: "הדר-

קיום הזה נרמס, נעלם" (13.5.21, כאן, עבד אל-כרים אזברגה); "המשטרה לא עושה מספיק כדי למגר את האלימות, המדינה לא משקיעה מספיק משאבים כדי לטפל בתשתיות. מספיק גפרור של אל-אקצא בשביל להצית את הכול. ופה הגפרור הפעם הצליח להצית" (11.5.21, כאן, ערן זינגר). כך, כאשר בכיר לשעבר בשב"כ מתאר את האלימות בערים המעורבות כפוגרום, דבריו עלולים לפגוע בתחושת הלכידות והיכולת לחיות בדוקיום: "פוגרומים שפגעו ביהודים בערים המעורבות בצורה קשה מאוד. מי שקורא לזה סד"צ [סדר ציבורי] טועה ומטעה" (18.5.21, ynet, עוזי ברזילי, בכיר לשעבר בשב"כ).

תקווה

התקווה מאפשרת לאדם לדמיין את האפשרות להתמודד באופן יצירתי עם הניסיון הטראומטי, ובלבד שיכיר באפשרות הניצבת בפניו להתמודד עימו. התקווה היא הציפייה של הפרט, שקיימת סבירות גבוהה לעתיד טוב יותר. בעוד התקווה קוראת תיגר על חשיבה קטסרופלית, הפודקאסטים מציגים את היעדר התקווה: "זו מערכה שאין סיכוי לנצח בה" (18.5.21, N12, אלעד שמחיוף); "עכשיו תשע בערב וזו האזעקה השביעית, השמינית בשעה האחרונה. הכול מאוד מאוד מאוד מפחיד. וזה נראה כאילו זה לא עומד להיגמר" (12.5.21, N12, אוראל שטרית).

ניתוח תוכני של מסרי החוסן והבולטות הגבוהה של מסרי הדיספונקציה מצביעים על כך שיוצרי הפודקאסטים לא ראו בעצמם שליחי ציבור המחויבים לתרום לחוסן הלאומי. הם נטו להמשיך לפעול כעיתונות מבקרת – לעיתים לוחמנית, החושפת מפגעים וכשלים – ולהתעלם מאופייה המסורתי של התקשורת המלכדת בשעת חירום לאומי. בהקשר של ממצא מרכזי זה במחקר אפשר להוסיף כי ריבוי מסרי הדיספונקציה אפיין את כל שלושת גופי השידור ובכלל זה התאגיד, כגוף שידור ציבורי.

דיון

המאמר מתבונן בפעולתה של אחת מדרכי התקשורת, הפודקאסט היומי, במצב חירום לאומי. במחקר נבחנה הרלוונטיות של פרקי הפודקאסט היומיים, שעלו לאוויר בגופי שידור שונים, לתרומה האפשרית שלהם לחיזוק החוסן של המאזינים בימי חירום. המחקר בחן את תוכן השיח בפודקאסטים באמצעות ניתוח חמשת מרכיבי החוסן של הובפול ועמיתים (Hobfoll et al., 2007): ביטחון, רגיעה, מסוגלות, לכידות ותקווה. בכל חמשת המרכיבים הללו נראה כי לא הייתה מודעות למרכיבי החוסן בהחלטה על תוכן הפודקאסטים ועל המסרים שהועברו בהם למאזינים. אפשר להתבונן בממצאים בכמה דרכים:

אופיו של הפודקאסט כ"מוצר מדף"

פודקאסט במהותו מיועד להיות "מוצר מדף" שמועד שידורו אינו תלוי ביום ובשעה מסוימים, ולכן המאזין יכול לבחור את המקום והזמן המתאימים שבהם יאזין לפרק. הפודקאסט אינו משודר בשידור חי, שבו יש רלוונטיות ליום ולשעה. למרות מאפייניו של הפודקאסט כמוצר מדף, כל הפודקאסטים שהופקו על ידי גופי התקשורת שנחקרו כווננו לתת מענה אקטואלי וחדשותי. ואולם במקרה שנחקר נראה כי הפודקאסטים היומיים שהופקו במסגרת גופי השידור המרכזיים שנבחנו במחקר זה העדיפו באופן ברור להיצמד למתכונת של הפודקאסט כמוצר מדף, לעומת הפודקאסט כתוצר אקטואלי. הפודקאסטים ששודרו בתקופת המבצע הצבאי שמרו על האפיון של העיתונות המבקרת והמפרשת (ליבס וקמפף, 2012), ולא קיבלו על עצמם אחריות לאומית לחיזוק החוסן הלאומי.

