

אוניברסיטת בר-אילן

תפקיד תמיכת המורה ואיכות היחסים עם ההורים בקשר
להתנהגויות של פגיעה עצמית לא-אובדנית בקרב בני נוער

שיר אסתר גולדנברג

עבודה זו מוגשת כחלק מהדרישות לשם קבלת תואר מוסמך במחלקה
ללימודי ייעוץ חינוכי של אוניברסיטת בר-אילן ע"ש מרטין (זוס)

תקציר

אנשי חינוך ויועצים ערים בשנים האחרונות לתופעה הולכת וגוברת של פגיעה עצמית לא אובדנית בקרב צעירים. תופעה זו, המכונה Non-suicidal self-injury או בקיצור-NSSI, מוגדרת כגרימת נזק מכוון לרקמות הגוף, ללא כוונה לגרימת מוות ושאינה חלק מאקט תרבותי (American Psychiatric Association, 2013; Nock, 2010). פגיעה מסוג זה מופיעה בקרב כ-17% מהאוכלוסייה החל מגילאי 12-14 ועד לשנות העשרים המוקדמות (Swannell, Martin, Page, 2014; Hasking & St John, 2014). על אף שהתנהגות זו מופיעה באופן דומה בתרבויות שונות, שכוחות התופעה בישראל גבוהה יחסית למדינות אירופאיות אחרות (Brunner et al., 2014).

פגיעה עצמית לא אובדנית מופיעה תחילה כמפגע ראשוני ובהמשך עלולה להוביל לפגיעה חמורה יותר, לצלקות במובן הפיזי והרגשי, להתמכרות (Nixon, Cloutier & Aggarwal, 2002; Nock & Prinstein, 2004) ומהווה מדד סיכון למחשבות אובדניות ולאובדנות בפועל (Chu et al., 2016; Liu, 2016; Hamza, Stewart & Willoughby, 2012; 2018). מחקרים העוסקים בתופעת הפגיעה העצמית הלא אובדנית מתרכזים בעיקר בשני סוגי מאפיינים: מאפיינים תוך-אישיים כגון דיכאון וייסות רגשי (Kleiman, Ammerman, Look, Berman & McCloskey, 2014; You & Leung, 2012) ובמאפייני רקע קודמים כגון מצבי מצוקה, התעללות והפרעות אכילה (Gonçalves et al., 2016; Muehlenkamp, Peat, Claes & Smits, 2012; Tatnell, Hasking, Newman, Taffe & Martin, 2016). אולם, מחקרים מעטים עוסקים בתרומתם הייחודית של הגורמים הבין אישיים (Jiang, You, Zheng & Lin, 2017; Nock, 2008) ובפרט אלו המתרחשים בתוך מערכות החינוך.

זאת ועוד, על אף שמרבית היועצים החינוכיים מדווחים על מקרה אחד בשנה לפחות של פגיעה עצמית לא אובדנית בקרב תלמידיהם (Duggan, Heath, Toste & Ross, 2011), אנשי חינוך מדווחים על תחושת חוסר בטחון ביכולתם לתת מענה ולבצע התערבות כל שהיא במקרים אלו (Heath, Toste, Sornberger & Wagner, 2011; Roberts-Dobie & Donatelle, 2007). בהתאם לזאת, המחקר הנוכחי נענה הן לקריאה העולה מהשדה המחקרי והן מהשטח החינוכי.

פגיעה עצמית לא אובדנית משמשת לא אחת כמנגנון בלתי אדפטיבי להתמודדות עם בעיה אחרת (Zetterqvist, 2018). המאפיין החוזר הוא תחושת מצוקה רגשית קשה אשר נדמה כי אין לה מענה או פתרון אחר נראה לעין (Richmond, Hasking & Meaney, 2017). בהתאם לזאת נמצא, כי לאיכות היחסים של המתבגר עם סביבתו הקרובה ובראשם ההורים, תרומה מכרעת ליכולתו לאמץ דרכי התמודדות אדפטיביות במצבי לחץ ומשבר (Yurkowski et al., 2015). לעיתים קרובות

הסביבה מהווה גורם חוסן ליציאה מהמקום הפוגעני (Ben-Arieh, Casas & Korbin, 2014; Zolkoski & Bullock, 2012) או לחלופין עלולה לגרום לחיזוק הפגיעה ושימורה (Cerutti, Zuffianò & Spensieri, 2018).

