אוניברסיטת בר – אילן

תרומתם של חיפוש ריגושים ואימפולסיביות להשפעת התערבות באמצעות אתגר על כמיהה לסמים, מצב רוח וקשרים חברתיים בקרב נוער בסיכון

דניאל קסלר

עבודה זו מוגשת כחלק מהדרישות לשם קבלת תואר מוסמך

בבית הספר לעבודה סוציאלית ע״ש לואיס וגבי וייספלד של אוניברסיטת בר –אילן

רמת גן תשע״א

עבודה זו נעשתה בהדרכתן של ד״ר שרון רבינוביץ׳ - שנקר מן המחלקה לקרימינולוגיה

וד״ר רחלי ליפשיץ - אלכאוי מן המחלקה לעבודה סוציאלית

של אוניברסיטת בר- אילן

עבודה זו נתמכה על ידי הרשות הלאומית למלחמה בסמים ובאלכוהול

תודות

- לד"ר שרון רבינוביץ' - שנקר ולד"ר רחלי ליפשיץ - אלכאוי על ההנחיה המסורה והיסודית לצד הבנה וסבלנות לתהליך הלמידה.
- לד"ר גבי ליברמן על עזרתו בעיבודים הסטטיסטיים.
- לרשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול על הסיוע במימון.
- למשתתפי המחקר, אשר הקדישו מזמנם וסייעו ברוחב לב באיסוף הנתונים למחקר זה.
- לחברת דלתא אתגרים, המפעילה התערבויות באמצעות אתגר בקרב בני נוער, ומדריכיה הסכימו לקחת חלק במחקר זה.
- לבן-זוגי טל, אשר העניק לי תמיכה מתמדת ומרחב אינסופי לכתוב עבודה זו, ולילדי יונתן וגילי על הסבלנות הרבה וההבנה.
- להוריי, אשר מגיל צעיר הדגישו את חשיבות ההשכלה.
- לכל בני משפחתי, אשר האמינו בי, וסייעו לי לאורך כל הדרך.
- לאלוהים, בו אני מאמינה, ולו אני מודה על הכוח שנתן לי לכתוב עבודה זו.

תוכן עניינים

תקציר עברי **א-ב**

מבוא

הקדמה 1

שימוש בסמים בקרב בני נוער 2-3

כמיהה לסמים 3

נוער בסיכון 4

חיפוש ריגושים 4-5

אימפולסיביות 5-6

מצב רוח חיובי 6-7

קשרים חברתיים 7-8

התערבות באמצעות אתגר 8-10

המחקר הנכחי והשערותיו 10-12

שיטה

אוכלוסיית המחקר 12

כלים 12-14

מערך המחקר, הליך המחקר ושיקולים אתיים 14-15

תוצאות **16-49**

דיון **50-74**

מגבלות המחקר והצעות למחקרי המשך **74-76**

תרומת המחקר והשלכות יישומיות **76-77**

רשימת מקורות **78-92**

נספחים **92-121**

נספח 1 : מודל המחקר

נספח 2 : שאלון חיפוש ריגושים

נספח 3 : שאלון אימפולסיביות תכונתית

נספח 4 : שאלון כמיהה לסמים

נספח 5 : שאלון שימוש בסמים

נספח 6 : שאלון פרטים אישיים

נספח 7 : שאלון כללי

נספח 8 : טופס הסכמה להשתתפות במחקר

נספח 9 : לוח 1 : ממוצעים, וסטיות תקן של כמיהה לסמים.

לוח 2 : תוצאות ניתוח שונות של כמיהה לסמים .

נספח 10 : לוח 4 : מקדמי רגרסיה להסבר השונות של כמיהה ושינוי בחשק להשתמש בחומרים באמצעות קבוצה, חיפוש ריגושים ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם מייד לאחר ההתערבות.

נספח 11 : לוח 6 : מקדמי רגרסיה להסבר השונות של כמיהה לסמים, חשק להשתמש בחומרים והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם מייד לאחר ההתערבות.

נספח 12 : לוח 7 : ממוצעים, וסטיות תקן של מצב רוח חיובי לפי קבוצה ועיתוי.

לוח 8 : תוצאות ניתוח שונות של מצב רוח חיובי לפי קבוצה ועיתוי.

נספח 13 : לוח 9 : מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של מצב רוח חיובי במועד 3 והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, חיפוש ריגושים והאינטראקציה ביניהם.

נספח 14 : לוח 10 : מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של מצב רוח חיובי במועד 3 והשינוי במצב רוח בין מועד 1 ל-3 באמצעות קבוצה, אימפולסיביות והאינטראקציה ביניהם.

נספח 15 : לוח 11 : מקדמי רגרסיה להסבר השונות של מצב רוח חיובי באמצעות קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם.

נספח 16 : לוח 12 : ממוצעים, וסטיות תקן של שביעות רצון מהקשרים החברתיים לפי קבוצה ועיתוי.

לוח 13 : תוצאות ניתוח שונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים לפי קבוצה ועיתוי.

נספח 17 : לוח 14 : מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3 והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, חיפוש ריגושים והאינטראקציה ביניהם.

נספח 18 : לוח 15 : מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3 והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, אימפולסיביות והאינטראקציה ביניהם.
נספח 19 : לוח 16 : מקדמי רגרסיה להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים באמצעות קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם במועד 3.
נספח 20 : הסבר על בדיקת אינטראקציות משולשות.
תקציר אנגלי **I-II**

תקציר

במהלך השנים האחרונות התרחבה תופעת השימוש בחומרים פסיכואקטיביים (חפ״א), המוגדרת כהתנהגות דיס-פונקציונאלית סיכונית בקרב בני נוער בכלל ובקרב נוער בסיכון בפרט (בר המבורגר, 2009). כתגובה לכך, מפעילות יחידות טיפוליות לנוער מגוון תוכניות שמטרתן הסברה, מניעה ומיגור התופעה. בין התוכניות ניתן למצוא את התערבות באמצעות אתגר (ABT -Adventure Based Therapy), המהווה חלופה לשיטות הטיפול המסורתיות להפחתת שימוש בחפ״א (Jeppson, 2008; Russell, 2001). ייחודיותה של ABT הוא בשילוב ספורט אתגרי, הכולל משימות פיזיות-אישיות וקבוצתיות בשטחי חוץ וטבע. המשימות כוללות סיכון גלוי למשתתף, המעורר תחושות חופש וריגוש גבוהות (Blood, Hill, & Brack, 2010). מסיבות אלה בני נוער, הנוטים להתנהגות מסכנת, כמו שימוש בסמים, ומאופיינים ברמות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות גבוהות, לרוב מצליחים בביצוען, והן יכולות להוות עבורם חלופות בטוחות להתנהגויות דיס-פונקציונליות (Jepsson, 2008; Raymond, 2003; Russell, 2004).

תוכניות ABT מסייעות לבני נוער להתמודד עם תחושות שליליות וקשיים בדרכים אפקטיביות, וכן מסייעות לפיתוח יכולת התמודדות עם בעיות ויכולת קבלת עזרה (Russell, 1999). קיימת חשיבות רבה להפחתת תחושות שליליות, ולשיפור ההתמודדות איתן בקרב בני נוער, בכדי לצמצם שימוש בסמים (Bates & Labouvie, 1997). הסיבה לכך היא שתחושות שליליות, לחץ חברתי ומצוקה מגבירות כמיהה לסמים, המוגדרת כמצב מוטיבציוני, המהווה גורם ישיר להמשך שימוש ולחזרה לשימוש לאחר גמילה (Drummond, Tiffany, Glautier, & Remington, 1995).

מטרת המחקר הנוכחי הייתה לבחון באופן אמפירי את השפעת ABT על כמיהה לסמים, מצב רוח וקשרים חברתיים בהתייחס למאפיינים האישיותיים - חיפוש ריגושים ואימפולסיביות. מאפיינים אישיותיים אלה נמצאו ברמות גבוהות יותר בקרב בני נוער המשתמשים בסמים (Charu, 2008; Roberti, 2004).

במחקר השתתפו 97 נערים בסיכון בגילאי 13-18, אשר דיווחו על שימוש בחפ״א. מערך המחקר הינו ניסוי לפני ואחרי וכלל איסוף נתונים באמצעות שאלוני דיווח עצמי, שחולקו בארבע נקודות זמן : שבוע לפני ההתערבות, בסמוך לתחילת ההתערבות, בתום ההתערבות ושבוע לאחר ההתערבות. כלומר, המחקר בדק השפעה לטווח מיידי וגם לטווח ביניים, כאשר מטרת המחקר

העיקרית הייתה לבחון כיצד התערבות מסוג זה פועלת בהקשר המיידי.

מחקר זה הוא הראשון אשר בחן את השפעתה של ABT בקרב בני נוער בסיכון תוך בחינת משתני האישיות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות, והרגלי שימוש בסמים. בנוסף, מחקר זה הוא הראשון אשר בחן את השפעת ABT על כמיהה לחומרים, ולא על שימוש בפועל במטרה לבחון כיצד ומדוע ההתערבות משפיעה על השימוש.

ההשערה הייתה כי לאחר ההתערבות יימצאו רמות נמוכות של כמיהה לחפ״א, ורמות גבוהות של מצב רוח חיובי ושביעות רצון מהקשרים החברתיים, בהשוואה לרמות שנמצאו לפני השתתפות בהתערבות. השערה נוספת היא כי ההתערבות תשפיע יותר על בני נוער בעלי רמות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות גבוהות. כלומר, שההפחתה ברמת הכמיהה והעלייה במצב הרוח ובשביעות הרצון מהקשרים החברתיים בקרב בני נוער מחפשי ריגושים ואימפולסיביים תהינה ניכרות יותר בהשוואה לבני נוער בעלי רמות נמוכות במאפיינים אלה. כמו כן, שוער כי הרגלי השימוש בסמים קשורים לשינוי ברמת הכמיהה, מצב הרוח והקשרים החברתיים בתום ההתערבות.

ממצאי המחקר הצביעו על הפחתה משמעותית ברמת הכמיהה ועל עלייה משמעותית במצב הרוח החיובי ובשביעות הרצון של בני הנוער מהקשרים החברתיים הן בסמוך לתחילת ההתערבות והן בתומה. בשל עוצמת ההתערבות השפעתה על המשתנים הללו נמצאה בלתי תלויה במשתנים האישיותיים חיפוש ריגושים ואימפולסיביות. מלבד בקרב משתתפים בעלי רמות גבוהות של אימפולסיביות, אצלם נמצאה עלייה נמוכה במצב הרוח החיובי בהשוואה לעלייה במצב הרוח החיובי שנמצאה בקרב בעלי רמות אימפולסיביות נמוכות בתום ההתערבות. נוסף לכך, נמצא שהשפעת ההתערבות משתנה בהתאם לתדירות השימוש בחפ״א ובסוג החומר בו נעשה שימוש.

חשיבותו העיקרית של המחקר הנוכחי היא בהארת פן שלא נחקר עד כה הנוגע להפחתה בכמיהה לשימוש בסמים בעקבות השתתפות ב-ABT. ההפחתה בכמיהה הינה ללא תלות במאפיינים האישיותיים: חיפוש ריגושים ואימפולסיביות, וכתלות בהרגלי שימוש בחפ״א. כמו כן, ממצאי המחקר תורמים לידע הקיים בנוגע להשפעת ABT על מצב רוח חיובי ושביעות רצון מקשרים חברתיים בקרב בני נוער. תרומת המחקר התיאורטית היא בכך שהמשתנים הללו מעולם לא נחקרו יחד בהקשר ל-ABT. לבסוף, ברמה הפרקטית, המחקר מחדש את הידע הנוגע למאפייני בני נוער, אשר יוכלו להפיק תועלת מהתערבויות מסוג זה, וממצאיו יכולים לשמש כמשוב למפתחי ולמפעילי ABT, וכן לסייע בבניית דרכי טיפול חלופיות היעילות מהטיפול הפורמאלי הוורבאלי.

מבוא

הקדמה

גיל ההתבגרות מאופיין ברמת סיכון גבוהה לשימוש בסמים (Bates & Labouvie, 1997; Clark & Thatcher, 2008). מחקרים זיהו משתני רקע וגורמים סביבתיים ואישיותיים רבים, המגבירים את הסבירות לשימוש בחומרים בקרב נוער (Arthur, Hawkins, Pollard, Catalano, & Baglioni, 2002; Clark, & Thatcher, 2008). בין הגורמים נמצאו ניכור חברתי (Miller & Plant, 1999), מצבי רוח שליליים, המגבירים כמיהה (Bates & Labouvie, 1997; Beck, Wright, Newman, & Liese, 1993) ורמות גבוהות של אימפולסיביות וחיפוש ריגושים (Gunnarsson, Gustavsson, Tengstrom, Franck, & Fahlke, 2008).

התערבות באמצעות אתגר (ABT -Adventure Based Therapy) היא שיטת התערבות חדשנית בתחום הרווחה לנוער, המפעילה טכניקות טיפוליות בשטחי חוץ וטבע (Blood, Hill, Brack, 2010; Jepsson, 2008). ABT הינה קצרת טווח, נמשכת מספר שעות, וכוללת משחקים קבוצתיים ופעילויות חבלים מאתגרות. עיון בספרות מראה שהיא יעילה כטיפול מניעתי ושיקומי בקרב נוער בסיכון (Davis-Berman & Berman, 1994; Jeppson, 2008; Raymond, 2003; Russell, 2004).

המחקר הנוכחי ינסה לעמוד על תרומתה של השתתפות בהתערבות באמצעות אתגר להפחתה ברמת הכמיהה לסמים ולעלייה במצב הרוח ובשביעות הרצון של בני נוער בסיכון מהקשרים החברתיים. בנוסף, ינסה המחקר לבחון את תפקידם הממתן של המאפיינים האישיותיים חיפוש ריגושים ואימפולסיביות בנוגע להשפעת ההתערבות. כמו כן, יבדקו גם השפעתם הממתנת של הרגלי השימוש בחומרים על אפקטיביות התערבות באמצעות אתגר.

במסגרת סקירת הספרות, אתחיל בבחינה של הידוע בספרות לגבי נוער בסיכון ושימוש בסמים בקרב אוכלוסייה זו, תוך התמקדות בחשיבות הכמיהה לסמים. לאחר מכן אסקור את מאפייני האישיות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות ואת הקשר בינם לבין תופעת השימוש בסמים בקרב נוער בסיכון, ואתייחס לחשיבותם של מצב הרוח וקשרים חברתיים בתקופת גיל ההתבגרות. הסקירה תסתיים בהתייחסות נרחבת להתערבות באמצעות אתגר ולייחודיותה במסגרת העבודה עם בני נוער בסיכון.

שימוש בסמים בקרב בני נוער

אחת הבעיות החברתיות והבריאותיות בחברה המערבית היא השימוש לרעה בחומרים פסיכו-אקטיביים, המשנים את מצב התודעה וגורמים לנזקים בריאותיים וחברתיים קשים (בר און, 2005). התמכרות לסמים מתחילה בהתנסות, וככל שגיל ההתנסות נמוך יותר, כך ההסתברות לשימוש בסמים והסיכויים להתמכרות גבוהים יותר (בר און, 2005; Dishion, Capaldi, & Yoerger, 1999).

שימוש בחומרים פסיכואקטיבים בקרב בני נוער היא תופעה בעלת חשיבות רבה בשל השלכותיה הפיזיולוגיות והנפשיות המסוכנות (ויצטום ושופמן, 2000; Bauman & Phongsavan, 1999). מחקרים מעידים על מגמת עלייה משמעותית סטטיסטית בשתיית אלכוהול ובשיעורי ההתנסות והשימוש בסמים בקרב בני נוער בישראל בשנים האחרונות, בדגש על חומרים שריכוז החומר בהם גבוה, כמו משקאות חריפים, חשיש ו"סמים קשים" (מי עמי, 2006; בר המבורגר, 2009; בר און, 2005). נתוני הסקרים האפידמיולוגים האחרונים של הרשות למלחמה בסמים העלו את הממצאים הבאים: 49.95% מהתלמידים בגילאי 12-18 דיווחו על שתיית משקה אלכוהולי כלשהו, 10.66% דיווחו על שימוש בסמים לא חוקיים בשנה האחרונה, ו5.66% דיווחו על שימוש בקנאביס. כמו כן, 62.31% מהנוער המנותק דיווחו על שתיית משקה אלכוהולי כלשהו, 21.5% דיווחו על שימוש בסמים לא חוקיים, ו15.14% דיווחו על שימוש קנאביס (בר המבורגר, אזרחי, רוזינר ושטיינברג, 2009; 2005). בשל מציאות זו, עלתה המודעות לבעיית השימוש בסמים בקרב נוער, ובהתאם, משאבים רבים מושקעים בתוכניות מניעה בקרב בני נוער בסיכון ובני נוער בכלל על מנת למגר את התופעה (בר און, 2005).

גיל ההתבגרות הוא שלב התפתחותי, המאופיין ברמת סיכון גבוהה לשימוש בסמים (Bates, & Labouvie, 1997; Clark, & Thatcher, 2008). מחקרים זיהו משתני רקע וגורמים סביבתיים ואישיותיים רבים, המגבירים את הסבירות לשימוש בסמים בקרב נוער (Arthur, Hawkins, Pollard, Catalano, & Baglioni, 2002; Clark, & Thatcher, 2008). הגורמים הסביבתיים כוללים העדר משאבים כלכליים וחברתיים (Myers, & Stolberg, 2003) ביניהם אי תפקוד משפחתי (Dishion, Capaldi, & , Yoerger, 1999), ניתוק ממסגרות (McCrystal, Higgins, & Percy, 2006), ניכור חברתי (Bates & Labouvie, 1997) ואירועי חיים שליליים (Miller & Plant, 1999). בין המאפיינים האישיותיים זוהו קושי בשליטה בדחפים, העדר אסרטיביות וביטחון עצמי (Epstein, Bang & Botvin, 2007; Gau, Chong, Yang, Yen, Liang & Cheng, 2007; Nichter, Nichter, (Thompson, Shiffman, & Moscicki, 2002), כמו גם רמות גבוהות של אימפולסיביות וחיפוש ריגושים (Gunnarsson, et al., 2008).

מחקרים הראו שבני נוער רבים משתמשים בסמים להפגת שעמום ולהשגת ריגוש גבוה. כמו כן, עיון בספרות מלמד כי מצבי רוח שליליים הגבירו כמיהה לסמים (Childress, Ehrman, Mclellan, Macrae, Natale, & O'brien, 1994; Witkiewitz, Bowen, & Donovan, 2011). הכמיהה לסמים התבטאה בציפייה שהסם יקל על מצבי הרוח השליליים (Beck, et al., 1993; Marlett, 1985).

כמיהה לסמים

כמיהה לסמים הוגדרה ב ICD -10 (1992) כתשוקה, או תחושת כפייה חזקה לשימוש בסם, הכוללת את ציפיות המשתמש לתחושות הפיצוי המטיבות שמספק הסם (Marlatt & Gordon, 1985; Tiffany & Drobes, 1991). יש הרואים בכמיהה תגובה מותנית לרמזי סם, כלומר תגובה המתרחשת כתוצאה מתהליך למידה מותנה לאחר חשיפת המשתמש לגירויים, המזכירים שימוש קודם (Beck, et al., 1993). יש המרחיבים, ורואים בכמיהה מושג הכולל חמישה ממדים: תשוקה לשימוש, ציפייה לתוצאות חיוביות לאחר השימוש, תחושת קושי בשל הפסקת השימוש, כוונה להשתמש ואובדן שליטה (Pickens, & Johanson, 1992). הכמיהה הינה חוויה סובייקטיבית (Niaura, Rohsenow, Binkoff, Monti, Pedraza, & Abram, 1988; Pickens, & Johanson, 1992), הנחשבת למצב מוטיבציוני המוביל לשימוש בסם (Tiffany, 1990, 1997), כיוון שהיא יוצרת תפיסה מוטעית של צורך בסם (Beck et al, 1993). מסגרת הזמן של חווית הכמיהה הינה סוגיה שנויה במחלוקת (Anton, Moak & Latham, 1995; Sayette, Shiffman, Tiffany, Niaura, Martin, & Shadel, 2000). יש הרואים בה כמצב רגעי (Gawin, 1991; Shiffman, Paty, Gnys, Kassel, & Hickcox, 1996). לעומתם, יש המתייחסים אליה כאל תופעה הנמשכת אפילו שנים לאחר השימוש האחרון בסם (Manschreck, 1993).

רמזי סם הוא מונח ידוע ומקובל בחקר הכמיהה. הכוונה לחפצים, אזכורים, תמונות, ריחות- כל מה שיש בו בכדי להזכיר למשתמש את הסם. לרמזי סם נמצאה יכולת מוכחת בהעלאת כמיהה ויצירת מצוקה בכלל. ביניהם חשיפה למצבי סיכון, הכוללים לחץ חברתי ותחושות שליליות, מעוררים תחושת כמיהה (Drummond, Tiffany, Glautier, & Remington, 1995; Kilgus, Pumariega, &

Seidel, 2009). כמו כן, נמצא שכמיהה מתעוררת מתוך ניסיון להעצים חוויות באמצעות הסם (Beck, et al., 1993). בהתאם לכך, ניתן להסיק שאוכלוסיות, שנסיבות חייהם מאופיינות במצבים רווי לחץ ותחושות שליליות, וכן אוכלוסיות בעלי רמות חיפוש ריגושים גבוהות, יהיו בסיכון גבוה יותר לכמיהה לסמים וכתוצאה מכך יהיו בסיכון מוגבר לשימוש.

נוער בסיכון

המושג "נוער בסיכון" מתאר בני נוער הנמצאים במצבי סיכון פיזיים, נפשיים, או רוחניים (להב, 2000). נער בסיכון הינו נער הנמצא במצב הפוגע, או עלול לפגוע ביכולתו להשתלב באורח חיים תקין, או במצב המוביל לחשש ממשי להתפתחותו התקינה (הר-נוי, להב, שמש, אבנר וטל, 2003 ; שמיד, 2007). המשותף לבני נוער בסיכון הוא הניכור ממערכות החיים הנורמטיביות של בני גילם, החובר בהמשך לסימפטומים התנהגותיים אנטי- חברתיים, כמו שימוש בסמים. דוגמאות לגורמי הסיכון אליהם חשופים בני נוער הנכללים בקטגוריה זו הן עוני, סביבה חברתית עבריינית ומשפחה לא מתפקדת (להב, 2000 ; שמיד, 2007). בין גורמי הסיכון האישיותיים ניתן למצוא משתנים אישיותיים כמו רמות גבוהות של לקיחת סיכונים (Spear, 2000), חיפוש ריגושים (Hodgkinson, 2007) ואימפולסיביות (Diemen, Bassani, Fuchs, Szobot, & Pechansky, 2008). משתנים אלו נמצאו קשורים לסיכון מוגבר לשימוש בסמים בקרב בני נוער (בר המבורגר ועמיתיה, 2005).

חיפוש ריגושים

חיפוש ריגושים היא תכונת אישיות ביולוגית, המוגדרת כחיפוש אחר "רמת גרייה אופטימאלית", כלומר, מדובר בקיומו של דחף פנימי המוביל לחיפוש אחר חוויות ותחושות עזות (Rothbart, & Ahadi, 1994), הכולל נכונות ללקיחת סיכונים למיצוי החוויה (Zuckerman, 1994). חיפוש ריגושים כולל ארבעה תת ממדים : חיפוש אחר ריגוש והרפתקאות, חיפוש אחר חוויות, רגישות לשעמום וביטול עכבות (Zuckerman, 1994). במטרה להשיג את רמת הריגוש הנחוצה, מחפשי ריגושים יכולים לבחור בין פעילויות לא מסכנות ומקובלות חברתית, ביניהן פעילויות ספורט מאתגרות, כמו טיפוס על חבלים, או בפעילויות מסכנות ולא מקובלות חברתית, כמו צריכת אלכוהול וסמים (Goma, 2007; Roberti, 2004; Zuckerman, 1994; Zuckerman, & Kuhlman, 2000).

חיפוש ריגושים נחשב לאחד מגורמי הסיכון לשימוש בחומרים (Hitter & Swickert, 2006; Hodgkinson, 2007), ויש הטוענים שבחינה של תכונה זו מאפשרת ניבוי של שימוש בחומרים בקרב בני נוער (Wills, Vaccaro, & McNamara, 1994). תוצאות מחקרים שבחנו את רמת חיפוש

הריגושים בקרב בני נוער משתמשים ולא משתמשים, הראו רמות גבוהות יותר של חיפוש ריגושים בקרב משתמשים בחומרים (Gullone & Moore, 2000; Meenakshi & Charu, 2008; Newcomb, & McGee, 1989, 1991). בהתאם, מחקרים מראים שרוב האנשים, ובעיקר נוער, המאופיינים ברמה גבוהה של חיפוש ריגושים, משתעממים בסביבה נעדרת גירויים חיצוניים, ולכן נטייתם לשימוש חזקה יותר בהשוואה לאלו המאופיינים ברמת חיפוש ריגושים נמוכה (Roberti, 2004; Hansen & Beivik, 2001; Zuckerman & Kuhlman, 2000). עוד נמצא, כי הדחף לחיפוש ריגושים בקרב בני נוער גבוה יותר ברמתו מאשר בקרב ילדים ומבוגרים (Hodgkinson, 2007).

עיון בספרות מראה כי, שילוב בין חיפוש ריגושים ואימפולסיביות עלול להוביל להתנהגות אנטי- חברתית (Zuckerman, 1994, 1996). מחפשי ריגושים לא יעסקו בהכרח בפעילויות מסוכנות, אך אנשים אשר הינם מחפשי ריגושים והינם אימפולסיביים עשויים לקבל החלטות אימפולסיביות ולעסוק בפעילויות מסכנות, בכדי להשיג את הריגוש אותו הם מחפשים (Glicksohn & Abulafia, 1998).

אימפולסיביות

אימפולסיביות היא תכונת אישיות המצביעה על העדר חשיבה ותכנון לפני ביצוע פעולה, ועל נטייה לקבל החלטות באופן מהיר וחסר זהירות (Barrate, 1985). המושג אימפולסיביות כולל טווח רחב של התנהגויות מסכנות, שאינן הולמות את המצב, אשר לרוב מובילות להשלכות שליליות (Evenden, 1999). הכישלון לבלום התנהגות, שעלולה להוביל לתוצאות שליליות הוא מאפיין בולט של האימפולסיבי (Baumeister & Heatherton, 1996). מחקרים הראו, שבמפגש עם בעיה האימפולסיבי לרוב יסתמך על שיטות התמודדות קלות ליישום, המספקות הקלה לטווח זמן הקצר, ללא התחשבות בהשלכות ארוכות הטווח (Hull & Slone, 2004). כמו כן, נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות לאובדן שליטה (Dom, Hulstijn, & Sabbe, 2006). משום כך, חוקרים רואים באימפולסיביות תכונה בעלת פוטנציאל גבוה לפגיעה באדם, וכבעלת חשיבות רבה בבחינת התנהגויות פתולוגיות, כמו שימוש בחומרים (Evenden, 1999).

הקריטריונים לאבחון הפרעת שימוש בסמים ב-DSM IV (2000) שמים דגש על אימפולסיביות (Evenden, 1999). בהתאם, ממצאי מחקרים מראים קשר חיובי גבוה בין אימפולסיביות לבין שימוש בסמים (Barratt & O'boyle, 1993). מחקרים בקרב בני נוער, מראים

קשר גבוה בין רמות גבוהות של אימפולסיביות לתחילת שימוש בסמים, והגדירו את מאפיין האישיות אימפולסיביות כגורם סיכון, המוביל לשימוש בגיל צעיר (Dawes, Tarter, & Kirisci, 1997; Roberti, 2004; Tarter, Kirisci, Mezzich, Cornelius, Pajer, Vanyukov, et al. 2003; Vitaro, Ferland, Jacques, & Ladouceur, 1998). בנוסף, נמצא כי אימפולסיביים יחושו כמיהה חזקה יותר לסם, בהשוואה לכאלו שאינם מאופיינים כאימפולסיביים (Zilberman, Tavares, & el-Guebaly, 2003), וכן שמצב רוח חיובי מוביל להתנהגות אימפולסיבית וללקיחת סיכונים (Cyders, Smith, Spillane, Fischer, Annus, & Peterson, 2007; Yuen & Lee, 2003).

מצב רוח

מצב רוח הינו מצב נפשי חולף, היוצר תחושה חיובית, או שלילית כלפי סיטואציה (Thayer, & Kazdin, 2000). מצבי רוח מתקיימים כתגובה למגוון התנסויות יומיומיות, ומושפעים מהשינוי במצב, לדוגמא שינוי במצב בריאותי, פעילות פיזית, לחץ, ואפילו שינויים בשעות היום (Thayer & Kazdin, 2000). למצבי רוח השפעה על תפקודו הפסיכולוגי והפיזיולוגי של האדם, הבאה לידי ביטוי בין היתר בהשפעה על אופן תפיסת המצב, תהליכי שיפוט וקבלת החלטות ורצון לסייע לאחר (Larson, & Richards, 1994; Thayer, & Kazdin, 2000).

קיימת חשיבות רבה למצב הרוח של בני נוער, בשל השפעתו על התנהגותם (Larson & Richards, 1994). גיל ההתבגרות מאופיין במצבי רוח משתנים וקיצוניים (Arnett, 1999; Wills, Vaccaro & DuHamel, 1995). חוויות הכוללות שינויים וקשיים, כגון מעבר בין מסגרות לימודים, פופולאריות נמוכה בקרב קבוצת השווים, הישגים לימודיים נמוכים וקשיים במסגרת המשפחתית, נפוצות בקרב נוער בסיכון, ומשפיעות על מצב הרוח, ולרב גורמות לבני נוער למצב רוח שלילי יותר בהשוואה לילדים ומבוגרים (Larson & Richards, 1993; Petersen, Compas, Brooks-Gunn, Stemmler & Grant, 1994;). מאידך, מצב רוח חיובי תורם להתפתחות אישית, לפיתוח יחסים בין אישיים ויכולת להפנמת נורמות חברתיות, מאחר והוא נחשב לגורם המקדם יחסי תמיכה ועזרה הדדים (Wills, et al., 1995).

הממצאים לגבי השפעת מצב הרוח על שימוש בחומרים אינם חד משמעיים. יש שמצאו שמצב רוח חיובי מגביר שתיית אלכוהול בקרב מחפשי ריגושים, בעוד שבשילוב עם מצבי רוח אחרים, לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים לשימוש בחומרים (Chakroun, Johnson, & Swendsen, 2010).

מאידך, יש שמצאו קשר הפוך בין מצב רוח חיובי לבין שימוש בחומרים, כיוון שעלייה במצב הרוח החיובי מיתנה את השפעת מצב הרוח השלילי וכך הפחיתה שימוש (Rothbart & Ahadi, 1994; Tarter, Moss, & Vanyukov, 1995).

מתבגרים בעלי נטייה ללקיחת סיכונים, נוטים להתנהגות מסכנת, כגון שימוש בחומרים, במטרה להגביר רגשות חיוביים ולהפחית רגשות שליליים (Caffray & Schneider, 2000). כמו כן, נמצא שיש סיכוי גבוה יותר שבני נוער ימשיכו לאמץ דפוס התנהגות זה, כשהם נמצאים בסביבה חברתית המתנסה בסמים (Kandel, 1985). הסיבה לכך היא שעבור רוב בני נוער קבוצת השווים הינה מקור התמיכה המרכזי בחייהם (עמי, 2003).

קשרים חברתיים

תקופת הנעורים מאופיינת בהרחבת הקשרים החברתיים עם קבוצת השווים (קאוצ'ינסקי וגולצמן, 1997), ובגילוי קונפורמיות ונאמנות לערכי הקבוצה ולמנהגיה (קאוצ'ינסקי וגולצמן, 1997). בשל כך, לאיכות הקשרים החברתיים, הבאה לידי ביטוי באינטימיות בין חברי הקבוצה ובאימוץ ערכיה, קיימת חשיבות גבוהה בהקשר להתפתחות תקינה של בני נוער (עמי,2003; Landazabal, 2002)

המערכת הקבוצתית עלולה להוות בה בעת מקור לפיתויים ולסכנות ומקור לתמיכה (עמי, 2003). אופי הקשרים עם קבוצת השווים יכול להתאפיין כקשר תומך, שיכול להגן מפני התפתחות של בעיות התנהגות בקרב בני נוער, או כקשר קונפליקטואלי, שעלול להוות גורם סיכון, המגביר חוסר הסתגלות והתנהגות אנטי חברתית (Fenzel, 1989; Hartup, 1996). מחקרים מצאו כי, העדר תחושת שייכות לקבוצת השווים ותחושת בדידות, או לחלופין, תחושת שייכות לקבוצת שווים עבריינית מהווים גורמי סיכון, המעלים את הפגיעות לשימוש לרעה בחומרים ולהתנהגויות סיכון נוספות בקרב בני נוער (Branstrom, Sjostrom & Andreasson , 2007; Scanlon & Deringer, 1994), מאידך, נמצא קשר חיובי בין תמיכת חברים המאופיינים בהתנהגות נורמטיבית להפחתה בבעיות התנהגות (Hirsch & Dubois, 1992; Slavin & Rainder, 1990).

