

מפגש

לעבודה חינוכית-סוציאלית

כתב עת • גיליון 34
טבת, תשע"ב – דצמבר 2011

יוצא לאור על ידי:

אפשר

"אפשר" – עמותה לפיתוח שירותי רווחה וחינוך

בשיתוף עם:

המכללה האקדמית בית ברל
בית הספר לחינוך
החוג לקידום נוער



משרד החינוך
המינהל לחינוך
התיישבותי ועליית הנוער



משרד הרווחה
והשירותים החברתיים
האגף לנוער צעירים ושירותי תקון



פניות לעזרה בנושא סמים ואלכוהול: תפיסות תלמידים ואנשי צוות חינוכי במגזר הערבי

יצחק גילת, רחל שגיא, חנה עזר וחוסני אלחטיב שחאדה

תקציר

חיפוש עזרה מהווה מרכיב חשוב בהתמודדות עם בעיית הסמים והאלכוהול בקרב מתבגרים, אך הידע המחקרי בנושא זה מצומצם ביותר. המחקר הנוכחי בחן עמדות של בני נוער ערבים כלפי חיפוש עזרה בנושא סמים ואלכוהול משתי נקודות מבט: זו של התלמידים עצמם וזו של הצוות החינוכי¹ כמו כן, נבחנה הזיקה של העמדות אל מאפיינים אישיים של התלמידים ואל השתתפות בתכנית מניעה.

883 תלמידים בכיתות ט ויא ו-263 אנשי צוות חינוכי – מורים ויועצים – כולם מהאוכלוסייה הערבית בישראל, מילאו שאלון עמדות כלפי חיפוש עזרה בנושא סמים ואלכוהול ושאלון רווחה נפשית סובייקטיבית. השאלונים הועברו בשפת האם – השפה הערבית.

הממצאים הראו העדפה ברורה של התלמידים לפנות להורים ולחברים על פני פנייה למקורות בבית הספר ומקורות מקצועיים. הנכונות לפנות לעזרת האם הייתה גבוהה יותר מאשר אל כל המקורות האחרים. נמצא פער ניכר בין עמדות התלמידים לבין הערכות הצוות בנוגע לעמדות אלה. נוסף על כך, נמצא שהשתתפות בתכנית התערבות היא המנבא הטוב ביותר לנכונות לפנות לעזרה.

הדיון משלב את ממצאי המחקר הנוכחי עם ממצאים שהתקבלו במחקר דומה שבחן מתבגרים יהודים, והוא מצביע על מאפיינים חוצי תרבות ומאפיינים תלויי תרבות של חיפוש עזרה בנושא סמים ואלכוהול.

מילות מפתח: סמים ואלכוהול, חיפוש עזרה, מתבגרים, ערבים בישראל

מבוא

השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים (סמים ואלכוהול) נתפס בעשורים האחרונים כבעיה מרכזית בעלת השלכות בריאותיות, כלכליות וחברתיות. תופעה זו קיימת באוכלוסייה של מתבגרים במידה רבה יותר מאשר באוכלוסיות אחרות, והיא מוסברת בכך שצריכת סמים היא מנגנון התמודדות עם מצבי לחץ ומצוקה, השכיחים בתקופת ההתבגרות (Dumont & Provost, 1999; Howard & Medway, 2004). מאמצים רבים מושקעים בהתמודדות עם בעיית הסמים והאלכוהול באמצעות הרשות למלחמה בסמים, משרד החינוך, היוזם תכניות מניעה שמועברות בבתי ספר, עמותות שמסייעות בטיפול ובמניעה וארגונים התנדבותיים. מרכיב משותף לכל הפעולות של הגופים הללו הוא המסר המעודד פנייה לעזרה אל מקורות בלתי פורמליים ופורמליים בעת מצוקה

1 המחקר המוצג כאן נערך בשיתוף ובמימון לשכת המדען הראשי ברשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול.

שנובעת משימוש בסמים או אלכוהול. על אף העובדה שקיים ידע לא מבוטל בנושא הכללי של חיפוש עזרה בקרב צעירים, יש ידע מחקרי מועט מאוד בתחום של סמים ואלכוהול. המחקר הנוכחי מהווה צעד לקראת השלמת החסר בנושא זה. המחקר התמקד בעמדות בני נוער ערבים בישראל כלפי חיפוש עזרה ובחן אותן משתי נקודות מבט: זו של התלמידים עצמם וזו של הצוות החינוכי. עבודה זו מהווה המשך למחקר שנערך לאחרונה בקרב בני נוער יהודים ובחן שאלות דומות (גילת, שגיא, ראובני, עזר ובר-המבורגר, 2011). ניתוח הממצאים שהתקבלו בשני המחקרים מאפשר יצירת תשתית ידע בנוגע לנכונות של בני נוער לחפש עזרה בנושא סמים ואלכוהול והארת ההקשר התרבותי של תופעה זו.

שימוש בסמים באוכלוסייה הערבית בישראל

תופעת השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים באוכלוסייה הערבית בישראל התפשטה החל משנות השבעים של המאה העשרים, והיא מיוחסת על ידי חוקרים לשינויים שחלו בחברה הערבית בישראל, אשר התבטאו במעבר מחברה מסורתית לחברה חילונית מודרנית (דגני, 1992; וייס, סאוה, אבדין וינאי, 2000).

נתונים אפידמיולוגיים על היקף השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים בקרב האוכלוסייה הערבית בישראל נאספים החל משנות התשעים, עם הקמתה של הרשות למלחמה בסמים. במחקרים אלה, שנערכו בשני העשורים האחרונים, 10% מהנשאלים מדווחים על שימוש בסמים לא חוקיים, כ-30% מהם מדווחים על צריכת אלכוהול, וכ-50% מדווחים על עישון סיגריות או נרגילה (בר-המבורגר, 2006; הראל-פיש, קורן, פוגל-גריןולד, בן-דוד ונוה, 2006; עזאיזה ואבו-עסבה, 2004; עזאיזה, בר-המבורגר ומורן, 2007; רהב, טייכמן, גיל, רוזנבלום ובר-המבורגר, 2002).

לעומת מחקרים קודמים, במחקר חדש (עזאיזה, שהם, בר-המבורגר ואבו-עסבה, 2010) נמצא כי מבחינות מסוימות, אין הבדל בולט בין האוכלוסייה היהודית לאוכלוסייה הערבית במאפייני השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים ובדפוסי השימוש. עם זאת, יש הבדלים בשיעורי השימוש בחומרים השונים וכן בקשר של כמה משתנים מאלה שנבדקו במחקר החדש. כמו כן, במחקר החדש נמצא כי לבני הנוער הערבים יש עמדות חיוביות כלפי סמים, עמדות התורמות להגדלת הסיכוי להשתמש בהם. לממצא זה חשיבות רבה, נוכח העובדה ששינוי עמדות הוא יעד מרכזי במספר ניכר של תכניות מניעה (ברנע, רהב וטייכמן, 1990), והוא מלמד כי חשוב להשתמש בתכניות אלה כבסיס להתערבות ומניעה גם בקרב תלמידים ערבים.

הקשר בין שימוש בסמים ואלכוהול לבין מאפיינים אישיים של בני נוער

מחקרים על אודות צריכת חומרים פסיכו-אקטיביים מצביעים על כך שתופעה זו קשורה לכמה קבוצות של משתנים: מאפיינים סוציו-דמוגרפיים, מאפיינים קוגניטיביים, קשרים

בין-אישיים ומשפחתיים ורווחה נפשית. באשר למאפיינים הסוציו-דמוגרפיים, נמצא כי בנים השתמשו בחומרים פסיכו-אקטיביים בשיעורים גבוהים יותר מאשר בנות, הן בקרב נוער יהודי והן בקרב נוער ערבי (עזאזה, בר-המבורגר ומורן, 2007). הקשר בין גיל המתבגרים לבין השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים אינו עקיב, וממצאים מצביעים על עלייה בשימוש עם העלייה בגיל (בר-המבורגר, 2001), לעומת דיווחים על קשר מורכב יותר עם הגיל בקרב מתבגרים ערבים בישראל (עזאזה ועמיתים, 2007). שני המאפיינים הקוגניטיביים העיקריים שהספרות מדווחת עליהם כקשורים בצריכת חומרים פסיכו-אקטיביים הם ידע על סמים ועמדות כלפי השימוש בהם. נמצא כי מתבגרים אשר התנסו בסמים ואלכוהול גילו רמת ידע גבוהה עליהם מזו של מתבגרים שלא התנסו, ואף נמצאו בעלי עמדות חיוביות כלפי ההתנסות (ברנע, 1990). אשר לקשרים הבין-אישיים, נמצא כי למשפחה יש השפעה על השימוש בסמים – תפיסת המשפחה כמלוכדת נמצאה קשורה בשימוש נמוך יותר בסמים (רהב ועמיתים, 2002). כמו כן, נמצאה השפעה של עמדות ההורים על עמדות ילדיהם ועל ההסתברות להתנסות בסמים על ידם. ככל שעמדות ההורים חיוביות יותר, כך עולה ההסתברות שילדיהם ייטו להתנסות בסמים או אלכוהול (ברנע, רהב וטייכמן, 1990). רווחה נפשית נמוכה, אשר באה לידי ביטוי בתסמינים של חרדה ודיכאון, נמצאה קשורה בשימוש גבוה בחומרים פסיכו-אקטיביים (ברנע ועמיתים, 1990).