אי לכך, מחקר זה בא לשפוך אור על תרומתם הייחודית של ההורים והמורים בקשר להתנהגויות של פגיעה עצמית לא אובדנית בקרב ילדיהם. מדד תמיכת המורה בצרכים הפסיכולוגיים של התלמיד נבחן לראשונה בהקשר של פגיעה עצמית לא אובדנית, בהתבסס על תיאוריית הכוונה העצמית (Self-Determination Theory, Deci & Ryan, 2000) השמה דגש על תמיכה בשלושה צרכים בסיסיים- אוטונומיה, מסוגלות ושייכות, כבעלי השפעה חיובית על מכלול היבטים ברווחתו הנפשית של התלמיד (Madjar, Nave & Hen, 2013).

בהתאם לזאת, השערות המחקר הן: (א) מדד איכות היחסים עם ההורים ימצא קשור באופן שלילי לפגיעה עצמית לא אובדנית בקרב ילדיהם. (ב) תמיכת המורה בצרכים הפסיכולוגיים של התלמיד תמצא קשורה גם היא באופן שלילי לפגיעה עצמית לא אובדנית ולבסוף (ג) תמצא אינטראקציה בין איכות היחסים עם ההורים ותמיכת המורים בצרכים הפסיכולוגיים של התלמיד בקשר לפגיעה עצמית לא אובדנית, כך שתמיכת המורים בצרכים תמצא כמשתנה ממתן. כלומר, ככל שהמורה יותר יתמוך בצרכים, כך הקשר בין איכות היחסים עם ההורים להתנהגויות של פגיעה עצמית יהיה חלש יותר.

במחקר הנוכחי השתתפו 594 בני נוער, תלמידי כיתות ט'- י"ב (54.4% בנים, ממוצע הגיל הינו $M=14.96$ שנים וסטטיית התקן הינה $SD=1.33$), 27 כיתות שונות, בחמישה בתי ספר ברחבי הארץ. כל בתי הספר שייכים לחינוך הציבורי ונבחרו באמצעות מדגם נוחות. בתי הספר נמצאים במגוון מקומות בארץ, שניים מתוכם במרחבים עירוניים, שניים נוספים מאזורי פריפריה ואחד מאזור התיישבותי. כל בתי הספר הינם אזוריים, הכוללים תלמידים מאזור גיאוגרפי רחב ומאוכלסים על ידי משפחות בעלות רקע סוציו אקונומי מגוון.

לצורך המחקר האמפירי נעשה שימוש בשלושה שאלונים תקפים ומהימנים, שאלון התנהגות פגיעה עצמית לא-אובדנית (Gratz, 2001), שאלון איכות היחסים עם ההורים (Pedersen, 2011; Katz et al., 2009; Patrick, Kaplan & Ryan, 2011) ושאלון תמיכת המורים בצרכים הפסיכולוגיים של התלמיד (Katz, Kaplan & Guetta, 2009). לבדיקת השערות המחקר בוצע ניתוח גורמים מאשש וניתוח של חמש רגרסיות לוגיסטיות בינאריות עבור כל אחד מסוגי הפגיעות

העצמיות (חיתוך עצמי, שריטה, הכנסת חפצים חדשים לעור, שריפה וחבטה) וכן עבור מדד פגיעה עצמית לא אובדנית הכולל את כל הסוגים כמשתנה מאוחד.