מעורבות בפעילויות חברתיות והתערבויות הממוקדות בחיזוק קשרים חברתיים, מגבירות את ההערכה העצמית של בני נוער, יעילות בהפחתת תחושת ניכור חברתי (Sehwan, Mcleon, & Palmgren, 1989; Tobler, 1986), ומפחיתות את הסבירות שבני נוער ייקחו חלק בהתנהגויות מסכנות כגון, שימוש בחומרים (Mcbride, Curry, Cheadle, Anderman, Wangner, Diehr, Psaty, 1995).

ממצאים הראו כי ABT תורמת לשינוי חיובי בגישות של המשתתפים כלפי חבריהם לקבוצה, ומחזקת את תחושת השייכות (Bandoroff & Scherer, 1990). בין המרכיבים התורמים לכך נמצאו חיזוק קשרים רגשיים עם חברים, חיזוק תחושת מחויבות לקבוצה ובכלל, שאיפה למעורבות חברתית והשתלבות בפעילויות חברתיות קונבנציונאליות (Mcbride, et al., 1995). יחד עם זאת, יש לציין כי, ממצאי המחקרים הראו הצלחה של התערבות באמצעות אתגר (ABT) ושיפור בטווח הקצר בלבד, והצביעו על הצורך לבחון מהם הגורמים המובילים בני נוער ללקיחת סיכונים, ומופחתים באמצעות פעילות מסוג זה (Mcbride, et al., 1995).

התערבות באמצעות אתגר (ABT)

התערבות באמצעות אתגר היא שיטת התערבות חדשנית בתחום הרווחה לנוער, המפעילה טכניקות טיפוליות בשילוב התנסות מעשית (experiential) בשטחי חוץ וטבע (outdoor) (Blood, et al., 2010;Jeppson, 2008; Ringer, 1994; Russell, 2001). ההתערבות מופעלת באופנים שונים המובדלים על פי מיקום, משך וסגנון (Blood, Hill, & Brack, 2010; Gass, 1993). המחקר הנוכחי יתמקד ב- Adventure Based Therapy -ABT שהינה התערבות קצרת טווח, הנמשכת בין שעה למספר ימים, וכוללת משחקים קבוצתיים ופעילויות חבלים מאתגרות.

מטרות ה- ABT הן להביא לצמיחה ולהתפתחות אישית וקבוצתית (Blood, et al., 2010; Friese, Hendee & Kinziger, 1998), וכן לטפל בבעיות רגשיות והתנהגותיות של בני נוער (Jeppson, 2008; Russell, 2001). עיון בספרות מראה שהתערבות זו יעילה לטיפול בנוער בסיכון (Davis-Berman & Berman, 1994; Jeppson, 2008; Raymond, 2003; Russell, 2004;). מחקרים שנעשו על ABT כטיפול מניעתי ושיקומי בקרב נוער, הצביעו על שיפור בתפקוד התנהגותי ופסיכולוגי (West & Crompton,1999; Wilson & Howell ,1993), הבא לידי ביטוי בשינוי התנהגויות דיספונקציונליות, כמו הפחתת שימוש בסמים (Gillis & Ringer, 1999; Miles & Priest, 1999; Russell & Miller, 2002). נערים המשתמשים בסמים הביעו בתום ההתערבות רצון להפסיק להשתמש, והדגישו את שטחי החוץ ואת אופי ההתערבות, כמסייעים להפחתת השימוש (Russell, 2000).

ייחודיות ה-ABT בקרב נוער בסיכון לעומת שיטות התערבות אחרות באה לידי ביטוי במספר אופנים. ראשית, ההתערבות מתקיימת בשטחי חוץ כאלטרנטיבה לטיפול המסורתי, הנערך בחדר. בדרך זו, ההתערבות מפיקה תועלת מרצונו הטבעי של האדם להתגבר על אתגר המתעורר בסביבה לא

מוכרת (Swaim & Petr, 2003). הסביבה החדשה כוללת פעילויות מוחשיות, כמו טיפוס על חבלים, המדמות סיטואציות מהמציאות בתחומים פיזיים, חברתיים ורגשיים (Russell, 2004; Weston & Tinsley, 1999). הפעילויות מסכנות מספיק, בכדי לספק עניין, הרפתקה ואתגר, אך הן לא מהוות סכנה ממשית, בניגוד להתנהגויות דיס פונקציונאליות, אליהן נמשכים בני הנוער (Priest & Gass, 1997; Russell, 2004;). בהקשר זה, נמצא שהאתגר ורמת הסיכון הגלויה למשתתף בהתערבות מעוררות תחושות חופש וריגוש חזקות. הודות לכך, בני נוער בעלי רמת חיפוש ריגושים גבוהה, הנוטים להתנהגות מסכנת, מתחברים להתערבות ומצליחים בביצועה, והיא מהווה עבורם חלופה בטוחה להתנהגויות דיספונקציונליות, כמו שימוש בסמים (Gass, 1993; Russelle & Hendee, 2000). אי לכך, אלמנט הסיכון ותחושת האתגר הינם גורמים הכרחיים בהתערבות באמצעות אתגר, המבדילים אותה משיטות התערבות אחרות (Cole & Hall, 2005; Gillis & Thompson, 1996). שנית, התערבות באמצעות אתגר משלבת עקרונות מתיאוריית הלמידה ההתנסותית (experiential education), המניחה ששינוי התנהגות יתרחש בעקבות הצבת המשתתף קרוב ככל האפשר לחוויה שתוביל לחוסר איזון ותדרוש התמודדות חדשה (Bandora, 1986). במהלך ABT, נוצר מפגש עם פעילויות המצריכות התמודדות שונה מההתמודדות המוכרת- מצב המעורר חוסר איזון. חוסר איזון זה לרוב מגביר תחושות חרדה ותסכול, כיוון שהמשתתף מגלה שדרך התמודדותו אינה מספיקה, כדי להתגבר על האתגר. באמצעות ליווי ותמיכה במהלך ההתערבות, המשתתף לומד דרכי התמודדות ומיומנויות, שיכולות לסייע לו בהתמודדות עם חוסר איזון ותסכול גם במציאות היומיומית (Gass, 1993). נמצא כי רוב המיומנויות הנדרשות מהנערים, בכדי להשתלב בהתערבות האתגרית לא מוכרות להם, וכי ההתנסות מובילה לגילוי ולפיתוח מיומנויות חדשות (Kimball, 1980). דוגמא לכך היא התמודדות עם קושי פיזי, המתעורר במהלך הפעילויות, הדורש מהנערים לפנות לעזרת חבריהם, ובדרך זו מחזק את השימוש בתמיכה בהתמודדות עם מצבים קשים. כמו כן, ההתערבות מתמקדת בהצלת ה"עצמי" מהתנהגויות הרסניות, כאשר המדריך מתצפת על תגובות הנערים, הדורשות ביטוי של מיומנויות בסיסיות להתמודדות עם גירויי לחץ (Russell, 1999). בדרך זו, יכולה ההתערבות להציע לנער עם נטייה אימפולסיבית למשל דרכי התמודדות חדשות עם לחצים ואתגרים בחייו. כך, שהשימוש בלחץ באופן בונה, בנוסף לבניית בסיס התנסותי לעיצוב התנהגות מחדש במסגרת ההתערבות, תורמים להפחתת התנהגות אנטי סוציאלית בקרב נוער בסיכון (Gass, 1993; Kimball, 1980; Kimball & Bacon, 1993).

מסקירת המחקרים העוסקים ב-ABT, נמצא שלמרות העלייה בשכיחות הפעלת ההתערבות, ולמרות שהקשר בינה לבין מגוון תוצאות חיוביות הוכח, עדיין חסרים מחקרים הבוחנים כיצד התערבות מסוג זה משפיעה על בני נוער (Russel & Miller, 2002), ומהם הגורמים לשינוי בהתנהגותם (Witman, 1993). מחקרים העוסקים ב- ABT תומכים בהעמקה של בחינת ההתערבות (Russell & Hendee, 2000), ובבחינת הקשר בינה לבין הפחתת שימוש בסמים (Russell & Miller, 2002).

מסקירת הספרות עולה כי תופעת השימוש בסמים בקרב בני נוער בסיכון הינה תופעה נפוצה. מאפייני האישיות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות, כמו גם נסיבות חיים הגורמות למצבי רוח שליליים, ביניהן קושי בהשתלבות חברתית, מהווים גורמי סיכון, העלולים להוביל לשימוש בחומרים בקרב בני נוער בסיכון. בנוסף, הסקירה התיאורטית מדגישה את תחושת הכמיהה כאחד מהגורמים המרכזיים המובילים לשימוש.

מטרותיה של התערבות באמצעות אתגר הן הפחתת שימוש בסמים ושיפור מיומנויות חברתיות בקרב בני נוער. אופי ההתערבות הכולל שילוב בין שהות במרחבים פתוחים לבין משימות קבוצתיות ופרטניות מאתגרות ובעלות רמת סיכון, מרתק את בני הנוער, ולכן מוביל לשיתוף פעולה.

מטרת המחקר הנוכחי היא לבחון לראשונה בישראל באופן אמפירי את השפעת ABT ומשתני האישיות- חיפוש ריגושים ואימפולסיביות על כמיהה לסמים, מצבי רוח וקשרים חברתיים בקרב בני נוער בסיכון, המאופיינים בשימוש בסמים.

שאלות והשערות המחקר

1. א. האם השתתפות בהתערבות באמצעות אתגר תפחית כמיהה לסמים בקרב בני נוער בסיכון?

ב. האם השתתפות בהתערבות תפחית יותר כמיהה בקרב נוער בסיכון בעל רמות חיפוש ריגושים גבוהות, בהשוואה לנוער בעלי רמות חיפוש ריגושים נמוכות?

ג. האם השתתפות בהתערבות תפחית יותר כמיהה בקרב נוער בסיכון בעל רמות אימפולסיביות גבוהות, בהשוואה לנוער בעלי רמות אימפולסיביות נמוכות?

2.א. האם השתתפות בהתערבות באמצעות אתגר תעלה את מצב הרוח החיובי בקרב בני נוער?

ב. האם השתתפות בהתערבות תגביר יותר את מצב הרוח החיובי בקרב נוער בסיכון בעל רמות חיפוש ריגושים גבוהות, בהשוואה לנוער בעלי רמות חיפוש ריגושים נמוכות?

ג. האם השתתפות בהתערבות תגביר יותר את מצב הרוח החיובי בקרב נוער בסיכון בעל רמות אימפולסיביות גבוהות, בהשוואה לנוער בעלי רמות חיפוש ריגושים נמוכות?

3. א. האם השתתפות בהתערבות באמצעות אתגר תעלה את תחושת שביעות הרצון מהקבוצה?

ב. האם השתתפות בהתערבות תגביר יותר את תחושת שביעות הרצון מהקבוצה בקרב נוער בסיכון בעל רמות חיפוש ריגושים גבוהות, בהשוואה לנוער בעלי רמות חיפוש ריגושים נמוכות?

ג. האם השתתפות בהתערבות תגביר יותר את תחושת שביעות הרצון מהקבוצה בקרב נוער בסיכון בעל רמות אימפולסיביות גבוהות, בהשוואה לנוער בעלי רמות אימפולסיביות נמוכות?

השערות המחקר

1. השתתפות בהתערבות האתגר תפחית כמיהה כך ש-

א. לאחר ההתערבות נערים ידווחו על רמת כמיהה נמוכה מזו שתדווח לפני ההתערבות. כמו כן, רמת הכמיהה שתימצא בקרב קבוצת נערים שהשתתפו בהתערבות תהיה נמוכה מזו שתימצא בקרב קבוצת הנערים שלא השתתפו בהתערבות.

ב. התערבות באמצעות אתגר תהיה אפקטיבית בקרב בעלי רמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות במשתנים אלו. כלומר, תימצא הפחתה רבה יותר ברמת הכמיהה בקרב בעלי רמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה להפחתה שתימצא (אם בכלל) בקרב בעלי רמות נמוכות בחיפוש ריגושים.

ג. התערבות באמצעות אתגר תהיה אפקטיבית בקרב בעלי רמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות באימפולסיביות. כלומר, תימצא הפחתה רבה יותר ברמת הכמיהה בקרב בעלי רמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה להפחתה שתימצא (אם בכלל) בקרב בעלי רמות נמוכות באימפולסיביות.

2. השתתפות בהתערבות האתגר תגביר את מצב הרוח כך ש-

א. לאחר ההתערבות נערים ידווחו על מצב רוח חיובי יותר מזה שידווח לפני ההתערבות. כמו כן, מצב הרוח החיובי שיימצא בקרב קבוצת הנערים שהשתתפו בהתערבות יהיה גבוה מזה שיימצא בקרב קבוצת הנערים שלא השתתפו בהתערבות.

ב. התערבות באמצעות אתגר תהיה אפקטיבית בקרב בעלי רמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות בחיפוש ריגושים. כלומר, תימצא עליה רבה יותר במצב הרוח בקרב בעלי רמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה לעליה שתימצא (אם בכלל) בקרב בעלי רמות נמוכות בחיפוש ריגושים.

ג. התערבות באמצעות אתגר תהיה אפקטיבית בקרב בעלי רמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות באימפולסיביות. כלומר, תימצא עליה רבה יותר במצב הרוח בקרב

בעלי רמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה לעליה שתימצא (אם בכלל) בקרב בעלי רמות נמוכות באימפולסיביות.

3. השתתפות בהתערבות האתגר תגביר את תחושת שביעות הרצון מהקבוצה כך ש-

א. לאחר ההתערבות נערים ידווחו על תחושת שביעות רצון מהקבוצה גבוהה מזו שתדווח לפני ההתערבות. כמו כן, רמת שביעות הרצון מהקבוצה שתימצא בקרב קבוצת נערים שהשתתפו בהתערבות אתגרית תהיה גבוהה מזו שתימצא בקרב קבוצת הנערים שלא השתתפו בהתערבות אתגרית.

ב. התערבות באמצעות אתגר תהיה אפקטיבית בקרב בעלי רמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות בחיפוש ריגושים. כלומר, תימצא עליה רבה יותר בשביעות הרצון מהקבוצה בקרב בעלי רמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה לעליה שתימצא (אם בכלל) בקרב בעלי רמות נמוכות בחיפוש ריגושים.

ג. התערבות באמצעות אתגר תהיה אפקטיבית בקרב בעלי רמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות באימפולסיביות. כלומר, תימצא עליה רבה יותר בשביעות הרצון מהקבוצה בקרב בעלי רמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה לעליה שתימצא (אם בכלל) בקרב בעלי רמות נמוכות באימפולסיביות.

שיטת המחקר

אוכלוסיית המחקר

המדגם כלל 97 נערים בנים ישראלים ותיקים ודור שני לעולים, המטופלים במסגרת קידום נוער או במרכזים רב תחומים לנוער בסיכון של עמותת עלם. המדגם הורכב משש קבוצות, כאשר בכל קבוצה השתתפו כ- 15 נערים. נכללו במחקר נערים בגילאי 13-18, שדיווחו על שימוש בחומרים פסיכואקטיביים: נדיפים, אופייטים, אמפטמינים, מעוררי הזיות, חשיש, מריחואנה, גראס, אקסטזי, קוקאין, וכן בחומרים חוקיים ביניהם חגיגת, אלכוהול וסיגריות. תקופת השימוש הוגדרה כתקופה של למעלה מחודש בתדירות של למעלה מאחת לשבוע. הדגימה התבצעה על פי נגישות החוקרת למסגרות הטיפוליות, ובשל שיתוף פעולה והתעניינות במחקר הן מצד החברה המפעילה את ההתערבות, והן מצד המסגרות הטיפוליות לנוער.

כלים

1.<u>שאלון חיפוש ריגושים ואימפולסיביות</u> מקוצר המבוסס על שאלון האישיות חיפוש ריגושים של זוקרמן וקולמן (Zuckerman & Kuhlman, 2000) (נספח 2). מהימנות השאלון הינה 0.77. השאלון נמצא מהימן ותקף, ונעשה בו שימוש לאחרונה במחקר בנושא התנהגויות סיכוניות בקרב בני נוער

(מלקמן, 2010). דוגמא לשאלה : "אני אוהב לעשות דברים לשם הריגוש". במידה והנבדק ענה "כן", קיבל נקודה אחת (1), ובמידה וענה "לא" לא קיבל ניקוד (0). המדד הסופי חושב על פי סכום הנקודות. הניקוד המקסימאלי בשאלון הוא 19, והוא מעיד על רמת חיפוש הריגושים הגבוהה ביותר. הניקוד המינימאלי בשאלון הוא 0, והוא מעיד על רמת חיפוש הריגושים הנמוכה ביותר.

2. שאלוני אימפולסיביות תכונתית - שאלון I7 - שאלון האימפולסיביות של אייסנק, פירסון, איסטינג ואלסופ (Eysenck, Pearson, Easting & Allsopp, 1985) (נספח 3). השאלון הינו בגרסתו השביעית וכולל 54 שאלות, המשתייכות לשלושה תתי סולמות: אימפולסיביות צרה, אמפתיה והרפתקנות. מהימנות השאלון לפי איסניאק ועמיתיו (Eysenck et al, 1985) הינה: אימפולסיביות - 0.84 בקרב גברים ו-0.83 בקרב נשים. הרפתקנות – 0.85 בקרב גברים ו- 0.84 בקרב נשים. אמפתיה 0.69 בקרב גברים ונשים. דוגמא לשאלה : האם לעיתים קרובות אתה קונה דברים מתוך דחף? במידה והנבדק ענה "כן", קיבל נקודה אחת (1), ובמידה ויענה "לא" לא קיבל ניקוד (0). המדד הסופי מחושב על פי סכום הנקודות. הניקוד המקסימאלי בשאלון הוא 54, אשר מעיד על אימפולסיביות גבוהה ביותר הניקוד המינימאלי בשאלון הוא 0, אשר מעיד על אימפולסיביות נמוכה ביותר. השאלון תורגם לעברית על ידי רותם אהרוני (1999) במסגרת עבודת תזה ונתונים פסיכומטריים נוספים מופיעים בעבודת התיזה של נהרי (2001).

3. שאלון כמיהה לסמים- שאלון HCQ של (Tiffany, Fields, Singleton, Haertzen & Henningfield, 1995) (נספח 4). השאלון נוסה במחקרם של שוסטר, גרינוולד ג'ונסון, כריס וסטפן (Schuster, Greenwald, Johanson, Chris & Stephen, 1995). השאלון כולל 45 פריטים בהם תזכורת להרואין ולשימוש בו. השאלון תורגם לעברית בשיטת התרגום החוזר ונמצא מהימן ותקף (Rabinovitz, in press) ונעשה בו שימוש לאחרונה במחקר ישראלי בקרב נפגעי סמים בשיקום (גונן, 2008). דוגמא לשאלה: "אם היה הרואין ממש לידי, זה היה לי קשה מידי שלא להשתמש בו". הנבדקים הונחו לדרג את מידת הסכמתם לכל היגד על סולם בן 7 דרגות כאשר 1 "לא מסכים" ו - 7 "מסכים מאד". נבדק קיבל את הניקוד 1- 7 לפי התשובה (מספר) אותה יקיף. הציון הסופי של כל נבדק חושב לפי ממוצע תשובותיו. השאלון המקורי שואל אודות כמיהה להרואין. במחקר הנוכחי הונחו הנבדקים בתחילת השאלון לחשוב על הסם המועדף עליהם ולהתייחס אליו בכל השאלות. בכל מקום בו הופיע בניסוח השאלון המקורי "הרואין", הופיע בשאלון הנוכחי רווח מסומן בקו תחתי והנבדק התבקש לציין את שם הסם המועדף.

4. שאלון שימוש בסמים- שאלון שפותח על ידי קנדל (Kandel ,1976) ותורגם לעברית על ידי שוהם, רהב, אספורמס, בלאו, ואחרים (Shoham, Rahav, Esformes, Blau, et al, 1978) (נספח 5). השאלון כולל פריטים השואלים לגבי שימוש בחומרים פסיכואקטיבים שונים, חוקיים ובלתי חוקיים. ההתייחסות היא לשני מימדי זמן – שימוש בשנה האחרונה ושימוש בחודש האחרון. מהימנות השאלונים- בהתאמה : 0.73, 0.70 (ברנע, 1985). בהתאם לשימוש שנעשה בשאלון זה במחקרים אפידמיולוגים בארץ, הנבדקים נשאלו בו זמנית על שתי תקופות הזמן (בר ועמיתיה, 1995).

5. שאלון נתונים דמוגרפים- (נספח 6) השאלון מכיל פריטים כמו : גיל, מין, מקום מגורים, ארץ לידה, שנת עלייה, השתייכות דתית, מצב כלכלי, רמת השכלה, הרגלי שימוש בסמים של המשתתפים, של חבריהם ושל בני משפחה קרובים, הרגלי התנהגות סיכונית, הרגלי שימוש בחומרים חוקיים, כמו אלכוהול וסיגריות הפרעות התמכרות אחרות, תיקים במשטרה על שימוש בסמים, או עבירה אחרת, טיפול בצל החוק (קצינת מבחן).

6. שאלון כללי- (נספח 7) השאלון כלל שאלות בודדות, הנוגעות לבני הנוער במגוון תחומים כגון מצב רוחם, שביעות רצונם מהקשר עם חבריהם לקבוצה ועוד.

מערך המחקר

המחקר הינו מחקר ניסויי וכלל שלוש מדידות. המחקר בחן השפעת התערבות (לפני\אחרי), אימפולסיביות (גבוהה, נמוכה) וחיפוש ריגושים (גבוה, נמוך) על כמיהה, מצב רוח וקשרים חברתיים. מדידת המשתנים הייתה בארבע נקודות זמן : מדידה 1- שבוע לפני ההתערבות (מדידת כמיהה, מצב רוח ומידת שביעות רצון מהקשר עם חברי הקבוצה, מדידה 2- סמוך לתחילת ההתערבות (כמיהה, מצב רוח ומידת שביעות רצון מהקשר עם חברי הקבוצה), מדידה 3- בתום ההתערבות (כמיהה, מצב רוח ומידת שביעות רצון מהקשר עם חברי הקבוצה), ומדידה 4- שבוע לאחר ההתערבות (כמיהה, מצב רוח, מידת שביעות רצון מהקשר עם חברי הקבוצה, שאלוני האישיות, הרגלי שימוש בסמים ושאלון פרטים אישיים).

הליך המחקר

לאחר הסכמת גורמי השדה נערכה פגישה ראשונה עם המשתתפים. בפגישה הוצגה ההתערבות והושגה הסכמתם לאחר הסבר מפורט על ההשתתפות במחקר תוך כדי הדגשת התהליך שיתבצע, וחלוקת אישורי הורים להשתתפות במחקר. כדי לשמור על אנונימיות, סודיות ויצירת אמון בין החוקרת לנבדקים הודגש שכל השאלונים אינם מכילים פרטים אישיים, וכל השאלונים יוכנסו למעטפה אטומה ולאחר מכן יועברו לתיבת איסוף קולקטיבית, שלא תיפתח עד סוף המחקר. במפגש הבא הועברו השאלונים. כל אחד מהמשתתפים בחר קוד באמצעותו זווגו השאלונים במדידות

השונות. במהלך המדידה ה-1 הועברו שאלוני כמיהה, מצב רוח ומידת שביעות רצון מהקשר עם חברי הקבוצה בסדר מתחלף (קאונטר בלנס). מדידה 2 התקיימה בסמוך לתחילת ההתערבות אז הועברו שאלוני כמיהה, מצב רוח ומידת שביעות רצון מהקשר עם חברי הקבוצה בסדר מתחלף. העברה 3 התקיימה בתום ההתערבות, גם אז הועברו שאלוני כמיהה, מצב רוח ומידת שביעות רצון מהקשר עם חברי הקבוצה בסדר מתחלף. מדידה 4 התקיימה כשבוע לאחר הפעילות במסגרת מפגש קבוצתי, ואז הועברו שאלוני כמיהה, מצב רוח ומידת שביעות רצון מהקשר עם חברי הקבוצה בסדר מתחלף (קאונטר בלנס) לאחריהם הועברו שאלוני אישיות (בסדר מתחלף) ולבסוף שאלוני פרטים אישיים. ארבעת המדידות נערכו בנוכחות החוקרת, בכדי לתת מענה על שאלות הנובעות מקשיי שפה, או הבנת הנקרא, וכן להפיג לחץ שעלול להיווצר מקריאת השאלון.

התערבות האתגר נערכה בשטחי חוץ, כלומר גינות, פארקים ויערות, בהתאם לסביבה הסמוכה לעיר בה מתקיימת הפעילות. כל קבוצה קיימה את ההתערבות בנפרד. ההתערבות נערכה כשלוש שעות, והחלה בפעילויות אתגריות אישיות: טיפוס על חבלים, מטווחי ירי בכלים שונים (נשפנים/ כדורי צבע) על מטרות נייחות. המשך ההתערבות כללה משימות צוותיות: תרגילי כיתה (O.D.T), משחקי מנהיגות והישרדות וניווטי שטח, שהתבצעו לאחר חלוקה לקבוצות, וכללו יציאה לשטח עם מפות ומצפן, כאשר על חברי הקבוצה להגיע ליעד.

שיקולים אתיים

המחקר נעשה מתוך הכרה במטרתו, תועלתו וחדשנותו. איסוף הנתונים במחקר נעשה על ידי מינימום פגיעה בנחקרים, על ידי בקשה להסכמה מדעת ונתינת אפשרות בחירה חופשית להשתתף במחקר או לפרוש בכל עת. רק נבדקים שנתנו הם והוריהם הסכמה מדעת השתתפו במחקר. הסכמה זו הושגה באמצעות מכתבים אישיים, אשר הסבירו את נושא המחקר וחשיבותו תוך הדגשה כי ההשתתפות אנונימית, ואינה מהווה סכנה לפגיעה בשום דרך שהיא במשתתפים. בכל מקרה לא צוינו פרטים מזהים על השאלונים, אלא נעשה שימוש בקוד שינתן באקראי לכל נבדק על מנת לזווג בין השאלונים שמולאו לפני ההתערבות ולאחריה. הנתונים נשמרו בקובץ מוגן סיסמא, והשאלונים יושמדו בתום המחקר. בכל מקרה חשוב להדגיש כי כל המשתתפים המשיכו להשתתף בתכנית הטיפולית במסגרת בה היו חברים לפני ההתערבות וכי אנשי צוות הטיפול עומדים לרשותם בכל עת למענה על שאלות ולהתמודדות עם קשיים, במידה והתעוררו בעקבות השתתפות במחקר ובהתערבות, למרות שמהידוע בספרות לא היו צפויים קשיים כאלה.

תוצאות

תמצית שיטת ניתוח הנתונים ועיקר ממצאי המחקר

מחקר זה בחן את השפעת התערבות באמצעות אתגר על כמיהה לסמים, על מצב רוח חיובי ועל שביעות רצון מהקשרים החברתיים בקרב בני נוער. מערך המחקר כלל חלוקת שאלונים לקבוצת ניסוי (אלו שהשתתפו בפעילות), ולקבוצת ביקורת (אלו שלא השתתפו) בארבעה מועדים: 1 - שבוע לפני ההתערבות, 2- סמוך לתחילת ההתערבות, 3- מייד בתום ההתערבות, 4 - שבוע לאחר ההתערבות. ריבוי המדידות והמשתנים התלויים, הובילו לריבוי ממצאים, לכן פרק התוצאות ידגיש את המועדים בהם השינוי בין המדידות ובין הקבוצות היה משמעותי ביותר. הפרק יתייחס לממצאים שנמדדו במועד 3 (מייד בתום ההתערבות), וכן לשינוי שנמדד בין מועד 1- (שבוע לפני ההתערבות) לבין מועד 3 (מייד בתום ההתערבות), כלומר הדלתא (Δ) שנמדדה בין המועדים. בפרק זה לא תהיה התייחסות למועד 4 (שבוע לאחר ההתערבות), מאחר והממצאים של מועד זה היו דומים מאוד לממצאים של מועד 1 (שבוע לפני ההתערבות). כמו כן, פרק הממצאים, לא יתייחס להשוואה בין מועד 2 (סמוך לתחילת ההתערבות) ל-3 (מייד בתום ההתערבות), כיוון שכבר במועד 2 חל שינוי בהשוואה למועד 1 (שבוע לפני ההתערבות), מגמה שהגיעה לשיאה במועד 3 (מייד בתום ההתערבות), שכנראה נבעה בעיקר מתחושת ההתרגשות של בני הנוער סמוך לתחילת ההתערבות.

המחקר בדק את השפעת ההתערבות על המשתנים התלויים כתלות במשתני האישיות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות. לבדיקת השאלה האם משתני האישיות ממתנים את הקשר בין המשתנים הבלתי תלויים (חיפוש ריגושים, אימפולסיביות והתערבות באמצעות אתגר) למשתנים התלויים (כמיהה לחומרים, מצב רוח חיובי ושביעות רצון מההקשרים החברתיים), בוצעו רגרסיות היררכיות בשלבים. בשלב הראשון הוכנסו לרגרסיה האפקטים העיקריים, לפי המודל שנבדק ומוצג בנספח 1. בשלב השני הוכנסו האינטראקציות הזוגיות בין המשתנים הבלתי תלויים בינם לבין עצמם. בשלב השלישי הוכנסו משתני האישיות אימפולסיביות וחיפוש ריגושים. המשתנים הרציפים שהוכנסו לרגרסיות, הועברו תחילה לציוני תקן, כדי להימנע מבעיות של קוליניאריות, כשהמשתנה הבלתי תלוי והמשתנה הממתן "מורכזו", במטרה לצמצם בעיות של קולינאריות בין משתנים והאינטראקציה שלהם. המשתנים הדיכוטומיים הוכנסו כמשתני dummy, עם ערך של 0 עבור קטגוריה אחת וערך של 1 עבור השנייה (0 מייצג קבוצת ביקורת ו- 1 מייצג קבוצת ניסוי). הסבר מפורט ראה בנספח 12.

מחקר זה מתייחס גם לנתוני תדירות צריכת חומרים בקרב בני הנוער. ניתוח הממצאים כלל בחינה של האופן בו תדירות צריכת חומרים ממתנת את הקשרים בין המשתנים. לצורך כך, חולקו ממצאי שאלון תדירות השימוש בחומרים במהלך השנה האחרונה לשלוש קטגוריות: לא השתמש כלל, תדירות שימוש נמוכה (1-9 פעמים) ותדירות שימוש גבוהה (10 פעמים ומעלה). הממצאים יתייחסו לארבע קטגוריות, הכוללות חומרים לגביהם דיווחו הנערים על שימוש: 1- סיגריות, 2- משקאות חריפים (כולל בירה לבנה) , 3- חשיש, מריחואנה וגראס, 4- ממריצים.

עיקר ממצאי המחקר, בהתאם להשערות המחקר ולניתוחים נוספים שנערכו:

כמיהה לסמים

1.א. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין עיתוי המדידה לגבי כמיהה, כך שהכמיהה הנמוכה ביותר נמדדה בקבוצת הניסוי במועד 3 (מייד בתום ההתערבות). בקבוצת הביקורת לא נמצאו הבדלים מובהקים בכמיהה במועדי הבדיקה השונים.

1. ב. **<u>לא נמצאה</u>** אינטראקציה בין חיפוש ריגושים לבין השתתפות בהתערבות לגבי: א. כמיהה לסמים, ב. שינוי בכמיהה לסמים בין מועד 1 ל-3, ג. חשק להשתמש בסמים וד. שינוי בחשק להשתמש בסמים בין מועד 1 ל-3. כלומר, המשתנה האישיותי חיפוש ריגושים לא נמצא כגורם המשפיע על אפקטיביות ההתערבות לגבי המשתנים הללו.

1.ג. **<u>לא נמצאה</u>** אינטראקציה בין אימפולסיביות לבין השתתפות בהתערבות לגבי: א. כמיהה לסמים, ב. שינוי בכמיהה לסמים בין מועד 1 ל-3, ג. חשק להשתמש בסמים ו- ד. שינוי בחשק להשתמש בסמים בין מועד 1 ל-3.

מצב רוח חיובי

2.א. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות ועיתוי המדידה לגבי מצב רוח חיובי, כך שמצב הרוח החיובי הגבוה ביותר נמדד מיד לאחר ההתערבות. בקבוצת הביקורת לא נמצאו הבדלים מובהקים במצב הרוח החיובי במועדי הבדיקה השונים.

2.ב. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין חיפוש ריגושים לבין השתתפות בהתערבות לגבי מצב רוח חיובי, כך **<u>שבקבוצת הביקורת</u>** נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין מצב רוח חיובי. בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים לבין התערבות לגבי מצב רוח חיובי.

2.ג. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין אימפולסיביות לבין השתתפות בהתערבות לגבי מצב רוח חיובי, כך שבקבוצת הניסוי נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות והתערבות לבין מצב רוח חיובי. כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה, כך מצב הרוח החיובי בתום ההתערבות היה נמוך. בקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות לבין התערבות ומצב רוח חיובי.

שביעות רצון מההקשרים החברתיים

3.א. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות ועיתוי המדידה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים, כך ששביעות הרצון הגבוהה ביותר נמדדה מיד בתום ההתערבות. בקבוצת הביקורת לא נמצאו הבדלים מובהקים ברמות שביעות הרצון מההקשרים החברתיים במועדי הבדיקה השונים.

3.ב. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין חיפוש ריגושים לבין השתתפות בהתערבות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים, כך **<u>שבקבוצת הביקורת</u>** נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים כך שככל שחיפוש הריגושים היה גבוה יותר, כך שביעות הרצון הייתה חזקה יותר. בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים לבין התערבות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים.