חיפוש עזרה על ידי בני נוער בעת מצוקה

אחת מדרכי ההתמודדות עם בעיית הסמים והאלכוהול בקרב בני נוער היא פנייה לעזרה אל מקורות פורמליים ובלתי פורמליים. חלק מן המקורות הללו מיועדים להגשת עזרה ספציפית בנושא סמים ואלכוהול, כמו הקו של הרשות למלחמה בסמים והקו שמפעילה אגודת "אל-סם", ומקורות אחרים מהווים חלק בלתי נפרד מרשת התמיכה החברתית, כמו הורים, חברים, מורים ויועצים, שזמינים למתבגרים בכל הנושאים המעסיקים אותם ואשר דורשים עזרה. עיון בספרות המקצועית גילה ידע אמפירי מועט מאוד בנושא עמדות כלפי פנייה לעזרה והתנהגות של חיפוש עזרה בקרב מתבגרים בהקשר של צריכת חומרים פסיכו-אקטיביים, ולפיכך יש חשיבות באיסוף ידע כזה ובעיגונו במסגרת הידע הקיים בתחום חיפוש עזרה בקרב מתבגרים.

הספרות המקצועית בנושא פניית מתבגרים לעזרה מעלה שלושה גורמים אשר יש להם זיקה לנכונות לפנות לעזרה ולפנייה בפועל: מאפיינים של העוזר, מאפיינים של הנעזר ומאפיינים של הצורך בעזרה (Nadler, 1992). במחקר הנוכחי נתמקד בזהותו של מקור העזרה ובשלושה מאפיינים של הנעזר – מין, גיל ורווחה נפשית סובייקטיבית. לפיכך נציג תחילה את הידע שמופיע בספרות בנוגע למאפיינים אלה בהקשר של פניית מתבגרים לעזרה.

בחינת הקשר בין הנכונות לפנות לעזרה לבין אופיו של המקור העלתי ממצאים עקיבים בארצות שונות, אשר מצביעים על כך שמתבגרים מגלים נכונות גבוהה הרבה יותר לפנות לעזרה בלתי פורמלית – הורים וחברים – מאשר לעזרה פורמלית – יועצים,

מורים, פסיכולוגים וקווי סיוע טלפוניים (Boldero & Fallon, 1995; Offer, Howard, Schonert & Ostrov, 1991). גם בני נוער בישראל מעדיפים בריור לפנות להורים ולחברים מאשר למקורות בית ספריים ולאנשי מקצוע בתחום בריאות הנפש (גילת, 1993; Tishby et al., 2001). הנימוקים השכיחים ביותר שניתנו על ידי מתבגרים להימנעות מפנייה אל מקורות בבית הספר ומקורות פורמליים היו: היעדר תחושת קרבה רגשית למקור העזרה, חוסר יעילות של המקור בפתרון הבעיה וחשש מאי-שמירת סודיות (גילת, עזר ושגיא, 2011). מחקרים שבחנו את הנכונות לפנות לעזרה בקרב בני נוער ערבים בישראל מדווחים גם הם על העדפה ברורה של הורים וחברים על פני מקורות פורמליים (Grinstein-Weiss, Fishman & Eisikovits, 2005; Sherer, 2007). עם זאת, הנכונות של המתבגרים הערבים לפנות לעזרה של יועצים ומורים הייתה גבוהה מזו של עמיתיהם היהודים (Gilat, Ezer & Sagee, 2010). במחקר הנוכחי נבחנו גם העמדות כלפי שימוש באינטרנט כמקור סיוע, וזאת עקב הפופולריות הגוברת של מקורות התמיכה המקוונים, בעיקר עבור בני נוער, פופולריות המוסברת בספרות באפשרות לשמור על אנונימיות, שמעניקה הגנה רגשית למשתתפים, ובשימוש בתקשורת כתובה, שמקדמת פתיחות וחיפה אישית (King et al., 2006; Suler, 2004).

מחקרים שבחנו את הזיקה בין מין המתבגרים לבין הנכונות לפנות לעזרה הניבו ממצאים עקיבים, אשר הצביעו על רמה גבוהה יותר של נכונות לפנות ושל פנייה בפועל אצל מתבגרות (Copeland & Hess, 1995; Garland & Zigler, 1994). הבדל זה נמצא גם בקרב בני נוער בישראל (גילת, 1993; Tishby et al., 2001), אם כי אצל מתבגרים ערבים בישראל לא התקבלו ממצאים עקיבים: במחקר אחד לא נמצאו הבדלים בין בנים לבין בנות (Grinstein-Weiss et al., 2005), ובמחקר אחר נמצאו שבנים גילו נכונות גבוהה יותר מאשר בנות לפנות לעזרה של חבר (Gilat et al., 2010). אשר להשפעת הגיל על הנכונות לפנות לעזרה, נמצא כי בתחילת ההתבגרות, ההורים מהווים מקור אטרקטיבי יותר מאשר חברים, ובסיומו של גיל ההתבגרות, החברים מהווים את המקור המועדף לפנייה לעזרה בעת מצוקה. דפוס זה נמצא הן בקרב מתבגרים יהודים (Tishby et al., 2001) והן בקרב מתבגרים ערבים בישראל (Grinstein-Weiss et al., 2005).

גורם נוסף בעל חשיבות הקשור לנכונות לפנות לעזרה הוא תפיסת הרווחה הנפשית. נמצא כי תלמידים בעלי תחושת רווחה גבוהה מגלים נכונות גבוהה יותר לפנות לעזרת ההורים, בהשוואה לתלמידים בעלי תחושת רווחה נמוכה (גילת ועמיתים, 2011). סביר להניח, שהנכונות המועטה יותר של תלמידים בעלי תחושת רווחה נפשית נמוכה לפנות לעזרה אינה מעידה על צורך מועט יותר בקבלת עזרה, אלא נובעת ממקורות אחרים. ייתכן, שהרווחה הנפשית הנמוכה היא פועל יוצא של גורמים אישיותיים או נסיבות משפחתיות-חברתיות אשר מובילים לדימוי עצמי נמוך ולהישגיות נמוכה, ופוגעים בכושר ההתמודדות וברצון לעשות שינוי. מצב קיומי זה מוביל לתת-שימוש במקורות עזרה חיצוניים שיכולים לסייע לתלמידים להתמודד.

המחקר הנוכחי

המחקר הנוכחי בחן עמדות של בני נוער ערבים בישראל כלפי פנייה לעזרה בנושא סמים ואלכוהול ותפיסות של הצוות החינוכי בבית הספר בנוגע לעמדות התלמידים. בדיקת תפיסותיהם של אנשי הצוות החינוכי חשובה בשל התפקיד שהם ממלאים במסגרת המאמץ למניעת שימוש בסמים ובאלכוהול, במיוחד בהנחיית תכניות התערבות של משרד החינוך בנושא זה. כאמור, מחקר זה מהווה המשך למחקר שנערך לאחרונה בקרב תלמידים יהודים בחטיבות ביניים ובבתי ספר תיכוניים (גילת, שגיא ועמיתים, 2011). ממצאי המחקר הצביעו על נכונות גבוהה של המתבגרים לפנות לחברים ולמקורות המקוונים ועל מידה גבוהה של פנייה בפועל אל מקורות אלה. נמצאו נכונות מועטה לפנות אל יועצות חינוכיות, מורים ופסיכולוגים וכן שיעור נמוך של פנייה בפועל אליהם. אשר להורים, התקבל פער בין הנכונות לפנות לעזרתם, שנמצאה גבוהה, לבין הפנייה בפועל, שדווחה כנמוכה. המתבגרים הסבירו את הרתיעה מפנייה אל מקורות בית ספריים בריחוק רגשי ואת הרתיעה מפנייה להורים בחשש מפני תגובה שיפוטית וביקורתית. נוסף על כך, נמצא כי מורים ויועצות העריכו את נכונות התלמידים לפנות לעזרה ואת מידת הפנייה בפועל כגבוהים הרבה יותר מאלה שדווחו על ידי התלמידים. ממצאי המחקר עשויים לסייע בהעלאת המודעות של הצוות החינוכי ושל ההורים לתפקידם כמקורות סיוע ובהגברת הפנייה של בני נוער לעזרה בעת מצוקה הקשורה בסמים או אלכוהול.

