

אוניברסיטת בר - אילן

**השפעת התערבות אמונית על העצמת משאבי דת ורוחניות, ועל  
פיתוח הנחישות והמסוגלות העצמית בקרב מתבגרות עם תסמונת  
דאון במגזר החרדי**

**לאה מקובצקי**

עבודה זו מוגשת כחלק מהדרישות לשם קבלת תואר מוסמך בבית-הספר

לחינוך של אוניברסיטת בר-אילן

## תקציר

מחקרים קודמים טענו כי דת ורוחניות, מהווים משאב חשוב לפיתוח חוסן להתמודדות אל מול בעיות חיים, משברים ואירועים קשים באוכלוסייה הכללית (Caldwell & Senter, 2013; Tarakeshwar & Pargament, 2001; Yoon & Lee, 2006). מטרתו העיקרית של המחקר הנוכחי היתה לבדוק את יעילות השפעת התערבות אמונית על העצמת משאבי דת ורוחניות, על פיתוח הנחישות והמסוגלות העצמית בקרב מתבגרות עם תסמונת דאון במגזר החרדי.

תוכנית זו מבוססת על תוכניות לימוד של הכנה לחיים, שנשענות על הרעיון הבסיסי כי איכות חייו של כל אדם, היא תוצר של מידת ההתאמה בין צורכי היחיד ובין התנאים הסביבתיים שלו - מערכת האמונות, הדעות, הציפיות ותפיסת העולם של היחיד. אבני הדרך הפסיכולוגיות המשמעותיות של תוכניות אלו נוגעות להעצמה של מרכיבי הנחישות העצמית והמסוגלות העצמית, ובפרט להגברת אסטרטגיות ההתמודדות של משתתפי התוכנית בכדי להעצים את המשאבים שלהם להתמודד אל מול משברים בחייהם. התוכנית האמונית שנמצאת במוקד העבודה הנוכחית מתבססת על **פרקי אבות**, ועוסקת בענייני מוסר על פי התורה, כבסיס לפיתוח נחישות עצמית ומסוגלות עצמית והעצמת הקשר לדת ולרוחניות. **מסכת אבות** מהווה מקור וכלי בהוראת החינוך החברתי במסגרות החינוך החרדי, בכיתה הרגילה והמקדמת. ההתערבות נערכה על פי מודל מעגל ההפנמה, שהינה כאמור, שיטה דידקטית ייחודית מותאמת לאוכלוסיית המחקר (יבזורי, 2010; שביט, 2007).

המחקר נערך בשלושה שלבים: בשלב הפרה טסט (Pre-training test) לפני תחילת ההתערבות הועברו שאלונים לבדיקת עוצמת משאבי הדת, מידת הנחישות העצמית וכן המסוגלות העצמית בקרב התלמידות עם ת.ד. ( $N = 43$ ). בשלב האימון – חלק מהנבדקות ( $N = 26$ ), השתתפו בקבוצת הניסוי שבה הופעלה תכנית התערבות בת 10 מפגשים לפיתוח נחישות עצמית, לפי מודל מעגל ההפנמה עם תכנים אמוניים מתוך מסכת אבות. בקבוצת הביקורת השתתפו 17 מהנבדקות. בתכנית ההתערבות בקבוצת הביקורת הופעלה תכנית בת 10 מפגשים לפיתוח נחישות עצמית, לפי מודל מעגל ההפנמה ללא תכנים אמוניים. בשלב הפוסט טסט (Post training test), לאחר התערבות, הועברו שאלונים לבדיקת עוצמת משאבי הדת והרוחניות, מידת הנחישות העצמית והמסוגלות העצמית, בקבוצת הניסוי והביקורת ונערכה השוואה בין רמת יכולות אלו טרם ההתערבות לרמתם לאחר ההתערבות.