3.ג. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין אימפולסיביות לבין השתתפות בהתערבות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים, כך **<u>שבקבוצת הביקורת</u>** נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים. בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין אימפולסיביות לבין התערבות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים.

הרגלי שימוש בחומרים וכמיהה לחומרים

1.ב.1. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שתיית אלכוהול וחיפוש ריגושים לגבי כמיהה לסמים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים וכמיהה. כלומר, בקרב בני נוער בקבוצת הניסוי, המאופיינים בתדירות שתיית אלכוהול נמוכה, נמצא שככל שרמת חיפוש הריגושים גבוהה יותר, כך רמת הכמיהה חזקה יותר. עבור יתר הנבדקים במחקר (הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת) לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים, אלכוהול והתערבות לגבי כמיהה לסמים.

1.ב.2. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שימוש בחומרים ממריצים וחיפוש ריגושים לגבי כמיהה לסמים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים וכמיהה. כלומר, בקרב נבדקים בקבוצת הניסוי, המאופיינים בתדירות שימוש בממריצים נמוכה, נמצא שככל שרמת חיפוש הריגושים גבוהה, כך חזקה רמת הכמיהה בתום ההתערבות. עבור יתר הנבדקים במחקר (הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי וכלל הנבדקים בקבוצת הביקורת) לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים, ממריצים והתערבות לגבי כמיהה לסמים.

1.ב.3. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שימוש בחשיש או מריחואנה וחיפוש ריגושים לגבי שינוי בחשק להשתמש בחומרים, כך שעבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים ושינוי בחשק להשתמש. כלומר, בקרב נבדקים בקבוצת הביקורת, המאופיינים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה גבוהה, נמצא שככל שרמת חיפוש הריגושים גבוהה, כך חזק השינוי בחשק להשתמש בתום ההתערבות. עבור הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה מקבוצת הביקורת ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים, שימוש בחשיש או מריחואנה והתערבות לגבי שינוי בחשק להשתמש.

1.ג.1. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שתיית אלכוהול ואימפולסיביות לגבי כמיהה לסמים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות וכמיהה לסמים. כלומר, בקרב נבדקים בקבוצת הניסוי, המאופיינים בתדירות שתיית אלכוהול נמוכה, נמצא שככל שרמת האימפולסיביות גבוהה, כך חזקה רמת הכמיהה בתום ההתערבות. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שתיית אלכוהול והתערבות לגבי כמיהה לסמים.

1.ג.2. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שתיית אלכוהול ואימפולסיביות לגבי שינוי בכמיהה לסמים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות ושינוי בכמיהה לסמים. כלומר, בקרב נבדקים בקבוצת הניסוי, המאופיינים בתדירות שתיית אלכוהול נמוכה, נמצא שככל שרמת האימפולסיביות גבוהה, כך חזק השינוי ברמת הכמיהה בתום ההתערבות. עבור הגבוהים

בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שתיית אלכוהול והתערבות לגבי שינוי בכמיהה לסמים.

1.ג.3. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שימוש בחומרים ממריצים ואימפולסיביות לגבי שינוי בכמיהה לסמים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות ושינוי בכמיהה לסמים. כלומר, בקרב נבדקים בקבוצת הביקורת, המאופיינים בתדירות שימוש בממריצים נמוכה, נמצא שככל שרמת האימפולסיביות גבוהה, כך חלש השינוי בכמיהה בתום ההתערבות. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שימוש בחומרים ממריצים והתערבות לגבי שינוי בכמיהה לסמים.

1.ג.4. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין תדירות שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות לגבי כמיהה לסמים, כך שעבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הניסוי ועבור הנמוכים בתדירות שימוש בקבוצת הביקורת נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות וכמיהה לסמים. עבור הנמוכים בתדירות שימוש בקבוצת הניסוי נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שימוש בחשיש או מריחואנה והתערבות לגבי כמיהה לסמים.

1.ג.5. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות לגבי שינוי בכמיהה לסמים, כך שעבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי, ועבור הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות ושינוי בכמיהה. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שימוש בחשיש או מריחואנה והתערבות לגבי שינוי בכמיהה.

1.ג.6. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות לגבי חשק להשתמש בחומרים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הניסוי ועבור הגבוהים בתדירות שימוש בקבוצת הביקורת נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות וחשק להשתמש. עבור הנמוכים בתדירות שימוש בקבוצת הביקורת נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין התערבות לגבי חשק להשתמש. עבור הגבוהים בתדירות שימוש

בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שימוש בחשיש או מריחואנה והתערבות לגבי חשק להשתמש.

1.ג.7. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות לגבי שינוי בחשק להשתמש בחומרים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שימוש בקבוצת הביקורת נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות ושינוי בחשק להשתמש. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בקבוצת הביקורת ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שימוש בחשיש או מריחואנה והתערבות לגבי שינוי בחשק להשתמש.

הרגלי שימוש בחומרים ומצב רוח חיובי

2.ג.1. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין תדירות שתיית אלכוהול ואימפולסיביות לגבי שינוי במצב רוח חיובי, כך שעבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי יש קשר שלילי בין אימפולסיביות ושינוי במצב רוח. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שתיית אלכוהול והתערבות לגבי שינוי במצב הרוח החיובי.

2.ג.2. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין תדירות שימוש בממריצים ואימפולסיביות לגבי מצב רוח חיובי, כך שעבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות ושימוש בממריצים. עבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות ושימוש בממריצים. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי ובקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שימוש בממריצים והתערבות לגבי מצב רוח חיובי.

2.ג.3. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות לבין תדירות שימוש בממריצים ואימפולסיביות לגבי שינוי במצב רוח חיובי, כך שעבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי נמצא קשר הפוך בין אימפולסיביות ושינוי במצב הרוח. כלומר, בקרב נבדקים המאופיינים בתדירות שימוש בממריצים נמוכה, ככל שרמת האימפולסיביות גבוהה, כך מצב הרוח החיובי נמוך יותר. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שימוש בממריצים והתערבות לגבי שינוי במצב רוח חיובי.

הרגלי שימוש בחומרים ושביעות רצון מההקשרים החברתיים

3.ג.1. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות, שתיית אלכוהול ואימפולסיביות לגבי שביעות רצון מההקשרים החברתיים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות ושביעות רצון מההקשרים החברתיים. כלומר, בקרב נבדקים בקבוצת הניסוי, המאופיינים בתדירות שתיית אלכוהול נמוכה, ככל שהאימפולסיביות גבוהה, כך שביעות הרצון מהקשר עם החברים נמוכה. עבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הביקורת נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות ושביעות רצון מההקשרים החברתיים. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ובקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שתיית אלכוהול והתערבות לגבי שביעות רצון מההקשרים החברתיים.

3.ג.2. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות, שימוש בחומרים ממריצים ואימפולסיביות לגבי שביעות רצון מההקשרים החברתיים, כך שעבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות ושביעות רצון מהקשרים החברתיים. עבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות ושביעות רצון מההקשרים החברתיים. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי ובקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות שימוש בממריצים והתערבות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים.

3.ג.3. נמצאה אינטראקציה מובהקת בין השתתפות בהתערבות, שימוש במריחואנה וחשיש ואימפולסיביות לגבי שביעות רצון מההקשרים החברתיים, כך שרק עבור הנמוכים בתדירות שימוש במריחואנה או חשיש בקבוצת הביקורת נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות ושביעות רצון מהקשרים החברתיים. עבור הגבוהים בתדירות שימוש במריחואנה או חשיש בקבוצת הביקורת ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין אימפולסיביות, שימוש במריחואנה וחשיש והתערבות לגבי שביעות רצון מההקשרים החברתיים.

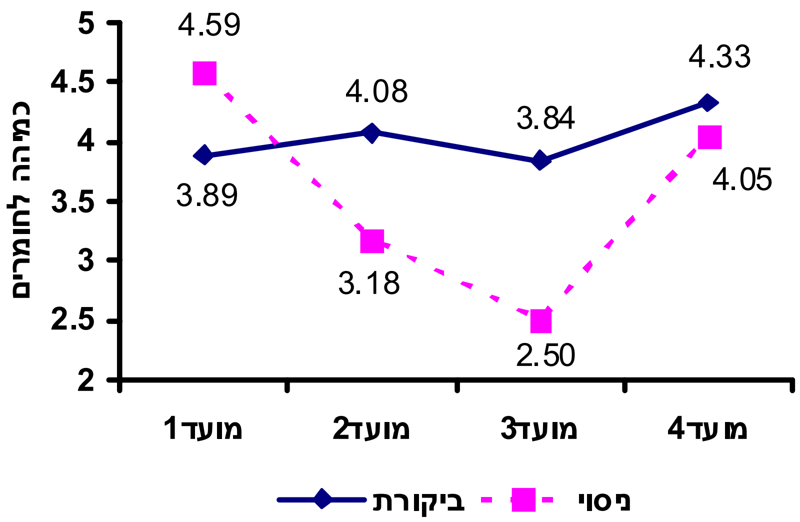
להלן יוצגו ממצאי המחקר ושיטות הניתוח להפקתם בהרחבה :

1. האם התערבות באמצעות אתגר תפחית כמיהה לסמים בקרב בני נוער בסיכון?

השערת המחקר היא כי לאחר ההתערבות תחושת הכמיהה אצל נערים מקבוצת הניסוי תפחת בהשוואה לנערים מקבוצת הביקורת.

לבדיקת השערה זו נעשו ניתוחי שונות דו-כיווניים של תחושת הכמיהה לסמים לפי קבוצה ועיתוי (מועד 1– שבוע לפני ההתערבות, מועד 2 – סמוך לתחילת ההתערבות, מועד 3- מייד בתום ההתערבות, מועד 4– שבוע לאחר ההתערבות) עם מדידות חוזרות עבור עיתוי. לבדיקת מקור האינטראקציות במקרים בהם נמצאו אינטראקציות מובהקות, נעשה שימוש במבחן בונפרוני, המשתמש בשונות הטעות מתוך ניתוח השונות והלוקח בחשבון את מספר ההשוואות שנעשות.

תוצאות שידווחו כמובהקות הן ברמת מובהקות של $p<0.05$. תרשים 1 מציג את התוצאות שהתקבלו. להצגה טבלאית של ממוצעים, סטיות תקן ונתונים נוספים ראה נספח 10.



<u>תרשים 1: אינטראקציה בין קבוצה לבין עיתוי לגבי כמיהה לחומרים</u>

מתרשים 1 ומתוצאות מבחן בונפרוני עולה כי בקבוצת הניסוי נמצא כי, רמת הכמיהה לחומרים במועד 3 (מייד בתום ההתערבות) נמוכה משאר המועדים. במועד 1 (שבוע לפני ההתערבות) נמדדה רמת הכמיהה הגבוהה ביותר.

לעומת זאת, בקבוצת הביקורת לא נמצאו הבדלים מובהקים ברמת הכמיהה לחומרים בין ארבעת המועדים.

בהשוואה בין קבוצת הניסוי והביקורת בכל מועד בנפרד, נמצא כי במועד 1 לקבוצת הניסוי רמת כמיהה גבוהה יותר מאשר לקבוצת הביקורת, ואילו במועדים 2 ו- 3 לקבוצת הניסוי רמת כמיהה נמוכה מקבוצת הביקורת. במועד 4 לא נמצאו הבדלים בין שתי הקבוצות.

1.ב. האם ההתערבות תפחית כמיהה וחשק להשתמש בסמים כתלות במאפיין האישיותי של חיפוש ריגושים?

השערת המחקר היא שאפקטיביות ההתערבות תלויה ברמת חיפוש הריגושים אצל הנבדק. כלומר, תמצא הפחתה משמעותית יותר ברמת הכמיהה לאחר ההתערבות בקרב אלו אשר מאופיינים ברמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה להפחתה שתמצא (אם בכלל) בקרב נבדקים בעלי רמות נמוכות של חיפוש ריגושים.

לבדיקת השערה זו נבדק האם הקשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים, שינוי בכמיהה לסמים בין מועד 1 ל-3, חשק להשתמש בסמים ושינוי בחשק להשתמש בסמים בין מועד 1 ל- 3, שונה בקבוצת הניסוי לעומת קבוצת הביקורת במדידה שנערכה מייד לאחר ההתערבות.

לשם כך, נעשו רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה וחיפוש ריגושים ובשלב השני הוכנסה האינטראקציה שבין קבוצה וחיפוש ריגושים. להסבר מפורט יותר אודות שיטת ניתוח זו, ראה נספח 21. לוח 3 מציג את התוצאות שהתקבלו.

לוח 3: מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של כמיהה לסמים וחשק להשתמש בסמים במועד 3 והשינוי[1] בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, חיפוש ריגושים והאינטראקציה ביניהם

המשתנים המסבירים	כמיהה לסמים	חשק להשתמש	שינוי בכמיהה[1]	שינוי בחשק
	β R^2	β R^2	β R^2	β R^2
שלב 1	.23***	.22***	.35***	.22***
קבוצה[2]	-.45***	-.43***	-.58***	-.46***
חיפוש ריגושים	.18	.19*	-.12	-.09
	β ΔR^2	β ΔR^2	β ΔR^2	β ΔR^2
שלב 2	.01	.001	.01	0
קבוצה X חיפוש ריגושים	.15	-.05	-.19	.03
R^2	.24***	.22***	.37***	.22***
df	3,88	3,89	3,85	3,86
F	9.24***	8.35***	16.55***	8.08***

$*\ p<.05\ \ ***\ p<.001$

[1] השינוי חושב כהפרש בין הציון במועד 3 פחות הציון במועד 1

[2] הקבוצות קודדו: 0 עבור ביקורת ו- 1 עבור ניסוי

מלוח 3 עולה כי השערה זו לא אוששה. לא נמצאו אינטראקציות בין קבוצה לבין חיפוש ריגושים לגבי אף אחד מ- 4 המדדים שנבדקו. כלומר, הקשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים, חשק להשתמש בסמים, שינוי בכמיהה ושינוי בחשק אינו שונה עבור קבוצות הניסוי והביקורת. ממצאים אלו אינם תומכים בהשערה.

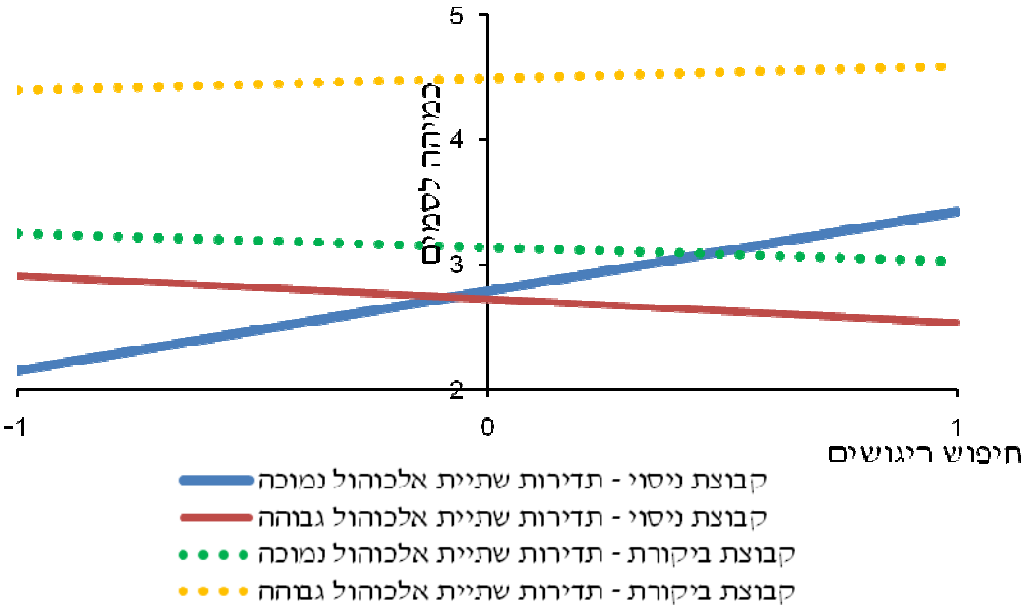
נמצא קשר הפוך בין ההתערבות לבין המשתנים התלויים: רמת הכמיהה והחשק להשתמש גבוהים יותר בקבוצת הביקורת מאשר בקבוצת הניסוי. כמו-כן, נמצאו קשרים שליליים בין ההתערבות לבין השינוי בין מועד 1 ל- 3: בקבוצת הניסוי השינוי בכמיהה ובחשק להשתמש בחומרים גבוה יותר מאשר בקבוצת הביקורת.

עבור שתי הקבוצות נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין חשק להשתמש מייד לאחר ההתערבות ($\beta =0.19, p<.05$). כך שככל שחיפוש הריגושים גבוה יותר, כך החשק להשתמש בסמים גבוה יותר. לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה, שינוי בכמיהה ושינוי בחשק. כלומר, עבור שתי הקבוצות, לא היה שינוי לאור המדידות לפני ואחרי ההתערבות.

במטרה לבדוק האם קיימת אינטראקציה בין מידת השימוש בחומרים שונים (אלכוהול, חומרים ממריצים, מריחואנה וחשיש) לבין חיפוש ריגושים וקבוצה לגבי כמיהה או חשק להשתמש מיד לאחר ההתערבות, נעשו 4 רגרסיות הירכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה, חיפוש ריגושים ושימוש בחומר מסוים, בשלב השני הוכנסו האינטראקציות הזוגיות בין שלושת משתנים אלו ובשלב השלישי הוכנסה האינטראקציה המשולשת בין קבוצה, חיפוש ריגושים ושימוש בחומר מסוים.

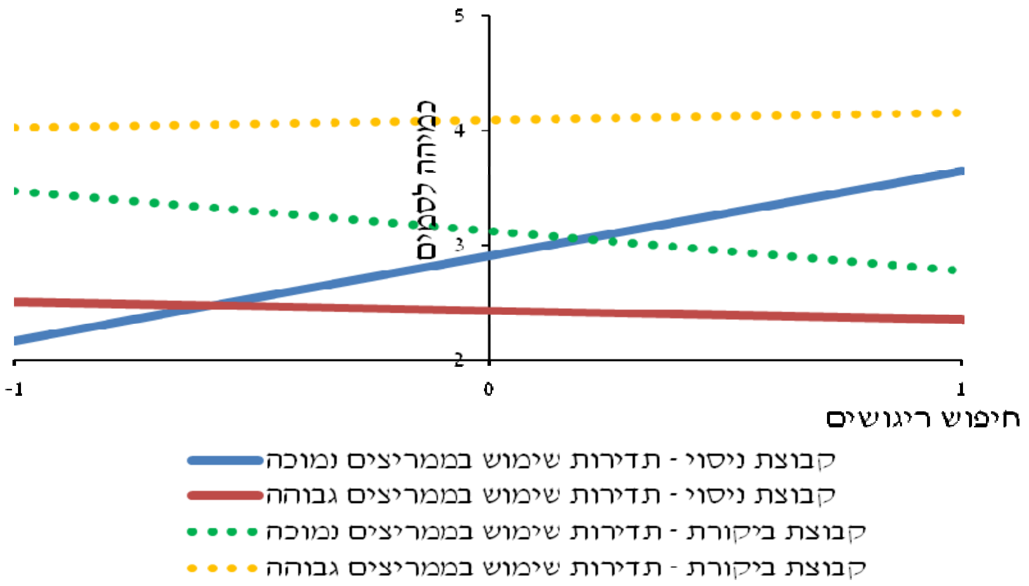
נמצאו 3 אינטראקציות משולשות מייד לאחר ההתערבות (מועד 3):

אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שתיית אלכוהול וחיפוש ריגושים** לגבי **כמיהה לסמים** ($\beta=-0.31,$ $p<0.05$), אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שימוש בחומרים ממריצים וחיפוש ריגושים** לגבי **כמיהה לסמים** ($\beta =0.33, p<0.05$) ואינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שימוש בחשיש או מריחואנה וחיפוש ריגושים** לגבי **שינוי בחשק להשתמש בחומרים** ($\beta =0.42, p<0.05$). לבדיקת מקורות האינטראקציה שורטטו קווי התסוגה של חיפוש ריגושים על כמיהה ושינוי בחשק להשתמש כפונקציה של קבוצה ושימוש בחומר מסוים עבורו נמצאה אינטראקציה משולשת. תרשימים 2-4 מציגים את האינטראקציות שהתקבלו. להצגת מקדמי הרגרסיה להסבר השונות ראה נספח 11.



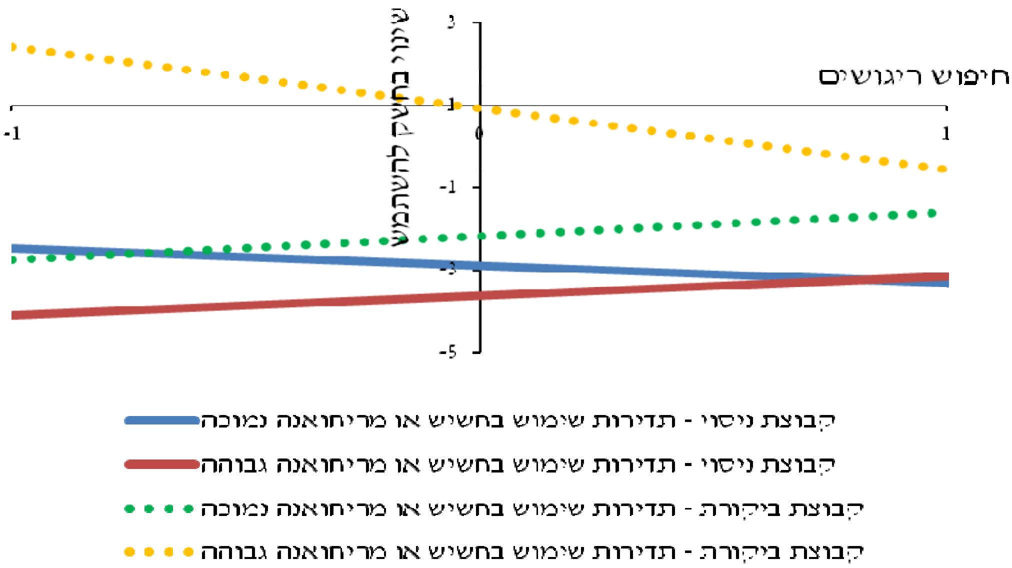
<u>תרשים 2: אינטראקציה בין קבוצה, שתיית אלכוהול וחיפוש ריגושים לגבי כמיהה לסמים</u>

מתרשים 2 עולה כי רק עבור **הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול** בקבוצת הניסוי יש קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה ($b=0.64$, $t(83)=3.38$, $p<0.01$) – כלומר, ככל שחיפוש הריגושים גבוה יותר כך הכמיהה לסמים גבוהה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי אין קשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים ($b=-0.19$, $t(83)=0.75$, ns). עבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הביקורת אין קשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים ($b=-0.11$, $t(83)=0.38$, ns). כמו-כן, עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הביקורת אין קשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים ($b=0.10$, $t(83)=0.38$, ns).



<u>תרשים 3: אינטראקציה בין קבוצה, שימוש בממריצים וחיפוש ריגושים לגבי כמיהה לסמים</u>

מתרשים 3 עולה כי רק עבור **הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים** בקבוצת הניסוי יש קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים ($b=0.74$, $t(83)=3.58$, $p<0.01$) – כלומר, ככל שרמת חיפוש הריגושים גבוהה יותר כך הכמיהה לסמים גבוהה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי אין קשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים ($b=-0.08$, $t(83)=0.26$, ns). עבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת אין קשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים ($b=-0.35$, $t(83)=-1.24$, ns). עבור הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת אין קשר בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה לסמים ($b=0.06$, $t(83)=0.23$, ns).



<u>תרשים 4: אינטראקציה בין קבוצה, שימוש בחשיש או מריחואנה וחיפוש ריגושים לגבי שינוי בחשק להשתמש</u>

מתרשים 4 עולה כי רק עבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת יש קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין שינוי בחשק להשתמש ($b=-1.49$, $t(81)=2.46$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שרמת חיפוש הריגושים גבוהה יותר כך השינוי בחשק להשתמש גבוה יותר. עבור הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה מקבוצת הביקורת ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי אין קשר בין חיפוש ריגושים לבין שינוי בחשק להשתמש.

ג. האם ההתערבות תפחית כמיהה או חשק להשתמש כתלות באימפולסיביות?

השערת המחקר היא שאפקטיביות ההתערבות תלויה ברמת האימפולסיביות אצל הנבדק. כלומר, תמצא הפחתה משמעותית יותר ברמת הכמיהה לאחר ההתערבות בקרב אלו אשר מאופיינים ברמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה להפחתה שתמצא (אם בכלל) בקרב נבדקים בעלי רמות נמוכות של אימפולסיביות.

לבדיקת השערה זו נבדק האם הקשר בין אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים, שינוי בכמיהה לסמים בין מועד 1 ל-3, חשק להשתמש בסמים ושינוי בחשק להשתמש בסמים בין מועד 1 ל- 3, שונה בקבוצת הניסוי לעומת קבוצת הביקורת במדידה שנערכה מייד לאחר ההתערבות.

לשם כך, נעשו רגרסיות הירככיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה ואימפולסיביות ובשלב השני הוכנסה האינטראקציה שבין קבוצה ואימפולסיביות. לוח 5 מציג את התוצאות שהתקבלו.

מלוח 5 עולה כי השערה זו לא אוששה.

לא נמצאו אינטראקציות מובהקות בין קבוצה לבין אימפולסיביות לגבי ארבעת המדדים שנבדקו. כלומר, הקשר שבין אימפולסיביות לבין כמיהה, חשק להשתמש, שינוי בכמיהה ושינוי בחשק להשתמש אינו שונה עבור הקבוצות הניסוי והביקורת. ממצאים אלו אינם תומכים בהשערה.

נמצא קשר שלילי בין קבוצה לבין כמיהה וחשק להשתמש, שנמצאו גבוהים יותר בקבוצת הביקורת מאשר בקבוצת הניסוי. כמו-כן, נמצאו קשרים שליליים בין קבוצה לבין השינוי ממועד 1 ל- 3 : בקבוצת הניסוי השינוי בכמיהה ובחשק להשתמש גבוה יותר מאשר בקבוצת הביקורת.

לגבי אימפולסיביות, לא נמצא קשר בין אימפולסיביות לבין ארבעת המדדים.

<u>לוח 5: מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של כמיהה לסמים וחשק להשתמש בסמים במועד 3 והשינוי[3] בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, אימפולסיביות והאינטראקציה ביניהם</u>

המשתנים המסבירים	כמיהה לסמים		חשק להשתמש		שינוי בכמיהה		שינוי בחשק	
	β	R^2	β	R^2	β	R^2	β	R^2
שלב 1	***.20		***.19		***.35		***.23	
קבוצה[4]	***-.44		***-.42		***-.59		***-.47	
אימפולסיביות	06.		10.		-.09		-.14	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	01.		0		0		.02	
קבוצה X אימפולסיביות	13.		01.		08.		.24	
R^2	***.21		***.19		***.35		***.25	
df	3,88		3,89		3,85		3,86	
F	***7.79		***7.02		***15.24		***9.70	

$* p<.05 \quad *** p<.001$

במטרה לבדוק האם קיימת אינטראקציה בין מידת השימוש בחומרים שונים (אלכוהול, חומרים ממריצים, מריחואנה וחשיש) לבין אימפולסיביות וקבוצה לגבי כמיהה, חשק להשתמש מיד לאחר ההתערבות, שינוי בכמיהה, או שינוי בחשק להשתמש, נעשו 4 רגרסיות הירככיות

[3] השינוי חושב כהפרש בין הציון במועד 3 פחות הציון במועד 1

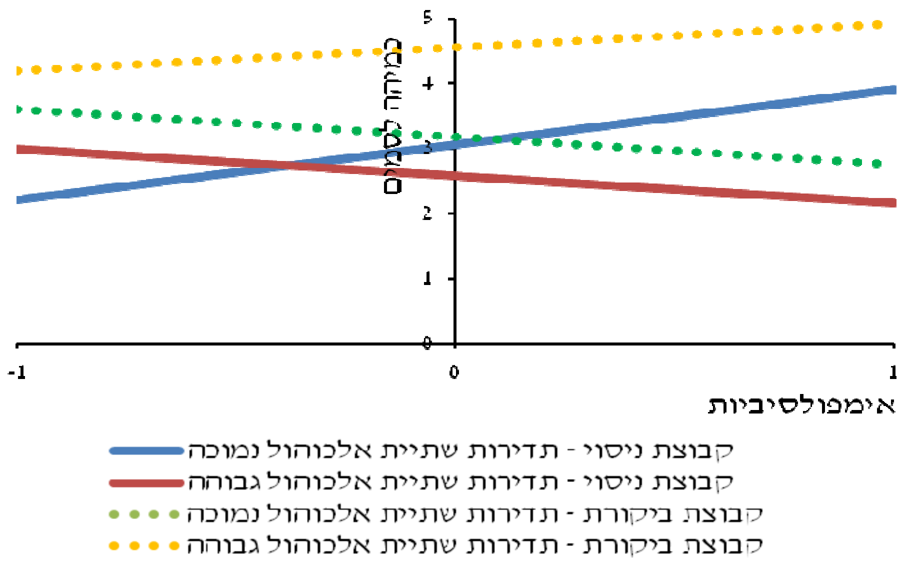
[4] הקבוצות קודדו: 0 עבור ביקורת ו- 1 עבור ניסוי

בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים, בשלב השני הוכנסו האינטראקציות הזוגיות בין שלושת משתנים אלו ובשלב השלישי הוכנסה האינטראקציה המשולשת בין קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים.

נמצאו 7 אינטראקציות משולשות מייד לאחר ההתערבות (מועד 3):

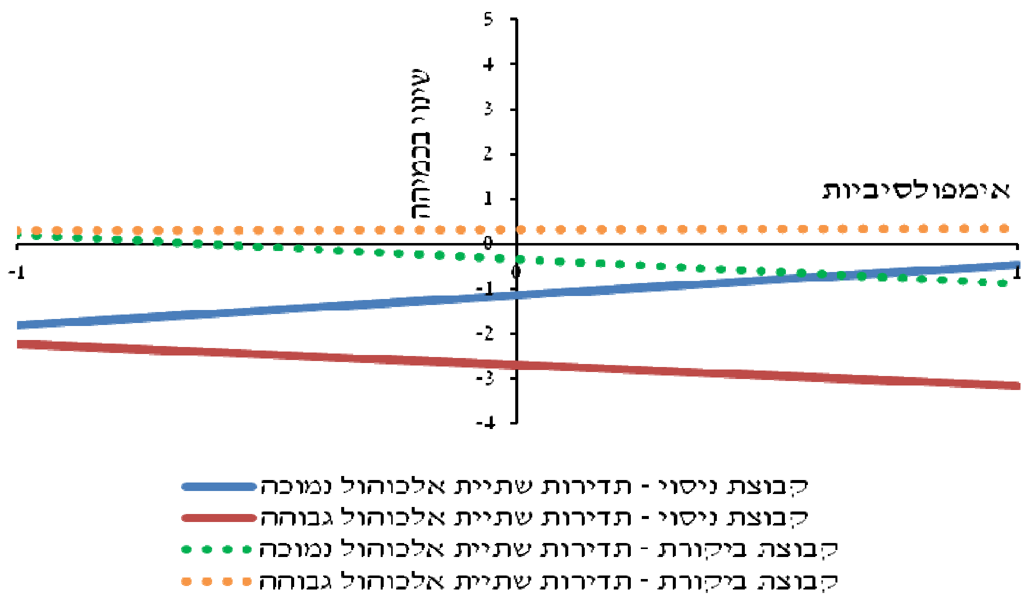
אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שתיית אלכוהול ואימפולסיביות** לגבי **כמיהה לסמים** ($\beta=-0.60$, $p<0.001$), אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שתיית אלכוהול ואימפולסיביות** לגבי **שינוי בכמיהה לסמים** ($\beta=-0.39$, $p<0.05$), אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שימוש בחומרים ממריצים ואימפולסיביות** לגבי **שינוי בכמיהה לסמים** ($\beta=0.2$, $p<0.05$), אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות** לגבי **כמיהה לסמים** ($\beta=-0.56$, $p<0.001$), אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות** לגבי **שינוי בכמיהה לסמים** ($\beta=-0.49$, $p<0.001$), אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות** לגבי **חשק להשתמש בחומרים** ($\beta=-0.48$, $p<0.001$), אינטראקציה בין **קבוצה** ובין **שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות** לגבי **שינוי בחשק להשתמש בחומרים** ($\beta=-0.36$, $p<0.05$).

לבדיקת מקורות האינטראקציה שורטטו קווי התסוגה של אימפולסיביות על כמיהה, חשק להשתמש ושינוי בכמיהה ובחשק כפונקציה של קבוצה ושימוש בחומר מסוים עבורו נמצאה האינטראקציה. תרשימים 5-11 מציגים את האינטראקציות שהתקבלו. להצגת מקדמי הרגרסיה להסבר השונות ראה נספח 12.