מלבד ההשלכות היישומיות האפשריות של ממצאי המחקר באשר למניעת שימוש בסמים ובאלכוהול בקרב מתבגרים, עשויה להיות להם גם תרומה תאורטית בתחום של חיפוש עזרה בקרב מתבגרים. בחינה השוואתית של הממצאים באוכלוסייה הערבית ובאוכלוסייה היהודית תאפשר להעמיק את הידע על השלכות ההקשר התרבותי שבו פועלים המתבגרים על דפוסי חיפוש עזרה בעת מצוקה. מחקרים קודמים, שלא התמקדו בתחום מסוים של מצוקות, הצביעו הן על מאפיינים משותפים של בני נוער יהודים וערבים בנוגע לחיפוש עזרה והן על מאפיינים נבדלים שלהם (Gilat et al., 2010; Sherer, 2007). הממצאים הצביעו על כך שהעדפת המקורות הבלתי פורמליים על פני המקורות הפורמליים היא חוצת תרבויות, אם כי המתבגרים הערבים גילו נכונות גבוהה יותר לפנות למקורות פורמליים, בהשוואה לעמיתיהם היהודים. השפעת הגיל והרווחה הנפשית היא חוצת תרבויות, בעוד השפעת מין המתבגרים היא תלויה תרבות. המחקר הנוכחי בחן, האם השפעת ההקשר התרבותי על פנייה לעזרה תלויה גם בתחום המצוקה. ביתר פירוט, המחקר בחן את השאלות הבאות:

- א. מהן עמדות תלמידים מתבגרים ערבים כלפי פנייה לעזרה של מקורות שונים במצוקות הקשורות לסמים ואלכוהול?
- ב. מהם הקשרים בין עמדות התלמידים כלפי פנייה לעזרה לבין מאפיינים אישיים (מין, גיל ורווחה נפשית) והשתתפות בתכנית התערבות?
- ג. מהי מידת ההלימה בין עמדות התלמידים כלפי פנייה לעזרה לבין תפיסות הצוות החינוכי בנוגע לעמדות אלה?

שיטת המחקר

מערך המחקר

המחקר נערך במתודולוגיה כמותית והתבסס על שאלון מובנה. השאלון הועבר בקרב מדגם של תלמידים מתבגרים בבתי ספר ערבים בישראל ואנשי צוות חינוכי – מורים ויועצים העובדים בבתי ספר ערבים בישראל. השאלון שהועבר לשתי הקבוצות היה דומה מאוד, על מנת שניתן יהיה לערוך השוואה בין הממצאים. התלמידים התבקשו להביע את דעתם בנוגע להיבטים של חיפוש עזרה אשר נכללו בשאלון, ואנשי הצוות החינוכי התבקשו להביע דעתם על עמדות התלמידים בנוגע להיבטים אלה.

משתתפים

תלמידים: המדגם כלל 883 תלמידים ערבים אשר למדו ב-13 בתי ספר ברחבי הארץ בשנת תשע"א. הדגימה נעשתה כך שיהיה ייצוג למאפיינים הבאים: מין, קבוצת גיל (כיתה ט וכיתה יא), דת או קבוצה אתנית (מוסלמים, נוצרים, דרוזים ובדווים) אזור גאוגרפי (צפון, מרכז, דרום), סוג עיר (ערבית, מעורבת). כל התלמידים שהתבקשו להשתתף במחקר מילאו את השאלונים. חמישה שאלונים נפסלו בגלל ריבוי נתונים חסרים. להלן מוצגת חלוקת המדגם על פי המאפיינים האלה: מין – 55% בנות ו-45% בנים; כיתה – 57% בכיתה ט ו-43% בכיתה יא; השתייכות דתית או אתנית – 63% מוסלמים, 6% נוצרים, 11% דרוזים, 19% בדווים, 1% אחרים; אזור גאוגרפי – 51% התגוררו בצפון, 38% במרכז, ו-11% בדרום; סוג העיר – 92% התגוררו בעיר ערבית ו-8% בעיר מעורבת. 52% דיווחו על השתתפות בתכנית התערבות בנושא שימוש לרעה בסמים ואלכוהול, שהועברה בית הספר. 48% טענו שלא השתתפו בתכנית או שאינם יודעים עליה.

צוות חינוכי: המדגם כלל 263 אנשי צוות חינוכי (202 מורים ו-61 יועצים חינוכיים) העובדים ב-40 בתי ספר על יסודיים ותיכונים במגזר הערבי באזור הצפון, אזור המרכז ואזור הדרום. כל המורים והיועצים שהתבקשו להשתתף במחקר מילאו את השאלונים. התפלגות לפי מין מראה ש-66% מן המורים ו-97% מן היועצים הם נשים. התפלגות לפי השכלה מראה שבקרב המורים 27% הם בעלי תואר מורה בכיר, 35% בעלי תואר בוגר בחינוך, 28% בעלי תואר בוגר ו-10% בעלי תואר מוסמך. בקרב היועצים, 80% הם בעלי תואר מוסמך והשאר בעלי תואר בוגר. הוותק הממוצע בעבודה של המורים הוא 10.1 שנים (ס"ת 7.8) ושל היועצים – 11.4 שנים (ס"ת 8.3).

כלי המחקר

שאלון חיפוש עזרה בנושא סמים ואלכוהול

הנתונים הנוגעים להיבטים השונים של חיפוש עזרה נאספו באמצעות שאלון שפותח לצורך המחקר על חיפוש עזרה בנושא סמים ואלכוהול בקרב מתבגרים יהודים בישראל

(גילת ועמיתים, 2011). השאלון תורגם לערבית, שהיא שפת האם של המשתתפים במחקר. מלבד התרגום, לא נעשו שינויים בגרסה העברית, כדי ליצור בסיס תקף להשוואה בין שני המחקרים. תרגום השאלון מעברית לערבית נעשה על ידי איש מקצוע בתחום בריאות הנפש שדובר ערבית כשפת אם. לצורך בדיקת איכותו של התרגום, נעשה שימוש בהליך של תרגום חוזר לעברית על ידי מרצה במכללה, הדובר ערבית. הגרסה המתורגמת נבחנה על ידי המתאם לאוכלוסייה הערבית מטעם הרשות למלחמה בסמים. השאלון כולל שלושה חלקים – עמדות כלפי פנייה לעזרה, פנייה לעזרה בעבר ופרטים אישיים.

א. **עמדות כלפי פנייה לעזרה:** בחלק זה הוצגה למשתתפים רשימה של מקורות שאליהם ניתן לפנות לעזרה, והם התבקשו להעריך את מידת הנכונות שלהם לפנות אל כל אחד מן המקורות במצוקות הקשורות בסמים או אלכוהול, על פני סולם שנע בין 1 ("לא מוכן כלל") ל-5 ("מוכן במידה רבה"). מקורות העזרה הכלולים בשאלון הם: אם, אב, חברים, מורים, מחנכים, יועצים חינוכיים, פסיכולוג, קווים חמים שמציעים סיוע בנושא סמים ואלכוהול (להלן קווים חמים) ומקורות סיוע באינטרנט (להלן אינטרנט). כמו כן, המשיבים התבקשו לבחור את המקור המועדף ביותר ואת המקור המועדף פחות מבין המקורות, ולנמק את שתי הבחירות. הנימוקים ניתנו בשאלה פתוחה.

כדי לזהות קטגוריות של מקורות עזרה, נעשה ניתוח גורמים בשיטת Varimax עם רוטציה אורתוגונלית לציונים של הנכונות לפנות אל כל אחד מהמקורות. נערכו ניתוחים נפרדים לתלמידים ולאנשי הצוות החינוכי. הניתוחים הניבו ארבעה גורמים דומים מבחינת הרכבם, בשתי האוכלוסיות (אם כי מדרג הגורמים על פי אחוזי השונות המוסברת היה שונה בשתי הקבוצות), והם הסבירו יחד כ-73% מהשונות בקרב התלמידים וכ-82% מהשונות בקרב הצוות החינוכי. פירוט הגורמים והטעינויות מוצג בלוח 1.

לוח 1: תוצאות ניתוח גורמים של עמדות כלפי פנייה אל שמונה מקורות עזרה: טעינויות ואחוז השונות המוסברת

מקור העזרה	תלמידים		צוות חינוכי			
	גורם ראשון	גורם שני	גורם ראשון	גורם שני	גורם שלישי	גורם רביעי
פסיכולוג	.77		.65			
אינטרנט	.74		.91			
קווים חמים	.78		.77			
מורה		.85	.80			
מחנך		.80	.86			
יועצת		.63	.85			
אם		.88		.91		
אב		.87		.90		
חבר					.98	
% שונות מוסברת	23	21	18	11	17	13

כפי שאפשר לראות בלוח 1, ארבעת הגורמים של מקורות העזרה בהקשר של סמים ואלכוהול הם אלה: מקורות בית ספריים-חינוכיים (מורה, מחנך ויועצת חינוכית), מקורות מקצועיים (פסיכולוג, קווים חמים ואינטרנט), הורים וחבר. על סמך תוצאות הניתוח חושבו ארבעה מדדים של נכונות לפנות לעזרה בנושא סמים ואלכוהול, על ידי ממוצעי מידת הנכונות לפנות אל המקורות הכלולים בכל גורם. טווח הציונים בכל מדד נע בין 1 (נכונות נמוכה) ל-5 (נכונות גבוהה).

