

תגובות פוסט-טראומטיות והתמודדות בקרב תלמידות תיכון בעקבות הטבח בנהריים¹

דימה לייקין ומולי להד, מרכז משאבים, מרץ 2011

ב- 13 במרס 1997 ירה חייל ירדני לעבר קבוצת תלמידות בעת שביקרו ב"אי השלום" בנהריים, הנמצא בריבונות ירדנית. מהירי נהרגו שבע תלמידות, ונפצעו ארבע תלמידות ומורה. היורה, חטף את רובה ה M-16-מחייל אחר. לאחר שניות של הלם, החלו התלמידות לתפוס מחסה. היורה לא ויתר, ירד מהמגדל, הסתער ביריות לעבר הילדות המפוחדות וירה בהן מטווח אפס. בעקבות הפיגוע הקשה הגיע בשעתו המלך חוסיין לביקור אצל המשפחות האבלות בבית שמש (Ynet, 2004)

בחודשים שחלפו מרגע האסון, כחלק מההתערבות הפסיכולוגית בבית הספר, צוות הייעוץ ביקש לבדוק את התגובות לאירוע וכן את דרכי ההתמודדות של התלמידות על מנת לבדוק את יעילות הסיוע שניתן.

השאלונים הועברו כחודשיים לאחר פיגוע הירי (מאי, 1997) בקרב 75 תלמידות כיתה ח' ($M = 14.12$, $SD = 0.36$). להלן הממצאים העיקריים מעיבוד המידע:

- 48% מהבנות ($n = 36$) השתתפו בטיול. מתוך הבנות שהשתתפו, כ- 53% העידו כי היו עדות ראייה לאירוע הפיגוע.
- כ- 89% מכלל הבנות העידו כי הכירות את התלמידות שנהרגו או נפצעו באסון במידה קרובה או קרובה מאוד.
- 73% מהבנות דיווחו כי במידה רבה מאוד מרגישות שרק במקרה או בדרך נס לא נפגעו בעצמן. רק 4.3% העידו כי הן חשות כך במידה מועטת. קשר חיובי מובהק אך חלש נמצא בין מידת ההיכרות עם הקורבנות לבין התחושה שרק במקרה או בדרך נס התלמידות לא נפגעו בעצמן, $r(69) = .28$, $p < .05$.
- רק 8.0% דיווחו כי במידה רבה מאוד חיהן חזרו להיות בדומה מלפני האסון, 41.3% דיווחו כי חיהן חזרו להיות כמעט כמו מלפני האסון, 42.7% דיווחו כי חיהן לא כל כך חזרו להיות כמו מלפני האסון ורק 8% דיווחו כי חיהן כלל לא חזרו להיות כמו מלפני האסון.

תגובות לאחר האירוע

התלמידות התבקשו לציין ולתאר תופעות בלתי רגילות שהתרחשו אצלן בעקבות האסון. מתשובות התלמידות עלה כי:

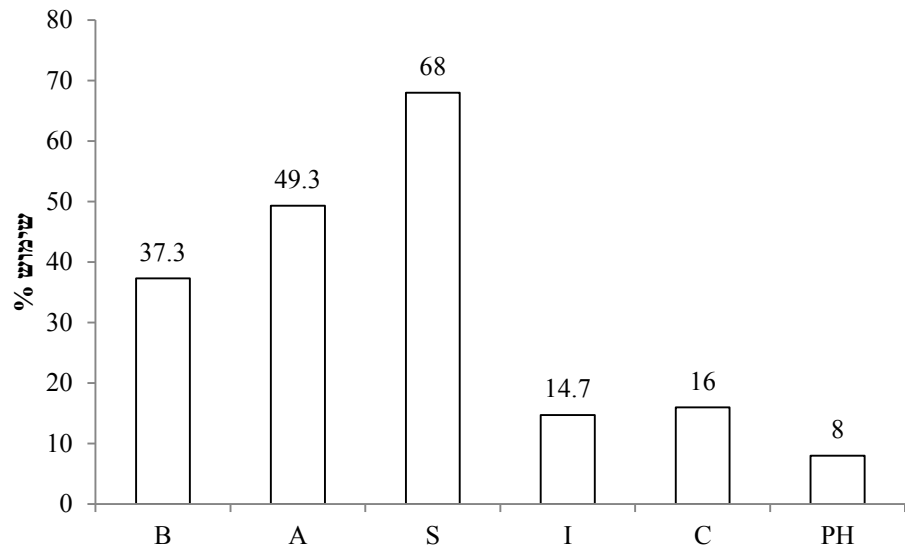
- 36% דיווחו על קשיי שינה והירדמות

¹ הנתונים המפורסמים לעיל נמצאו בארכיוני מרכז משאבים במהלך המעבר למשכן החדש. ב- 1997 מרכז משאבים היה מעורב בהתערבות הפסיכוסוציאלית המיידית ואחריה עם המורים, התלמידים והנהלת בית הספר. החלטנו לפרסם את הממצאים של ההתערבויות כשירות לקהילה המקצועית ולציבור הרחב.
[עמותת משאבים חברה בקואליציה הישראלית לטראומה]