בדיקת הבדלים בין קבוצת הביקורת לקבוצת הניסוי בששת מדדי המחקר לפני ולאחר ההתערבות, העלתה כי לאחר ההתערבות, בקבוצת הניסוי עלתה עוצמת המשאבים הדתיים והרוחניים. מידת הנחישות העצמית נבדקה באמצעות המדדים: מידת הטונומיה, מידת יכולת התמודדות אישית, יכולת הגדרת מטרות וביצוע משימות, מידת העצמה פסיכולוגית. מידת האוטונומיה, יכולת הגדרת מטרות וביצוע משימות עלו באופן מובהק לעומת קבוצת הביקורת בה לא נמצאו הבדלים מובהקים לאחר ההתערבות במדדים אלו. רק במדד ההעצמה הפסיכולוגית, למרות שבקרב שתי הקבוצות עלתה מידת ההעצמה הפסיכולוגית, כלומר היתה תחושה של עוצמה פסיכולוגית גבוהה יותר לאחר ההתערבות, לא נמצא אפקט מובהק להתערבות. במדד תחושת המסוגלות העצמית היתה עליה מובהקת בקרב קבוצת הניסוי.

בדיקת הבדלים בין הקבוצות בששת מרכיבי האוטונומיה לפני ההתערבות העלתה כי טיב היחסים עם בית הספר גבוה יותר בקרב קבוצת הביקורת בהשוואה לקבוצת הניסוי. ברכיבים יכולת טיפול עצמי, מידת העצמאות ביחסים עם הסביבה, מידת העיסוק בשעות הפנאי, טיב היחסים עם הקהילה ויכולת ההבעה האישית. לא נמצאו הבדלים בין הקבוצות במדדי האוטונומיה לפני ההתערבות.

בדיקת הבדלים בין הקבוצות בששת מרכיבי האוטונומיה לפני ולאחר ההתערבות העלתה כי המדד הראשון יכולת טיפול עצמי, עלה במובהק בקרב קבוצת הניסוי לאחר ההתערבות. לא קיימים הבדלים מובהקים סטטיסטית בין שני זמני המדידה השונים ביכולת הטיפול העצמי בקרב קבוצת הביקורת. במדד השני, מידת העיסוק בשעות הפנאי: לא נמצאו הבדלים במידת העיסוק בשעות הפנאי בקרב שתי קבוצות המחקר. גם במדד השלישי, טיב היחסים עם הקהילה לא נמצאו הבדלים בקרב שתי קבוצות המחקר. המדד הרביעי, טיב היחסים עם בית הספר נמצא גבוה במובהק בקרב קבוצת הניסוי בהשוואה לממוצע טיב היחסים עם בית הספר בקרב קבוצת הביקורת, זאת על אף שלפני ההתערבות טיב היחסים עם בית הספר היה גבוה יותר דווקא בקרב הנבדקים מקבוצת הביקורת בהשוואה לקבוצת הניסוי. בהמשך לכך, נמצא כי בעקבות ההתערבות קבוצת הניסוי הראתה גם עלייה במדד החמישי, מידת העצמאות ביחסים עם הסביבה ובמדד השישי, בהבעה אישית. הבדלים אלו לא נמצאו בקבוצת הביקורת.

בדיקת הקשר שבין מידת השיפור כתוצאה מההתערבות במדדי הנחישות העצמית והמסוגלות העצמית לבין מידת השיפור בעוצמת הדת והרוחניות, נמצאו קשרים חיוביים בין עוצמת הדת

והרוחניות לבין מידת האוטונומיה, יכולת התמודדות אישית, מידת ההעצמה הפסיכולוגית ומידת המסוגלות העצמית רק בקרב קבוצת הניסוי ולא בקרב קבוצת הביקורת. פירוש הדבר שרק בקרב קבוצת ההתערבות, שבה הושם דגש רב על עוצמת הרוחניות והדתיות, אכן חלה עלייה במרבית המדדים התלויים שהוגדרו.

לסיכום, ממצאי המחקר הנוכחי מציעים כי ההתערבות האמונית לבנות עם תסמונת דאון, מעצימה את המשאבים הרוחניים והדתיים של המשתתפות ומציעה בכך הרחבת ההקשר הרגשי, הקוגניטיבי והחברתי בהקשר של התמודדות מול קשיים ומשברים בחייהן. בנוסף לכך, תוכנית ההתערבות מגבירה את תחושת הנחישות העצמית, ותחושת ההעצמה בעיקר באמצעות הקניית כלים להתמודדות מהעולם הדתי-רוחני וערכים של אמונה בהקב"ה. ממצאים אלו מעודדים מאוד משום שהם מסמנים את התכנים האמוניים כבעלי יכולת השפעה חינוכית-רגשית על התלמיד וכאלו שמקדמים שינויים חיוביים בקרב אוכלוסייה עם מוגבלות שכלית.