ב. **פנייה לעזרה בעבר:** בחלק זה הוצגה למשתתפים רשימה של מקורות עזרה בנושא סמים ואלכוהול, והם התבקשו לציין לגבי כל אחד מהם, האם פנו אליו בעבר. הרשימה כללה את המקורות שצינו בחלק שבחן עמדות (ראו לעיל) וכן קווים חמים ייעודיים בנושא סמים ואלכוהול המוצעים על ידי הרשות למלחמה בסמים, משרד החינוך ועמותת "אל-סם".

ג. **פרטים אישיים:** השאלון כלל מאפיינים סוציו-דמוגרפיים של המשיבים וכן שאלות על השתתפות בתכנית התערבות בנושא שימוש לרעה בסמים ואלכוהול, שמועברת בבתי ספר על ידי יועצים או מורים, בהנחיית משרד החינוך.

שאלון לבחינת תחושת הרווחה הנפשית: השאלון לבחינת הרווחה הנפשית פותח כדי לבחון תחושה כללית של שביעות רצון בחיים (Huebner, 1991). בשאלון שבעה היגדים: "הולך לי טוב בחיים", "החיים שלי בדיוק כמו שצריך", "הייתי רוצה לשנות דברים רבים בחיי", "הלוואי והיו לי חיים אחרים מסוג אחר", "יש לי חיים טובים", "יש לי כל מה שאני רוצה בחיים", "החיים שלי טובים יותר מאשר של רוב הילדים". המשיבים מתבקשים להעריך באיזו מידה היגדים אלה נכונים עבורם, באמצעות סולם שערכיו הם מ-1 ("אף פעם לא מתאים") עד 4 ("כמעט תמיד מתאים"). במחקר קודם, השאלון נמצא בעל מהימנות פנימית גבוהה אצל מתבגרים ערבים ($\alpha=.88$) ומתבגרים יהודים ($\alpha=.90$) בישראל (Gilat et al., 2010). במחקר הנוכחי נמצא מקדם מהימנות $\alpha=.83$. נבנה מדד כללי המבוסס על ממוצע הציונים שנתן המשיב לכל שבעת ההיגדים. טווח הציונים במדד הוא 1 עד 4, וערך גבוה של המדד מורה על תחושה גבוהה של רווחה נפשית. בציון הכולל ברווחה נפשית סובייקטיבית נמצאו ממוצע של 2.88 וסטיית תקן של 0.64. התפלגות השכיחויות של הציון הכולל, המקובץ לארבע קבוצות בעלות טווח שווה (1–1.75; 1.76–2.50; 2.51–3.25; 3.26–4), מראה ש-4.5% מן המשיבים הם ברמת רווחה נפשית נמוכה, 22% ברמה בינונית-נמוכה, 41% ברמה בינונית-גבוהה ו-32.5% ברמה גבוהה של רווחה נפשית. הגרסה העברית של השאלון לבדיקת רווחה נפשית סובייקטיבית תורגמה לערבית על ידי איש מקצוע בתחום בריאות הנפש שערבית היא שפת אמו, ובדיקת איכותו של התרגום נעשתה על ידי מרצה במכללה הדובר ערבית.

ממצאים

עמדות כלפי פנייה לעזרה אל מקורות שונים

שאלת המחקר הראשונה התמקדה בעמדות התלמידים המתבגרים כלפי פנייה לעזרה במצוקות הקשורות בסמים ואלכוהול. כדי לענות על שאלה זו חושבו ממוצעים, סטיות

תקן והתפלגויות השכיחויות של מידת הנכונות לפנות לעזרה אל כל אחד משמונת המקורות. התוצאות שהתקבלו מוצגות בלוח 2. לצורך הצגת תוצאות ההתפלגויות נעשה קיבוץ של סולם התשובות לשלוש דרגות: נכונות נמוכה (1 ו-2 בסולם המקורי) נכונות בינונית (3 בסולם המקורי) ונכונות גבוהה (4 ו-5 בסולם המקורי).

לוח 2: סטטיסטיקה תיאורית של מידת הנכונות לפנות לעזרה של שמונה מקורות (N=883)

המקור	ממוצע	סטיית תקן	אחוז המוכנים לפנות במידה בינונית	אחוז המוכנים לפנות במידה רבה
אם	3.50	1.62	12	58
חבר	3.22	1.51	19	48
אב	3.16	1.61	13	48
פסיכולוג	2.69	1.61	16	35
קווים חמים בנושא סמים	2.59	1.50	19	28
אתרים באינטרנט בנושא סמים	2.56	1.55	15	31
יועצת חינוכית	2.50	1.47	17	29
מחנך	2.12	1.34	16	18
מורה מקצועי	1.94	1.24	14	14

הנתונים המוצגים בלוח מראים ששלושת המקורות המועדפים על המתבגרים הם שני ההורים והחבר, אם כי הנכונות לפנות אליהם אינה גבוהה מאוד, וחלק ניכר מן המשיבים – 40%–50%, אינו מגלה נכונות גבוהה לפנות למקורות אלה. הנכונות לפנות לפסיכולוג, ליועצת, לקווים חמים בנושא סמים ואלכוהול ולמקורות מקוונים נמוכה יותר ומקיפה כ-30% מן המשיבים, ומידת הנכונות לפנות למורה ולמחנך נמוכה אף יותר.

במטרה לקבל תמונה חדה יותר של תפיסת הנכונות להיעזר במאגר המקורות העומדים לרשות המתבגרים, חושב ציון כולל על ידי ממוצע מידת הנכונות לפנות לכל המקורות שהוצגו. הציון במדד זה נע בין 1 (נכונות מועטה ביותר) ל-5 (נכונות גבוהה ביותר). חושבה התפלגות שכיחויות של הציון הכולל, והיא מראה ש-25% מן המשיבים גילו נכונות נמוכה (ממוצע 1–2), 40% גילו נכונות בינונית-נמוכה (ממוצע 2–3), 28% גילו נכונות בינונית-גבוהה (ממוצע 3–4) ו-7% גילו נכונות גבוהה (ממוצע 4–5).

במטרה להגיע להבנה מעמיקה יותר של עמדות התלמידים כלפי פנייה לעזרה, נותחו התשובות לשאלות הפתוחות. בשאלות אלה התבקשו המשיבים לבחור את המקור הנוח ביותר לפנייה לעזרה ואת המקור הנוח פחות ולנמק את שתי הבחירות. ניתוח הנימוקים נערך בשני שלבים: תחילה נערך ניתוח תוכן בגישה של תאוריה מעוגנת בשדה, אשר מנחה את החוקר לחפש באופן חופשי קטגוריות של תוכן העולות מתוך הנתונים, ולא לחפש אישור בנתונים לקטגוריות מוגדרות מראש. ניתוח התוכן העלה חמש קטגוריות של נימוקים לבחירה במקור הנוח ביותר, שניתן

לראותם כגורמים המעודדים פנייה לעזרה, וחמש קטגוריות של נימוקים לבחירה במקור הנוח פחות, שניתן לראות בהם גורמים המעכבים פנייה לעזרה. בשלב השני נערך קידוד של הנימוקים על פי רשימת הגורמים המעודדים והגורמים המעכבים וחושבו התפלגויות שכיחויות של כל אחד משני סוגי הגורמים. התוצאות שהתקבלו בשני סוגי הניתוחים מוצגות בלוח 3.

לוח 3: גורמים המעודדים פנייה לעזרה וגורמים המעכבים אותה – קטגוריות שעלו בניחות תוכן ושכיחותן