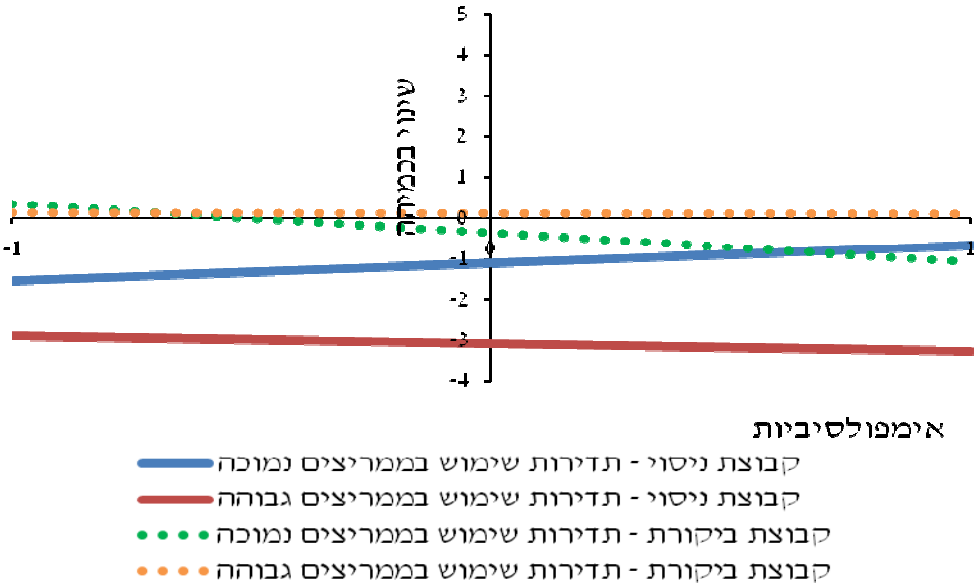
<u>תרשים 5: אינטראקציה בין קבוצה ובין שתיית אלכוהול ואימפולסיביות לגבי כמיהה לסמים</u>

מתרשים 5 עולה כי רק **עבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי** יש קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים ($b=0.85$, $t(83)=3.60$, $p<0.01$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך הכמיהה לסמים גבוהה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת אין קשר בין אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים.



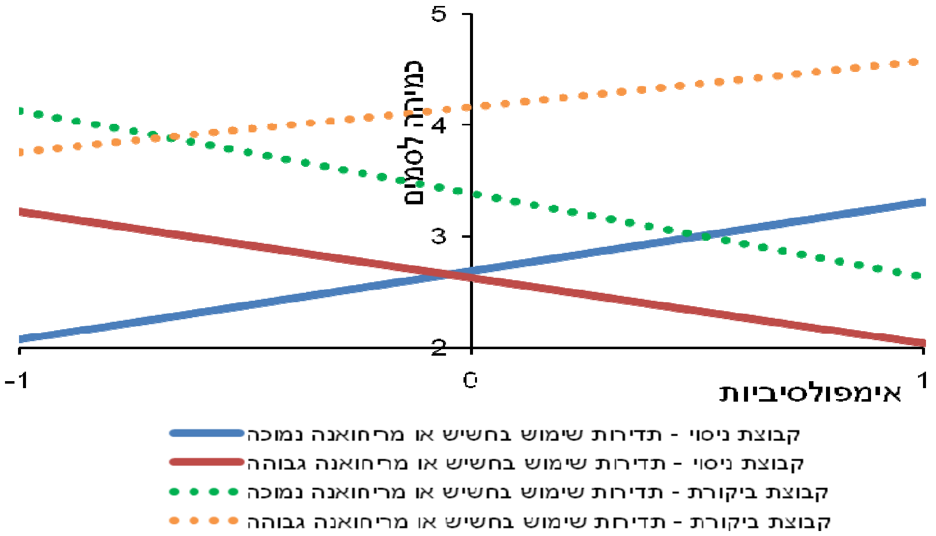
תרשים 6: אינטראקציה בין קבוצה ובין שתיית אלכוהול ואימפולסיביות לגבי שינוי בכמיהה

מתרשים 6 עולה כי רק עבור **הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי** יש קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין שינוי בכמיהה לסמים ($b=0.68$, $t(80)=2.31$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי בכמיהה לסמים גבוה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת אין קשר בין אימפולסיביות לבין שינוי בכמיהה לסמים.



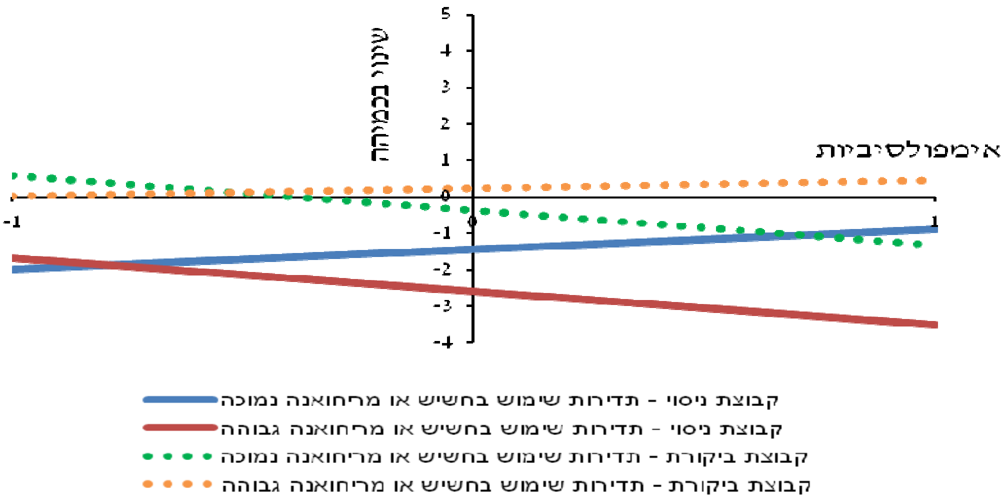
תרשים 7: אינטראקציה בין קבוצה ובין שימוש בממריצים ואימפולסיביות לגבי שינוי בכמיהה

מתרשים 7 עולה כי רק עבור **הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין שינוי בכמיהה לסמים ($b=-0.71$, $t(80)=-2.26$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי בכמיהה לסמים נמוך יותר. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי אין קשר בין אימפולסיביות לבין שינוי בכמיהה לסמים.



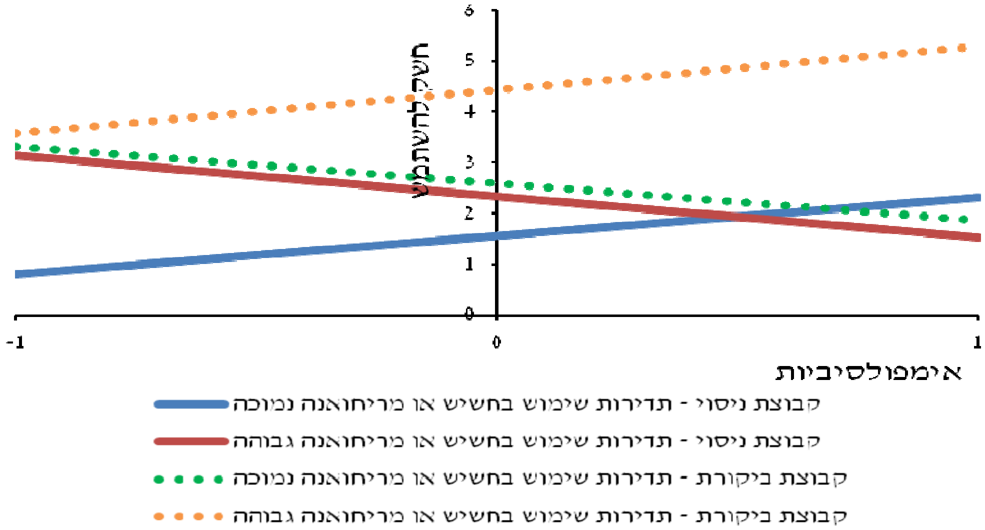
תרשים 8: אינטראקציה בין קבוצה לבין שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות לגבי כמיהה

מתרשים 8 עולה כי עבור **הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הניסוי** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים ($b=-0.60$, $t(83)=-2.01$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך הכמיהה לסמים נמוכה יותר. **עבור הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הניסוי** יש קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים ($b=0.61$, $t(83)=2.93$, $p<0.01$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך הכמיהה לסמים גבוהה יותר. עבור **הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים ($b=-0.75$, $t(83)=-2.22$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך הכמיהה לסמים נמוכה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת אין קשר בין אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים.



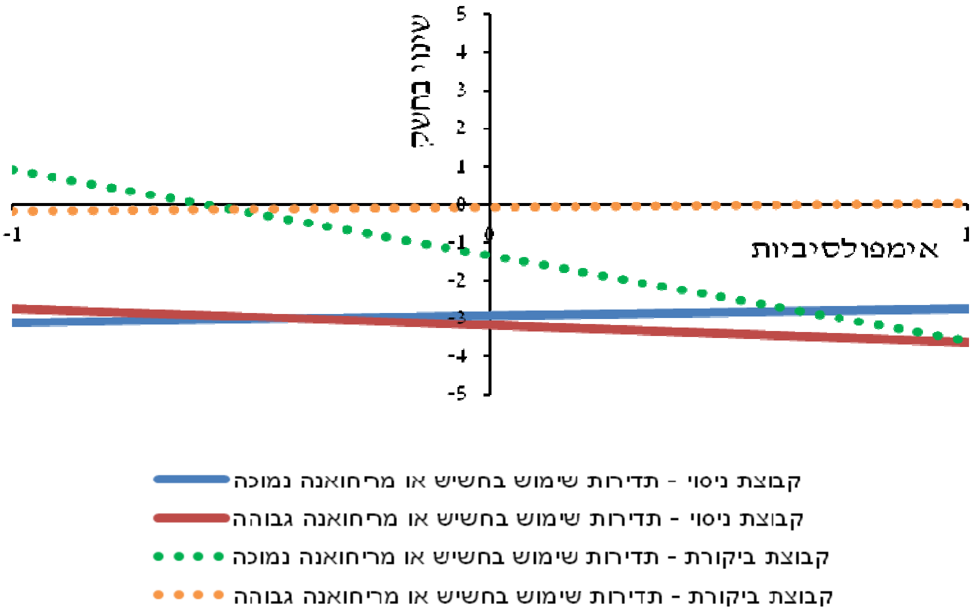
<u>תרשים 9: אינטראקציה בין קבוצה לבין שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות לגבי שינוי בכמיהה</u>

מתרשים 9 עולה כי עבור **הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הניסוי** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין שינוי בכמיהה ($b=-0.91$, $t(80)=-2.89$, $p<0.01$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי נמוך יותר. עבור **הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הניסוי** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין שינוי בכמיהה ($b=0.55$, $t(80)=2.44$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי נמוך יותר. עבור **הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת** יש קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין שינוי בכמיהה ($b=0.21$, $t(80)=0.76$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי נמוך יותר. **עבור הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין שינוי בכמיהה ($b=-0.95$, $t(80)=-2.64$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי נמוך יותר.



תרשים 10: אינטראקציה בין קבוצה לבין שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות לגבי חשק להשתמש

מתרשים 10 עולה כי עבור **הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הניסוי** יש קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין חשק להשתמש ($b=0.75$, $t(83)=2.43$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך החשק להשתמש גבוה יותר. **עבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת** יש קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין חשק להשתמש ($b=0.86$, $t(83)=2.16$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך החשק להשתמש גבוה יותר. עבור **הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין חשק להשתמש ($b=-0.73$, $t(83)=-1.45$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך החשק להשתמש נמוך יותר. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הניסוי אין קשר בין אימפולסיביות לבין חשק להשתמש.



תרשים 11: אינטראקציה בין קבוצה, שימוש בחשיש או מריחואנה ואימפולסיביות לגבי שינוי בחשק להשתמש

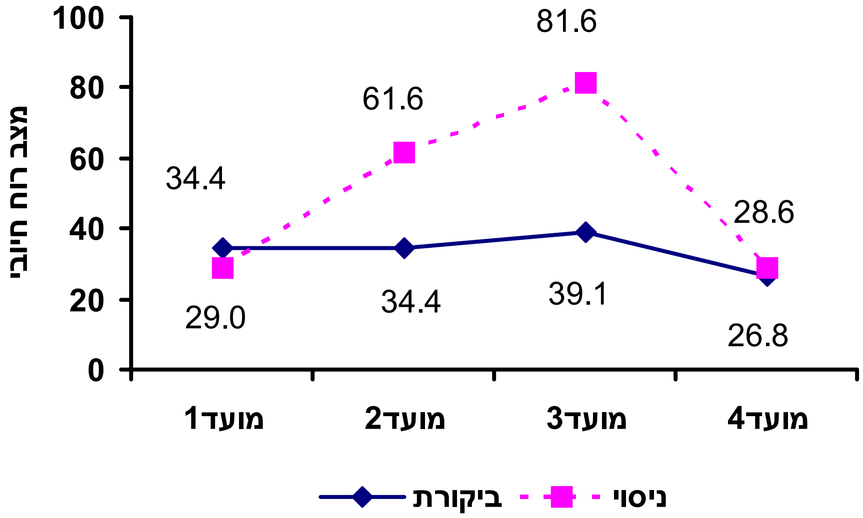
מתרשים 11 עולה כי **עבור הנמוכים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין שינוי בחשק להשתמש ($b=-2.26$, $t(81)=-3.47$, $p<0.001$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי בחשק להשתמש נמוך יותר. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בחשיש או מריחואנה בקבוצת הביקורת ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי אין קשר בין אימפולסיביות לבין שינוי בחשק להשתמש.

2. א. האם התערבות באמצעות אתגר תעלה את מצב הרוח החיובי?

השערת המחקר היא כי לאחר ההתערבות יעלה מצב הרוח החיובי אצל נערים מקבוצת הניסוי בהשוואה לנערים מקבוצת הביקורת. יש לציין שממצאי המחקר יתייחסו לשינוי שחל במצב הרוח החיובי בלבד בקרב המשתתפים, ולא תהיה התייחסות לשינוי במצב רוח שלילי בשל העדר מענה של אחוז גבוה מאוד מבני הנוער לשאלה זו.

לבדיקת ההשערה נעשו ניתוחי שונות דו-כיווניים של מצב רוח חיובי לפי קבוצה ועיתוי עם מדידות חוזרות עבור עיתוי. לבדיקת מקור האינטראקציות במקרים בהם נמצאו אינטראקציות מובהקות, נעשה שימוש במבחן בונפרוני, המשתמש בשונות הטעות מתוך ניתוח השונות והלוקח בחשבון את מספר ההשוואות שנעשו. תוצאות שידווחו כמובהקות הן ברמת מובהקות של $p<0.05$.

תרשים 12 מציג את התוצאות שהתקבלו. להצגה טבלאית של ממוצעים, סטיות תקן ונתונים נוספים ראה נספח 13.



<u>תרשים 12: אינטראקציה בין קבוצה לבין עיתוי לגבי מצב רוח חיובי</u>

מתרשים 12 ומתוצאות מבחן בונפרוני עולה כי:

עבור **קבוצת הניסוי** נמצא כי, מצב הרוח החיובי שנמדד במועד 3 גבוה משאר המועדים. במועד 1 נמוך ממועד 2.

בקבוצת הביקורת לא נמצאו הבדלים מובהקים במצב הרוח החיובי בין ארבעת המועדים.

בהשוואה בין קבוצת הניסוי והביקורת בכל מועד בנפרד, נמצא כי במועד 1 ובמועד 4 אין הבדל במצב הרוח החיובי בין קבוצת הניסוי לקבוצת הביקורת. במועדים 2 ו- 3 לקבוצת הניסוי יותר מצב רוח חיובי מאשר לקבוצת הביקורת.

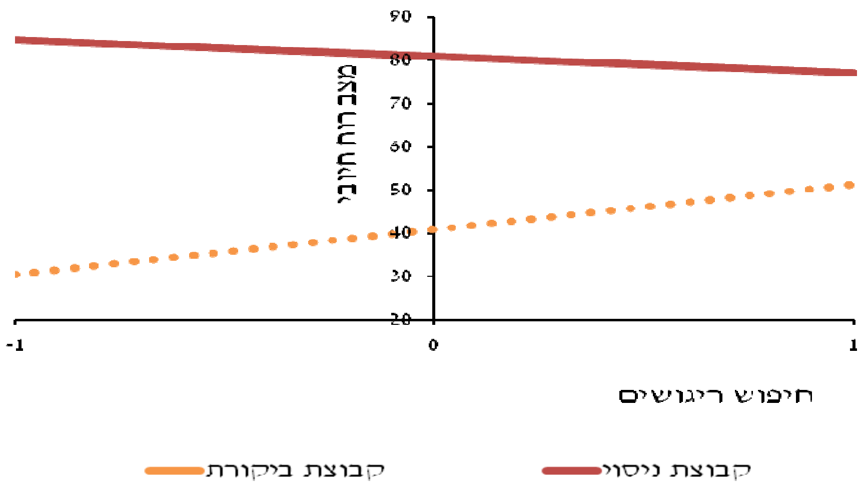
2.ב. האם התערבות באמצעות אתגר תגביר את מצב הרוח החיובי כתלות בחיפוש ריגושים?

השערת המחקר היא שאפקטיביות ההתערבות תלויה ברמת חיפוש הריגושים אצל הנבדק. כלומר, תימצא עלייה רבה במצב הרוח החיובי לאחר ההתערבות בקרב אלו אשר מאופיינים ברמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה לעלייה שתימצא (אם בכלל) בקרב נבדקים בעלי רמות נמוכות של חיפוש ריגושים.

לשם כך נבדק האם הקשר בין חיפוש ריגושים לבין מצב רוח חיובי ושינוי במצב רוח חיובי שונה בקבוצת הניסוי לעומת קבוצת הביקורת מייד לאחר ההתערבות. כלומר, האם הקבוצה ממתנת את הקשר בין חיפוש ריגושים לבין מצב רוח חיובי ושינוי במצב רוח חיובי.

לבדיקת השערה זו נעשו רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה וחיפוש ריגושים ובשלב השני הוכנסה האינטראקציה שבין קבוצה וחיפוש ריגושים. תרשים 13 מציג את האינטראקציה שהתקבלה, כאשר לבדיקת מקורות האינטראקציה שורטטו קווי התסוגה של חיפוש ריגושים על מצב רוח חיובי. להצגה טבלאית של מקדמי רגרסיה מתוקננים להסבר השונות של מצב רוח חיובי במועד 3 והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, חיפוש ריגושים והאינטראקציה ביניהם ראה נספח 14.

מתרשים 13 עולה כי בקבוצת הביקורת יש קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין מצב רוח חיובי ($b=10.47$, $t(88)=2.94$, $p<0.01$) – כלומר, ככל שחיפוש הריגושים גבוה יותר כך מצב הרוח החיובי גבוה יותר. בקבוצת הניסוי אין קשר בין חיפוש ריגושים לבין מצב רוח חיובי.



<u>תרשים 13: אינטראקציה בין קבוצה לבין חיפוש ריגושים לגבי מצב רוח חיובי</u>

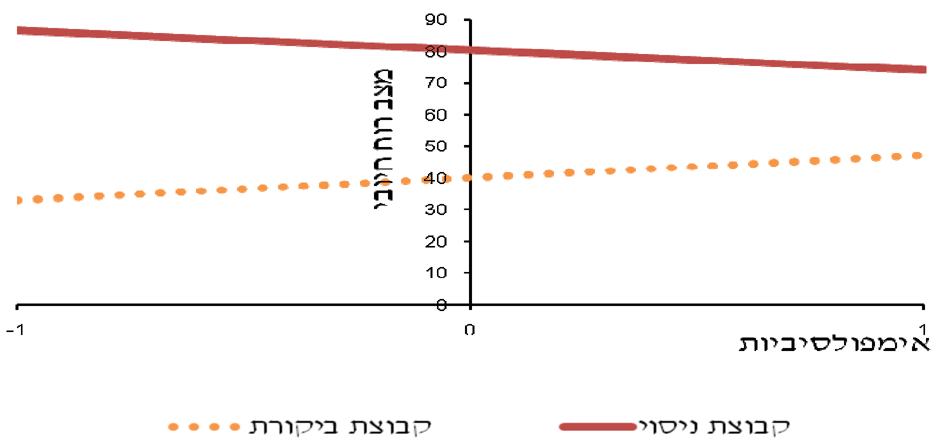
במטרה לבדוק האם קיימת אינטראקציה בין מידת השימוש בחומרים שונים (אלכוהול, חומרים ממריצים, מריחואנה וחשיש) לבין חיפוש ריגושים וקבוצה לגבי מצב רוח חיובי או שינוי במצב רוח חיובי מייד לאחר ההתערבות, נעשו 4 רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה, חיפוש ריגושים ושימוש בחומר מסוים, בשלב השני הוכנסו האינטראקציות הזוגיות בין שלושת משתנים אלו ובשלב השלישי הוכנסה האינטראקציה המשולשת בין קבוצה, חיפוש ריגושים ושימוש בחומר מסוים. לא נמצאו אינטראקציות מובהקות.

ג2. האם התערבות באמצעות אתגר תגביר את מצב הרוח החיובי כתלות במאפיין האישיותי של אימפולסיביות?

השערת המחקר היא שאפקטיביות ההתערבות תלויה ברמת האימפולסיביות אצל הנבדק. כלומר, תימצא עלייה רבה במצב הרוח החיובי לאחר ההתערבות בקרב אלו אשר מאופיינים ברמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה לעלייה שתימצא (אם בכלל) בקרב נבדקים בעלי רמות נמוכות של אימפולסיביות.

לשם כך נבדק האם הקשר בין אימפולסיביות לבין מצב רוח חיובי ושינוי במצב רוח חיובי שונה בקבוצת הניסוי לעומת קבוצת הביקורת מייד לאחר ההתערבות. כלומר, האם הקבוצה ממתנת את הקשר שבין אימפולסיביות לבין מצב רוח חיובי ושינוי במצב רוח חיובי.

לבדיקת השערה זו נעשו רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה ואימפולסיביות ובשלב השני הוכנסה האינטראקציה שבין קבוצה ואימפולסיביות., לבדיקת מקורות האינטראקציה שורטטו קווי התסוגה של אימפולסיביות על מצב רוח חיובי. תרשים 14 מציג את האינטראקציה בין קבוצה לבין אימפולסיביות לגבי מצב רוח חיובי. להצגה טבלאית של מקדמי רגרסיה מתוקננים להסבר השונות של מצב רוח חיובי במועד 3 והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, אימפולסיביות והאינטראקציה ביניהם ראה נספח 15.



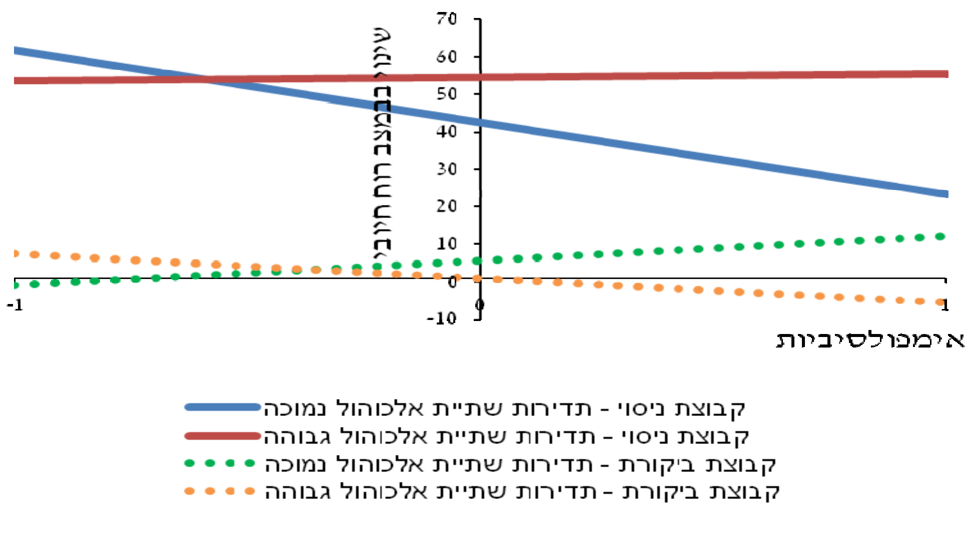
<u>תרשים 14: אינטראקציה בין קבוצה לבין אימפולסיביות לגבי מצב רוח חיובי</u>

מתרשים 14 עולה כי בקבוצת הניסוי נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין מצב רוח חיובי ($b=-6.16$, $t(88)=-2.15$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך מצב הרוח החיובי נמוך יותר. בקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות לבין מצב רוח חיובי.

במטרה לבדוק האם מידת השימוש בחומרים שונים (סיגריות, אלכוהול, חומרים ממריצים, מריחואנה וחשיש) וקבוצה ממתנים את הקשר שבין אימפולסיביות לבין מצב רוח חיובי מייד לאחר ההתערבות, נעשו 4 קבוצות של רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים, בשלב השני הוכנסו האינטראקציות הזוגיות בין שלושת משתנים אלו ובשלב השלישי הוכנסה האינטראקציה המשולשת בין קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים.

נמצאו 3 אינטראקציות במועד 3 :

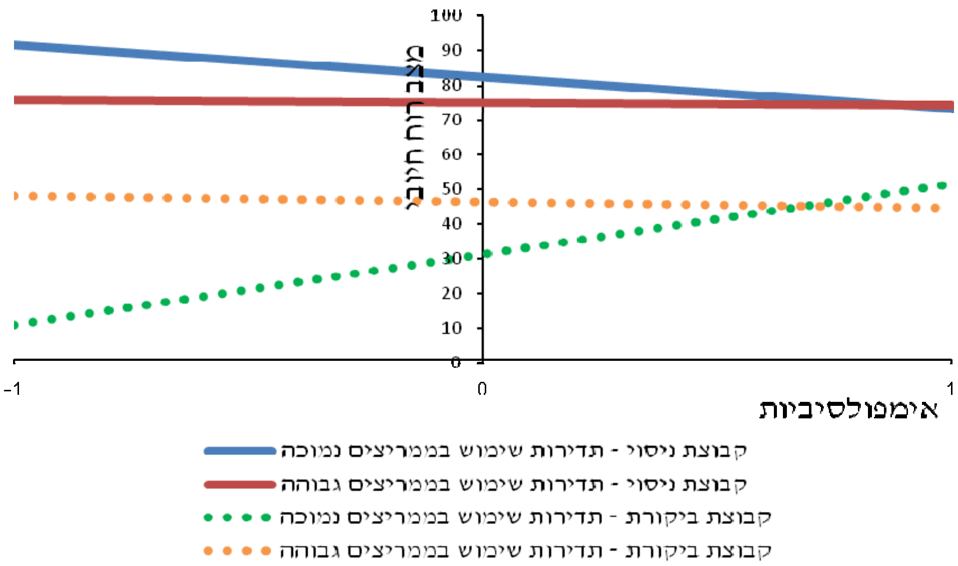
אינטראקציה בין **קבוצה, שתיית אלכוהול ואימפולסיביות** לגבי **שינוי במצב רוח חיובי** ($\beta=0.37$, $p<0.01$), אינטראקציה בין **קבוצה, שימוש בחומרים ממריצים ואימפולסיביות** לגבי **מצב רוח חיובי** ($\beta=0.34$, $p<0.01$), אינטראקציה בין **קבוצה, שימוש בחומרים ממריצים ואימפולסיביות** לגבי **שינוי במצב רוח חיובי** ($\beta=0.35$, $p<0.01$). לבדיקת מקורות האינטראקציה שורטטו קווי התסוגה של אימפולסיביות על מצב רוח חיובי, ושינוי במצב הרוח כפונקציה של קבוצה ושימוש בחומר מסוים עבורו נמצאה אינטראקציה משולשת. תרשימים 15-17 מציגים את האינטראקציות שהתקבלו. להצגת מקדמי הרגרסיה להסבר השונות של מצב רוח חיובי באמצעות קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם ראה נספח 16.



תרשים 15: אינטראקציה בין קבוצה, שתיית אלכוהול ואימפולסיביות לגבי שינוי במצב רוח חיובי

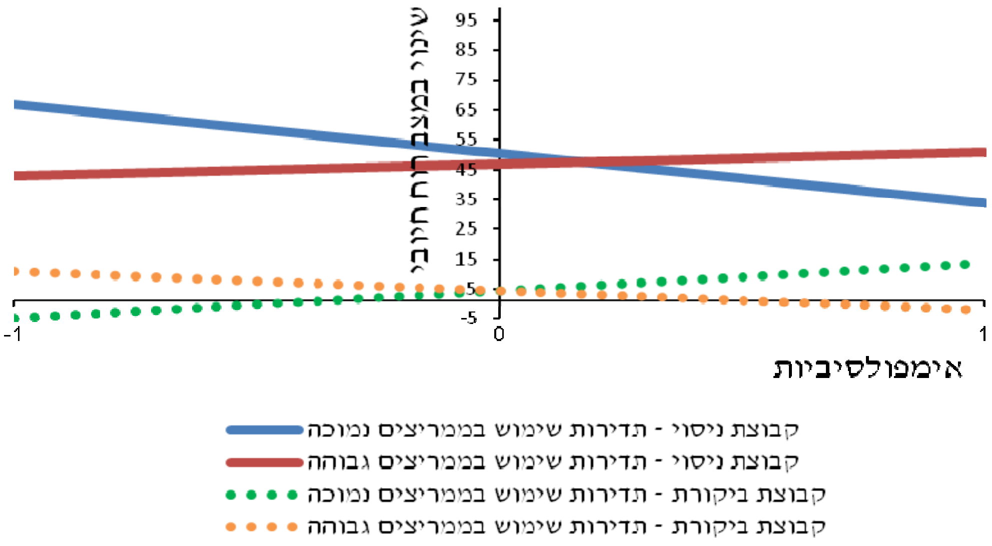
מתרשים 15 עולה רק כי **עבור הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות, שתיית אלכוהול וקבוצה לגבי שינוי במצב רוח חיובי ($b=-19.12$, $t(79)=-$

3.49, p<0.001) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי במצב הרוח נמוך יותר. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת אין קשר בין אימפולסיביות לבין שתיית אלכוהול וקבוצה לגבי שינוי במצב הרוח החיובי.



<u>תרשים 16: אינטראקציה בין קבוצה, שימוש בממריצים ואימפולסיביות לגבי מצב רוח חיובי</u>

מתרשים 16 עולה כי עבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי יש קשר שלילי בין אימפולסיביות, קבוצה ושימוש בממריצים לגבי מצב רוח חיובי ($b=-9.09$, $t(83)=-2.34$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך מצב הרוח החיובי נמוך יותר. עבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת יש קשר חיובי בין אימפולסיביות, קבוצה ושימוש בממריצים לגבי מצב רוח חיובי ($b=-20.26$, $t(83)=3.69$, $p<0.001$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך מצב הרוח החיובי גבוה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי ובקבוצת הביקורת אין קשר בין אימפולסיביות, קבוצה ושימוש בממריצים לגבי מצב רוח חיובי.



<u>תרשים 17: אינטראקציה בין קבוצה, שימוש בממריצים ואימפולסיביות לגבי שינוי במצב רוח</u>

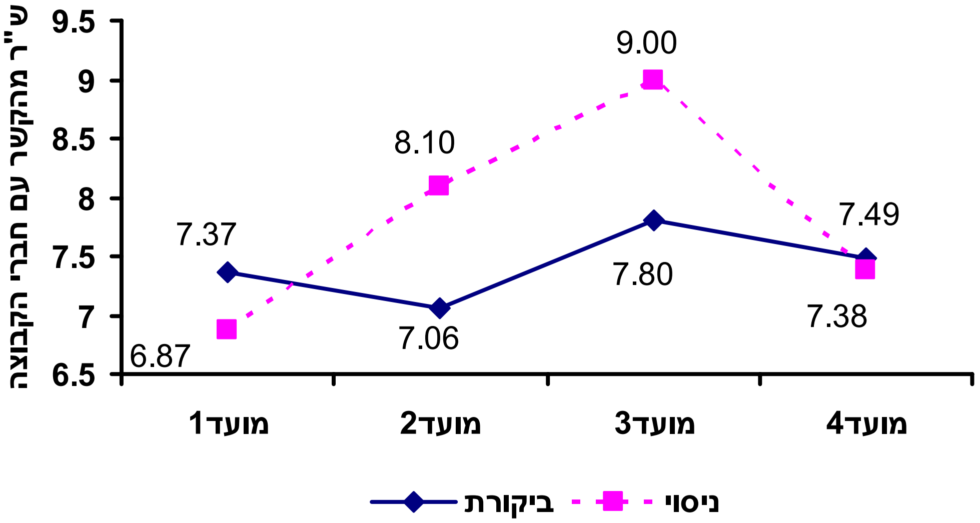
מתרשים 17 עולה רק כי עבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי יש קשר שלילי בין אימפולסיביות, קבוצה ושימוש בממריצים לגבי שינוי במצב רוח חיובי ($b=-16.69$, $t(79)=-3.32$, $p<0.01$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך השינוי במצב הרוח נמוך יותר. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הביקורת אין קשר בין אימפולסיביות, קבוצה ושימוש בממריצים לגבי שינוי במצב רוח חיובי.

3.א. האם התערבות באמצעות אתגר תעלה את שביעות הרצון של נוער בסיכון מהקשרים החברתיים?

השערת המחקר היא כי לאחר ההתערבות שביעות הרצון מהקשרים החברתיים בקרב קבוצת הניסוי תהיה גבוהה יותר בהשוואה לשביעות רצונם לפני ההתערבות ובהשוואה לשביעות רצונם של נערים מקבוצת הביקורת.