ממצאי המחקר מצביעים על 20.6% תלמידים המדווחים על פגיעה עצמית לא אובדנית, אשר מתוכם 12.4% דיווחו על סוג אחד מתוך חמש הפגיעות, 5.2% דיווחו על היסטוריה של שני סוגי פגיעות, 2.6% דיווחו על שלושה סוגי פגיעות ו-0.4% דיווחו על ארבעה סוגי פגיעות. נמצאו 7.7% דיווחו על חיתוך עצמי, 10.3% דיווחו על שריטה עצמית, 4.8% הכנסת חפצים חדשים לעור, 5.5% שריפה עצמית ו-5.5% חבטה עצמית. כמו כן נמצא קשר שלילי בין איכות היחסים עם ההורים לבין פגיעה עצמית לא אובדנית, כאשר איכות היחסים עם האם נמצאה קשורה יותר לפגיעה עצמית לא אובדנית בקרב ילדיה מאשר איכות היחסים עם האב, תמיכת המורה בצרכים הפסיכולוגיים של התלמיד נמצאה גם היא קשורה באופן שלילי לפגיעה עצמית לא אובדנית בקרב תלמידיו וכן נמצאה אינטראקציה בין איכות היחסים עם ההורים ותמיכת המורים בצרכים לבין פגיעה עצמית לא אובדנית במקרה של חבטה עצמית בלבד.

ממצאי המחקר שופכים אור על תרומתם הייחודית של איכות היחסים עם ההורים כמו גם תמיכת המורים בצרכים הפסיכולוגיים של התלמיד כמפחיתים את הפגיעה העצמית הלא אובדנית בקרב תלמידים במדגם. לכל אחד מהמשתנים נמצאה תרומה בפני עצמה, כך ששיפור במדדים אלו יכול לסייע בהתמודדות עם תופעת הפגיעה העצמית. עם זאת, תוצאות האינטראקציה מלמדות כי בעוד שכל אחד מהגורמים הסביבתיים שנבדקו מפחית את אחוזי הפגיעה העצמית כשהוא במגמת שיפור, לא ניתן לפצות באופן משמעותי על העדר אחד מהגורמים על ידי משנהו, למעט במקרים של חבטה עצמית.

השלכות המחקר הנוכחי לשדה המחקרי והחינוכי הינן מרתקות, ביניהן הבנת גורמי החוסן בהורות ובמדיניות החינוכית של מורים אשר ביכולתם למנוע ולסייע במקרים של פגיעה עצמית לא אובדנית. שיפור באיכות היחסים עם ההורים, כמו גם שיפור בתחושת האוטונומיה, המסוגלות והשייכות על ידי המורים, קשורים בהתנהגויות של פגיעה עצמית לא אובדנית. הדיון במחקר שם דגש על דו הכיווניות שבמצאים לצורך הרחבת ההבנה של מנגנון הפגיעה העצמית בקרב בני נוער.

על אף נחיצותו וחיידושו של המחקר, הוא כולל מספר מגבלות אשר פותחות פתח למחקרי המשך. ראשית ניתן להרחיב את המחקר הנוכחי ליותר מנקודת זמן אחת ובכך לבדוק גם סיבתיות בין המשתנים. שנית, ניתן להרחיב את המדגם ולהשתמש במדגם אקראי לצורך הסקת מסקנות

רחבה יותר. שלישית, ניתן להיעזר במשתנים ומדדי רקע נוספים כגון מצב סוציו אקונומי, על מנת לקבל מענה לשאלות נוספות.

לסיום, ממצאי המחקר מהווים חיזוק לידע התיאורטי הקיים בנושא הפגיעה העצמית, יחד עם חידוש המרחיב את תיאוריית הכוונה העצמית לשדה זה. אנשי חינוך ויועצים יכולים לעשות שימוש בממצאי המחקר לצורך הבנת תופעת הפגיעה העצמית וכן לתיעול מנגנוני החוסן על ידי הגברת שיתופי הפעולה בין בית הספר להורים, שיפור בתמיכה בפועל של מורים בצרכים הפסיכולוגיים הבסיסיים של תלמידיהם, והקניית מיומנויות הן לתלמידים והן להורים לשיפור איכות היחסים המשמעותית ביניהם. בספר האבחונים DSM-5 תופעת הפגיעה העצמית הלא אובדנית נחשבת ל"הפרעה חדשה אשר יש צורך במחקר נוסף שלה". המחקר הנוכחי נענה לקריאה זו יחד עם צרכי השטח ואף זכה לפרסום בכתב העת "European psychiatry" יחד עם ממצאיהם של חברי קבוצת המחקר בהנחיית ד"ר ניר מדג'ר.