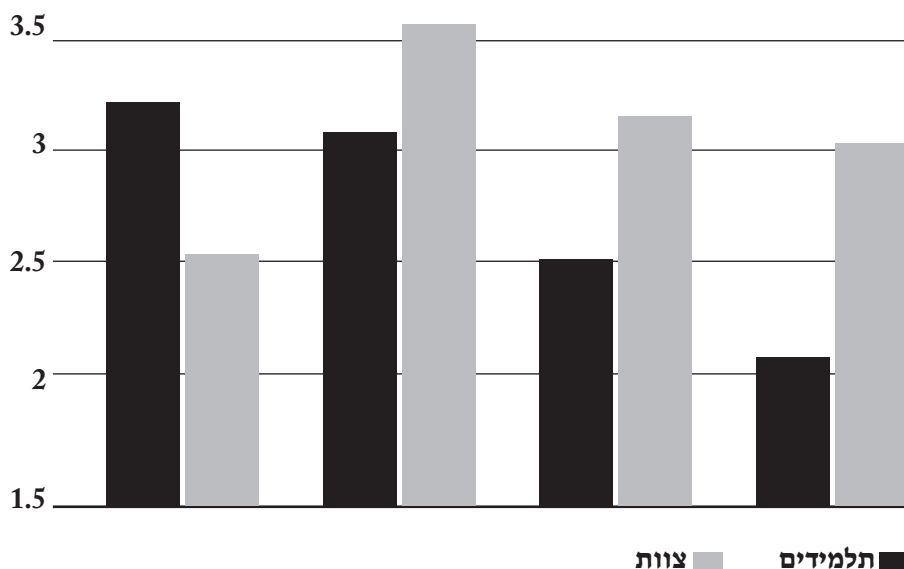
נימוקים להחלטה לפנות לעזרה (N=434)		
שכיחות באחוזים	דוגמאות	הנימוק
48	הם הכי קרובים אליי ותמיד יעזרו מרגיש בנוח לדבר אתם	קרבה רגשית
23	יודע לטפל בבעיות אלו מהידע שלו כי היא מסוגלת להבין את הנושא ולהדריך אותי לדרך הנכונה	יעילות העזרה / מקצועיות
20	היא מרגישה שאימא יותר מחברה והיא היחידה שהיא מבינה אותה הוא בגילי והוא יבין אותי	ציפייה להבנה
5	שומר על הסוד שלי	שמירת אנונימיות
4	בוטח בעצמי ויכול לפתור את בעיותיי מעדיף להתמודד לבד כדי לא לספוג עלבונות מאחרים	התמודדות עצמאית
100		סך הכול

נימוקים להחלטה להימנע מפנייה לעזרה (N=346)		
שכיחות באחוזים	דוגמאות	הנימוק
39	לא קרוב אליי לא נוח לי אתו	היעדר קרבה רגשית
24	אין להם מספיק ידע	חוסר יעילות / חוסר מקצועיות
16	ישפוט אותי ולא יבין אותי כי הוא יתרשם שאני תלמיד כושל	חשש משיפוט או מאי-הבנה
18	הוא עלול להלשין; לא סומך עליו	חוסר אמון
3	ייאוש מקבלת עזרה; התמודדות עצמאית	אחר
100		סך הכול

התוצאות שהתקבלו בניתוחים מעידות על כך שבין הנימוקים לפנות לעזרה לבין הנימוקים להימנע מפנייה קימת הקבלה, המתבטאת הן במהות הנימוקים והן בשכיחותם היחסית. ניתן לראות בנימוקים אלה גורמים אשר קיומם מעודד פנייה לעזרה בעת מצוקה הקשורה בסמים או אלכוהול, והיעדרם מעכב פנייה לעזרה כזו. הגורם השכיח ביותר הוא תחושה של קרבה רגשית למקור העזרה, אשר קיומה מקנה את הביטחון הדרוש להחלטה לפנות לעזרה, והיעדרה יוצר תחושה של אי-נוחות פסיכולוגית. הגורם השני בשכיחותו הוא תפיסת יכולתו של מקור העזרה להביא לתוצאות הרצויות בהתמודדות עם הבעיה. הגורם השלישי מתבטא בציפייה לזכות בהבנה, או בחשש מפני תגובה שיפוטית, לנוכח פנייה לקבלת עזרה. הגורם הרביעי הוא תחושת אמון בשמירת סודיות הפנייה לעזרה, והיפוכו הוא החשש מפני הפרת הסודיות.

במטרה לבחון, האם קיימת הלימה בין מידת הנכונות של תלמידים לפנות לעזרה לבין תפיסות המורים והיועצים את נכונות התלמידים, נערך ניתוח שונות דו-כיווני עם מדידות חוזרות (2X4): אוכלוסייה (תלמידים, צוות חינוכי) X מקור העזרה (הורים, חבר, בית ספרי, מקצועי), ובמשתנה מקור העזרה יש מדידות חוזרות. המשתנה התלוי היה מידת הנכונות לפנות לעזרה במצוקות הקשורות בסמים ואלכוהול. הממוצעים של מידת הנכונות על פי אוכלוסייה וסוג מקור מוצגים באיור 1.

איור 1: ממוצעי הנכונות לפנות לעזרה של ארבעה סוגי מקורות על פי תפיסות התלמידים והצוות החינוכי



נמצא אפקט עיקרי מובהק של אוכלוסייה ($F(1,976)=32.14, p<.01$), אשר נובע מכך שהצוות החינוכי תופס את נכונות התלמידים לפנות לעזרה ($M=3.17$ $SD=0.65$)

כגבוהה יותר מאשר התלמידים מעידים על עצמם ($M=2.84$ $SD=0.92$). כמו כן, נמצא אפקט עיקרי מובהק של סוג המקור ($F(3,2928)=61.29, p<.01$), ונמצא אפקט מובהק של אינטראקציה בין אוכלוסייה לסוג המקור ($F(3,2928)=79.77, p<.01$). כדי לפרש את האינטראקציה נערכו מבחני קונטרסט אשר השוו בין שתי האוכלוסיות באשר לכל אחד מארבעת סוגי המקורות. תוצאות המבחנים והממוצעים המוצגים באיור 1 מלמדים שהתלמידים מגלים נכונות גבוהה יותר לפנות לעזרת ההורים מהערכת הצוות החינוכי בנוגע לנכונותם זו ($F(1,976)=44.81, p<.01$) והם מגלים נכונות נמוכה יותר, בהשוואה להערכת הצוות, לפנות לעזרת חברים ($F(1,976)=19.74, p<.01$), לעזרת מקורות בית ספריים ($F(1,976)=54.24, p<.01$) ולעזרת מקורות מקצועיים ($F(1,976)=152.10, p<.01$).

הקשר בין הנכונות לפנות לעזרה לבין פנייה בפועל בעבר

על מנת לקבל מדד התנהגותי של פנייה לעזרה בפועל, הוצגה לתלמידים רשימה של מקורות סיוע (ראו המקורות המפורטים בלוח 2), והם התבקשו לציין, בנוגע לכל אחד מהם, האם פנו אליו. המדד ההתנהגותי חושב באופן דיכוטומי על ידי אחוז התלמידים אשר דיווחו שפנו לפחות אל אחד מן המקורות. התפלגות המשיבים במדד זה מראה ש-26% מבין כל המשיבים פנו בעבר לעזרה בנושא של סמים או אלכוהול. המקור השכיח ביותר שאליו פנו לעזרה היה האינטרנט – 80% מהתלמידים שדיווחו על פנייה לעזרה בעבר נעזרו בו באמצעות חיפוש מידע, השתתפות בפורומים או שיחות אישיות עם גולשים ברשת. במטרה לבחון את הקשר בין עמדות להתנהגות, נערך ניתוח שונות רב-משתני אשר השווה בין קבוצת התלמידים שפנו לעזרה לקבוצת התלמידים שלא פנו לעזרה, בנוגע לנכונות לפנות לכל אחד מארבעת סוגי מקורות העזרה – הורים, חבר, צוות בית הספר ומקורות מקצועיים. ניתוח התקבל אפקט מובהק של הפנייה בעבר ($F(4,729)=3.60, p<.01$). ניתוחים חד-משתניים הראו הבדל מובהק רק לגבי צוות בית הספר ($F(1,729)=15.64, p<.001$). הנכונות לפנות לצוות בית הספר גבוהה יותר בקרב תלמידים שפנו בעבר לעזרה (ממוצע=2.43, ס"ת=1.22) מאשר בקרב תלמידים שלא פנו בעבר (ממוצע=2.09, ס"ת=1.10). הפנייה לעזרה בעבר לא נמצאה קשורה להשתתפות בתכנית התערבות, כפי שהראה מבחן χ^2 ($\chi^2(1)=0.12, p>0.05$).

ניבוי הנכונות לפנות לעזרה על פי מאפיינים של התלמידים

במטרה לבחון את הקשר בין הנכונות לפנות לעזרה לבין מאפיינים אישיים של התלמידים, נערכו ארבעה ניתוחי רגרסיה מרובה. בכל ניתוח נבדק הניבוי של הנכונות לפנות לעזרה אל אחד מארבעת המקורות: הורים, חבר, צוות בית הספר ומקורות מקצועיים. המשתנים המנבאים בכל אחד מן הניתוחים היו: פנייה לעזרה בעבר, רווחה נפשית סובייקטיבית, מין, כיתה והשתתפות בתכנית התערבות. התוצאות שהתקבלו מוצגות בלוח 4.