לבדיקת השערה זו נעשה ניתוח שונות דו-כיווני של שביעות רצון מהקשרים החברתיים לפי קבוצה ועיתוי עם מדידות חוזרות עבור עיתוי.

תרשים 18 מציג את התוצאות שהתקבלו. להצגה טבלאית של ממוצעים, סטיות תקן ונתונים נוספים ראה נספח 17.



<u>תרשים 18: אינטראקציה בין קבוצה לבין עיתוי לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים</u>

מתרשים 18 ומתוצאות מבחן בונפרוני עולה כי:

עבור **קבוצת הניסוי** נמצא כי, רמת שביעות הרצון מהקשרים החברתיים שנמדדה במועד 3 גבוהה משאר המועדים. במועד 1 נמוכה ממועד 2 .

בקבוצת הביקורת לא נמצאו הבדלים מובהקים בשביעות הרצון מהקשרים החברתיים בין ארבעת המועדים.

בהשוואה בין קבוצת הניסוי והביקורת בכל מועד בנפרד, נמצא כי במועד 1 ובמועד 4 לא נמצאו הבדלים בשביעות הרצון מהקשרים החברתיים בין קבוצת הניסוי לקבוצת הביקורת. במועדים 2 ו- 3 לקבוצת הניסוי יותר שביעות רצון מאשר לקבוצת הביקורת.

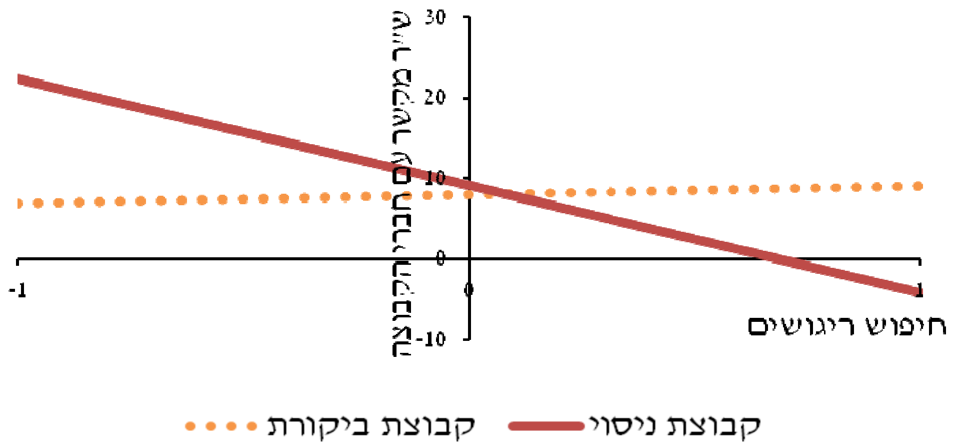
3.ב. האם ההתערבות תגביר את תחושת שביעות הרצון מהקבוצה כתלות במאפיין האישיותי של חיפוש ריגושים?

השערת המחקר היא כי שאפקטיביות ההתערבות ברמת חיפוש הריגושים אצל הנבדק. כלומר, תימצא עליה רבה יותר בשביעות הרצון מהקשרים החברתיים לאחר ההתערבות בקרב אלו אשר מאופיינים ברמות חיפוש ריגושים גבוהות בהשוואה לעליה שתימצא (אם בכלל) בקרב נבדקים בעלי רמות נמוכות של חיפוש ריגושים.

לשם כך, נבדק האם הקשר בין חיפוש ריגושים וקבוצה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים ושינוי בשביעות הרצון שונה בקבוצת הניסוי לעומת קבוצת הביקורת לאחר ההתערבות. כלומר, האם הקבוצה ממתנת את הקשר בין חיפוש ריגושים לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים או שינוי בשביעות הרצון.

לבדיקת השערה זו נעשו רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה וחיפוש ריגושים ובשלב השני הוכנסה האינטראקציה בין קבוצה וחיפוש ריגושים.

לבדיקת מקורות האינטראקציה שורטטו קווי התסוגה של חיפוש ריגושים על שביעות רצון מהקשרים החברתיים. תרשים 19 מציג את האינטראקציה בין קבוצה, וחיפוש ריגושים לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3. להצגה טבלאית של מקדמי רגרסיה מתוקננים להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3 והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, שביעות רצון מהקשרים החברתיים והאינטראקציה ביניהם ראה נספח 18.



תרשים 19: אינטראקציה בין קבוצה וחיפוש ריגושים לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים

מתרשים 19 עולה כי בקבוצת הביקורת יש קשר חיובי בין חיפוש ריגושים וקבוצה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים ($b=1.10$, $t(89)=5.06$, $p<0.001$) – כלומר, ככל שחיפוש הריגושים גבוה יותר כך שביעות הרצון מהקשרים החברתיים גבוהה יותר. בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים וקבוצה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים.

במטרה לבדוק האם מידת השימוש בחומרים שונים (אלכוהול, חומרים ממריצים, מריחואנה וחשיש) וקבוצה ממתנים את הקשר שבין חיפוש ריגושים לבין שביעות הרצון מהקשרים החברתיים מיד אחרי ההתערבות, נעשו 4 רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה, חיפוש ריגושים ושימוש בחומר מסוים, בשלב השני הוכנסו האינטראקציות הזוגיות בין שלושת משתנים אלו ובשלב השלישי הוכנסה האינטראקציה

המשולשת בין קבוצה, חיפוש ריגושים ושימוש בחומר מסוים. לא נמצאו אינטראקציות מובהקות.

3.ג. האם ההתערבות תגביר את תחושת שביעות הרצון מהקבוצה כתלות במאפיין האישיותי של אימפולסיביות?

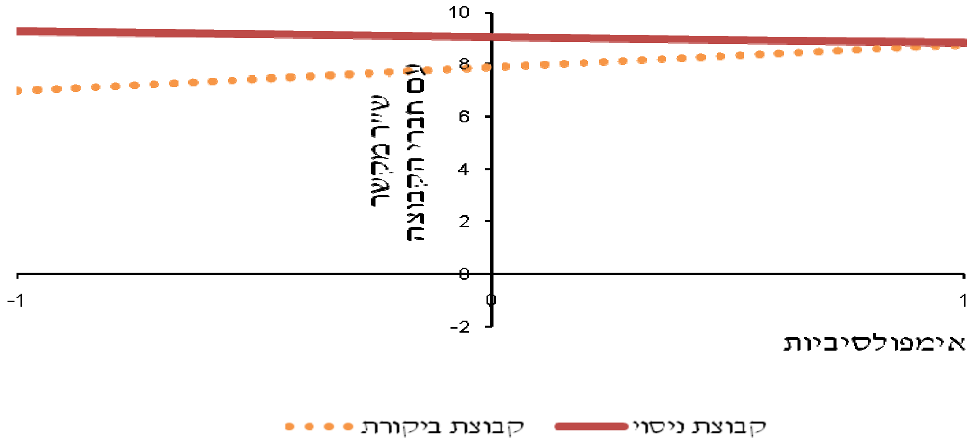
השערת המחקר היא שאפקטיביות ההתערבות תלויה ברמת האימפולסיביות אצל הנבדק. כלומר, תמצא עלייה משמעותית יותר ברמת שביעות הרצון מהקבוצה בתום ההתערבות בקרב אלו אשר מאופיינים ברמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה לעליה שתימצא (אם בכלל) בקרב נבדקים בעלי רמות נמוכות של אימפולסיביות.

לשם כך נבדק האם הקשר בין אימפולסיביות לבין קבוצה לגבי שביעות הרצון מהקשרים החברתיים ושינוי בשביעות הרצון שונה בקבוצת הניסוי לעומת קבוצת הביקורת לאחר ההתערבות. כלומר, האם הקבוצה ממתנת את הקשר שבין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים ושינוי בשביעות הרצון.

לבדיקת השערה זו נעשו רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה ואימפולסיביות ובשלב השני הוכנסה האינטראקציה שבין קבוצה ואימפולסיביות.

לבדיקת מקורות האינטראקציה שורטטו קווי התסוגה של אימפולסיביות על שביעות רצון מהקשרים החברתיים. תרשים 20 מציג את האינטראקציה בין קבוצה ואימפולסיביות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3. להצגה טבלאית של מקדמי רגרסיה מתוקננים להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3 והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, אימפולסיביות והאינטראקציה ביניהם ראה נספח 19.

מתרשים 20 עולה כי בקבוצת הביקורת יש קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים ($b=0.88$, $t(89)=3.71$, $p<0.001$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך שביעות הרצון מהקשרים החברתיים גבוהה יותר. בקבוצת הניסוי אין קשר בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים.



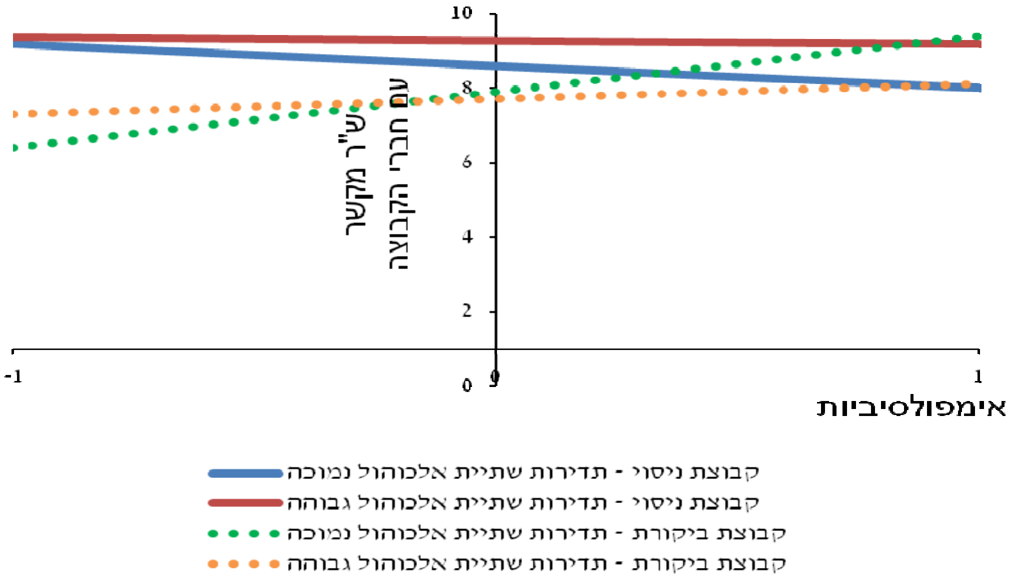
<u>תרשים 20: אינטראקציה בין קבוצה ואימפולסיביות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים</u>

במטרה לבדוק האם מידת השימוש בחומרים שונים (סיגריות, אלכוהול, חומרים ממריצים, מריחואנה וחשיש) וקבוצה ממתנים את הקשר שבין אימפולסיביות וקבוצה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים, נעשו 4 רגרסיות היררכיות בשלבים, כאשר בשלב הראשון הוכנסו קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים, בשלב השני הוכנסו האינטראקציות הזוגיות בין שלושת משתנים אלו ובשלב השלישי הוכנסה האינטראקציה המשולשת בין קבוצה, לבין אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים.

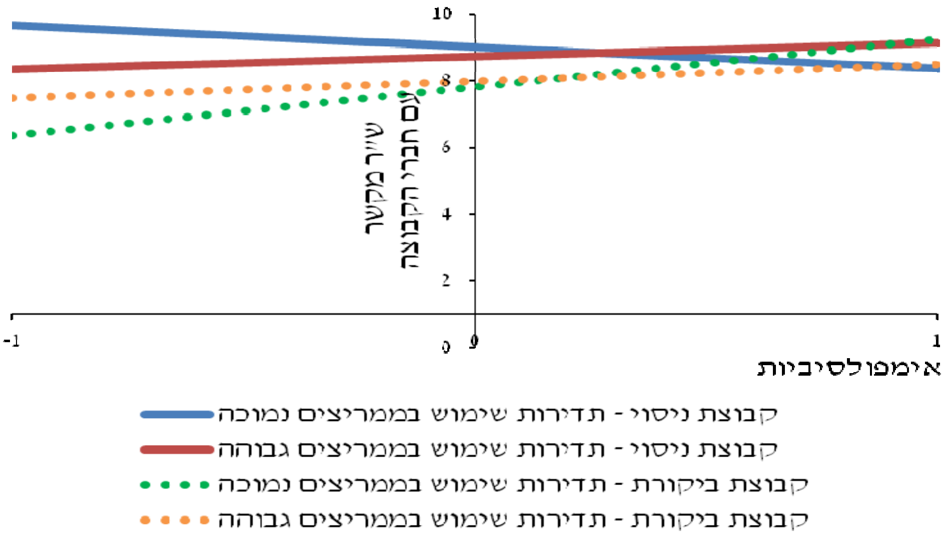
נמצאו 3 אינטראקציות במועד 3 :

אינטראקציה בין **קבוצה, שתיית אלכוהול ואימפולסיביות** לגבי **שביעות רצון מהקשרים החברתיים** (β =0.40 p<0.05), אינטראקציה בין **קבוצה, שימוש בחומרים ממריצים ואימפולסיביות** לגבי **שביעות רצון מהקשרים החברתיים** (β =0.43, p<0.01), אינטראקציה בין **קבוצה, שימוש במריחואנה וחשיש ואימפולסיביות** לגבי **שביעות רצון מהקשרים החברתיים** (β =0.33, p<0.05). לבדיקת מקורות האינטראקציה שורטטו קווי התסוגה של אימפולסיביות על שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3, כפונקציה של קבוצה ושימוש בחומר מסוים עבורו נמצאה אינטראקציה משולשת. תרשימים 21-23 מציגים את האינטראקציות שהתקבלו. להצגת מקדמי הרגרסיה להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים באמצעות קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם ראה נספח 20.

מתרשים 21 עולה כי עבור **הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי** יש קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים ($b=-0.59$, $t(84)=-1.99$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך שביעות הרצון מהקשרים החברתיים נמוכה יותר. עבור **הנמוכים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הביקורת** יש קשר חיובי בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים ($b=1.50$, $t(84)=3.89$, $p<0.001$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך שביעות הרצון מהקשרים החברתיים גבוהה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שתיית אלכוהול בקבוצת הניסוי ובקבוצת הביקורת אין קשר בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים.

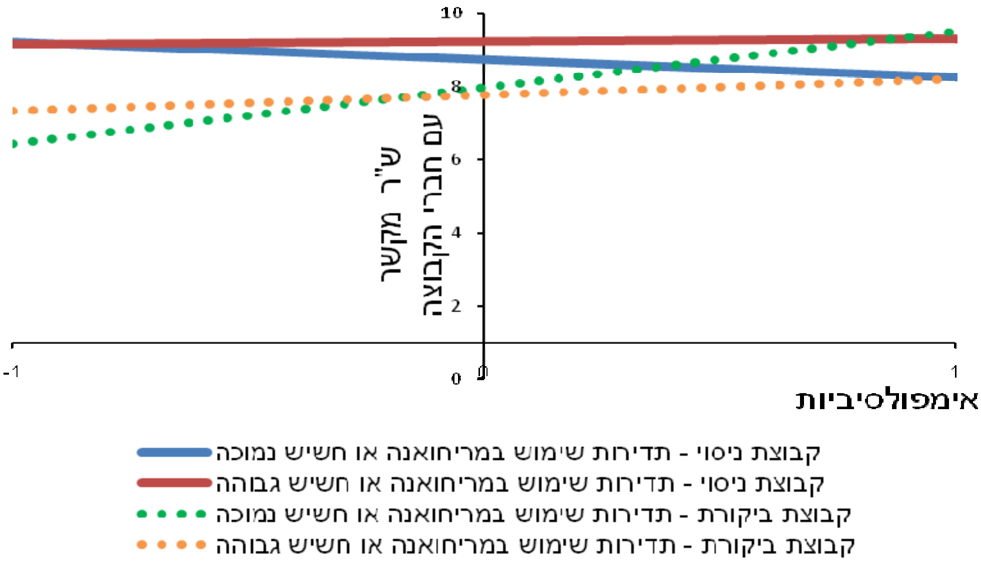


<u>תרשים 21: אינטראקציה בין קבוצה, שתיית אלכוהול ואימפולסיביות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים</u>



תרשים 23: אינטראקציה בין קבוצה, שימוש בממריצים ואימפולסיביות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים

מתרשים 23 עולה כי עבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות וקבוצה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים ($b=-0.65$, $t(84)=-2.50$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך שביעות הרצון מההקשרים החברתיים נמוכה יותר. עבור הנמוכים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הביקורת נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות וקבוצה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים ($b=1.45$, $t(84)=4.05$, $p<0.001$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך שביעות הרצון מהקשרים החברתיים גבוהה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שימוש בממריצים בקבוצת הניסוי ובקבוצת הביקורת לא נמצא קשר בין אימפולסיביות וקבוצתיות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים.



<u>תרשים 24: אינטראקציה בין קבוצה, תדירות שימוש במריחואנה או חשיש ואימפולסיביות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים</u>

מתרשים 24 עולה כי רק עבור הנמוכים בתדירות שימוש במריחואנה או חשיש בקבוצת הביקורת נמצא קשר חיובי בין אימפולסיביות וקבוצה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים ($b=1.52$, $t(84)=2.48$, $p<0.05$) – כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר כך שביעות הרצון מהקשרים החברתיים גבוהה יותר. עבור הגבוהים בתדירות שימוש במריחואנה או חשיש בקבוצת הביקורת ועבור כלל הנבדקים בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר בין אימפולסיביות וקבוצה לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים.

דיון

מטרת המחקר הנוכחי הייתה לבחון את השפעתה של התערבות באמצעות אתגר (ABT Adventure Based Therapy) על כמיהה לסמים, מצב רוח חיובי ושביעות רצון מהקשר בין חברי הקבוצה בקרב בני נוער בסיכון. לצורך כך נבדקה השפעת ההתערבות בארבעה מועדים שונים לפני ואחרי ההתערבות. כמו כן, נבדקה תרומתם של מאפייני האישיות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות ושל הרגלי שימוש בסמים לאפקטיביות ההתערבות.

התערבות באמצעות אתגר היא שיטת התערבות חדשנית בתחום הרווחה לנוער, המפעילה טכניקות טיפוליות בשטחי חוץ וטבע (Blood et al., 2010; Jeppson, 2008; Lynch, 2005). ABT הינה קצרת טווח, נמשכת מספר שעות, וכוללת משחקים קבוצתיים ופעילויות חבלים מאתגרות. עיון בספרות מראה שהיא יעילה כטיפול מניעתי ושיקומי בקרב נוער בסיכון (Davis-Berman & Berman, 1994; Jeppson, 2008; Raymond, 2003; Russell, 2004).

התערבות באמצעות אתגר השפיעה באופן מובהק והמשמעותי ביותר מיד עם סיומה על כמיהה, מצב רוח חיובי ושביעות רצון מהקשרים החברתיים. האינטראקציות בין ההתערבות לבין אימפולסיביות ובין ההתערבות לחיפוש ריגושים לגבי שביעות רצון ומצב רוח הראו דפוס מעניין במיוחד. כמו כן, נראתה השפעה ייחודית של צרוף משתנים אלו כפונקציה של מידת התלות בחומרים פסיכואקטיבים, שיתואר ויידון להלן.

השפעת התערבות באמצעות אתגר (ABT) על כמיהה לסמים

השערת המחקר הייתה שההתערבות תפחית את רמת הכמיהה בקרב המשתתפים. ממצאי המחקר אישו את ההשערה: הממצא העיקרי במחקר הנוכחי הינו הפחתה משמעותית בכמיהה בקרב בני נוער בסיכון בעקבות ההשתתפות בהתערבות. ההתערבות השפיעה באופן גורף על רמת הכמיהה מייד בסיומה, וממש בסמוך לתחילתה, באופן שאינו תלוי ברמת חיפוש ריגושים, אימפולסיביות ותדירות השימוש בסמים. הירידה בכמיהה נמצאה בקבוצה שהשתתפה בהתערבות, אך לא בקבוצת הביקורת, אשר כללה קבוצת נערים בעלי מאפיינים זהים למאפייני קבוצת הניסוי, מלבד אי השתתפותם בהתערבות. כלומר, בנים ישראלים צברים, עולים ודור שני לעולים בגילאי 13-18, המטופלים במרכזים לנוער בסיכון, ודיווחו על שימוש בחומרים פסיכו אקטיביים.

ממצאי המחקר הנוכחי תואמים לממצאי מחקרים קודמים, שבחנו את השפעתה של ABT על שימוש בסמים בקרב בני נוער, והצביעו על הפחתה בשימוש לאחר ההתערבות (Gillis &

(Ringer, 1999; Jeppson, 2008; Miles & Priest, 1999; Russell & Miller, 2002). ייחודיותו של המחקר הנוכחי היא שבשונה ממחקרים קודמים, התמקד המחקר הנוכחי בבחינת השפעת התערבות באמצעות אתגר על כמיהה לסמים, ולא על שימוש בהם. באמצעות השאלה העקיפה, המחקר הנוכחי ניסה להימנע מהטיה בתשובות הנבדקים, הנובעת מכך שבני הנוער עלולים לחוש מאוימים משיתוף במידע הנוגע לשאלה ישירה על שימוש מאחר ושימוש בסמים מהווה עבירה על החוק.

כמיהה לסמים מוגדרת ב ICD -10 (1992) כתשוקה, או תחושת כפייה חזקה לשימוש בסם, הכוללת את ציפיות המשתמש לתחושות הפיצוי המטיבות שמספק הסם. כמו כן, הכמיהה נחשבת לתופעה רב ממדית, כיוון שהיא מתעוררת בקרב משתמשים ברוב החומרים, ואולי אף בכולם (Florsheim, Shiozaki, Hiraoka, Tiffany, Heavin, Hall, Teske, & Clegg, 2007). מחקרים רבים מדגישים את תפקידה המשמעותי של הכמיהה כמגבירה מוטיבציה לשימוש (Niaura, 2000; Tiffany, 1990, 1997; Tiffany & Drobes, 1991). יתרה מכך, כמיהה מנבאת חזרה לשימוש בסם גם לאחר תקופות ארוכות של התנזרות, מאחר והיא מתעוררת כתגובה לגירויים החוברים לשימוש קודם (Carter, Paris, Waters, Lam, Robinson, & Cinciripini, 2007).

קיימת חשיבות רבה לכמיהה בהקשר לבני נוער בכלל ולבני נוער בסיכון בפרט (Cooper, 1994; Spear, 2000). גיל ההתבגרות מאופיין בחוסר יציבות רגשית ובחילופי מצב רוח בתדירות גבוהה (Arnett, 1999; Shiffman, Flay, Weinstein, Mermelstein, 2008; Wills, et al., 1995). יתרה מכך, תחושות שליליות נפוצות מאוד בחיי היומיום של בני נוער בסיכון בשל נסיבות חייהם, אשר פורטו בפרק המבוא (Larson & Richards, 1994; Petersen, Compas, Brooks-Gunn, Stemmler & Grant, 1994). מאחר וממצאי מחקרים מראים כי מצב רוח שלילי והעדר תחושת רווחה מובילים לכמיהה (Kilgus, et al., 2009; Kotlyar, Drone, Thuras, Hatsukami, Brauer, Adson, & al'Absi, 2011; Witkiewitz, et al., 2011) הבנת השפעת הכמיהה על בני נוער היא מהותית.

ABT נחשבת למתודה יעילה במיוחד לטיפול בנוער בסיכון (Berman & Berman, 1994; Davis, & Russell, 2004; Ewert, & McAvoy, 2000; Jepsson, 2008). היא מסייעת בבניית

בסיס התנסותי חוויתי לעיצוב התנהגות מחדש ולהפחתת התנהגות אנטי סוציאלית (Gass, 1993; Kimbal, 1980; Taylor, Segal, & Harper, 2010). בדומה להתערבויות קבוצתיות, המעודדות אינטראקציות חיוביות בין בני נוער, היא מובילה להפחתה בשימוש בחומרים (Landazabal, 2002; Shechtman & Nachshol, 1996; Wichman,1991). בהתאם, ממצאי המחקר הנכחי חיזקו ממצאים אלה, והראו הפחתה משמעותית בכמיהה לסמים בקרב נערים בסיכון שהשתתפו בהתערבות. השפעה זו ניתן להסביר במספר דרכים.

כמיהה מושפעת מגירויים, סיטואציות חברתיות ומצבי רוח, ומתעוררת כתוצאה ממצבי סיכון, ביניהם לחץ חברתי, העדר תחושת רווחה ותחושות שליליות (Baker, Morse & Sherman, 1987; Drummond et al., 1995; Florsheim, et al., 2007; Kilgus, et al., 2009; Witkiewitz, et al., 2011;). אי לכך, ייתכן שהפחתת הכמיהה לאחר השתתפות בהתערבות באמצעות אתגר במחקר הנכחי נבעה בשל ייחודיותה של ABT בתוכן הפעילות, בעוצמתה ובמשך שלבי התפתחות הקבוצה, השונים מסטינג קבוצתי טיפולי פורמאלי רגיל (Cason, & Gillis, 1994; Ewert, & McAvoy, 2000; Landazabal, 2002; Shechtman & Nachshol, 1996), ויפורטו להלן. האתגרים הכלולים במסגרת ABT תורמים לביסוס מערכת יחסים ייחודית בין המשתתפים לבין מדריכי הקבוצה וחבריה (Landazabal, 2002). מערכת יחסים זו הינה תוצר של שיפור היכולת האינדיווידואלית של המשתתפים לקיים יחסים בין אישיים (Landazabal, 2002), הכוללים יחסי שיקוף, העברה, תמיכה ומשוב, המתקיימים במהלך ביצוע המשימות האתגריות (Russel & Miller, 2002). כתוצאה מיחסים אלה חל שיפור ביכולת להתבוננות עצמית, אשר נמצאה קשור להפחתה בשימוש בחומרים (Russel & Miller, 2002) קיימת אפשרות, שהשיפור ביכולת להתבוננות עצמית הובילה להפחתה בכמיהה שנמצאה במחקר הנכחי, מאחר וייתכן שהגברת מודעות הנערים למצבם ולתחושותיהם בכלל, כמו גם, לתחושת הכמיהה בפרט, הובילה להפנמת התוצאות השליליות של השימוש בסם, המובילה להפחתה בכמיהה (Marlatt & Gordon, 1985).

בנוסף, באמצעות תמיכת המדריכים וחברי הקבוצה, ABT מאפשרת למידה של דרכי התמודדות נורמטיביות עם אתגרים וקשיים (Bandoroff & Newes, 2004; Miles, 1987). ההתמודדות מול האתגרים המשולבים בפעילות, מובילה לשיפור במיומנויות לפתרון בעיות

(Williams, 2000), ולשיפור באופן העמידה של המשתתף מול אתגרים וקשיים בחייו, כדוגמת היעדר סם (Russel & Miller, 2002), אשר מהווה מצב המעורר כמיהה (Carter, Paris, Waters, Lam, Robinson, & Cinciripini, 2007; Florsheim, et al., 2007; Marlatt & Gordon, 1985). כמו כן, ייתכן שהפנמת דרכי ההתמודדות הללו, והשיפור במיומנות פתרון בעיות הובילה להפחתה בתחושת הכמיהה בקרב הנערים, כיוון שהן מהוות דרך התמודדות עם הכמיהה שמתעוררת בהם כתוצאה מנסיבות חייהם הרוויות באתגרים ובמצבי סיכון, אשר לרוב אין בידם כלים מתאימים להתמודדות עמם (Spear, 2000).

ABT מאפשרת למשתתפים לבטא תחושות של תסכול וחרדה במסגרת ההתמודדות עם האתגרים האישיים והקבוצתיים. בדרך זו, היא מסייעת בהפחתה של תחושת לחץ, ומקנה תחושות של שחרור והנאה (Russell, 2008; Miles, 1987). כמיהה מתעוררת כתוצאה מירידה במצב רוח חיובי (Cook, Spring, McChargue, & Hedeker, 2004). כמו כן, כמיהה מתעוררת כניסיון לשיפור מצב הרוח כתגובה להיעדר הנאה וכתגובה מותנת לרמזי סם כגון תחושת לחץ (Beck et al.,1993; Carter, et al., 2007; Witkiewitz, et al., 201;). כמו כן, מן האמור לעיל, ניתן להסיק שבדומה להתערבויות התנהגותיות להפחתת לחץ, המפחיתות כמיהה לסמים (Hyman, Fox, Hong, Doebrick & Sinha, 2007), יתכן שהתחושות החיוביות, שהתעוררו בקרב הנערים כתוצאה מABT, הפחיתו את תחושת הכמיהה.

עוצמת הפעילות מתייחסת לרמת הריגוש שיוצרת ABT בקרב המשתתפים (Landazabal, 2002; Shechtman & Nachshol, 1996; Wichman,1991). ABT מאתגרת ומרגשת יותר מפעילות טיפולית קבוצתית שגרתית, בשל האלמנט ה"סיכוני" המאפיין אותה (Gillis & Thompson, 1996; Russell, 1999). כמיהה מתעוררת כתגובה לתשוקות הדוניסטיות, שמקורן בניסיון להעצים חוויות באמצעות הסם (Beck et al, 1993). מכיוון שהמשתתפים במחקר הנוכחי הנם נערים בסיכון, המתאפיינים בחיפוש תחושות של ריגוש והנאה, ונוטים למעורבות בהתנהגות סיכונית (Beyth-Marom, & Fischoff, 1997), אפשר שההפחתה בכמיהה בתום הפעילות נבעה מכך ש ABT ענתה על הצורך באתגר ובריגוש קיצוניים.

בנוסף, מחקרים הראו שכמיהה הינה תגובה מותנית לרמזי סם (Carter, et al., 2007). כלומר, תגובה המתעוררת לאחר חשיפת המשתמש לגירויים המזכירים שימוש קודם כתוצאה

מתהליך למידה מותנית (Beck, et al., 1993; Carter, & Tiffany, 1999; Tiffany, 1990). במצב זה, גירויים אשר בעיני המשתמש מקושרים לשימוש בפעמים קודמות, הופכים לגירויים מותנים ומגבירים כמיהה (Carter, et al., 2007; Stephen, 1997). במסגרת ABT המשתתפים שוהים בסביבה חדשה (Swaim, 2003), והמיומנויות הנדרשות מהם מאתגרות, ולרוב לא מוכרות (Kimball, 1980; Scheinfeld, Rochlen, & Buser, 2011). כלומר, ABT מנתקת אותם מהשגרה היומיומית המוכרת (Kimball, 1980; Swaim, 2003). מסיבה זו, הנערים לא פוגשים בגירויים הסביבתיים המותנים, אשר לרוב מעוררים בהם כמיהה, כמו סביבת מגורים, חברה מסוימת, סיטואציות בחיי המשפחה ועוד (Carter, & Tiffany, 1999; Florsheim, et al.,2007).

ממצא חשוב נוסף המצביע על כוחה של ABT והשפעתה הגורפת על הנערים מראה כי הייתה הפחתה משמעותית ברמת הכמיהה שנמדדה בסמוך <u>לתחילת</u> ההתערבות (מועד 2). ההפחתה ברמת הכמיהה נמצאה בקבוצת הניסוי בלבד בהשוואה לרמת הכמיהה שנמדדה בקבוצת הניסוי שבוע לפני ההתערבות, וכן לקבוצת הביקורת. ממצא זה מצביע על כך שההתערבות השפיעה על הנערים עוד בטרם החלה, וניתן להסבירו בשלוש דרכים.

ראשית, אירועי חיים שליליים, וסיטואציות חיים מלחיצות שכיחים בחיי נוער בסיכון (Cooper, 1994; Spear, 2000), וקשורים בהתאמה למצבי רוח שליליים ולירידה במצב רוח חיובי, אשר מעלים כמיהה (Cooper, 1994). מאידך, ABT מהווה עבור בני הנוער חוויה מהנה ומרגשת, השונה במאפייניה מהפעילות היומיומית שלהם (Raymon,2003). מסיבה זו, בני הנוער גילו מוטיבציה רבה להשתתפות, ציפו לפעילות והתרגשו בבוקר היציאה. יתרה מכך, משמעות היציאה להתערבות באמצעות אתגר עבור הנערים, שנבחרים להשתתף מתוך כלל הנערים, היא שכל אחד מהם הוא בעל כוח פנימי, המהווה משאב ייחודי עבור הקבוצה (Williams, 2000). אפשר שתחושות חיוביות אלה, בדומה למצבי רוח חיוביים אחרים (Harris, 1987), הובילו להפחתה בכמיהה שנצפתה בבוקר היציאה לפעילות.

שנית, תיאוריות קוגניטיביות המסבירות את תופעת הכמיהה, ביניהן תיאוריית הלמידה החברתית המסבירה נסיגה לסם, טוענות כי, מוטיב מרכזי בתופעת הכמיהה הוא ציפיות המשתמש מהשימוש ומהימנעות משימוש. על פי התיאוריה, כמיהה היא תשוקה וציפייה להשפעה חיובית כתוצאה מהשימוש, בעוד שציפיות שליליות מתבטאות באמונה שהסם יפגע במשתמש.

בהתאם לכך, תחושת הכמיהה והבחירה אם להשתמש או לא תלויות באינטראקציה בין ציפיות המשתמש מהסם (Marlatt & Gordon, 1985). מן האמור לעיל, אפשר שבקרב הנערים התפתחה ציפייה שלילית, כלומר חשש שמא השימוש בחומר יפגע בביצועיהם במסגרת ההתערבות. ציפייה זו, נתפסה כתוצאה שלילית של השימוש, וייתכן שהובילה להפחתה ברמת הכמיהה.