- 32% דיווחו על סיוטים וחלומות מפחידים
 - כ- 21% דיווחו על פחדים כלליים אשר ליוו אותן בתקופה זו
 - כ- 15% דיווחו על מחשבות חודרניות ודמיונות של האירוע
 - כ- 11% דיווחו על בכי מתמשך
 - כ- 11% דיווחו על קושי לעכל את המקרה ואת האובדן
 - כ- 10% דיווחו על קשיים בתפקוד
 - כ- 9% דיווחו על התנהגות המנעותית כגון רצון להתבודד
 - כ- 9% דיווחו על פחד להישאר לבד
 - כ- 8% דיווחו על מכאובים ובעיות גופניות
 - תגובות אחרות כללו בעיות ריכוז, כעס, עצבנות, היעדר תאבון, חוסר עניין וחשק בחיים, אשמה ועצב.
- התלמידות נדרשו לציין את עוצמת התגובות בסולם של 4 דרגות (1- בכלל לא, 2- במידה מועטה, 3- במידה די רבה, 4 - במידה רבה מאוד). מבין 50 התלמידות אשר דרגו שאלה זו, 81% דיווחו את התחושות במידה די רבה או רבה מאוד, 20% דיווחו את עוצמת התגובות במידה מועטת.
- כ- 61% מהתלמידות דיווחו בסך הכול על 2 או פחות תגובות או תופעות בלתי רגילות שהתרחשו אצלן בעקבות האסון, כ- 17% דיווחו על 3, ו- 10% דיווחו על 4 או יותר תגובות.

התמודדות

על מנת להעריך את דרכי ההתמודדות של התלמידות וכן להבין כיצד מעריכות התלמידות את אופן התמודדותן עם הקשיים בעקבות האסון התבקשו התלמידות לענות על השאלה הפתוחה "מה עזר לך להתמודד עם התחושות והמחשבות בעקבות אסון נהריים", וכן לדרג את ההתמודדות שלהן על סולם של 4 דרגות (1- התמודדות בכלל לא מוצלחת, ל-4 התמודדות מוצלחת מאוד). התשובות בשאלה הפתוחה קודדו בהתאם למודל החוסן הרב מימדי (להד, 1993) על ידי 2 מדרגים.



תרשים 1: דרכי ההתמודדות העיקריות של התלמידות בעקבות האסון (% לא מסתכמים ב 100)

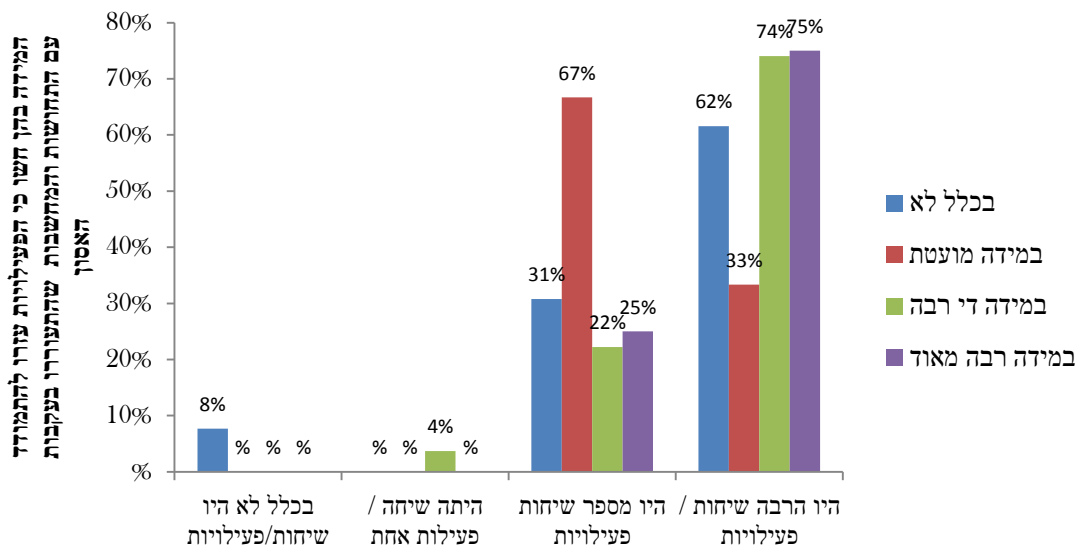
בהתאם לתרשים לעיל, ניתן להבחין כי ערוץ ההתמודדות הדומיננטי בקרב התלמידות היה הערוץ החברתי (כ- 68%). התלמידות דיווחו כי שהייה עם חברותיהן, בני משפחותיהם, קרוביהם, צוות המורות, הצוותים החינוכיים והנוכחות של אנשים אחרים בקרבן סייעו להן להתמודד. גיוס הערוץ החברתי נמצא בקורלאציה חיובית מובהקת (אך חלשה) עם הערכת היעילות של הפעילויות בסיוע בהתמודדות עם התחושות והמחשבות שהתעוררו בעקבות האסון, $r(74) = .26, p < .05$.