גישת החוסן ומבנה הפודקאסטים

אנטונובסקי, שפיתח את הגישה הסלוטוגנית לחוסן (Antonovsky, 1987; 1996), הציג את שלושת מאפייני החוסן: מובנות, נהילות ומשמעותיות. המובנות (Comprehensibility) מאפשרת לראות את העולם כסדור, ואת הבעיות שהפרט מתמודד עימן כברורות ומובנות. העולם נתפס כמקום הגיוני וסביר, צפוי, מוגן ובטוח, ואינו כאוטי, ולכן אפשר לנהלו מבחינה רגשית ותועלתנית. הפודקאסטים מנסים אומנם לספק מידע אך הוא אמורפי, אינו מאורגן, ומדגיש בייחוד את הכאוס הגדול במצבה הפנימי של המדינה, הן בשל העימותים עם החברה הערבית בארץ הן בגלל איום הרקטות מבחוץ. העובדה שחלק מנושאי הפודקאסטים אינם בזיקה לאירועי השעה מחלישה גם היא את הקשר למידע שאליו נחשפים בשעת משבר, המערער את הידוע ואת ההתנהלות בשגרה.

מצב זה תואם גם את המרכיב השני, שאותו הגדיר אנטונובסקי כנהילות (Manageability), ואשר בזכותו חש הפרט שמשאביו הפנימיים והחיצוניים מתאימים, מאפשרים לו להתמודד עם הדרישות המוצבות בפניו ומקנים לו את האמונה כי יש ביכולתו לגייס את המשאבים החיוניים לצורך ההתמודדות עם דרישות אלה. ניתוח הפודקאסטים מעלה כי הם מתארים בעיקר קשיים ובעיות, ואין בהם כמעט הצעות מעשיות לתיקון המצב.

גם המרכיב השלישי, של משמעותיות (Meaningfulness), שבזכותו הפרט מוצא משמעות רגשית באירועים, אינו בא לידי ביטוי בניתוח תוכן הפודקאסטים. מכיוון שעל פי הגישה הסלוטוגנית מתקיים קשר ישיר בין עוצמת תחושת הקוהרנטיות של הפרט ובין יכולתו לגייס אסטרטגיות קוגניטיביות, רגשיות ותועלתניות לשיפור ההתמודדות במצבי לחץ, אפשר לומר שלא הייתה לפודקאסטים תרומה לחיזוק החוסן הלאומי.

הזהות העיתונאית של מגישי הפודקאסטים

נראה כי בקרב מגישי הפודקאסטים שנבחנו לא התקיימה חפיפה בין הזהות העיתונאית לזו החברתית-ציבורית של איש מקצוע בעמדת השפעה, המקבל אחריות לקדם חוסן במצבי לחץ ואיום ביטחוני. נוסף על כך, ייתכן שלעיתונאים אין ידע זמין על מרכיבי החוסן האישי והלאומי, וחסרה להם מודעות לתפקידם בתחום זה. אופיו של העיתונאי כ"כלב שמירה" של הדמוקרטיה ועבודתו כתחקירן המבקש לחשוף מחדלים ולהאיר עליהם מושרשת כמרכיב זהותי, ולא נעשתה התאמה למצב חירום שבו נדרשים כישורים אחרים ונוספים על מנת להפחית חרדה וחשש. נראה שבעוד גורמי המקצוע האמונים על החוסן מיומנים וערוכים לעבוד עם התקשורת על מנת לבנות חוסן אישי ולאומי, התקשורת עצמה, באמצעות הכלי שנבחן במחקר זה, מעדיפה להישאר בממד הפרשנות המבוססת על המוניטין המקצועי של הפרשנים שאותם ראינו מפיקי הפודקאסטים. הפרשנות נחוצה כדי לתת תשובות לשאלות מדוע זה קרה ומהי המשמעות החדשותית, תוך הבלטת עמדתם האישית של המרואיינים, המושפעת מניסיונם האישי והמקצועי (לימור ומן, 2022).