שלישית, במקרים רבים בני נוער שוהים בשעות הערב בקבוצות מחוץ לביתם, ללא השגחת מבוגר כדרך בילוי, ולרב השימוש בחומרים מתקיים בסיטואציות בעלות מאפיינים אלה (Pacula, Grossman, Chaloupka, O'Malley, Johnston, & Farrelly, 2000). כפי שצוין לעיל, רמזי סם מותנים, אשר במקרה זה באים לידי ביטוי בשעת השימוש, החברה ומקום השימוש, מגבירים כמיהה (Carter, & Tiffany, 1999). בהתאם, ייתכן שרמת הכמיהה, שנמצאה בבוקר ההתערבות, נמוכה מרמת הכמיהה, שנמצאה בהעברת השאלון בשלושת המועדים האחרים בשעות הערב, מאחר וההרגל המותנה של בני הנוער הוא צריכת הסם בגינות ואזורי התקהלות מסוימים בשעות ערב, ולא בשעות בוקר. בהקשר זה, יש לציין, שקיימים אילוצים הנובעים ממאפייני אוכלוסיית המחקר, כגון עבודה בשעות הבוקר, אשר השפיעו על שעות העברת השאלונים. קשיים אלו באו לידי ביטוי בקושי לאתר את בני הנוער בשעות הבוקר, והיכולת לאתרם בשעות הערב בלבד, במידה והם הגיעו למרכז באופן עצמאי ומבחירה חופשית. מסיבה זו, על מנת להגיע למספר מקסימאלי של נערים העברת השאלונים בוצעה בשעות הערב, מלבד ההעברה השנייה שהתקיימה בסמוך לתחילת ההתערבות.

ממצאי המחקר הנוכחי הראו הפחתה בכמיהה בסמוך לתחילת ההתערבות ומייד בתומה, אך רמת הכמיהה חזרה לרמתה ההתחלתית שבוע לאחר השתתפות הנערים בהתערבות. כלומר, השפעת ההתערבות על הכמיהה הייתה קצרת טווח ומיידית בלבד. דפוס השפעה חולף נמצא גם על מצב הרוח ושביעות הרצון מהקשרים החברתיים. הסברים אפשריים, לפיכך, ירוכזו ויפורטו בהמשך.

השפעת האינטראקציות בין התערבות באמצעות אתגר וחיפוש ריגושים והתערבות באמצעות אתגר ואימפולסיביות על כמיהה

השערת המחקר הייתה שההתערבות תהיה אפקטיבית יותר בקרב בעלי רמות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות גבוהות בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות במשתנים אלו. ממצאי המחקר הנוכחי לא איששו את ההשערה. בניגוד להשערה, לא נמצאה הפחתה רבה יותר ברמת הכמיהה בקרב בעלי רמות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות גבוהות בהשוואה להפחתה שנמצאה בקרב בעלי רמות נמוכות במדדים אלו.

תוצאות המחקר מפתיעות בשל הצלחת ABT, שנמצאה במחקרים קודמים בקרב בני נוער בעלי רמות חיפוש ריגושים גבוהות, הנוטים להתנהגות מסכנת ואימפולסיבית. הצלחה זו באה לידי ביטוי בין היתר בשליטה על התנהגויות מסכנות, בניהן שימוש בסמים (Gass, 1993; Russell, 2008; Williams, 2000). מאידך, ממצאים אלה תואמים לממצאי מחקר על (meta analysis) שבחן 43 התערבויות מסוג ABT והראה כי יעילותן דומה בקרב מגוון אוכלוסיות בני נוער, למרות הבדלים במאפייני האישיות של המשתתפים: ביטחון עצמי ושליטה פנימית (Cason & Gillis, 1994), אשר ידועים כבעלי השפעה על התנהגות השימוש (Epstein, et al., 2007; Nichter, Nichter, Thompson, Shiffman, & Moscicki, 2002). אם כן, נראה כי ההתערבות השפיעה על רמת הכמיהה בקרב כלל המשתתפים באופן דומה, למרות החיבור בין בני נוער מחפשי ריגושים ואימפולסיביים למאפייני ABT.

דרך אפשרית להסביר את העדר הקשר בין מאפייני האישיות שנבדקו במחקר הנכחי לבין הפחתת הכמיהה בתום ההתערבות היא התחושות החיוביות שהתעוררו בקרב המשתתפים. ABT מעוררת תחושות חיוביות, כדוגמת מצב רוח חיובי ושביעות רצון מהקשרים החברתיים. כך נמצא במחקרים קודמים (Norton, 2008; 2009; Scheinfeld, et al., 2011), וכך נמצא גם במחקר הנכחי. ABT גם מפחיתה תחושות שליליות כדוגמת לחץ (Burnett, & Galloway, 2005; Williams, 2000). כפי שתואר לעיל, כמיהה עולה בתגובה למתח ולתחושות שליליות, ופוחתת עם עלייה במצב רוח חיובי (Harris, 1987). אי לכך, ייתכן כי ההשתתפות בהתערבות עוררה בקרב בני הנוער תחושות חיוביות בעוצמה כה חזקה, אשר השפיעה דומה על אנשים עם רמות שונות של משתנים אישיותיים, קרי חיפוש ריגושים ואימפולסיביות. ממצא זה יכול להעיד על עוצמת ההשפעה של ABT, שהובילה לתגובה מצבית מיידית- מצב רוח חיובי, שבכוחה להפחית כמיהה בטווח הקצר למרות נטיות אישיות, שמגבירות סיכון לשימוש, כמו חיפוש ריגושים ואימפולסיביות.

לאור ממצא זה נראה כי השפעת ההתערבות על כמיהה לסמים אינה תלויה במאפיינים האישיותיים. יחד עם זאת, לשילוב של המאפיינים האישיותיים עם תדירות השימוש בחומרים בקרב בני הנוער וסוג הסם שבשימוש הייתה השפעה על רמת הכמיהה בתום ההתערבות (מועד 3). מאחר והשפעתה של תדירות השימוש בסמים בשילוב המאפיינים האישיותיים הראתה דפוס

דומה הן לגבי מצב רוח חיובי והן לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים, ההסברים שייתכן שהובילו לכך יפורטו יחד בהמשך.

השפעת התערבות באמצעות אתגר על מצב רוח חיובי

השערת המחקר הייתה שלאחר ההתערבות תמצא עלייה במצב הרוח החיובי של הנערים. ממצאי המחקר אישרו את ההשערה: נמצאה עלייה משמעותית במצב הרוח החיובי של הנערים שהשתתפו בהתערבות, אך לא בקרב נערים מקבוצת הביקורת. התערבות באמצעות אתגר העלתה באופן גורף את מצב הרוח החיובי בסמוך לתחילת ההתערבות ומייד בתומה באופן שאינו תלוי ברמת חיפוש ריגושים, אימפולסיביות ותדירות שימוש בחומרים.

למצב הרוח השפעה משמעותית על תפקוד האדם, ורבים מנסים לשפר את מצב רוחם בדרכים נורמטיביות כמו פעילות גופנית, או לחלופין בדרכים פוגעניות, כמו שימוש בחומרים (Forgas, Burnham, & Trimboli, 1988). בני נוער בסיכון נוטים להשתתף בהתנהגויות סיכוניות, ביניהן שימוש בסמים במטרה להעלות את מצב הרוח החיובי (Caffray & Schneider, 2000; Choi, Patten, Gillin, Kaplan, & Pierce, 1997; Simons & Carey, 2002; Wills, et al, 2006; Windle & Windle, 2001). שכן, בקרב בני נוער, הנטייה לחפש אמצעים חיצוניים, לעיתים הרסניים, כמו שימוש בחומרים למטרת וויסות מצב הרוח הינה גבוהה (Fabes, 1992; Weinstein, et al., 2008). הסיבה לכך היא שגיל ההתבגרות מאופיין בחוסר יציבות רגשית ושינויים תכופים במצב הרוח, ורוב בני הנוער חסרי יכולת שליטה פנימית מספקת לצורך וויסות רגשות (Weinstein, et al., 2008). לאור כל זאת, ניכר כי קיימת חשיבות רבה להגברת מצב הרוח החיובי בקרב בני נוער בסיכון בדרכים נורמטיביות, על מנת ליצור עבורם חלופה לשימוש בחומרים כאמצעי להגברתו (Raffaelli, & Shen, 2006; Spear, 2000).

חשיבותו של מצב הרוח החיובי בהקשר להפחתת שימוש בחומרים נובעת גם מכך שמצב רוח חיובי מפחית כמיהה לחומרים (Harris, 1987), וירידה במצב הרוח החיובי מגבירה כמיהה (Cook, et al., 2004). כמו כן, מצב רוח חיובי מעודד התמדה במהלך טיפולים להפסקת עישון (Branstrom, Penilla, Perez-Stable, & Munoz, 2010). לאור כל זאת, ייתכן שהגברת מצב הרוח החיובי בקרב בני הנוער שהשתתפו בהתערבות יכולה לתרום להפחתת השימוש בסמים, או להתמדה בטיפולי הגמילה.

מצב רוח חיובי מסייע בביסוס יחסי אמון (Lount, 2007; Schwatts & Bless, 1991). ליחסים אלו משמעות רבה בהקשר לנוער בסיכון בשל הקושי ביצירת הקשר הטיפולי, אשר לרוב מאופיין בתחילתו בחשד ובחוסר אמון מצד הנער (Farabee, Nelson, & Spence, 1993). אי לכך, ייתכן שמצב הרוח החיובי, שעלה בקרב בני הנוער שהשתתפו בהתערבות, תורם לחיזוק הקשר בינם לבין חבריהם ובינם לבין המדריכים, ויכול לסייע בביסוס יחסי אמון עם אנשי הצוות, ובכך לתרום לקידום התהליך הטיפולי.

ממצאי המחקר הנוכחי הראו עלייה משמעותית במצב הרוח החיובי של הנערים הן בסמוך להשתתפותם בהתערבות באמצעות אתגר ובייחוד מייד בתומה. זאת, בדומה למחקרים שבחנו את השפעתה של ABT על מצב רוח, ומצאו הפחתה בתדירות המחשבות השליליות בקרב המשתתפים (Bennett, Cardone & Jarczyk, 1998; Norton, 2008, 2009). בהתאם ממצאי מחקרים דומים, ניתן להסביר את השינוי במצב הרוח לאחר ההשתתפות בהתערבות שבוצעה במחקר הנוכחי בדרכים הבאות.

הסבר ראשון מתבסס על כך שמשוב חיובי וחוויות הצלחה תורמים לעלייה במצב רוח חיובי (Nichols, Whelan, Meyers, 1991). ABT מסייעת למשתתפים להצליח במשימות מורכבות ומאתגרות, וכך מגבירה תחושות הצלחה והישג (Bandoroff & Newes, 2004; Gass, 1993; Hill, 2007). כמו כן, גודלה הקטן של הקבוצה, המונה עד 15 משתתפים, מאפשר לכל נער לחוש תרומה רבה להצלחתה(Hill, 2007; West & Crompton, 1999). יתרה מכך, השפעת המשוב שניתן לנערים במסגרת ABT חזקה במיוחד, כיוון שהמשוב הינו מיידי ומוחשי, לדוגמא: ניצחון והפסד של קבוצה, הצלחה במעבר המכשול, ירי מדויק לעבר מטרה. אי לכך, הוא נתפס בעיני הנערים כמשוב טבעי ואמיתי, הממחיש את יכולותיהם. זאת בשונה ממשוב או מחמאה, הניתנים במהלך טיפול וורבלי פורמאלי, המאופיין לרב בחוסר אמון, בעיקר בשלבי הטיפול הראשוניים, ועלולים להתפרש בעיני הנער כניסיון למציאת חן, ולא כמשוב כן (Russell, 1999).

מכיוון אחר ניתן לראות את הסיבה לעלייה במצב הרוח החיובי לאחר ABT באתגר הפיזי, המופק מפעילויות פיזיות כמו רכיבה אתגרית וטיפוס על חבלים (Gillis & Thompson, 1996; Hill, 2007; Priest & Gass, 1997). פעילות פיזית מעלה את מצב הרוח באמצעות שחרור אנדורפינים (Birkeland, Torsheim, & Wold, 2008). כמו כן, היא פועלת כסוג של התניית נגד מול התנהגויות הנובעות מלחץ נפשי, ממתנת תחושות חרדה, מתח ודיכאון ותורמת לתחושת

אופוריה, התעלות וסחרור Birkeland, et al., 2008; Norton, 2008; 2009; Sachs & Buffone, 1984). יתרה מכך, שילוב בין פעילות פיזית לבין אתגר, בדומה לאתגרים הפיזיים במסגרת ABT, מחזק את השפעת הפעילות על מצב הרוח, כיוון שתרגילים פיזיים, שנתפסים כמאתגרים יותר, מעלים את מצב הרוח החיובי של המתעמלים יותר מתרגילים פשוטים, הדורשים פחות מאמץ (Steinberg, Nicholls, Sykes, LeBoutillier, Ramlakhan, Moss, Dewey, 1998).

הסבר נוסף לעלייה במצב הרוח החיובי לאחר ABT מתקשר להשפעה שיש לתפיסת האדם הסובייקטיבית של הסיטואציה על מצב רוחו. ההנחה היא שתהליך שינוי מצב הרוח דורש שינוי באופי החשיבה של האדם לכיוון חיובי. כלומר, מצבי רוח חיוביים מתעוררים לרב כאשר האדם מוצא משמעות חיובית בנסיבות הקיימות (Fredrickson, 2008). בהתאם, אחד ממאפייני ABT הוא הצבת אתגר פיזי בפני המשתתף תוך חיזוק רצונו הטבעי ואמונתו ביכולתו להתגבר עליו, במקום לוותר (Swaim & Petr, 2003), ובכך לעודד חשיבה חיובית ותפיסה חיובית של המצב, המגבירות מצב רוח חיובי.

הסבר רביעי לעלייה במצב הרוח החיובי בתום הפעילות עולה מהתבוננות במאפייני הסביבה הפיסית בה מופעלת ABT. ההתערבות מתבצעת בשטחי חוץ וטבע פתוחים, המהווים אלטרנטיבה אטרקטיבית לחדר הסגור בו נערך הטיפול המסורתי (Gass, 1995; Swaim & Petr, 2003). מאחר ומאפייני הסביבה הטבעית הפיסית במסגרות שונות הגבירו מצב רוח חיובי (Headey, Glowacki, Holstrom, &Wearing, 1985), נראה כי, סביבה זו השפיעה גם על בני הנוער באופן דומה.

הסבר חמישי לעלייה במצב הרוח החיובי בתום הפעילות מתחבר לאמרה ש"אם תעשה כל שביכולתך למען הקבוצה, תמיד תעשה משהו טוב גם לעצמך" (ריילי, 1994). עיון בספרות מלמד כי, אנשים החשים מצב רוח רע, נוטים לעזור לאחרים, כדי לשפר את הרגשתם (Baumann, Cialdini, & Kenrick, 1981; Cialdini, Brown, Lewis, Luce, & Neuberg, 1997). בהתאם, נמצא כי, מתן עזרה ושיתוף פעולה מגבירים מצב רוח חיובי בקרב בני נוער ובכלל (Rosenhan, George, 1991; Salovey & Hargis, 1981; Yinon & Landau, 1987). מאחר ו-ABT שמה דגש רב על חיזוק עבודת צוות, ומתן עזרה לחברי הקבוצה במטרה לטפח אחריות חברתית בקרב

המשתתפים (Russell, 2001; Bacon, 1983), נראה כי היא תורמת בכך גם לשיפור מצב רוחם של המשתתפים.

ממצא חשוב נוסף במחקר הנוכחי הראה עלייה במצב הרוח החיובי בקרב המשתתפים בסמוך לתחילת ההתערבות. מצב זה יכול לנבוע מכך שעלייה במצב רוח חיובי נובעת גם מהציפייה להצלחה במשימות עתידיות (Nichols, et al., 1991), אשר סביר להניח הייתה לנערים לקראת היציאה ל-ABT.

אמנם ממצאי המחקר הנוכחי מצביעים על עלייה במצב הרוח בסמוך לתחילת ההתערבות ומייד בתומה, אך הממצאים מראים כי העלייה במצב הרוח חלפה לאחר שבוע. כלומר, השפעת ההתערבות על מצב הרוח הייתה קצרת טווח ומיידית בלבד. הממצאים הללו לא מפתיעים מאחר והשפעת פעילות פיזית חד פעמית על מצב הרוח לרב משפיעה לטווח קצר בלבד (Anderssen, Wold, & Torsheim, 2005). הסיבות לכך יכולות להיות כיוון שמצב רוח והשפעה של פעילות פיזית מוגדרים כבעלי תנודתיות גבוהה וחוסר יציבות (Anderssen, et al., 2005). כמו כן, תקופת גיל ההתבגרות גם כן מאופיינת בחוסר יציבות במצב הרוח בשל שינויים סביבתיים והתפתחותיים בתקופה זו (Anderssen, et al., 2005; Birkeland, et al., 2008). מאחר והשפעת ההתערבות על כמיהה ועל שביעות הרצון מהקשרים החברתיים הראתה דפוס דומה של השפעה קצרת טווח בלבד, בהמשך הדיון אקדיש פרק שינסה להציע הסברים אפשריים להשפעה זו בלבד.

השפעת האינטראקציה בין התערבות באמצעות אתגר וחיפוש ריגושים על מצב רוח חיובי

השערת המחקר הייתה שההתערבות תשפר יותר מצב רוח חיובי בקרב בעלי רמות גבוהות של חיפוש ריגושים בהשוואה לשיפור בקרב בעלי רמות נמוכות של חיפוש ריגושים. ממצאי המחקר הצביעו על הבדל מובהק בעלייה במצב הרוח כתלות בחיפוש ריגושים, אך לא בכיוון המשוער: נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים ומצב רוח חיובי בקבוצת הביקורת. אולם, בקרב הקבוצה שעברה את ההתערבות לא נמצא קשר.

ממצא זה מפתיע, שכן הספרות מעידה על ממצאים הפוכים. לראייה, מחקר אשר מצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים, מצב רוח והשתתפות בפעילות אתגרית- גלישת אקסטרים על סקייטבורד(Boyd, & Mi-Sook, 2007), הדומה במאפייניה להתערבות שבוצעה במחקר הנוכחי, מאחר והיא בעלת רמות סיכון ואתגר גבוהות. כמו כן, נמצא כי, חיפוש ריגושים מעניק תחושת חופש מדאגות, מגביר את היכולת לתפקד תחת לחץ, ובכך מסייע בתפיסת מצבים פיזיים בעלי

אלמנט סיכוני כפחות מאיימים, ואף מהנים (Franken, Gibson, & Rowland, 1992; Smith, Ptacek, & Smoll, 1992).

כמו כן, ממצאי המחקר מפתיעים לנוכח הספרות המצביעה על כך ששילוב בין חיפוש ריגושים לפעילות פיזית, המהווה את אחד ממרכיבי ABT, כמו גם את ההתערבות שבוצעה במחקר הנכחי, מפחית מצבי רוח שליליים (Smith, et al., 1992). הסיבה לכך היא שחיפוש ריגושים לרב מוביל לביצועים טובים יותר במסגרת פעילות אתגרית (Smith, et al.,1992; Franken, et al., 1992).

ממצאי המחקר הנוכחי, המצביעים על כך שההתערבות הגבירה מצב רוח חיובי בקרב המשתתפים למרות הבדלים ברמות חיפוש הריגושים, לכאורה סותרים מחקרים קודמים. יחד עם זאת, הם לא כל כך מפתיעים, כיוון שייתכן שההבדלים האישיותיים פחות השפיעו על העלייה במצב הרוח החיובי בשל עוצמת ההתערבות והשפעתה הגבוהה. כלומר, הקשרים בין חיפוש ריגושים לעלייה במצב הרוח מותנו, כיוון שהתוכנית הגבירה את מצב הרוח בטווח הקצר בעוצמה מאוד גבוהה: ממוצע של 34.4 שבוע לפני ההתערבות, לעומת 61.6 בסמוך לתחילת ההתערבות, לעומת 81.6 בתום ההתערבות, אשר טשטשה את הבדלי האישיות. ממצאים אלה מצביעים על כוחה של ההתערבות ויכולת ההשפעה שלה בטווח הקצר.

השפעת האינטראקציה בין התערבות באמצעות אתגר ואימפולסיביות על מצב רוח חיובי

השערת המחקר הייתה שההתערבות תהיה אפקטיבית יותר בקרב בעלי רמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות של אימפולסיביות לגבי מצב רוח. ממצאי המחקר הנוכחי לא אישרו את ההשערה. בניגוד להשערת המחקר, הממצאים מצביעים על קשר הפוך בין אימפולסיביות וההתערבות לגבי מצב רוח חיובי בקבוצת הניסוי. כלומר, ככל שהאימפולסיביות גבוהה יותר, כך מצב הרוח החיובי בתום ההתערבות נמוך יותר.

הסבר אפשרי לממצא זה עולה מהתבוננות במבנה של ABT ובכללים והנהלים המיושמים במהלכה על ידי צוותי המדריכים. ABT כוללת פעילויות אתגריות, כדוגמת סנפלינג, רכיבה אתגרית ופיינטבול, אשר כוללות רמת סיכון יחסית גבוהה (Ewert & McAvoy, 2000; Taylor, et al., 2010). פעילויות מסוג זה עלולות לגרום לפגיעה פיזית במשתתפים, במידה ולא ינהגו על פי הנהלים והכללים, עליהם מקפידים באדיקות מדריכי ABT ואנשי הצוות הטיפוליים

ממרכזי הנוער, המלווים את בני הנוער לפעילות. מאחר ואימפולסיביים מטבעם מעדיפים שלא להיות תחת השגחה צמודה, הדורשת מהם להתאים את התנהגותם לדרישות ולנוהלי התנהגות מחמירים (Moeller, Barratt, Dougherty, Schmitz, & Swann, 2001), ייתכן שהדבר פגם בהנאתם מההתערבות, והוביל לעלייה נמוכה במצב הרוח החיובי בקרב נערים בעלי רמות אימפולסיביות גבוהות בהשוואה לעלייה במצב הרוח החיובי בקרב נערים בעלי רמות אימפולסיביות נמוכות.

הסבר נוסף לממצא זה מתקשר למטרות ABT בנוגע לשליטה בהתנהגות אימפולסיביות ובדחפים. ממצאי מחקר שבחן את השפעת ABT, מצא שהיא אפקטיבית מאוד למטרת שינוי התנהגותי בקרב אימפולסיביים, כיוון שהיא מאפשרת למידה של התמודדות עם נטייה להתנהגות האימפולסיביות באמצעות הצבת משימות ואתגרים, המקדמים בחירה אישית ולקיחת אחריות (Portrie - Bethk, Hill, & Bethke, 2009). למרות השפעתן המיטיבה, ייתכן שמשימות מסוג זה הקשו, ואולי אף תסכלו בני נוער בעלי רמות גבוהות של אימפולסיביות, ולכן הובילו לעלייה נמוכה במצב הרוח החיובי שלהם בהשוואה לעלייה שנמצאה במצב הרוח החיובי בקרב נערים בעלי רמות אימפולסיביות נמוכות.

לממצא זה משמעות רבה בהקשר לקידום מטרות טיפוליות בקרב בני נוער בסיכון. הסיבה לכך היא שמצב הרוח משפיע על התנהגות אימפולסיבית, ויכול להסביר 15%–43% משונותה (She, & Fisher, 1996). ברב המקרים, עלייה במצב רוח חיובי בקרב אימפולסיביים מובילה להתנהגות אימפולסיבית (Yuen & Lee, 2003). כמו כן, הגברת מצב רוח חיובי בקרב אימפולסיביים מובילה ללקיחת סיכונים (Cyders, et al., 2007) התנהגות הנפוצה בקרב אוכלוסיית הנוער בסיכון (Gullo & Dawe, 2008; Spear, 2000). אי לכך, העלייה הנמוכה במצב הרוח החיובי שנמצאה בקרב בני נוער בעלי רמות גבוהות של אימפולסיביות שהשתתפו בפעילות, משרתת את מטרות הטיפול בנערים שבאות לידי ביטוי בהפחתת התנהגות אימפולסיביות וסיכונית.

ממצאי המחקר מצביעים על כך שהשפעת ההתערבות על מצב רוח חיובי בקרב אימפולסיביים הינה נמוכה בהשוואה להשפעתה על בעלי רמות נמוכות של אימפולסיביות. לאור זאת, ניתן לומר שהשפעת ההתערבות על מצב רוח חיובי תלויה במאפיין האישיות אימפולסיביות. כמו כן, השפעת ההתערבות כפועל יוצא של המשתנים האישיותיים אימפולסיביות וחיפוש

ריגושים נמצאה תלויה בתדירות וסוג השימוש שעשו בני הנוער בחומרים פסיכו אקטיביים, ועל כך ראה עמוד 68.

השפעת התערבות באמצעות אתגר על שביעות רצון מהקשרים החברתיים

השערת המחקר הייתה שההתערבות תעלה את שביעות רצון של בני הנוער מהקשרים החברתיים. ממצאי המחקר הנוכחי איששו את ההשערה : נמצאה עלייה משמעותית בשביעות הרצון של הנערים מהקשרים החברתיים בעקבות ההשתתפות בהתערבות בסמוך לתחילת התערבות, ובייחוד בתום ההתערבות באופן שאינו תלוי ברמת חיפוש ריגושים, אימפולסיביות, ותדירות השימוש בסמים בקרב בני הנוער. העלייה בשביעות הרצון נמצאה בקבוצה שהשתתפה בהתערבות באמצעות אתגר, אך לא נמצאה בקבוצת הביקורת.

לקבוצת השווים חשיבות רבה בתקופת גיל ההתבגרות, כיוון שהשפעתה על הנער חזקה מהשפעתן של דמויות אחרות המעורבות בחייו, כגון: הורים, או דמויות סמכות (עמי, 2003; Branstrom, Sjostrom, & Andreasson ,2007 ;Landazabal, 2002). אינטראקציה חיובית עם קבוצת השווים מסייעת להתפתחות פסיכו סוציאלית, קוגניטיבית ואישיותית (Branstrom, et al., 2007; Landazabal, 2002). כמו כן, קבוצת השווים משמשת אמצעי ללמידת התנהגויות חברתיות (רוזמן, 1988; Jelalian, Mehlenbeck, Lloyd-Richardson, Birmaher, & Wing, 2006). בהתאם, יכולה להיות לה השפעה מטיבה, או פוגענית על הנער (Dekovil, 1999).

חוויות קבוצתיות המעודדות קבלה (acceptance) מסייעות במניעת בעיות התנהגות בגילאים מאוחרים (Landazabal, 2002). כמו כן, העדר מיומנויות חברתיות מגביל את היכולת לעצב יחסים בינאישיים, ולהשתייך לקבוצה ומתקשר להתנהגות אנטי סוציאלית (Rutherford & Mathur, 1994). בני נוער נוהגים להשתמש בחומרים כדרך התמודדות עם חוסר ביטחון ובדידות, וכחלופה לסיפוק צרכי הפרט, הנובעים מהשתייכות לקבוצה (שרוף,2000 ; רוזמן, 1988). לראייה, נמצא קשר הפוך בין יכולת ליצירת קשרים ("בונדינג") לבין שתיית אלכוהול (Zullig, Young, & Hussain, 2010).

מהנאמר לעיל ניכר כי קיימת חשיבות רבה לפיתוח מיומנויות והתנהגויות חברתיות תקינות בקרב נוער בסיכון במטרה להוביל להפחתת שימוש בסמים בקרב אוכלוסייה זו ולהפחתת התנהגות סיכונית בכלל. סביבה המובילה לאינטראקציות חיוביות בין בני נוער, ובצידה מבוגרים

תומכים ומעודדים, כדוגמת ההתערבות במחקר הנוכחי, יוצרת סיטואציה טיפולית בטוחה, המהווה עבור הנערים ניסיון השתלבות בקבוצה חברתית חיובית, כחלופה לאינטראקציות שליליות (Nelson, McClintock, Perez-Ferguson, Shawver, & Thompson, 2008). בנוסף, קשרים בין חברים בקבוצה מושפעים מקיומם של תהליכי עזרה הדדית ושיתוף פעולה, שיקוף בנוגע להשפעת התנהגות המשתתף על חברי הקבוצה ואימוץ דרכי התנהגות חלופיות, וכן זיהוי של תכונות חיוביות בקרב המשתתפים על ידי המדריך וחבריהם לקבוצה (Landazabal, 2002). במהלך ההתערבות המחקר הנכחי, בני הנוער עודדו את חבריהם לקבוצה, סייעו ותמכו בהם, במידה ואלו התקשו בביצוע המשימה. יתרה מכך, מדריכי ההתערבות צפו מהצד, ונתנו ניקוד קבוצתי ופרטני על סעיפים כמו גיבוש קבוצתי, עידוד, עבודת צוות ושיתוף פעולה, ובכך חיזקו התנהגות זו. כמו כן, במהלך ההפסקות ישבו חברי הקבוצה יחד, שוחחו על פיתוח דרכי התמודדות יעילות עם המשימות הבאות, ונתנו משוב אחד לשני על ביצועיהם, התנהגות אשר מובילה לגיבוש קבוצתי ולפיתוח עבודת צוות (Russll, & Miller, 2002; Ungar, Dumond, & Mcdonald, 2005).

נראה כי, ההתערבות במחקר הנכחי תרמה ליצירת אינטראקציות חיוביות בין המשתתפים בתוך קבוצה חברתית חיובית, העוסקת במשימות תקינות. סיטואציה זו לרב לא נפוצה בקרב בני נוער בסיכון, כיוון שהם מאופיינים בשייכות לקבוצות חברתיות שליליות, המובילות בסופו של דבר לאינטראקציות שליליות בניהם (Cho, Hallfors, Sánchez, 2005; Patterson, DeBaryshe, & Ramsey, 1989). לאלמנט זה של ההתערבות חשיבות רבה בהפחתת התנהגות סיכונית ואנטי סוציאלית (Landazabal, 2002) ובהגברת תחושת שייכות.

אם כן, ממצאי המחקר הנוכחי הראו עליה משמעותית בתחושת שביעות הרצון של המשתתפים ב-ABT מהקשרים החברתיים. תוצאות המחקר הנוכחי תומכות במחקרים, אשר מצאו שABT מעודדת אינטראקציות חיוביות בין המשתתפים (Ewert, & McAvoy, 2000; Gass, 1993; Scheinfeld, et al., 2011; Ungar, & et al., 2005), מחזקת תחושת שייכות לקבוצה, ותורמת לשיפור היחסים בין חברי הקבוצה ולפיתוח התנהגות חברתית (Bedard, Rosen, & Vacha- Haase, 2003; Ringer, 1994; Russll, & Miller, 2002; Priest, 1989; Scheinfeld, et al., 2010; Ungar, et al., 2005).

את העלייה בשביעות הרצון של המשתתפים מהקשרים החברתיים במחקר הנכחי ניתן לייחס- לפחות חלקית- למשימות הקבוצתיות שמכילה ההתערבות. פעילויות המגבירות תקשורת חיובית ואינטראקציה המבוססת על שיתוף פעולה, מחזקות קשרים בין חברי הקבוצה (Landazabal, 2002; Russll & Miller, 2002). בהתאם, הצלחת הקבוצה במשימות במסגרת ABT מחייבת עבודה קבוצתית, הכוללת שיתוף הפעולה מלא בין המשתתפים (Gass, 1993). יתרה מכך, במטרה לחזק מרכיב זה, בהתערבות שבוצעה במחקר הנוכחי הקבוצות נמדדו ברמת שיתוף הפעולה בין חברי הקבוצה, ואף קיבלו על כך ניקוד. בדרך זו, ABT יוצרת סביבה הכוללת יחסים קבוצתיים מעצימים (Bandoroff & Newes 2004), מעודדת את תהליך בניית האמון בין המשתתפים (Blood, et al., 2010), מסייעת בשיפור מיומנויות חברתיות, כמו שיתוף פעולה ותקשורת (Bandoroff & Newes 2004; Herbert, 1996), ומקדמת תהליכי לכידות קבוצתית (Ungar, et al., 2005).

בנוסף, מאפייניה הייחודיים של ABT, מדגישים את אלמנט לקיחת הסיכון בסביבה בטוחה ותומכת, המאפשרת למשתתפים לחלוק ולשתף פגיעות וקשיים, באמצעות שיח פתוח על תחושותיהם והישגיה (Gass, 1993). בדרך זו מחזקת ABT את האינטימיות ביחסים הבין אישיים (Fletcher & Hinkle, 2002) מובילה לשינוי בגישת המשתתפים כלפי ה"אחר" ולעלייה בתחושת השייכות של המשתתפים לקבוצה (Bandoroff & Scherer ,1990).