לוח 4: ניתוחי רגרסיה מרובה לניבוי מידת הנכונות לפנות לעזרה (N=883)

המנבא	הורים		חבר		בית ספר		מקצועי	
	β	t	β	t	β	t	β	t
מין	.09	2.50**	-0.05	1.21	0.6	1.69	.11	3.02**
כיתה	-0.08	2.25*	-0.07	1.87	-0.06	1.52	-0.03	.82
רווחה נפשית	.22	5.88**	.003	.08	-0.07	-1.96*	.002	.06
תכנית התערבות	.13	3.20**	.11	2.73**	.15	3.82**	.08	2.21*
פנייה בעבר	.06	1.71	.08	1.97*	.12	3.07**	.04	1.12
R ²	.29**		.17*		.22**		15*	

למנבאים שנבחנו הייתה תרומה מובהקת, אם כי לא גבוהה בעצמתה, לניבוי כל אחד מארבעת סוגי מקורות העזרה: השתתפות התלמידים בתכנית התערבות למניעת השימוש בסמים ואלכוהול תרמה לניבוי כל אחד מארבעת המקורות. כיוון התרומה היה אחיד בכל המקורות – תלמידים שהשתתפו בתכנית גילו נכונות גבוהה יותר לפנות לעזרה מאשר תלמידים שלא השתתפו בתכנית; פנייה לעזרה בעבר תרמה במובהק לניבוי הנכונות לפנות לחבר ולמקורות בבית הספר, כך שתלמידים אשר פנו לעזרה אל מקור כלשהו בעבר גילו נכונות גבוהה יותר מאשר תלמידים שלא פנו בעבר; מין התלמיד תרם במובהק לניבוי הנכונות לפנות לעזרת הורים וגורמים מקצועיים – בנות גילו נכונות גבוהה יותר לפנות לעזרה מאשר בנים; קבוצת גיל (כיתה) תרמה במובהק לניבוי הנכונות לפנות לעזרת ההורים – תלמידים בכיתה ט גילו נכונות גבוהה יותר מאשר תלמידים בכיתה יא; רווחה נפשית סובייקטיבית תרמה במובהק לניבוי הנכונות לפנות להורים ולמקורות בבית הספר, אם כי כיוון הקשר אינו אחיד: תלמידים בעלי רמה נמוכה של רווחה נפשית גילו נכונות מועטה לפנות להורים ונכונות רבה לפנות למורים ויועצים, בהשוואה לתלמידים בעלי רמה גבוהה של רווחה נפשית סובייקטיבית.

דין

המחקר הנוכחי בחן עמדות כלפי חיפוש עזרה בנושא סמים ואלכוהול בקרב בני נוער ערבים בישראל, כפי שהן עולות משתי נקודות מבט: זו של תלמידים מתבגרים וזו של אנשי הצוות החינוכי – מורים ויועצים. עמדות בני הנוער נבחנו בזיקה למאפיינים אישיים ולמאפיינים סביבתיים.

המקורות המועדפים ביותר על ידי התלמידים ככתובות לסיוע בנושא סמים ואלכוהול הם הורים וחברים, בעוד המקורות המועדפים פחות הם מורים, מחנכים ויועצים חינוכיים. דפוס דומה של נכונות לפנות לעזרה בנושא סמים ואלכוהול נמצא בקרב התלמידים היהודים (גילת ועמיתים, 2011). ממצאים אלה עולים בקנה אחד עם תופעה כללית יותר, המתבטאת בהעדפתם של בני נוער במצוקה מקורות בלתי פורמליים על

פני מקורות פורמליים כמקורות סיוע (Bolderro & Fallon, 1995; Gilat et al., 2010); ומרחיבים את טווח ההכללה של תופעה זו גם למצוקות הקשורות בצריכת סמים ואלכוהול. העדפת הורים וחברים כמקורות סיוע קשורה ככל הנראה לתהליכים פסיכולוגיים-חברתיים חוצי תרבות. ניתן להסביר את העדפת האם כמקור עזרה בקרבה הרגשית הטבעית שמרגישים ילדים כלפי אמותיהם, אשר מקנה להם את הביטחון הדרוש לפנות לעזרה, התנהגות שעלולה להתפרש כעדות לחולשה או תלות. הסבר זה זוכה לתמיכה בממצאי המחקר הנוכחי, בכך שהנימוק השכיח ביותר להחלטה לפנות לעזרה הוא קרבה רגשית למקור העזרה. הנכונות הגבוהה לפנות לעזרת חבר יכולה להיות מוסברת באמצעות החשיבות של החברים בתקופת גיל ההתבגרות, אשר מובילה לחשיפה אישית ושיתוף בבעיות.

עם זאת, השוואה בין ממצאי המחקר הנוכחי לאלה של המחקר המקביל שנערך באוכלוסייה היהודית, מראים שחשיבותה של האם כמקור עזרה גבוהה יותר בקרב המתבגרים הערבים מאשר בקרב עמיתיהם היהודים. ניתן לפרש ממצא זה כעדות למרכזיותה של האם כמקור תמיכה רגשית בתוך המשפחה הערבית. ייתכן שהאם ממלאת תפקיד זה בזכות גישה מקבלת יותר ושיפוטית פחות מאשר האב, אשר מסייעת ליצירת קרבה רגשית בינה לבין הילדים. קרבה זו יוצרת תשתית מתאימה להיעזר באם בעת מצוקה. גם בתפקידו של החבר כמקור עזרה נמצא הבדל בין שתי האוכלוסיות, המתבטא בכך שחשיבותו נמוכה יותר אצל הערבים. במחקר על היהודים, החבר נמצא כמקור המועדף ביותר, וכמעט 70% הביעו נכונות גבוהה לפנות אליו, בעוד שאצל הערבים נמצא החבר במקום השני (אחרי האם), ורק כ-50% הביעו נכונות גבוהה לפנות אליו לעזרה. נוסף על כך, כאשר התבקשו התלמידים לבחור את המקור הנוח ביותר לפנייה לעזרה מבין כל המקורות, החבר נמצא במקום השני באוכלוסייה הערבית ובמקום הראשון באוכלוסייה היהודית. עדות נוספת למגבלה של העדפת החבר כמקור סיוע אצל התלמידים הערבים התקבלה בניתוח הנימוקים לפנייה לעזרה. אחד הנימוקים השכיחים ביותר שהוזכר על ידי התלמידים היה תחושה של הבנה על ידי החבר כתוצאה ממכנה משותף. גורם זה כמעט לא הופיע בנימוקים שנתנו התלמידים הערבים.

מקורות העזרה בבית הספר – מורים, מחנכים ויועצים – נמצאו בתחתית סולם העדיפויות של נכונות התלמידים לפנות לעזרה. אמנם הנכונות לפנות ליועצת החינוכית גבוהה בהרבה מאשר הנכונות לפנות למחנכים ולמורים, אבל בכל זאת, היא הייתה מוגבלת ל-30% מן התלמידים. ממצאים אלה מצביעים על חלל בזמינותם של מקורות עזרה מיומנים בנושא סמים ואלכוהול. הורים וחברים, אשר נתפסו כמקורות המועדפים, מוגבלים ביכולת להושיט סיוע יעיל, הן בגלל היעדר כישורים בתחום והן בשל מעורבות רגשית גבוהה מדי (בעיקר של ההורים). אחת הדרכים להתמודד עם קושי זה היא קידום הנכונות של התלמידים להיעזר ביועצת או באנשי מקצוע אחרים. דרך מעניינת להשיג מטרה זו היא גיוס התלמידים עצמם

כסוכנים המעודדים את חבריהם לפנות לעזרה מקצועית. דרך זו מדווחת במחקר שהראה את יעילותה של תכנית התערבות בית ספרית שהתמקדה בנושא של פניות לעזרה (Berridge, Hall, Dillon, Hides & Lubman, 2011). התלמידים שנחשפו לתכנית למדו על משמעות הפנייה לעזרה ועל מחסומים המעכבים פנייה לעזרה ורכשו מיומנות של הפניית חבר במצוקה למקורות מתאימים של סיוע. עדות נוספת ליעילותה של תכנית התערבות התקבלה במחקר שנערך לאחרונה בישראל על תכנית "אופ"י" למניעת שימוש בסמים ואלכוהול. נמצא כי רמת הנכונות לפנות ליועצת לעזרה בבעיות הקשורות לסמים ואלכוהול בקרב תלמידים יהודים וערבים אשר השתתפו בתכנית, הייתה גבוהה יותר מאשר בקרב תלמידים בקבוצת הביקורת, שלא השתתפו בה (שגיא, ראובני ועזר, 2010).

תפקידו של האינטרנט כמקור סיוע בנושא צריכת סמים ואלכוהול בא לידי ביטוי בבדיקת הפנייה לעזרה בפועל. הממצאים מראים שרוב התלמידים אשר פנו לעזרה עשו זאת בסביבה המקוונת, באמצעות חיפוש מידע, השתתפות בקבוצות מקוונות (פורומים) או שיחות אישיות עם גולשים אחרים. האטרקטיביות של הרשת לחיפוש עזרה יכולה להיות מוסברת באמצעות המאפיינים התקשורתיים שלה, ובמיוחד האפשרות להישאר אנונימיים והתקשורת באמצעות טקסטים כתובים. מאפיינים אלה מעניקים לגולשים ביטחון רגשי ומעודדים פתיחות וחשיפה אישית (Suler, 2004). למאפייני הרשת הללו יכולה להיות חשיבות מיוחדת, אם הנושא שבו זקוקים לעזרה כרוך בחששות מפני שיפוט וביקורת, כמו צריכת חמרים פסיכו-אקטיביים.