במחקר שבחן את עבודת הפרשנים (iReporters) בסיאן-אן במהלך שש שנים נמצאו שלושה סוגי מרואיינים: פרשן, עד ראייה ועמית לעבודה. אמינותם מושגת דווקא משום שהם מגיעים מבחוץ ולכאורה עצמאיים ואינם תלויים או מקובעים לאג'נדה של גוף תקשורת מסוים (Hellmueller & Li, 2015). במחקר חדש (Wang & Diakopoulos, 2021) נמצא כי עיתונאים וחדרי חדשות מנסים למנף תוכן באמצעות העלאה לשידור או קבלת עדויות של אנשים הקרובים מקצועית לתוכן החדשותי, או שהיו במקום בעת האירועים ויכולים לתארם בהתאם לתחושות ולרגשות שחוו. במקרה הישראלי שנחקר, נראה שהעיתונאים מפיקי הפודקאסטים אימצו לעצמם פרקטיקות אלה, תוך התעלמות מכוחה של התקשורת לשרת מטרות נוספות.

המלצות יישומיות

ההמלצות הנובעות מהמחקר מצביעות על הצורך בחשיבה מחודשת בעניין סוגי התקשורת השונים הפועלים בשעת חירום, שהפודקאסט הוא אחד מהם. המגמה המסתמנת כיום בקרב שירותי החירום ובריאות הנפש בכל העולם היא להיעזר בכל סוגי התקשורת כדי לקדם חוסן וסיוע לאזרחים במצבי חירום (למשל: Haupt & Azevedo, 2021; Reuter & Spielhofer, 2017; Kauffhold & Reuter, 2018). לאחרונה אפשר להאזין לפודקאסטים שמפיקים שלל גופים ממסדיים וממשלתיים במטרה לחזק את האוכלוסייה האזרחית ואת תחושת הלכידות והסולידריות. דוגמה לכך היא הפודקאסט "בריאות איתנה", שהפיקה המכללה הלאומית לאיתנות ישראלית הפועלת בשיתוף עם פיקוד העורף ורח"ל (רשות חירום לאומית). פודקאסט זה עוסק בחוסן ובתפקוד מערכות הרפואה והחירום בעת אסון טבע, מלחמה או טרור ומאפשר למאזינים הצצה לעולם כוחות ההצלה ולדרך שבה יש לפעול במצבי חירום.

ההמלצה שלנו היא להרחיב את התוצר הקיים ולבנות צוות בפיקוד העורף, בשיתוף עם רח"ל ועם המכללה הלאומית לאיתנות ישראלית, אשר יעקוב בזמן חירום אחר ההתרחשויות בשטח ויבחן את

הצרכים העולים מהאוכלוסייה האזרחית. צוות זה יוכל ליזום ולהפיק תוצרי מדיה שונים (ובהם גם פודקאסטים) שיתרמו לחוסן הלאומי ויפחיתו את המסרים מעוררי החרדה. בימי שגרה יכשיר הצוות את אנשיו ואת הנציגים הנשלחים לכלי התקשורת בכל הנוגע לחוסן ולמסרים המחזקים והתומכים, על מנת שידע תאורטי זה ישמש בסיס לפעולה אקטיבית בעת הצורך. צוותים מקצועיים יוכלו להעביר הכשרות לרשויות השונות, האחראיות לאוכלוסייה האזרחית בחירום, על מנת להכין את הציבור למצבי החירום. הכנה מוקדמת של פרקים שונים שעוסקים בתחומי חיים הרלוונטיים לחירום יכולים לשמש את האוכלוסייה האזרחית כמקור מידע אמין ונגיש, התומך בפיתוח החוסן האישי והלאומי.