גם מרכיב הספורט הכלול בבסיסה של ABT יכול להסביר חלק מהעלייה בשביעות הרצון מהקשרים החברתיים במחקר הנוכחי. פעילות ספורטיבית מאפשרת לעוסקים בה ללמוד לחיות חיי קבוצה, ולפתח מערכות יחסים מתגמלות (Smith, 2007; 1999; Weiss & Petlichoff, 1989; שרוף, 2000). כמו כן, היא משפרת את תחושת השייכות של הפרט לקבוצה (Walseth, 2006 Hodge, Allen, & Smellie, 2008). בהתאם, בני נוער רבים רואים בספורט כגורם משמעותי לקביעת המעמד החברתי של המתבגר (רסקין, 1990), ולגיבוש אישיות שלמה יותר, שאינה זקוקה לתחליפים אסורים (אל רועי, 1999). במחקר הנכחי מרכיב הספורט בא לידי ביטוי במשימות רבות, בניהן : רכיבה אתגרית על אופניים, טיפוס על חבלים ומסלולי מכשולים הכוללים ריצה וטיפוס. פעילויות אלה תרמו לשיתוף פעולה בין המשתתפים ולגיבוש קבוצתי, כיוון שחברי הקבוצה תמכו אחד בשני במטרה לסיים את המשימה בהצלחה. דוגמא לכך ניתן היה לראות כאשר חבריו לקבוצה של נער כבד משקל, אשר התקשה לרוץ, דחפו אותו, ואף הרימו אותו

במטרה לעזור לו להגיע ליעד. בתום המשימה הנער הודה לחבריו, וניכר היה על פניו שהוא חש חיבור לקבוצה. כמו כן, על פני חבריו לקבוצה ניכרה תחושת הישג גבוהה. אם כן, ייתכן שבדומה לפעילויות ספורט אחרות, המשימות בעלות מרכיב הספורט הדורש מאמץ פיזי, הובילו לגיבוש קבוצתי וכך הובילו לעלייה בשביעות הרצון של המשתתפים מהקשרים החברתיים.

סיבה נוספת שייתכן שהובילה לעלייה בשביעות הרצון של המשתתפים מהקשרים החברתיים הינה התנהגותם של מדריכי ההתערבות כלפי המשתתפים. נמצא כי, תכונות מדריכים הכוללות סבלנות, כבוד הדדי, מיומנויות תקשורת, העדר שיפוטיות ויכולת להבין את מורכבות היחסים הבין אישיים בין חברי הקבוצה לצד יכולת לגשר בין מצבי קונפליקט, מגבירים את עוצמת הקשרים בין חברי הקבוצה (Landazabal, 2002). כמו כן, נמצא כי התייחסות מדריכים לאופן ביצוע המשימות הן מההיבט הפרטני והן מההיבט הקבוצתי, מחזקת קשרים בין החברים לקבוצה (Landazabal, 2002). בהתאם, במהלך ABT קיימת התייחסות של המדריכים אל חברי הקבוצה כפרטים, בנוסף להתייחסותם לחברי הקבוצה כחלק מהקבוצה (Russll & Miller, 2002; Wan, 2006). המדריך מזהה ומגיב באופן בונה על קשיים, ניסיונות חוזרים, והצלחות הנערים בביצוע משימות (Russll & Miller, 2002). יתרה מכך, כיוון שהמדריך מהווה מודלינג לבני הנוער באופן התייחסותו לקשיים בפניהם הם עומדים, ובאמצעות מתן משוב חיובי וחיזוקים (Russll & Miller, 2002), ABT מייצרת תחושות של כבוד הדדי ואמפתיה בין המשתתפים, וכך, מקדמת תקשורת וביסוס יחסים בין אישיים (Gass, 1993; Priest, 1989; Ringer, 1994; Ungar, et al., 2005).

ממצאי המחקר מראים עלייה מובהקת ומשמעותית הן בשביעות הרצון מהקשרים החברתיים והן במצב הרוח החיובי בסמוך לתחילת ההתערבות (מועד 2) בהשוואה לשבוע לפני ההתערבות, וכן בהשוואה לקבוצת הביקורת במועד זה. ממצאים אלה מצביעים על השפעת ההתערבות על מצב הרוח ושביעות הרצון של הנערים מהקשרים החברתיים עוד לפני ביצוע ההתערבות. ייתכן, שהסיבה שהובילה לכך זהה לסיבה שהובילה להפחתת הכמיהה במועד זה. כלומר, הריגוש, והציפייה לקראת היציאה להתערבות באמצעות אתגר, הנחשבת ייחודית ומרגשת העלו את מצב רוחם של המשתתפים, והובילו לאינטראקציות חברתיות חיוביות בין הנערים כבר בבוקר בשלב ההתארגנות והמפגש הראשוני.

השפעת האינטראקציות בין התערבות באמצעות אתגר לבין חיפוש ריגושים והתערבות באמצעות אתגר ואימפולסיביות על שביעות רצון מהקשרים החברתיים

השערת המחקר הייתה שההתערבות תשפר יותר שביעות רצון מהקשרים החברתיים בקרב בעלי רמות גבוהות של חיפוש ריגושים ואימפולסיביות בהשוואה לשיפור בקרב בעלי רמות נמוכות של מאפייני אישיות אלה. ממצאי המחקר הצביעו על הבדל מובהק בעלייה בשביעות הרצון מהקשרים החברתיים כתלות בחיפוש ריגושים ואימפולסיביות, אך לא בכיוון המשוער: נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים ומצב רוח חיובי בקבוצת הביקורת. אולם, בקרב הקבוצה שעברה את ההתערבות לא נמצא קשר. דפוס דומה נמצא גם לגבי אימפולסיביות- בקבוצת הביקורת אימפולסיביות גבוהה יותר נקשרה לשביעות רצון גבוהה יותר מהקשרים החברתיים; בקבוצת הניסוי לא נמצא קשר מובהק.

ממצאי המחקר הנוכחי מראים כי משתנה מצבי, שבא לידי ביטוי במחקר הנכחי בהשתתפות בהתערבות באמצעות אתגר, השפיע באופן דומה על אנשים בעלי רמות שונות של חיפוש ריגושים ואימפולסיביות. ממצא זה מעיד על עוצמת ההשפעה של ABT לטווח הקצר, מאחר שבכוחה להגביר לכידות קבוצתית, למרות הבדלים במאפייני אישיות.

מחקרים רבים הצביעו על קשר בין ABT לבין שיפור בקשרי חברות בקרב המשתתפים (Bandoroff & Newes 2004; Gass, 1993; Landazabal, 2002). אולם, מעט מחקרים, בחנו את השפעת המאפיינים האישיותיים חיפוש ריגושים ואימפולסיביות על קשרי חברות ומערכות יחסים (Arnett, 1992; Breivik, 1996; Weisskirch, & Murphy, 2004), כאשר בבחינת ABT לא נחקר הנושא כלל.

סקירת הספרות מראה כי לאימפולסיביות יש השפעה שלילית על יחסים עם קבוצת השווים ועל ביסוס תהליכי חברות (Tyler, 1988). כמו כן, אימפולסיביות נמצאה קשורה לאישיות אנטי סוציאלית ולבעיות חברתיות (Barrat, Orozco- Cabal, & Moeller, 2004). בנוגע לחיפוש ריגושים, נמצא כי, לבני נוער בעלי רמות גבוהות של חיפוש ריגושים יש מספר רב יותר של חברים, ומערכות יחסים יותר קרובות עמם. הסיבה לכך היא שהחברים מספקים עבורם את הצורך בגירויים ובחדשנות (Weisskirch & Murphy, 2004). כמו כן, קיימים תתי סוגים של מחפשי ריגושים, הזקוקים לגירויים ברמות ובאופנים שונים. חלק ממחפשי הריגושים מעדיפים ריגושים פיזיים, בעוד שאחרים יספקו את רמת הריגוש הנחוצה להם באמצעות חברים חדשים (Weisskirch, & Murphy, 2004). יתרה מכך, נמצא כי בני נוער לרוב נמשכים לחברים בעלי רמות חיפוש ריגושים דומות (Arnett, 1992). בדומה, בני נוער אימפולסיביים שמעשנים, לרב

מתחברים לבני נוער שמעשנים גם כן (Reynolds, 2003). הסיבה לכך היא שבמסגרת חברויות אלה, הם מאשרים מחדש את השקפות עולמם והתנהלותם (Breivik, 1996).

התערבות באמצעות אתגר במחקר הנכחי, כללה משימות שסיפקו גירוי וריגוש פיזיים, כמו טיפוס על חבלים, סנפלינג ומסלולי מכשולים. כמו כן, היא כללה היכרות רחבה ופעילות משותפת עם קבוצות נערים ממרכזי נוער שונים מרחבי הארץ, בעלות מאפיינים דומים: בני נוער בסיכון, שגילו מוטיבציה ונכונות להשתתף בפעילות מסוג זה. אם כן, ייתכן שהשילוב בין חשיפה לריגושים ולגירויים פיזיים בעוצמות כה חזקות לבין היכרות וביסוס קשרים עם מספר כה רב של בני נוער חדשים (כ-100), תוך כדי עידוד מתמיד של המדריכים ליצירת קשר ולשיתוף פעולה, נתן מענה מספק הן לשני תתי הסוגים של מחפשי הריגושים, והן לבני נוער אימפולסיביים, המתקשים ביצירת קשרים, ומהווה את הסיבה לכך לא משפיעה על שביעות רצון חברתית כתלות בשני משתנים אישיותיים אלה, אלא משפיעה באופן עצמאי וחזק מעבר למאפיינים האישיותיים הללו.

השפעת האינטראקציות בין ההתערבות וחיפוש ריגושים או אימפולסיביות והרגלי שימוש בחומרים על כמיהה, מצב רוח ושביעות רצון מהקשרים החברתיים

השערות המחקר היו שהרגלי השימוש בחומרים: אלכוהול, ממריצים, מריחואנה וחשיש ישפיעו על ההפחתה ברמת הכמיהה ועל העלייה במצב הרוח ושביעות הרצון החברתית בתום ההתערבות, למרות הבדלים במאפייני האישיות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות. ממצאי המחקר אישׁשו את ההשערות: ניתוחי הרגרסיה שאתאר להלן מראים כי השפעת ההתערבות כפועל יוצא של המשתנים האישיותיים אימפולסיביות וחיפוש ריגושים תלויה בתדירות ובסוג השימוש שעשו בני הנוער בחומרים פסיכו אקטיביים.

ממצאי המחקר מראים כי, בקרב בני נוער המאופיינים בתדירות שימוש נמוכה באלכוהול ובממריצים, שהשתתפו בהתערבות היה קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין כמיהה בתום ההתערבות. כלומר, ככל שחיפוש הריגושים גבוה יותר, כך רמת הכמיהה גבוהה יותר. כמו כן, בקרב בני נוער המאופיינים בתדירות שימוש נמוכה באלכוהול ובממריצים, שהשתתפו בהתערבות, נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין מצב רוח ושינוי במצב רוח. כלומר, ככל שרמת האימפולסיביות גבוהה, כך מצב הרוח והשינוי במצב הרוח נמוך. בנוסף, בקרב בני נוער המאופיינים בתדירות שימוש נמוכה באלכוהול, בממריצים, חשיש ומריחואנה, שהשתתפו בהתערבות, נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מקשרים חברתיים. כלומר, ככל שרמת האימפולסיביות גבוהה, כך שביעות הרצון מהקשרים החברתיים נמוכה. בעוד

שבקבוצת הביקורת נמצאו קשרים חיוביים בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מקשרים חברתיים בקרב משתמשים בתדירות נמוכה באלכוהול, בממריצים, חשיש ומריחואנה, ובין אימפולסיביות ומצב רוח, בקרב משתמשים בתדירות נמוכה בממריצים.

ממצאי המחקר מצביעים על דפוס מיוחד בקרב נערים שלא השתתפו בהתערבות, המאופיינים בתדירות שימוש גבוהה בחשיש ובמריחואנה: נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין שינוי בחשק להשתמש בסמים, מושג הדומה במשמעותו לכמיהה לסמים. כלומר, ככל שרמת חיפוש הריגושים גבוהה, כך השינוי בחשק להשתמש גבוה. כמו כן, בקרב אותם נערים נמצא קשר שלילי בין אימפולסיביות לבין חשק להשתמש. כלומר, ככל שרמת האימפולסיביות גבוהה כך החשק להשתמש נמוך. לעומת זאת, בקרב נערים שהשתתפו בהתערבות ומאופיינים ברמת שימוש גבוהה בחשיש ומריחואנה לא נמצאו קשרים מובהקים. אם כך, נראה שהשתתפות בהתערבות הובילה לביטול הקשרים שתוארו לעיל.

לנוכח ממצאי המחקר הנכחי שהוצגו לעיל, נראה שההתערבות משפיעה באופן רחב על נערים כתלות בתדירות השימוש ובסוג החומר. ייתכן שהסיבה לכך היא פגיעות של ABT חד פעמית להשפעתם של חומרים שונים על הנערים בטווח הקצר. פגיעות זו, הבאה לידי ביטוי במחקר הנכחי בשוני בהשפעתה של ABT על כמיהה, מצב רוח ושביעות רצון חברתית בקרב נערים, נמצאה גם במחקרים נוספים שבחנו את השפעתן של ABT קצרות טווח וארוכות טווח על שימוש בסמים בטווח הארוך (Bennett, et al., 1998; Jeppson, 2008; Russell, 2005).

השפעות ארוכות טווח של ההתערבות על כמיהה, מצב רוח חיובי ושביעות רצון מהקבוצה

ממצאי המחקר שהוצגו לעיל תומכים ומחזקים מחקרים קודמים, שהצביעו על הצלחת ABT בטווח המיידי ועל השפעה על מגוון סוגי התנהגויות, האופייניות לנוער בכלל ולנוער בסיכון בפרט (Davis-Berman & Berman, 1994; Fletcher, & Hinkle, 2002; Gillis & Ringer, 1999; Jeppson, 2008; Miles & Priest, 1999; Raymond, 2003; Russell, 2000; Russell & Miller, 2002). יחד עם זאת, תוצאות המחקר הנוכחי לטווח הארוך, אשר מפאת קוצר הזמן, נמדדו שבוע לאחר ההתערבות, ולא מאוחר יותר, מפתיעות. בניגוד להשערות המחקר ולסקירת הספרות של מחקרים שבדקו את השפעתה של ABT ומצאו השפעות ארוכת טווח על בני נוער בסיכון על מגוון מדדים (Cason & Gillis, 1994; Hattie, Marsh, Neill, & Richards, (1997; Raymond, 2003; Russell, 2005; Wright , 1983) (ראה פרוט של המחקרים והמדדים שהושפעו בלוח מס. 17), לא נמצאו במחקר הנוכחי הבדלים בכמיהה, במצב רוח חיובי ובשביעות רצון מהקשרים החברתיים שבוע לאחר ההתערבות. אי לכך, יש לסייג את השפעת ההתערבות במחקר הנוכחי על מדדים אלו לטווח המיידי בלבד.

גורמים רבים יכולים להשפיע על תוצאות ABT, כגון הבדלים במשתני הרקע של בני הנוער בניהם הרגלי שימוש בסמים, והבדלים במשתנים אישיותיים (Raymond, 2003). בהתאם, ABT קצרות מועד, או חד פעמיות שאורכות בין מספר שעות לבין 3 ימים, לא תמיד משפיעות על המשתתפים בטווח הארוך, שנמדד בטווח של 10 חודשים עד 3 שבועות לאחר ההשתתפות בהתערבות (Bennett, et al., 1998; Russell, 2000). להלן אנסה להסביר מדוע ההתערבות לא הותירה את השפעתה גם לאחר שבוע במחקר הנוכחי.

ראשית, בבחינת השפעת ההתערבות יש לבחון את מאפייני החיים של בני נוער בסיכון, אשר יכולים לספק הסבר להעדר השפעה לאחר שבוע. שנות גיל ההתבגרות נוטות להיות חסרות יציבות בשל שינויים סביבתיים והתפתחותיים אינטנסיביים בתקופה זו (Anderssen, et al., 2005; Birkeland, et al., 2008). בנוסף, בני נוער בסיכון מאופיינים בנסיבות חיים מורכבות, אשר לרוב כוללות אינטראקציות משפחתיות וחברתיות לא תומכות ואף שליליות, המשפיעות על התנהגותם ותחושותיהם (Durgin & McEwen, 1991). מאידך, ABT מספקת סיטואציה ייחודית של סביבה מנותקת ונקייה מפיתויים, היוצרת בקרב הנערים תחושת מסוגלות מיידית ומסייעת בהצבת יעדים ובעמידה בהם (Durgin & McEwen, 1991; Jeppson, 2008; Raymond, 2003; Russell & Miller, 2002; Salisbury, Kay, Peterson, & Peterson, 2005). אי לכך נראה כי החזרה מ-ABT קצרת טווח לסביבה המוכרת של המשך מאבק והתמודדות עם אתגרים וקשיים בחיי הנערים פוגמת בשינוי שחל בהתנהגותם (Durgin & McEwen, 1991). מחקרים מראים כי, סביבה זו מחזירה אותם להתנהגויות קודמות המאופיינות באימפולסיביות (Bergeron & Valliant, 2001; Wright, 1983), והעדר אמונה שיש להם משאבים לשפר את מצבם (Raymond, 2003), לדוגמא חזרה לשימוש בחומרים, כפי שנמצא במחקרים של ראסל (Russell, 2005; Russell & Miller, 2002) (ראה לוח מס. 17). כמו כן, ששינוי של ההקשר (קונטקסט) החברתי, במסגרתו ההתנהגויות המסכנות מתבצעות, הינו הכרחי על מנת ליצור שינוי

לטווח הארוך בקרב בני הנוער (McBride, et al., 1995). בהתאם, במחקר הנוכחי ההתערבות לא הובילה להפחתה ברמת הכמיהה, מצב הרוח ושביעות הרצון מהקשר עם חבריהם שבוע לאחר ההתערבות. אם כן, ייתכן, שהשפעת ABT המתקיימת במסגרת טיפולית סגורה, המאפשרת לבני הנוער ניתוק מהקשיים הסביבתיים בחייהם, הייתה לטווח ארוך יותר מהשפעת ABT במסגרת פתוחה בשעות אחר הצהריים בלבד, כמו במחקר הנוכחי.

סיבה שנייה להעדר השפעת ההתערבות על הנערים לאחר שבוע עשויה לנבוע ממאפייני התהליך הקבוצתי במחקר הנוכחי. תהליך התפתחות הקבוצה במסגרת ABT זהה לתהליך התפתחותן של קבוצות טיפוליות שונות, וכולל את השלבים: גיבוש, מאבקי שליטה וכוח, אינטימיות, היבדלות והיפרדות (Kerr & Gass, 1987). מעבר תקין בין השלבים מסייע להשגת מטרות הפעילות (Kerr, Gass, 1987), וככל ש-ABT ארוכה יותר, ובהתאם גם שלבי התפתחות הקבוצה, כך גוברת השפעתה על המשתתפים (Cason & Gillis, 1994; Hattie, et al., 1997; Jeppson, 2008; Williams, 2000). לפיכך, ABT ארוכות טווח, שנערכו לדוגמא, אחת לשבוע במשך חצי שנה, או במשך 28 ימים רצופים, סייעו למשתתפים במניעת שימוש חוזר בחומרים ובבניית מסגרת חברתית בטווח הארוך (Jeppson, 2008; Russell, 2000; Russel & Miller, 2002) (ראה לוח מס. 17). נראה כי, מאחר והמחקר הנוכחי בחן התערבות חד פעמית, ולא תהליכית לא נצפה שינוי כעבור שבוע במדדים, אלא בטווח המיידי שלאחר הפעילות בלבד.

בנוסף לסיבות שצוינו לעיל, יש להוסיף ש-ABT משפיעה לטווח ארוך במידה והיא מהווה חלק מתוכנית הטיפול של הנערים, המספקת בין היתר סיוע ותמיכה בהכללת הניסיון שרכשו מעבר לסביבה האתגרית, כפי שנמצא במחקרים קודמים (Bennett, et al., 1998; Raymond, 2003) (ראה פירוט בלוח מס. 17). תהליכי עיבוד ועבודה עצמית של הנערים, מאפשרים חשיבה על חייהם ומתקיימים באמצעות עבודה פרטנית וקבוצתית הכלולה בתוכנית הטיפול של הנערים במהלך ABT ארוכת טווח ואחריה (Russell, 2000). שילוב ABT עם תוכנית הטיפול של בני הנוער משמעותית להצלחתה, ולראייה מחקרים טענו שהטיפול העוקב (aftercare) בבני נוער, הוא שיוצר הבדלים בין השפעת ABT השונות במספר ימי הפעילות, וראו ב ABT גורם משמעותי המקדם את תהליך הטיפול (Russell, 2003). דוגמא לכך ניתן לראות ב- ABT ארוכת טווח, אשר היוותה תוספת לטיפול מסורתי בנערים מכורים, וקידמה את יעדי הטיפול, ביניהם הפחתה

בשימוש (Bennett, et al., 1998) (ראה לוח מס. 17). ייתכן שמאחר והמחקר הנוכחי בחן התערבות נקודתית חד פעמית ללא התייחסות לתהליך העיבוד, או לטיפול הפרטני בבני הנוער, לא נראתה השפעה של ההתערבות שבוע לאחר ביצועה.

ההסבר האפשרי האחרון לאי השפעת ההתערבות על בני הנוער לאחר שבוע יכול לנבוע מהשפעתן קצרת הטווח של פעילות ספורטיבית אתגרית ושטחי חוץ וטבע. כפי שתואר לעיל, מחד גיסא, מרכיבים אלה מהווים את ייחודיותה של ABT, ותורמים ליעילותה (Gass, 1995; Scheinfeld, et al., 2011; Swaim & Petr, 2003). מאידך, השפעתה של פעילות ספורטיבית חד פעמית היא מיידית, בניגוד לפעילות גופנית סדירה במהלך תקופה ממושכת, אשר בעלת השפעה ארוכת טווח (Morris, Sallybanks, Willis, & Makkai, 2003; שדה 1999). כמו כן, ליציאה למרחבי טבע פתוחים, המלאים באוויר צח יש השפעה תרפויטית מיידית (Williams, 2000; Scheinfeld, et al., 2011), אשר קרוב לוודאי לא נשמרת בגוף לאחר שבוע. מכאן ניתן להסיק, ששבוע לאחר ההתערבות, ההשפעות הפיזיולוגיות והנפשיות שחשו בני הנוער בשל מרכיבי ההתערבות הללו בתום הפעילות, ואף בסמוך לתחילתה חלפו. לאור התוצאות שבוע לאחר ההתערבות, יש לחשוב מחדש על הטעם בבחינת התערבויות קצרות טווח דוגמת זו שהוערכה, ולהפנות מאמצים מחקריים ותיאורטיים בתהליכי התערבות ממושכים יותר, כדוגמת מסע הישרדות למשך מספר ימים, או ABT חד שבועית ארוכת טווח. מאידך, חשוב לזכור, שהמחקר הנוכחי מראה בבירור את השפעתה המיידית הגורפת של התערבות באמצעות אתגר על בני הנוער, ואת חשיבות ההשקעה בתוכניות מסוג זה.

לוח מס. 17- הצגת ממצאי מחקרים קודמים בנוגע להשפעת ABT לטווח ארוך

מחקר	מספר נבדקים	מאפיינים	סוג ההתערבות	משך ההתערבות	המדדים שהושפעו	מדידת ההשפעה
Russell, 2005	47	בני נוער בסיכון	התערבות באמצעות אתגר	50 יום	שימוש בחומרים, עבריינות, תפקוד בבי"ס, תקשורת משפחתית	כעבור שנתיים
Raymond, 2003	100	בני נוער בסיכון	התערבות באמצעות אתגר	8 ימים	תחושות כעס, תפקוד בבי"ס, התחברות לעבריינים, התמודדות עם כישלונות	כעבור 3 שבועות, 14 שבועות
Russell, 2000	4	בני נוער בסיכון	התערבות באמצעות אתגר (מחקר איכותני)	21 יום	שימוש בסמים, קשרים עם בני משפחה, תפקוד בבי"ס	כעבור 4 חודשים
Bennett, Cardone, & Jarczyk, 1998	13	מכורים בגמילה במסגרת טיפולית סגורה	התערבות באמצעות אתגר המשולבת עם טיפול במכורים	3 ימים	תדירות מחשבות שליליות, כמיהה לאלכוהול, נסיגה לסם	ממש לפני ומיד אחרי, כעבור 10 חודשים
Wright , 1983	120	בני נוער עוברי חוק	התערבות באמצעות אתגר	26 יום	חזרה להתנהגות עבריינית (רצידיוויזם)	כעבור 9 חודשים, שנה , 5 שנים

מגבלות המחקר והמלצות למחקרי המשך

הסקת מסקנות גורפות והכללת ממצאי מחקר זה מוגבלות מעצם היות תיזה זו ממוקדת במספר קטן יחסית של בני נוער בסיכון, המבקרים במרכזי נוער (n=97). כמו כן, למרות שההתערבות שבוצעה במחקר הנכחי נפוצה בקרב נוער בכלל ונוער ביסכון בפרט, ודומה ל ABT- רבות אחרות בכך שהיא קצרת טווח, ומשלבת טכניקות טיפוליות עם התנסות מעשית, הכוללת משימות מאתגרות ומשחקים קבוצתיים בשטחי חוץ וטבע (Gass, 1995; Scheinfeld, et al., 2011; Swaim & Petr, 2003), יכולת ההכללה של הממצאים תלויה בקווי הדימיון בין ההתערבות שבוצעה במחקר הנוכחי לבין ABT אחרות.

מגבלה נוספת היא שמספר המשיבים במחקר הנכחי היה קטן ומצומצם ביחס למספר המשתנים שנכללו במחקר. מעצם היותם נערים בסיכון, הנוטים להביע חשד כלפי כל נסיון פורמלי לאיסוף מידע, ולרב מאופיינים בלקויות למידה והפרעות ריכוז (שרעבי, 2010), היו בני נוער שהחלו לענות על השאלון, ולא סיימו אותו. כמו כן, היו כאלה אשר סירבו לענות עליו מלכתחילה אם בשל קשיי שפה והחשש שיגלו שהם אינם יודע לקרוא טוב, או בשל קשיי קשב וריכוז. בנוסף, היו נערים שסירבו לענות על השאלון מחשש שיתגלו פרטים אודותיהם (למשל אודות השתתפותם בשימוש בסמים). כתוצאה מהמספר הנמוך של המרואיינים, ייתכן ולא התאפשר לאתר קשרים משמעותיים בין המשתנים השונים (Beyers, Bates, Pettit, & Dodge, 2003 ; Zaff, Moore, Papillo, & Williams, 2003). מדגם גדול יותר עשוי היה לזהות קשרים חיוביים או שליליים במקומות בהם לא נמצא במחקר הנוכחי כל קשר, או לסייע במציאת דפוסים שונים במקומות בהם נמצאו קשרים (Zaff, et al., 2003).

החוקרת ממליצה לדגום מתוך קבוצה רחבה יותר של בני נוער, על מנת לבחון בצורה יותר הולמת מאפיינים דמוגרפיים שונים ולייצג קבוצות שונות. הדבר יכול לספק פרספקטיבה מקיפה יותר לבדיקת הגורמים החברתיים, האישיים והרגשיים הקשורים לשימוש בסמים ולהתנהגויות סיכוניות שונות בקרב בני נוער. ניתן ורצוי לבחון את השפעת ABT על מאפיינים אחרים של בני נוער בסיכון, בנוסף למאפיינים שנבדקו, כגון : מצב משפחתי, מצב לימודי, קשרים חברתיים מחוץ להתערבות והתנהגות עברייננית. כמו כן, רצוי לבחון את השפעתם של מאפיינים דמוגרפיים כמו גיל, מין, מצב משפחתי ומאפייני אישיות שונים, כדוגמת נטייה ללקיחת סיכונים על תוצאות ABT. מידע מסוג זה יכול להוסיף אינפורמציה לגבי האם ובאילו תחומים חל שינוי בקרב הנערים (Mahoney & Stattin, 2000). כמו כן, ניכרת חשיבות רבה להמשך בדיקת הרגלי השימוש בקרב

בני נוער בסיכון בשילוב מאפייני אישיות בעת בחינת יעילותה של ABT, מאחר ונראה כי תדירות השימוש וסוג החומר מהווים גורם המשפיע על מידת האפקטיביות שלה. כמו כן, דפוס זה של ממצאים עשוי למקד את חשיבותן של ABT בתתי אוכלוסיות של נוער בהן היעילות שלהן עשויה להיות גבוהה עוד יותר.

מגבלה נוספת היא התבססות המחקר על איסוף נתונים המושתת על דיווח עצמי בארבע נקודות זמן קרובות יחסית, בלא לערוך מעקב והשוואה ממושכים. בנוסף, לא נבדקו תוכניות הטיפול הכוללות של בני הנוער במרכזים, ולכן לא היה קו בסיס להשוואה למצבם של בני הנוער לאחר עיבוד ההתערבות. במילים אחרות, מחקר זה לא איפשר לבחון את השפעת ההתערבות על חייהם של בני הנוער המשתתפים בABT ארוכת טווח, והאם חל בהם שינוי לטווח הארוך.

מהספרות ידוע כי מחקרים ארוכי טווח של מעורבות בני נוער בפעילויות פנאי חברתיות והסתגלות אליהן מספקים את המידע המדויק והמשכנע ביותר לגבי השפעת הפעילויות על התפתחות חיובית בכלל ועל רווחה נפשית והתנהגויות סיכוניות בפרט, כדוגמת שימוש בחומרים (Fredricks & Eccles, 2005; Larson, 2000; Mahoney & Stattin, 2000). מן הנאמר משתמע כי, על מנת לבדוק האם אכן השתתפות ב-ABT בכלל ובקרב אוכלוסיית בני נוער בסיכון בפרט מקדמת תוצאות חיוביות ארוכות טווח יש לערוך מחקרים תקופתיים וארוכי טווח במרווחי זמן קבועים של ABT במסגרות פתוחות וסגורות לבני נוער. הווה אומר, לחזור ולבדוק האם חל שינוי (שיפור/הרעה) בטווח הארוך במשתנים לאור השוואה לקו בסיס מתועד של הנערים. מחקרים מסוג זה, יוכלו לסייע הן בבחינת התנהגויות השימוש, והן בבחינת מגוון התנהגויות נוספות האופייניות לבני נוער הלכה למעשה.

מגבלות נוספות הן: הנבדקים ענו על השאלונים כאשר עורכת המחקר או אחד מאנשי הצוות נכחו בחדר או בסביבתו. בנוסף, כאמור, הנערים מכירים את עורכת המחקר ואת אנשי הצוות שסייעו בהעברת השאלונים. לאור זאת, הסבירות שהממצאים הוטו על ידי אפקט הריצוי ודיווח לא מהימן של בני הנוער היא גבוהה יותר בהשוואה לממצאים שנאספו משאלונים אנונימיים וללא נוכחות אנשים מוכרים.

מספר נקודות נוספות שהחוקרת ממליצה לבחון:

- האם קיים קשר בין מידת יעילותה של ABT על הנער בהתאם להצלחתו בפעילות? כלומר, האם ההתערבות תהיה אפקטיבית יותר בקרב בני נוער שהצליחו במשימות, בהשוואה לבני נוער שהצליחו פחות.

- האם ABT אפקטיבית באותה מידה כאשר היא מתקיימת בסטינג עירוני, אשר מציע את אותה רמת אתגר? כלומר, האם יש חשיבות לביצוע הפעילות בשטחי טבע פתוחים ומרוחקים?

- האם יש תרומה לקווי הדמיון בין עקרונות ABT לבין מאפייני קבוצות בני נוער בסיכון כמו: רמות סיכון וריגוש גבוהות, שיתוף פעולה בין חברי הקבוצה, תחרות גבוהה בין קבוצות, קבלת החלטות מתבצעת ונאכפת ע"י הקבוצה, דרישה מהמשתפים ל"הוכיח את עצמם" באמצעות שליטה בסביבתם? כלומר האם קווים אלה מסייעים להצלחת ABT?

תרומת המחקר והשלכות יישומיות

מבחינה תיאורטית מחקר זה הוא הראשון שבחן את השפעת ABT על כמיהה לסמים, ולא על שימוש בפועל, על מצב רוח וקשרים חברתיים כתלות במאפייני האישיות חיפוש ריגושים ואימפולסיביות, וכן בהרגלי שימוש בסמים בקרב בני נוער בסיכון. מחקרים שנערכו במקומות אחרים בעולם בחנו את השפעת ABT על מגוון התנהגויות בקרב בני נוער בסיכון, אך לא בשילוב משתנים זה. בכך המחקר בחן האם המשתנים הללו מושפעים מההתערבות. כמו כן האם בני נוער בישראל אכן יכולים להתרם באופן דומה מהתערבויות מסוג זה.

ממצאי המחקר מעידים על כך שבתום ההתערבות נמצאה הפחתה משמעותית ברמת הכמיהה לסמים ועלייה במצב הרוח החיובי ובשביעות הרצון מהקשרים החברתיים לטווח הקצר מעבר למאפייינים האישיותיים. מבחינה תיאורטית, ממצאים אלה עשויים לתרום להבנת המשתנים האישיותיים אימפולסיביות וחיפוש ריגושים, בכך שהשפעתם על רמת הכמיהה, מצב הרוח והקשרים החברתיים בקרב בני נוער, הנמצאים תחת ריגוש גבוה, שונה מהשפעתם על בני נוער במצב נפשי רגיל. כמו כן, הממצאים עשויים לשפוך אור על המשתנים התלויים כמיהה, מצב רוח וקשרים חברתיים, בכך שרמת הכמיהה פוחתת ורמת מצב רוח ושביעות הרצון מהקשרים החברתיים עולות כתגובה לריגוש גבוה הנוצר באמצעות פעילות מאתגרת.