נקודת המבט של המורים והיועצים שונה משמעותית מזו שהתקבלה בתשובות התלמידים, והשוני נמצא בנוגע לכל מקורות הסיוע. נכונותם של התלמידים לפנות ליועצת החינוכית ולמורה הוערכה על ידי המורים והיועצים כגבוהה הרבה יותר מאשר על ידי התלמידים עצמם. פער זה יכול להיות מוסבר בכך שהיועצים מעריכים את מידת הנכונות לפנות אליהם על סמך המפגש עם התלמידים הפונים. לפיכך, הערכתם מושפעת מ"הטיית הזמינות", שלפיה שיפוט במצב של אי-ודאות מבוסס על זמינות התופעה המוערכת, שלא בהכרח מייצגת את השכיחות האמתית של קיום התופעה. כמו כן, התלמידים תפסו את החבר כאטרקטיבי פחות ממה שסברו אנשי הצוות. מתברר אם כך, שהצוות החינוכי מעריך את התמיכה החברתית והבית ספרית יותר משהיא מוערכת במציאות על ידי התלמידים. ייתכן שעקב הערכה זו, המורים והיועצים אינם נוקטים אמצעים פעילים מספיקים במטרה לזהות מצוקות אצל תלמידים ולהציע להם סיוע, שכן הם מאמינים כי אם אלו יזדקקו לסיוע, הם יחפשו אותו אצלם או אצל חבריהם.

ההבדלים בין שתי האוכלוסיות בנוגע להורים התבטאו בכך שהתלמידים ראו את ההורים (ובמיוחד את האם) כמקור העיקרי של הסיוע בנושא סמים ואלכוהול, בעוד המורים והיועצים סברו שנכונות התלמידים לפנות לעזרת ההורים היא הנמוכה ביותר.

הערכת המורים והיועצים נובעת ככל הנראה מכך שהם מייחסים להורים שילדיהם משתפים אותם בבעיה הקשורה לסמים ואלכוהול, תגובה שיפוטית ומענישה. סימוכין להסבר זה מתקבלים מניתוח הנימוקים של המורים והיועצים להימנעות התלמידים מפנייה לעזרה. מעניין לציין שגם במחקר שנערך באוכלוסייה היהודית (גילת ועמיתים, 2011) התקבל ממצא דומה, אשר הראה שמורים ויועצים מייחסים לתלמידים נכונות נמוכה לפנות להורים ונכונות גבוהה לפנות ליועצים. ייתכן שעמדה זו מבוססת על תפיסות סטראוטיפיות של הורים, וייתכן שהיא התגבשה דווקא בעקבות מפגשים עם הורי תלמידים שצרכו סמים או אלכוהול שבהם נחשפו היועצות לתגובות שיפוטיות של ההורים כלפי הילדים. הסברים נוספים לפער בין התלמידים לצוות בנוגע להורים יכול להתקבל במחקר אשר יביא לידי ביטוי את קולותיהם של ההורים, קולות החסרים במחקר הנוכחי.

עמדות התלמידים כלפי פנייה לעזרה נבחנו בזיקה לארבעה מאפיינים אישיים – מין, גיל, השתייכות דתית או אתנית ורווחה נפשית סובייקטיבית וכן בזיקה להשתתפות בתכנית מניעה לשימוש בסמים ואלכוהול. הנכונות לפנות לעזרה נמצאה קשורה לכל ארבעת המאפיינים האישיים, אם כי הקשרים אינם גורפים ונמצאו בחלק ממקורות העזרה בלבד. אשר למין, נמצאה נכונות גבוהה יותר של בנות לפנות לעזרת ההורים ולעזרה של מקורות מקצועיים. גם במחקר על תלמידים יהודים נמצאה נכונות גבוהה יותר של בנות מאשר בנים, אם כי ההבדל נמצא בקשר לפנייה לחברים. מעניין לציין, שבמחקר שבחן עמדות בני נוער ערבים בישראל בנוגע לפנייה לעזרה במצוקות רגשיות כלליות (Gilat et al., 2010), נמצא שבנות גילו נכונות נמוכה יותר מאשר בנים לפנות לעזרת חברים. ייתכן שבנות ערביות נפגשות עם חברות פחות מאשר בנים נפגשים עם חבריהם, וייתכן שלבנות חשוב להסתיר את הצורך בעזרה מפני חברותיהן, בעוד הן בוטחות יותר בהורים ובגורמים המקצועיים. אשר לגיל, נמצא שתלמידים בכיתה ט הביעו נכונות גבוהה יותר לפנות להורים מאשר תלמידים בכיתה יא, ממצא שניתן להסביר בכך שאצל מתבגרים צעירים הזיקה להורים חזקה יותר, והיא מתרופפת בהמשך גיל ההתבגרות. עם זאת, הנכונות לפנות לחבר לא נמצאה גבוהה יותר בקרב תלמידי יא כפי שניתן לצפות מהגברת הזיקה עם החברים בגיל ההתבגרות. ממצא זה מצטרף לממצאים אחרים המביעים נכונות מסויגת להיעזר בחברים במצוקות הקשורות בסמים ואלכוהול. אשר להשתייכות דתית או אתנית, היא כמעט אינה קשורה לנכונות לפנות לעזרה.

בדיקת הקשר בין רווחה נפשית סובייקטיבית לבין העמדות כלפי פנייה לעזרה העלתה תופעה דומה לזו שהתקבלה במחקר על תלמידים יהודים בנוגע להסתיעות בהורים (גילת ועמיתים, 2011). בשתי האוכלוסיות, תלמידים שדיווחו על רמה נמוכה של רווחה נפשית הביעו נכונות נמוכה יותר לפנות לעזרת ההורים מאשר תלמידים שדיווחו על רמה גבוהה של רווחה נפשית. ניתן להסביר תופעה זו באמצעות ההנחה שרווחה נפשית נמוכה מאפיינת משפחות שבהן הקשר בין המתבגר להוריו אינו תקין

ומלווה במתחים וקונפליקטים. כתוצאה מכך לא מתפתחים התנאים המתאימים לפנייה לעזרת ההורים. בשונה מהמחקר על המתבגרים היהודים, המחקר הנוכחי הראה שמתבגרים שדיווחו על רווחה נפשית נמוכה גילו נכונות גבוהה יותר לפנות לעזרה של מקורות בבית הספר מאשר עמיתיהם שדיווחו על רווחה נפשית גבוהה. סביר להניח שהרתיעה מפנייה לעזרת ההורים מותירה למתבגרים בעלי תחושת הרווחה הנמוכה חלל בזמינות מקורות העזרה, ומתברר שהצוות החינוכי נתפס בעיני המתבגרים הערבים כראוי למלא חלל זה, בעוד שאצל התלמידים היהודים האינטרנט ממלא חלק מהצורך בסיוע. ייתכן שהעמדה החיובית יותר של התלמידים הערבים כלפי הפנייה לצוות החינוכי, בהשוואה לתלמידים היהודים, מעידה על אמון רב יותר כלפי הצוות, והיא שמסבירה את הנכונות לפנות לעזרתם. עדות נוספת לחשיבותו של הצוות החינוכי התקבלה מבדיקת הקשר בין העמדות לבין ההתנהגות, אשר העלתה שהנכונות לפנות למורים וליועצים קשורה להתנהגות בפועל – פנייה לעזרה בעבר, בעוד שהנכונות לפנות למקורות עזרה אחרים אינה קשורה לפנייה בעבר.

השתתפות תלמידים בתכנית התערבות בבית הספר היא הגורם היחיד המנבא באופן מובהק את הנכונות לפנות לכל אחד מארבעת סוגי המקורות – הורים, חברים, גורמים בבית הספר וגורמים מקצועיים. ממצא זה מרמז על השפעתה הגורפת של התכנית בנוגע לעמדה כלפי פנייה לעזרה, שמוקרנת לכל המקורות העומדים לרשות התלמידים, ומוביל להמלצה בדבר הרחבת היישום של התכנית לכל בתי הספר. המחקר הנוכחי בחן את ההשפעה של עצם ההשתתפות בתכנית התערבות, אך לא התייחס לתכניות התערבות שונות המופעלות במערכת החינוך. עקב העדות המחקרית בדבר השפעת החשיפה לתכנית התערבות, מן הראוי להרחיב ולהעמיק את בחינתו של נושא זה ולהעריך את ההשפעות הייחודיות של תכניות שונות ואת תרומתם של מרכיבים בתכניות אלה להתמודדות תלמידים עם נושא הצריכה של חומרים פסיכו-אקטיביים.

העבודה הנוכחית התמקדה בבחינת עמדות כלפי פנייה לעזרה בנושא סמים ואלכוהול. על אף חשיבותן של עמדות כמנבאות התנהגות בפועל, יש צורך לבחון במחקר עתידי את ההתנהגות עצמה, על מנת להגיע לידע מלא יותר על חיפוש עזרה בנושא סמים ואלכוהול בקרב בני נוער ערבים בישראל. מחקר כזה יבחן את היקף הפנייה בפועל, העדפה של מקורות ואת הקשר בין הפנייה לבין מאפיינים אישיים ומאפיינים חברתיים וסביבתיים של בני הנוער.