יש לציין כי הספרות המחקרית שנבחנה עוסקת בעיקר בתפקידן של הרשתות החברתיות במצבי אסון או איום על שלום האזרחים, ואינה מתייחסת לפודקאסטים בקטגוריה זאת. עובדה זאת מחזקת את ההבנה כי הפודקאסטים נשארו באזור הביניים שבין אמצעי התקשורת, החשים מחויבות למתן המידע החדשותי וההנחיות לסיוע לאוכלוסייה אזרחית במצוקה, ובין "מוצר מדף", שיש לו איכויות ארוכות טווח, כמו לסרטי דוקו או לספרות העוסקת בחקר אירועים היסטוריים. הממצאים מראים שהתקשורת עצמה, גם אם יש לה כלים שונים ואנשי מקצוע עיתונאים ופרשנים מומחים, מעדיפה להישאר באותו אזור ביניים משוחרר מאחריות ציבורית, בלי לנצל את הפוטנציאל לחיזוק החוסן האזרחי.

המדיה מתחדשת ומתפתחת כל העת. המחקר על תפקודם של כלי תקשורת חדשים ומודרניים והדרכים השונות שבהן אנחנו צורכים אותם, במיוחד בהקשר של מצבים חברתיים משתנים, יש בו כדי לאפשר שימוש מושכל, רבגוני, המאיר את האפשרויות השונות למיצוי הפוטנציאל שלהם לחיזוק הומניטרי, מנטלי ופרקטי בעיתות משבר.

אפילוג

כתיבתו של המאמר הסתיימה לפני המפץ הגדול של 7 באוקטובר 2023. האירועים הטרגיים באותה שבת והיציאה למלחמת "חרבות ברזל" מחייבים התבוננות חדשה בכל מה שידענו קודם לכן. מבצע "שומר החומות", התוחם את מסגרת הזמן של המחקר שתואר במאמר הנוכחי, היה עימות צבאי מובחן בהיבט של מיקום גאוגרפי מסוים שבו התקיימו איומים של ירי רקטי מעוטף עזה, והפרות סדר בערים מעורבות בישראל. מיקוד זה מאפיין את המלחמות הפוסט-הרואיות, שבהן מצוי אזור אחד במצב חירום ושאר הארץ בשגרה (Ben-Atar, 2018). התוצרים התקשורתיים שהופקו במלחמה פוסט-הרואית יכולים להתייחס למצב החירום אך גם לשגרת החירום.

לא כך המצב במלחמת חרבות ברזל. זוהי מלחמה כוללת הנוגעת לכל אזור ואזור בארץ, ולא רק למרחב גאוגרפי מובחן. מספרם הרב של הנרצחים וההרוגים, עצימות המלחמה, הגיוס הנרחב של המילואים, מאות אלפי האזרחים המפונים מביתם, השיתוק החלקי של מוסדות המדינה, הדגישו עוד יותר את העובדה שזו מלחמה כוללת, הנוגעת בכל בית בישראל. נוסף על כך, נושא השבויים

והחטופים אינו יורד מסדר היום הציבורי, וסיומה של המלחמה (בשעת כתיבת מילים אלה) אינו נראה באופק.

האם אפשר ליישם את מסקנות המחקר הנוכחי על המציאות החדשה בישראל 2024? אנחנו סבורות כי שום אמירה שניתנה לפני 7 באוקטובר אינה יכולה להתקבל כאמירה חד-משמעית, ויש לבחון את תקפות כל הנחות היסוד ותפיסות העולם שבהן אחזנו קודם לכן. אנחנו ממליצות על מחקר המשך, שיבחן את הפודקאסטים האקטואליים שהופקו בגופי השידור השונים במהלך מלחמת חרבות ברזל, בהקשר של יכולתם לתרום לחוסן הלאומי.