הערוץ השני הדומיננטי היה הערוץ הרגשי (כ- 49%). במקרים רבים ערוץ זה הופיע לצד הערוץ החברתי, בכך שהתלמידות דיווחו כי יחד עם שהייה בקרבת אחרים היה מקום גדול יותר לביטויי כאב ומצוקה. אולם לעיתים הבנות דיווחו על פריקת רגשותיהם בבכי או בדיבור, וכן על תחושת ההקלה לאחר פעילות זו. הערוץ הדומיננטי השלישי היה ערוץ מערכת האמונות (37.3%). הבנות דיווחו כי שיחות עם הרב, קריאת פרקי תהילים והאמונה כי חברותיהן אשר נהרגו נמצאות במקום בטוח עזרו להם להתמודד. עדות לצמיחה פוסט-טראומטית (Posttraumatic Growth; Tedeschi & Calhoun, 1996) נמצאה במקרה בודד בו דווח על שינויים חיוביים כתוצאה מהאירוע. בדיווח זה נטען כי מאז האירוע התלמידה הייתה אכפתית ועוזרת לסביבה, וכן התחילה יותר להעריך את החיים. הערוצים הפחות דומיננטיים שנמצאו בשימוש בקרב הבנות היו ערוצי השכל, הדמיון והגוף. הסבר הגיוני לכך נעוץ באפשרות כי חלק מהערוצים אלו באים פחות לידי ביטוי בקרב אוכלוסייה זו בכלל ובקרב בנות בפרט. למשל, בסקר עדכני (לייקין, 2010) נמצא קשר שלילי בין שימוש בערוץ הגופני (PH) לבין מידת דתיות, ומצד שני, בנות לעומת בנים השתמשו באופן מובהק במידה פחות דומיננטית בערוץ השכלי (C). בנוסף, בקרב כלל האוכלוסייה, מבין כל ששת הערוצים, שימוש דומיננטי בערוץ הדמיון מדווח הכי בתדירות הנמוכה ביותר. שימוש בערוץ הדמיון נמצא בקורלאציה חיובית ומובהקת עם הערכת עוצמת התגובות והתופעות הבלתי רגילות שהתרחשו בעקבות האסון, $r(50) = .50, p < .01$.

כ- 67% מהתלמידות (לעומת 33%) ציינו כי התמודדותן הייתה די מוצלחת או מוצלחת מאוד. הערכת מוצלחת יותר של התמודדות עצמית עם הקשיים לאחר האסון, נמצאה במתאם חיובי חלש אך מובהק עם גיוס הערוץ החברתי, $r(74) = .28, p < .05$, במתאם חיובי עם המידה בה התלמידות העריכו כי חייהן חזרו להיות כמו לפני האסון, $r(75) = .30, p < .01$, ובמתאם חיובי עם הערכת מספר השיחות/פעילויות שנערכו בכיתה, $r(73) = .41, p < .001$.

הערכת ההתערבות בכיתות לאחר האסון

התלמידות התבקשו להתייחס למספר הפעילויות/שיחות מיוחדות שנערכו בעקבות האסון והתבקשו לציין האם הפעילויות עזרו להתמודד עם התחושות והמחשבות שהתעוררו בעקבות האסון.



כלומר, ככל שהתלמידות דיווחו על יותר פעילויות כך הערכת מידת הסיוע של פעילויות אלו הייתה גבוה יותר, ולהפך. למעשה כ- 60% ($n = 44$) מהתלמידות ציינו כי היו הרבה שיחות/פעילויות מיוחדות בעקבות האסון, וכ- 54% ($n = 40$) דיווחו כי הפעילויות סייעו להן במידה די רבה או במידה רבה מאוד. מבחן ספירמן לבדיקת עוצמת קשר בין 2 משתנים הראה על קשר חיובי חלש בין קיום פעילויות מיוחדות בעקבות האסון לבין תפיסת היעילות של פעילות אלו כמסייעות להתמודדות, $r(71) = .23, p < .05$.

מקורות

להד, מ. (1993). מודל BASIC PH ודרכי איתורו בסיפור בשישה חלקים. בתוך: לוינסון, ש. (עורכת). פסיכולוגיה בבית הספר ובקהילה בעת רגיעה ובעת חירום. הוצאת הדר.

לייקין, ד. (2010). סקר BASIC PH: ממצאים ממדגם מקוון מייצג של האוכלוסייה היהודית. טיוטה לא מפורסמת.

YNET (2004). שוטר ירדני שניסה לירות בישראלים, אין נפגעים. <http://www.ynet.co.il/articles/1,7340,L-2919735,00.html>

Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of traumatic stress*, 9, 455-471.