ההשלכות התאורטיות של המחקר הנוכחי מתבטאות בהרחבת הידע על השפעת ההקשר התרבותי על חיפוש עזרה בקרב מתבגרים. מתוך השוואת מחקר זה למחקר המקביל שנערך על מתבגרים יהודים, ניתן ללמוד על מאפיינים חוצי תרבות, כגון העדפת המקורות הבלתי פורמליים, ומאפיינים תלויי תרבות, כגון תחושת הרווחה הנפשית. ההשלכות היישומיות נוגעות בעיקר למערכת החינוך ומצביעות על הצורך לעצב בקרב התלמידים תפיסה שונה של המורים והיועצים כמקור סיוע, אשר תתבסס על יצירת סביבה רגשית מקבלת ותומכת. לסביבה כזו יש חשיבות מכרעת בהקשר

של נושא רגיש כצריכת סמים ואלכוהול. כמו כן מן הראוי לשלב את הנושא של פנייה לעזרה בתכניות המניעה, תוך התייחסות לגורמים המקדמים פנייה למקורות פורמליים ובלתי פורמליים ולגורמים המעכבים פנייה כזו, כפי שעלו במחקר הנוכחי. במיוחד חשוב להדגיש את תפקידה של האם כמקור סיוע מתאים. כמו כן כדאי היה לשלב במרכזי למידה של הורים סדנאות שבהן תובא למודעותם החשיבות הייחודית שלהם, ובעיקר של האם, כמקור סיוע בעיני המתבגרים, ויינתנו להם כלים לסייע בהתמודדות עם צריכת חמרים פסיכו-אקטיביים.

מקורות

- בר-המבורגר, ר' (2001). שיעור השימוש בסמים בעשור האחרון 1990–2000 בקרב בני נוער בגיל 12–18: תמורות לאורך זמן. **סמים דגש, יוני**, 30–33.
- בר-המבורגר, ר' (2006). **השימוש בסמים פסיכואקטיביים במדינת ישראל: תמונת מצב החל מתחילת שנות התשעים ועד היום**. ירושלים: הרשות למלחמה בסמים. זמין באתר www.antidrugs.gov
- ברנע, צ' (1990). האפידמיולוגיה של שימוש לרעה בסמים ובאלכוהול בישראל: הסתום והידוע. **חברה ורווחה, י**, 319–341.
- ברנע, צ', רהב, ג' וטייכמן, מ' (1990). הסבר לשימוש בסמים ואלכוהול בקרב מתבגרים: מחקר אורך. **מגמות, לג**(1), 5–28.
- גילת, י' (1993). פניות מתבגרים לשירותי תמיכה טלפוניים – עמדות והתנהגות. **חברה ורווחה, יג**, 339–350.
- גילת, י', עזר ח' ושגיא, ר' (2011). חיפוש עזרה בקרב מתבגרים: עמדות כלפי פנייה אל מקורות מקוונים ומקורות מסורתיים. **מגמות, מז**(3–4), 616–640.
- גילת, י', שגיא, ר', ראובני, ת', עזר, ח' ובר-המבורגר, ר' (2011). חיפוש עזרה בנושא חומרים פסיכו-אקטיביים. בתוך ח' עזר, י' גילת ור' שגיא (עורכים), **"אני מרגיש לגמרי לבד בסיפור הזה" – התמודדות צעירים בישראל עם מצבי לחץ ומצוקה** (עמ' 111–134). תל אביב: מכון מופ"ת.
- דגני, א' (1992). **השימוש בסמים בתל אביב יפו: ניתוח כמותי ומרחבי חברתי במערכת החינוך ובקהילת המבוגרים**. תל אביב: הרשות העירונית למלחמה בסמים.
- הראל-פיש, י', קורן, ל', פוגל-גריןולד, ח', בן-דוד, י' ונוה, ש' (2006). **נוער בישראל: בריאות, רווחה נפשית וחברתית ודפוסי התנהגויות סיכון – סיכום ממצאי המחקר הארצי החמישי, ניתוח מגמות בין השנים 1994–226 והשוואה בינלאומית**. רמת גן: אוניברסיטת בר-אילן.
- ייס, ש', סאהו, ג', אבדין, ו' וינאי, י' (2000). מחקרים בתחום השימוש בחומרים פסיכו אקטיביים ואמצעי מניעה בשנות התשעים במגזר הערבי בישראל, בקרב הפלשתינאים ובירדן: סקירת ספרות. **חברה ורווחה, כ**(3), 317–338.
- עזאזיה, פ' ואבו-עסבה, ח' (2004). **השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים של תלמידים ונושאים בקרב האוכלוסייה הערבית והדרוזית במדינת ישראל**. דוח מחקר. הוגש לרשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול.

עזאיזה, פ', בר-המבורגר, ר' ומורן, מ' (2007). השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים בקרב מתבגרים מהאוכלוסייה הערבית בישראל אשר נשרו מלימודים. **מפגש לעבודה חינוכית-סוציאלית**, 26, 46–25.

עזאיזה, פ', בר-המבורגר, ר' ומורן, מ' (2007). השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים בקרב תלמידים ערבים בישראל: מחקר אפידמיולוגי. **חברה ורווחה**, כז, 377–401.

עזאיזה, פ', שהם, מ', בר-המבורגר, ר' ואבו-עסבה, ח' (2010). שימוש בסמים ובאלכוהול בקרב תלמידי החינוך הערבי העל-יסודי בישראל: דפוסיים ומגמות. **מגמות**, מז(2), 213–235.

רהב, ג', טייכמן, מ', גיל, ר', רוזנבלום, י' ובר-המבורגר, ר' (2002). **השימוש בסמים ובאלכוהול בקרב תושבי מדינת ישראל 2001: מחקר אפידמיולוגי V**. ירושלים: הרשות למלחמה בסמים.

שגיא, ר', ראובני, ת' ועזר, ח' (2010). **גורמים מקדמים ומעכבים את הפעלת קבוצת אופ"י בבתי הספר: "קוראים לזה אופ"י לא סתם, כי זה באמת מחייב אופ"י"**. דוח מחקר של רשות המחקר, ההערכה והפיתוח, מכללת לוינסקי לחינוך. הוגש לרשות הלאומית למלחמה בסמים ובאלכוהול.

Berridge, B. J., Hall, K., Dillon, P., Hides, L., & Lubman, D. I. (2011). MAKINGtheLINK: a school-based health promotion programme to increase help-seeking for cannabis and mental health issues among adolescents. *Early Intervention in Psychiatry*, 5, 81–88.

Boldero, J., & Fallon, B. (1995). Adolescent help-seeking: What do they get help for and from whom? *Journal of Adolescence*, 18, 193–209.

Copeland, E. P., & Hess, R. S. (1995). Differences in young adolescents' coping strategies based on ethnicity and gender. *Journal of early adolescence*, 15, 203–215.

Dumont, M., & Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-Esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 343–363.

Garland, A. F., & Zigler, E. F. (1994). Psychological correlates of help seeking attitudes among children and adolescents. *American Journal of Orthopsychiatry*, 64, 586–593.

Gilat, I., Ezer, H., & Sagee, R. (2010). Help-seeking attitudes among Arab and Jewish adolescents in Israel. *British Journal of Guidance and Counselling*, 38(2), 205–218.

Grinstein-Weiss, M., Fishman, G., & Eisikovits, Z. (2005). Gender and ethnic differences in formal and informal help seeking among Israeli adolescents. *Journal of Adolescence*, 28, 765–779.

Howard, M. S., & Medway, F. J. (2004). Adolescents' attachment and coping with stress. *Psychology in the School*, 41, 391–402.

Huebner, E. S. (1991). Initial development of the Students' Life Satisfaction Scale. *School Psychology International*, 12, 231–243.

- King, R., Bambling, M., Lloyd, C., Gomurra, R., Smith, S., Reid, W., et al. (2006). Online counseling: The motives and experiences of young people who choose the Internet instead of face to face or telephone counseling. *Counselling and Psychotherapy Research*, 6(3), 169–174.
- Nadler, A. (1992). Help seeking behavior: Psychological costs and instrumental benefits. In M. S. Clark (Ed.), *Review of personality and social psychology* (pp. 290–311). Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Offer, D., Howard, H. I., Schonert, K. A., & Ostrov, E. (1991). To whom do adolescents turn to help: Differences between disturbed and non-disturbed adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 30, 623–630.
- Sherer, M. (2007). Advice and help-seeking intentions among youth in Israel: Ethnic and gender differences. *Journal of Sociology & Social Welfare*, 3, 53–76.
- Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *Cyber Psychology & Behavior*, 7, 321–326.
- Tishby, M., Turel, M., Gumpel, O., Pinus, U., Ben Lavy, S., Winokour, M., et al. (2001). Help-seeking attitudes among Israeli Adolescents. *Adolescence*, 36, 249–264.