מקורות

בן-ארי, יוסי (2007). מלחמת לבנון השנייה בראי הפרשנות של התקשורת הכתובה בישראל: ניתוח אקורד הסיום מהלך המתקפה היבשתית הכוללת. בית ספר רוטשילד קיסרה לתקשורת. אוניברסיטת תל-אביב.
 דוסטרי, עומר (2021). מבצע "שומר החומות": ניתוח האסטרטגיה הצבאית והמלצות להמשך. בין מערכות (10). <https://did.li/s4bZH>
 חרמוני, גל, לבל, אודי וצוריאל, בתיה (סתיו 2011). מצעד פזמוני השכול והגלוקאליזציה של הזיכרון: "מנגנוני החיול" של שיר הזיכרון הישראלי. המרחב הציבורי, 5. אוחר מתוך http://socsci.tau.ac.il/public-sphere/images/Files/Autumn_2011/hermoni.pdf
 כספי, דן ולימור, יחיאל (1998). אמצעי תקשורת המונים בישראל. תל אביב: האוניברסיטה הפתוחה.
 נוה, חנן (2008). קול ישראל במלחמת ששת הימים: אלבום ניצחון משודר. ישראל, 13, 5-28.
 נייגר, מוטי, מאירס, אורן וזנדברג, אייל (2009). אתם זוכרים עם השירים: תרבות פופולארית, זיכרון קולקטיבי ושידורי הרדיו בישראל ביום הזיכרון לשואה ולגבורה, 1993-2002. מגמות, מ"ו(1-2), 254-280.
 לבאון, אזי (2010). תפקודי המדיה החדשים בשעת חירום: המקרה של מלחמת לבנון השנייה. חוברת 7. בית ספר רוטשילד קיסרה לתקשורת, אוניברסיטת תל-אביב.
 לבל, אודי (2005). משפט וביטחון בחברה הישראלית. בתוך: אודי לבל (עורך), ביטחון ותקשורת עמ' 151-171. באר שבע: הוצאת הספרים של אוניברסיטת בן-גוריון בנגב.
 ליבס, תמר וקמפף, זוהר (2007). מ"קורי עכביש" ל"חומה בצורה" ובחזרה: המיצוב המשתנה של העורף במלחמת לבנון השנייה. חוברת 2. בית ספר רוטשילד-קיסרה לתקשורת, אוניברסיטת תל-אביב.
 ליבס, תמר וקמפף, זוהר (2012). התקשורת בעתות מלחמה וטרור. האוניברסיטה המשודרת, גלי צה"ל בהוצאת משרד הביטחון ומודן הוצאה לאור.
 לימור, יחיאל, מן, רפי. (2022). עיתונות בעולם דיגיטלי. רעננה: האוניברסיטה הפתוחה.

Antonovsky, A. (1987). Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Francisco: Jossey-Bass.
 Bailey, M. (2007). Rethinking public service broadcasting: The historical limits to publicness. In Media and public spheres (pp. 96-108). London: Palgrave Macmillan UK.
 Ben-Atar, E. (2018). On-air under fire: Media and community resilience in post-heroic wars. Israel Affairs, 24(4), 593-614.
 Ben-Atar, E., & Ben-Asher, S. (2018). The spontaneous discourse of radio presenters in states of security emergency. Radio Journal: International Studies in Broadcast & Audio Media, 16(2), 207-227.
 Bean, H. (2018). National resilience. Journal of Applied Communication Research, 46(1), 23-25.
 Benedek, D. M., Wynn, G. H., & Ursano, R. J. (2017). Homecoming—The Podcast. Jama, 317(14), 1398-1399.
 Berry, R. (2016). Podcasting: Considering the evolution of the medium and its association with the word 'radio'. The Radio Journal—International Studies in Broadcast & Audio Media, 14(1), 7-22.
 Bonanno, G.A. (2005). Resilience in the face of potential trauma. Current Directions in Psychological Science 14 (3), pp. 135-138.
 Boutonnet, M., Benbrika, W., Facione, J., Travers, S., Boddaert, G., Colas, M. D., ... & Ausset, S. (2021). Traum'cast: an online, open-access educational video podcast series for teaching military

- trauma care to all healthcare providers. *BMJ Simulation & Technology Enhanced Learning*, 7(5), 438.
- Buzzanell, P. M., & Houston, J. B. (2018). Communication and resilience: Multilevel applications and insights—A Journal of Applied Communication Research forum. *Journal of applied communication research*, 46(1), 1-4. <https://doi.org/10.1080/00909882.2017.1412086>
- Dayan, D., & Katz, E. (1992). *Media events: The live broadcasting of history*. Cambridge, MA: Harvard UP.
- Gottlieb, M., Riddell, J., Cooney, R., King, A., Fung, C. C., & Sherbino, J. (2021). Maximizing the morning commute: a randomized trial assessing the effect of driving on podcast knowledge acquisition and retention. *Annals of Emergency Medicine*, 78(3), 416-424.
- Greenberg, B. S., Hofschire, L., & Lachlan, K. (2002). Diffusion, media use and interpersonal communication behaviors. In Bradley S. Greenberg (Ed.), *Communication and terrorism: Public and media responses to 9/11* (pp. 3–16). Cresskill, NJ: Hampton Press.
- Haupt, B., & Azevedo, L. (2021). Crisis communication planning and nonprofit organizations. *Disaster Prevention and Management. An International Journal*, 30(2), 163-1.
- Hellmueller, L., & Li, Y. (2015). Contest over content: A longitudinal study of the CNN iReport effect on the journalistic field. *Journalism Practice*, 9(5), 617-633.
- Hobfoll, S., Watson, P., Bell, C. C., Bryant, M. J., Brymer, M. J., Friedman, M. J., Ursano, R. J. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. *Psychiatry*, 70(4), 283–315.
- Houston, J. B., & Buzzanell, P. M. (2018). Communication and resilience: Concluding thoughts and key issues for future research. *Journal of Applied Communication Research*, 46(1), 26-27.
- Jurgens, M., & Helsloot, I. (2018). The effect of social media on the dynamics of (self) resilience during disasters: A literature review. *Journal of Contingencies and Crisis Management*, 26(1), 79-88.
- Liebes, T., & Kampf, Z. (2009). Performance journalism: The case of media's coverage of war and terror. *The Communication Review*, 12(3), 239–249.
- Marcu, M. (2019). The Podcast as a Form for the Distribution of the Radio Product. *International Journal of Communication Research*, 9(1), 80-84.
- Menduni, E. (2007). Four steps in innovative radio broadcasting: From QuickTime to podcasting. *Radio Journal: International Studies in Broadcast & Audio Media*, 5(1), 9-18.
- Newman, N., & Gallo, N. (2019). News podcasts and the opportunities for publishers. *Digital News Report*.
- Purdy E, Thoma B, Bednarczyk J, et al. The use of free online educational resources by Canadian emergency medicine residents and program directors. *CJEM, Canadian Journal of Emergency Medicine*. 2015;17(2):101–6.
- Riddell, J., Swaminathan, A., Lee, M., Mohamed, A., Rogers, R., & Rezaie, S. R. (2017). A survey of emergency medicine residents' use of educational podcasts. *Western Journal of Emergency Medicine*, 18(2), 229.
- Rubin, A.M. (2002). The uses and gratifications perspective of media effects. In J. Bryant & D. Zillmann (Eds.), *Media effects: Advances in theory and research* (2nd ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, pp. 525-548.
- Ruggiero, T.E. (2000). Uses and gratifications theory in the 21st Century. *Mass Communication and Society* 3 (1), pp. 3-37.
- Snyder, C.R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry* 13 (4), pp. 249-275.
- Višňovský, J., & Luluhová, J. (2014). Public Television as a provider of human values. *European Journal of Science and Theology*, 10(1), 175-184.
- Wang, Y., & Diakopoulos, N. (2021, May). Journalistic source discovery: Supporting the identification of news sources in user generated content. In *Proceedings of the 2021 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1-18).
- Wrather, K. (2019). Writing radio history as it happens: The challenges and opportunities of collecting podcast histories. *Journal of Radio & Audio Media*, 26(1), 143-146.