כפי שצוין לעיל, ההתערבות שנבדקה במחקר הנוכחי הובילה להפחתה משמעותית ברמת הכמיהה לסמים, ולעלייה במצב הרוח החיובי ובשביעות הרצון מהקשרים החברתיים מייד בתום ההתערבות, אך השפעה זו לא נשמרה שבוע לאחר ההתערבות. כלומר, ההתערבות השפיעה על בני הנוער בטווח הקצר בלבד. הספרות מעידה על יעילותן של ABT ארוכות טווח ו-ABT המשלבות

טיפול פרטני על מגוון התנהגויות בקרב נוער בסיכון, בניהן שימוש בסמים, התנהגות עבריינית ויחסים חברתיים (Jeppson, 2008; Raymond, 2003; Russell, 2000; 2003; Russell & Miller, 2002;). אי לכך, נראה כי, רצוי להפעיל ABT ארוכות טווח, כדוגמת אחת לשבוע במשך מספר חודשים, במטרה לאפשר לבני נוער בסיכון רכישת מיומנויות והקניית הרגלים לאורך זמן, אשר יסייעו להם בעמידה מול סיטואציות וקשיים אשר הם פוגשים בחיי היומיום. כמו כן, כדאי לשלב במקביל ל-ABT תוכנית טיפול פרטנית, הממוקדת במטרות הטיפוליות האישיות של כל נער ונער.

בנוסף, תוצאות המחקר מראות כי ההתערבות אפקטיבית באופן זהה בקרב בני נוער בעלי רמות שונות של חיפוש ריגושים ואימפולסיביות לגבי שיפור הקשרים החברתיים. כן נכון לגבי הקשר בין חיפוש ריגושים לעלייה במצב הרוח החיובי. יחד עם זאת, נמצא כי השפעת ההתערבות על מצב רוח חיובי תלויה ברמת האימפולסיביות: בקרב אימפולסיביים ההתערבות השפיעה פחות מאשר על בעלי רמות נמוכות של אימפולסיביות. לממצאים אלה חשיבות רבה מאחר ולמאפייני האישיות הללו תרומה רבה להבנת התנהגות דיס פונקציונאלית ולטיפול בה (Yuen & Lee, 2003). בדומה להתערבות שבוצעה במחקר הנוכחי והשפיעה על מספר מדדים: כמיהה, מצב רוח וקשרים חברתיים, סקירת הספרות מראה כי, תוכניות התערבות המספקות מענה למספר בעיות, אפקטיביות יותר מהתערבויות הנותנות מענה לבעיה ספציפית אחת, כגון שימוש בסמים, (Ary, Duncan, Biglan, Metzler, Noell, & Smolkowski, 1999; Barton, Watkins, & Jarjoura, 1997; Roth, Brooks-Gunn, Murray, & Foster, 1998). לנוכח ממצאי המחקר הנכחי וממצאי הספרות, וכיוון שהתנהגות סיכונית ודיספונקציונלית היא התנהגות נפוצה בקרב נוער בסיכון, נראה כי ABT הינה אמצעי לטיפול בנוער בסיכון, ואולי אף בקרב אוכלוסיות רב בעיותיות נוספות, למרות הבדלים במאפייני אישיות.

ממצאים נוספים של המחקר הנוכחי מראים כי ההתערבות בעלת השפעה שונה על כמיהה, מצב רוח וקשרים חברתיים בקרב בני נוער כתלות בתדירות השימוש בסמים ובסוג החומר. אי לכך, קיימת חשיבות לבדיקת הרגלי השימוש בקרב בני הנוער לפני שילובם בהתערבות מסוג זה.

רשימת מקורות

בר- המבורגר, ר., אזרחי, י., רוזינר, א. ושטיינברג, ד. (2005). השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים בקרב תושבי מדינת ישראל. דו"ח מחקר מסכם. תמונת מצב החל מתחילת שנות ה-90 ועד היום. מחקר אפידמיולוגי, 6. הרשות הלאומית למלחמה בסמים, משרד ראש הממשלה. גבעת שאול.

הר-נוי, ש., להב, ח., שמש, א., אבנר, א. וטל, ק. (2003). הוועדה לילדים ונוער בסיכון - דו"ח מסכם והמלצות. כוח המשימה הלאומי לקידום החינוך בישראל. התוכנית הלאומית לחינוך – נספחים. מינהל חברה ונוער – תחום קידום נוער. מאגר מידע ארצי. מתוך http://noar.education.gov.il

ויצטום, א. ושופמן, א.מ. (2000). קנביס - סם בעל השלכות מסוכנות בתחום בריאות הנפש. *הרפואה, 138*, עמ' 410-413.

להב, ח. (2000). "נוער בסיכון" התופעה בפרספקטיבה. [גרסה אלקטרונית]. מינהל חברה ונוער – מאגר מידע ארצי. *מניתוק לשילוב, 10*, נדלה ב-11 ינואר 2009 מ: http://noar.education.gov.il.

מלקמן, ע. (2010). גורמי סיכון והגנה להתנהגויות בעייתיות בקרב חניכים בפנימיות טיפוליות. עבודת גמר לקבלת תואר מוסמך, אוניברסיטת בר – אילן.

רוזמן, מ. (1988). סמים בראש: תוכנית למניעת השימוש לרעה בסמים בקרב בני נוער. תל אביב: רמות.

ריילי, פ. (1994). הצוות המנצח, הנוסחה הבדוקה להצלחה של פט ריילי מאמן הכדורסל הנודע. תל אביב: מטר.

רסקין, ה. (1990). פעילות גופנית ובריאות הציבור: מנע, קידום ושיקום. נתניה: הוצאת "ספרים ע"ש עמנואל גיל", מכון וינגייט לחינוך גופני ולספורט.

שרעבי, ע. (2010). קשרים חברתיים באינטרנט ותחושת בדידות בקרב תלמידים עם וללא ליקויי למידה.

Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). Multiple regression: *Testing and interpreting interactions*. Thousand Oaks: Sage.

Anderssen, N., Wold, B., & Torsheim, T. (2005). Tracking of physical activity in adolescence. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 76,* 119–129.

Anton, R., Moak, D., & Latham, P. (1995). The obsessive compulsive drinking scale: A self-rated instrument for the quantification of thoughts about alcohol and drinking behavior. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research, 19*, 92–99.

Arnett, J. J. (1999). Adolescent Storm and Stress. *American psychologist 54,* 317-326.

Arnett, J.J. (1992). Socialization and adolescent reckless behavior : a reply to Jessor. *Developmental Review, 12,* 391-409.

Arthur, M. R., Hawkins, J. D., Pollard, J. A., Catalano, R. F., & Baglioni, A. J. (2002). Measuring risk and protective factors for substance use, delinquency, and other adolescents problem behaviors. *The Communities That Care youth survey. Evaluation Review, 26*, 575-601.

Ary, D. V., Duncan, T. E., Biglan, A., Metzler, C. W., Noell, J. W., & Smolkowski, K. (1999). Development of adolescent problem behavior. *Journal of abnormal child psychology, 27,* 141-150.

Bacon, S. (1983). The conscious use of metaphor in Outward Bound. Greenwich, Denver, CO: Outward Bound. (ERIC Document Reproduction Service No. ED296848).

Bandoroff, S., & Newes, S. (2004). What is adventure therapy? In Bandoroff S., & Newes S. (Eds.). *Coming of age: The evolving field of adventure therapy* (pp. 1-30). Boulder, CO: Association for Experiential Education.

Bandoroff, S., & Scherer, D. G. (1990). Wilderness family therapy: An innovative treatment approach for problem youth. *Journal of child and family studies, 3,* 175-191.

Barrat, E., Orozco- Cabal, L.F., & Moeller, F.G. (2004). Impulsivity and Sensation Seeking: A Historical perspective in Current Challenges. In Robert M. S. (Ed). *On the psychobiology of personality*: essays in honor of Marvin Zuckerman. pp 3-17.San-Diego :Elsevier.

Barratt, E. S., & O'boyle, M. (1993). Impulsivity and DSM-III-R personality disorders. *Personality and Individual Differences, 14*, 609-611.

Barton, W. H., Watkins, M., and Jarjoura, R. (1997). Youths and communities: Toward comprehensive strategies for youth development. *Social work, 42,* 483-493.

Bates, M. E., & Labouvie, E. W. (1997). Adolescent risk factors and the prediction of persistent alcohol and drug use into adulthood. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research, 21*, 944 - 950.

Bauman, A., & Phongsavan, P. (1999). Epidemiology of substance use in adolescence: Prevalence, trends and policy implications. *Drug and Alcohol Dependence, 55*, 187-207.

Baumann, D. J., Cialdini, R. B., & Kenrick, D. T. (1981). Altruism as hedonism: Helping and self-gratification as equivalent responses. *Journal of Personality and Social Psychology, 40,* 1039-1046.

Baumeister, R. F., & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological Inquiry, 7*, 1-15.

Beck, A. T., Wright, F. D., Newman, C. F., & Liese, B. S. (1993). *Cognitive therapy of substance abuse.* New York: Guilford Press.

Bedard, R. M., Rosen, L. A., & Vacha-Haase, T. (2003). Wilderness therapy programs for juvenile delinquents: A meta-analysis. *Journal of Therapeutic Wilderness Camping, 3,* 7–13.

Bennett, L.W., Cardone, S., Jarczyk, J.(1998). Effects of a therapeutic camping program on addiction recovery: the Algonquin Haymarket relapse prevention program, *Journal of Substance Abuse Treatment, 15,* 469-474.

Bergeron, T., & Valliant, P. (2001). Executive function and personality in adolescent and adult offenders vs. non-offenders. *Journal of Offender Rehabilitation 33*(3), 27-45.

Beyers, J., M., Bates, J., E., Pettit, G., S., & Dodge, K., A. (2003). Neighborhood structure, parenting processes, and the development of youths' externalizing behaviors: A multilevel analysis. *American journal of community psychology, 31*, 35-53.

Beyth-Marom, R., & Fischoff, B. (1997). Adolescents' decisions about risks: A cognitive perspective. In J. Schulenberg, J. L. Maggs, & K. Hurrelmann (Eds.), Health risks and developmental transitions during adolescence (pp. 110–135). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Birkeland, M. S., Torsheim, T., & Wold, B. (2008). A longitudinal study of the relationship between leisure-time physical activity and depressed mood among adolescents. *Psychology of Sport and Exercise, 10,* 25–34.

Blood,R. A., Hill, M.B., & Brack, G. L. (2010). Using Adventure Therapy to Increase Military Group Cohesion. American Psychological Association Convention Presentation.

Boyd, M. P., & Mi-Sook K. (2007). Goal Orientation and Sensation Seeking in Relation to Optimal Mood States Among Skateboarders. *Journal of Sport Behavior, 30*, 21-35.

Branstrom, R., Sjostrom, E., & Andreasson , A. (2007). Individual, group and community risk and protective factors for alcohol and drug use among Swedish adolescents. *European Journal of Public Health, 18,* 12-18.

Branstrom, R., Penilla, C., Pérez-Stable, E. J., & Munoz, R. F. (2010). Positive affect and mood management in successful smoking cessation. *American Journal of Health Behavior, 34*, 553-562.

Burnett, K., & Galloway, S. (2005). Between Eustress and Distress: Walking the Line in Wilderness Education. Wilderness Education Association Proceedings of the 2005 Conference. YMCA of the Rockies – Estes Park, CO.

Caffray, C. M., Schneider, S. L. (2000). Why do they do it? Affective motivators in adolescents decisions to participate in risk behaviors. *Cognition & Emotion, 14,* 543 – 576.

Carter, B. L., Lam, C. Y., Robinson, J. D., Paris, M. M., Waters, A. J., Wetter, D. W., & Cinciripini, P. M. (2008). Real-time craving and mood assessments before and after smoking. *Nicotine & Tobacco Research, 10*, 1165 – 116.

Carter, B. L., Paris, M. M., Waters, A. J., Lam, C. Y., Robinson, J. D., & Cinciripini, P. M. (2007). Real-Time Craving and Mood Assessments Before and After Smoking. *Addictive Behavior, 68,* 1-3.

Carter, B. L. & Tiffany, S. T. (1999). Meta-analysis of cue-reactivity in addiction Research.Addiction, 94, 327- 340.

Cason, D. and Gillis, H. L. (1994). A meta-analysis of outdoor adventure programing with adolescents. *The Journal of Experiential Education, 17*, 40–47.

Chakroun, N. Johnson, E.I., & Swendsen, J. (2010). Mood and personality- based models of substance use. *Psychology of Addictive Behaviors, 24*, 129-136.

Childress, A. R., Ehrman, R., Mclellan, A. T., Macrae, J., Natale, M., & O'brien, C. P. (1994). Can induced moods trigger drug-related responses in opiate abuse patients? *Journal of Substance Abuse Treatment, 11,* 17-23.

Cialdini, R. B., Brown, S. L., Lewis, B. P., Luce, C., & Neuberg, S. L. (1997). Reinterpreting the Empathy- Altruism Relationship: When One Into One Equals Oneness. *Journal of Personality and Social Psychology, 73,* 481-494.

Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences, 3rd ed. Hillsdale: Erlbaum.

Cook, J. W., Spring, B., McChargue, D., & Hedeker, D. (2004). Hedonic capacity, cigarette craving, and diminished positive mood. *Nicotine & Tobacco Research, 6,* 39-47.

Cooper, M. L. (1994). Motivations for alcohol use among adolescents: Development and validation of a four-factor model. Psychological Assessment, 6, 117–128.

Cyders, M. A., Smith, G. T., Spillane, N. S., Fischer, S., Annus, A. M., & Peterson, C. (2007). Integration of Impulsivity and Positive Mood to Predict Risky Behavior: Development and Validation of a Measure of Positive Urgency. *Psychological Assessment, 19,* 107–118.

Davis-Berman, J., & Berman, D. S. (1994). Research update: Two-year follow up report for the wilderness therapy program. *The Journal of Experiential Education 17,* 48-80.

Davis-Berman, J., & Berman, D. S. (1994). Wilderness Therapy: Foundations, theories and research. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing.

Dawes, M. A., Tarter, R. E., & Kirisci, L. (1997). Behavioral self-regulation: Correlates and 2-year follow-ups for boys at risk for substance abuse. *Drug and Alcohol Dependence, 45*, 165–176.

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-IV. (Fourth edition), American Psychiatric Association, Washington, DC. 2000.

Diemen, L. V., Bassani, D. G., Fuchs, S. C., Szobot, C, M., & Pechansky, F. (2008). Impulsivity, age of first alcohol use, and substance use disorders among male adolescents: A population based case–control study. *Addiction, 103*, 1198–1205.

Dishion, T. J., Capaldi, D. M., & Yoerger, K. (1999). Middle childhood antecedents to progressions in male adolescent substance use: An ecological analysis of risk and protection. *Journal of Adolescent Research, 14,* 175-205.

Dom, G., Hulstijn, W., & Sabbe, B. (2006). Differences in impulsivity and sensation seeking between early and late onset alcoholics. *Addictive Behaviors 31,* 298–308.

Drummond, S., Tiffany, S. T., Glautier, S. & Remington, B. (1995). Cue exposure in understanding and treating addictive behaviors. In: D. C., Drummond, S. T., Tiffany,

S. Glautier,& B. Remington (Eds.), *Addictive Behaviors: cue exposure theory and practice*, (pp. 1-17). Chichester, England: John Wiley & Sons.

Durgin, C., & McEwen, D. (1991). Troubled young people after the adventure program: A case study *The Journal of Experiential Education* 14(1), 31-35.

Epstein, J. A., Bang, H., & Botvin, G. J. (2007). Which psychosocial factors moderate or directly affect substance use among inner-city adolescents? *Addictive Behaviors, 32,* 700-713.

Evenden, J. L. (1999). Varieties of impulsivity. Psychopharmacology, 146, 348−361.

Ewert, A., & McAvoy, L. (2000). The Effects of Wilderness Settings on Organized Groups: A State-of-Knowledge Paper. USDA Forest Service Proceedings RMRS, 3, 13-26.

Farabee, D., Nelson, R., & Spence, R. (1993) Psychosocial profiles of criminal justice- and noncriminal justice-referred substance abusers in treatment *Criminal Justice and Behavior,* 20, 336-346.

Fletcher, T. B. & Hinkle, J. S. (2002). Adventure Based Counseling: An Innovation in Counseling. *Journal of counseling & development, 80*, 277-285.

Florsheim, P., Shiozaki, T., Hiraoka, R., Tiffany, S. T., Heavin, S., Hall, S., Teske, N., Clegg, C. (2007). Craving among polysubstance-using adolescents. Journal of Child & Adolescent Substance Abuse, 17, 101-124.

Forgas, J. P., Burnham, D. K., & Trimboli, C. (1988). Mood, memory, and social judgments in children. *Journal of Personality and Social Psychology, 54,* 697-703.

Franken, R. E., Gibson, K. J., & Rowland, G. L. (1992). Sensation seeking and the tendency to view the world as threatening. *Personality and Individual Differences, 13,* 31-38.

Fredricks, J., A., & Eccles, J. S. (2005). Developmental benefits of extracurricular involvement: Do peer characteristics mediate the link between activities and youth outcomes? Journal of Youth and Adolescence, 34, 507-520. Retrieved June 20, 2008 ,from http://www.springerlink.com/content/7452377t7241j720/fulltext.pdf.

Fredrickson, B.L. (2008). Promoting positive affect. In Eid, M., & Larsen, R.J (Eds.), *The science of subjective well-being, 449–468*. New York: Guilford Press.

Friese, G., Hendee, J. C., & Kinziger, M. (1998). The wilderness experience program industry in the United States: Characteristics and dynamics. *Journal of Experiential Education, 21,* 40-45 .

Gass, M. A. (1983). Adventure therapy: Therapeutic applications of adventure programming. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.

Gass, M. A (1993). *Adventure therapy: Therapeutic applications of adventure programming.* Boulder, CO: Association for Experiential Education. Programming in mental health settings. Boulder, CO: Association for Experiential Education. .

Gass, M.A. (1995). Adventure family therapy: an innovative approach answering the question of lasting change with adjusted youth? *Monograph on youth in the 1990s*, 4,103-117.

Gau, S. S. F., Chong, M. Y., Yang, P., Yen, C. F., Liang, K. Y., & Cheng, A. T. A. (2007). Psychiatric and psychosocial predictors of substance use disorders among adolescents. *British Journal of Psychiatry, 190*, 42-48.

Gawin, F. H. (1991). Cocaine addiction: psychology and neurophysiology, Science, 251, 1580 –1586.

George. J. M. (1991). State or Trait: Effects of Positive Mood on Prosocial Behaviors at Work. *Journal of Applied Psychology, 76,* 299-307.

Gillis, H. L., & Thomsen, D. (1996). A research update of adventure therapy (1992–1995): Challenge activities and ropes courses, wilderness expeditions, and residential camping programs. Coalition for Education in the Outdoors Research Symposium Proceedings.

Gillis, H.L. & Ringer, T.M. (1999). Adventure as therapy. In J. C. Miles, & S. Priest (Eds.), *Adventure Programming* (pp 29-35). State College, PA: Venture Publishing, Inc.

Glicksohn, J., & Abulafia, J. (1998). Embedding sensation seeking within the big three. *Personality and Individual Differences 25*, 1085-1099.

Goma, M. F. (2007). Sensation seeking and participation in physical risk sports. In M., Zuckerman, & R.M. Stelmack, (Eds.), *On the Psychobiology of Personality. Essays in Honor of Marvin Zuckerman* (pp 185-203). New York: Elsevier.

Grant, K. E. (1993). Depression in adolescence. *American Psychologist, 48,* 155-168.

Gullo, M. J., & Dawe, S. (2008). Impulsivity and adolescent substance use: Rashly dismissed as ‘‘all-bad’’? Neuroscience and Biobehavioral Reviews. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews 32,* 1507–1518.

Gullone, E., & Moore, S. (2000). Adolescent risk-taking and the five-factor model of personality. *Journal of Adolescence, 23,* 393-407.

Gunnarsson, M., Gustavsson, J. P., Tengström, A., Franck, J., & Fahlke, C. (2008). Personality traits and their associations with substance use among adolescents. *Personality and Individual Differences 45,* 356–360.

Hansen, E. B., & Breivik, G. (2001). Sensation seeking as a predictor of positive and negative risk behavior among adolescents. *Personality and Individual Differences, 30*, 627-640 .

Harris, L. S. (1987). Problems of Drug Dependence. Proceedings of the 48th Annual Scientific Meeting. The Committee on Problems of Drug Dependence, Inc. National Institute on Drug Abuse Office of Science.

Hattie, J., Marsh, H. W., Neill, J. T., & Richards, G. E. (1997). Adventure education and Outward Bound: Out-of-class experiences that make a lasting difference. *Review of Educational Research, 67*, 43–87.

Headey, B. W., Holstrom, E. L., & Wearing, A. J. (1985). Models of well-being and ill-being. Social Indicators Research. 17, 211-234.

Headey, B. W., Glowacki, T., Holstrom. E., & Wearing, A. J. (1985). Modeling change in perceived quality of life. *Social Indicators Research, 17,* 267-298.

Herbert, J. T. (1996). Use of adventure based counseling programs for persons with disabilities. *Journal of Rehabilitation, 62(1),*3-9.

Hill, N. R. (2007). Wilderness therapy as a treatment modality for at-risk youth: A primer for mental health counselors. *Journal of Mental Health Counseling, 29,* 338–349.

Hodge, K., Allen, J. B., & Smellie, L. (2008). Motivation in Masters sport: Achievement and social goals. Psychology of Sport and Exercise, 9(2), 157-176.

Hodgkinson, M. L. M. (2007). Alcohol, tobacco, and other drug use among adolescents: examining sensation seeking, sport, and psychosocial mediators. Doctor of Philosophy. The University of Texas at Austin.

Hull, J. G., & Slone, L. B. (2004). Alcohol and self-regulation. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self- regulation* (pp. 467-491). New York: Guilford Press.

Hyman, S. M., Fox, H., Hong, K. A., Doebrick, C., & Sinha, R. (2007). Stress and drug-cue-induced craving in opioid-dependent individuals in naltrexone treatment. *Experimental and Clinical Psychopharmacology 15*, 134–143 .

Jelalian, E., Mehlenbeck, R., Lloyd-Richardson, E.E., Birmaher, V., & Wing, R.R. (2006). Adventure therapy combined with cognitive behavioral treatment for overweight adolescents. *International Journal of Obesity, 30,* 31–39.

Jeppson, M. (2008). Characterization and Comparative Analysis of Adolescents Admitted to Therapeutic Wilderness Programs and More Traditional Treatment Settings. Brigham Young University.

Kandel, D.B.(1985). Development patterns of the use of legal, illegal and medically prescribed drug from adolescence to young adulthood, Nida, Research Monograph, 56.

Kilgus, M. D., Pumariega, A. J., & Seidel, R. W. (2009). Experimental manipulation of cocaine craving in adolescents by videotaped environmental cues. Addictive Disorders & Their Treatment, 8(2), 80-87.

Kimball, R. O. (1980). Wilderness/adventure programs for juvenile offenders. Chicago Univ., IL. School of Social Service Administration.

Kimball, R. O., & Bacon, S. B. (1993). The wilderness challenge model. In M. A. Gass, *Adventure therapy: Therapeutic applications of adventure programming* (pp. 11-41). Dubuque, IA: Kendall Hunt Publishing Co.

Kotlyar, M., Drone, D., Thuras, P., Hatsukami, D. K., Brauer, L., Adson, D. E., & al'Absi, M. (2011). Effect of stress and bupropion on craving withdrawal symptoms, and mood in smokers. *Nicotine & Tobacco Research, 13,* 492-497.

Landazabal, M. G.(2002). Assessment of an Intervention on Social Behavior, IntragroupRelations, Self-concept and Prejudiced Cognitions during Adolescence. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 2*, 1-22.

Larson, R., W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American psychologist, 55,* 170-183.

Larson, R. W., & Richards, M. H. (1994). Divergent realities: *The emotional lives of mothers, fathers, and adolescents*. New York: Basic Books.

Lount, R. B. (2007). An examination of the relationship between positive mood and trust: A comparison of two theoretical models. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, pp 1983.

Lynch, D. F. (2005). An examination of the scope and variety of adventure therapy services within the state of Maine. Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences. pp. 893.

Mahoney, J., L., & Stattin, H. (2000). Leisure activities and adolescent antisocial behavior: The role of structure and social context. Journal of Adolescence, 23, 113-127. Retrieved july 19, 2008, from http://www.sciencedirect.com/science?_ob=ArticleURL&_udi=B6WH0-45F4RGN-15_&user=626711&_rdoc=1&_fmt=&_orig=search&_sort=d&view=c&_version=1&_urlVersion= _&0userid=626711&md5=9ce2975eac0d833a580c642cb0f3397c.

Manschreck, T. C. (1993). The treatment of cocaine abuse. *The Psychiatric Quarterly 64*, 183-197.

Marlatt, G. A., & Gordon, J. R. (1985). Relapse prevention: Maintenance strategies in the treatment of addictive behaviors. New York: Guilford Press.

Mathur, S. R., Rutherford, R. B. (1994). Teaching conversational social skills to delinquent youth, *Behavioral Disorders, 19*, 294-305.

McBride, C. M., Curry, S. J., Cheadle, A., Anderman, C., Wagner, E. H., Diehr, P., & Psaty, B. (1995). School-level application of a social bonding model to adolescent risk- taking behavior. *The Journal of School Health, 65,* 63- 68.

Mccrystal, P., Higgins, K., & Percy, A. (2006). Brief Report: School exclusion drug use and delinquency in adolescence. *Journal of Adolescence, 29*, 829-836.

Miles, J. C. (1987). Wilderness as a healing place. *Journal of Experiential Education, 10*, 4-10.

Miles, J. C., & Priest, S. (1999). Adventure programming. State College, PA: Venture Publishing, Inc.

Miller, P., & Plant, M. (1999). Truancy and perceived school performance: An alcohol and drug study of UK teenagers. *Alcohol and Alcoholism, 34*, 886–893.

Moeller, F. G., Barratt, E. S., Dougherty, D. M., Schmitz, J. M., & Swann, A. C. (2001). Psychiatric Aspects of Impulsivity. *Psychiatry, 158,* 1783–1793.

Morris, L., Sallybanks, J., Willis, K., & Makkai, T. (2003). Sport, Physical Activity and Antisocial Behavior in Youth. *Australian institute of criminology trends & issues in crime and criminal justice, 249*, 1-6.

Myers, P. L., & Stolberg, V. B. (2003). Ethnographic lessons on substance use and substance abusers. *Journal of Ethnicity in Substance Abuse, 2,* 67−88.

Nelson, A., McClintock, C., Perez-Ferguson, A., Shawver, M. N., Thompson G. (2008). Storytelling Narratives: Social Bonding as Key for Youth at Risk. *Child Youth Care Forum ,37*, 127–137.

Newcomb, M., & McGee, L. (1989). Adolescent alcohol use and other delinquent behaviors: A one-year longitudinal analysis controlling for sensation seeking. *Criminal Justice and Behavior, 16,* 345-369.

Newcomb, M. D., & McGee, L. (1991). Influence of sensation seeking general deviance and specific problem behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 614-628.

Niaura, R. (2000). Cognitive social learning and related perspectives on drug craving. Human models in craving research. *Addiction, 95* , 155 –16

Niaura, R. S., Rohsenow, D. J., Binkoff, J. A., Monti, P. M., Pedraza, M. & Abrams, D. B. (1988). Relevance of cue reactivity to understanding alcohol and smoking relapse. *Journal of Abnormal Psychology, 97*, 133–152.

Nichols, A. L., Whelan, J. P., & Meyers, A. W.(1991). The effects of children's goal structures and performance feedback on mood, task choice, and task persistence. *Behavior therapy, 22,* 491-503.

Norton, C. L. (2008). Understanding the impact of wilderness therapy on adolescent depression and psychosocial development. *Illinois Child Welfare 4*, 166–178.

Norton, C. L. (2009). Into the wilderness—A case study: The psychodynamics of adolescent depression and the need for a holistic intervention. *Clinical Social Work Journal, 38, 226–235.*

Pacula, R. L., Grossman, M., Chaloupka,F. J., O'Malley, P. M., Johnston, L. D., & Farrelly, M. C. (2000). Marijuana and Youth. NBER Working Paper No. 7703.

Patterson, G. R., DeBaryshe, B. D., & Ramsey E. (1989). A Developmental Perspective on Antisocial Behavior. American Psychologist, 44, 329-335.

Petersen, A. C., Compas, B. E., Brooks-Gunn, J., Stemmler, M., Ey, S., & Rothbart, M. K., & Ahadi, S. A. (1994). Temperament and the development of personality. *Journal of Abnormal Psychology, 103*, 55-66.

Pickens, R. W., & Johanson, C. E. (1992). Craving: consensus of status and agenda for future research. *Drug and Alcohol Dependence, 30,* 127-131.

Portrie - Bethk, T.L., Hill, N.R., & Bethke, J.G. (2009). Strength- Based Mental Health Counseling for Children with ADHD: An Integrative Model of Adventure-Based Counseling and Adlerian Play Therapy. *Journal of Mental Health Counseling, 31,* 323-339.

Priest, S. (1989). Teaching outdoor adventure skills. *Journal of adventure education and outdoor leadership, 6,* 16-18.

Priest, S., & Gass, M. A. (1997). Effective leadership in adventure programming. Champaign, IL: Human Kinetics.

Raymond, I. J. (2003). Wilderness therapy: is it the “magical cure” for marginalized youth? *Creating Ethical Communities Now: Footprints, Pathways, Possibilities, 1-10. University* of South Australia.

Reynolds, B. (2003). Impulsivity and friends who smoke as predictors of adolescent smoking. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, pp. 6122.

Ringer, M. (1994). Leadership competences for outdoor adventure: From recreation to therapy, 26-52. Retrieved 5 January 2009 from Adventure-based interventions with young people in trouble and at risk. Proceedings of a National One-Day Conference "Adventure- Based Interventions". Http://eric.ed.gov/ERICWebPortal/custom/portlets/recordDetails/detailmini.jsp?_nfpb=true&_&ERICExtSearch_SearchValue_0=ED378018&ERICExtSearch_SearchType_0=no&accno=ED378018

Roberti, J. W. (2004). A review of behavioral and biological correlates of sensation seeking. *Journal of Research in Personality, 38*, 256–279.

Rosenhan, D. L., Salovey, P., & Hargis, K. (1981). The joys of helping: Focus of attention mediates the impact of positive effect on altruism.

Roth, J. L., Brooks-Gunn, J., Murray, L., & Foster, W. (1998). Promoting healthy adolescents: Synthesis of youth development program evaluations. *Journal of Research on Adolescence, 8,* 423-459.

Russell, K. C. (1999). Theoretical Basis, Process, and Reported Outcomes of Wilderness Therapy as an Intervention and Treatment for Problem Behavior in Adolescents. University of Idaho.

Russell, K. C. (2000). Exploring how the wilderness therapy process relates to outcomes. *Journal of Experiential Education. 23*(3) 170-176.Sachs,M. L., Buffone, G. W. (Eds). (1984). *Running as therapy: An integrated approach.* Lincoln: University of Nebraska Press.

Russell, K. C. (2001). Assessment of treatment outcomes in outdoor behavioral healthcare. Idaho Forest, Wildlife and Range Experiment Station Technical Report 27.

Russell, K. C. (2003). An assessment of outcomes in outdoor behavioral healthcare treatment. *Child and Youth Care Forum, 32,* 355–381.

Russell, K. C. (2008). Adolescence substance use treatment: Service delivery, research on effectiveness, and emerging treatment alternatives. *Journal of Groups in Addiction and Recovery, 2,* 68–96.

Russell, K. C., & Hendee, J. C. (2000). Wilderness Therapy as an Intervention and Treatment for Adolescents with Behavioral Problems. In: Watson, Alan E.; Aplet, Greg H.; Hendee, John C., comps. (2000). Personal, societal, and ecological values of wilderness: Sixth World Wilderness Congress proceedings on research, management, and allocation, 2, 136-141.

Russell, K. C., & Hendee, J. C. (2000). Outdoor behavioral healthcare: Definitions, common practices, expected outcomes, and a nationwide survey of programs. Idaho Forest, Wildlife and Range Experiment Station Technical Report 26.

Salisbury, J., Kay, D., Peterson, S, & Peterson, S. (2005). RedCliff Ascent Wilderness Treatment Program. Retrieved September 12, 2005, from http://www.redcliffascent.com/diagnosis.html.

Sayette, M. A., Shiffman, S., Tiffany, S. T., Niaura, R. S., Martin, C. S., & Shadel, W. G. (2000). Methodological approaches to craving research: The measurement of drug craving. Addiction 95, 189-210 .

Scheinfeld, D. E., Rochlen, A. B., Buser, S. J. (2011). Adventure Therapy: A Supplementary Group Therapy Approach for Men. Psychology of Men & Masculinity, 12, 188–194.

Shea, T., Fisher, B. E. (1996). Self ratings of mood levels and mood variability as predictors of Junior I-6 impulsivity and ADHD classroom behaviors. *Personality and Individual Differences, 20*, 209-214.

Shiffman, S., Paty, J. A., Gnys, M., Kassel, J. D., & Hickcox, M. (1996). First lapses to smoking: within-subjects analyses of real-time reports, *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*, 366–379.

Smith, A. L. (2007). Youth Peer Relationships in Sport. In Jowette, S., & Lavallee, D.(Eds.). *Social Psychology in Sport*,(pp 41-54). Champaign, IL, US: Human Kinetics.

Smith, R. E., Ptacek, J. T., & Smoll, F. L. (1992). Sensation seeking, stress, and adolescent injuries: A test of stress-buffering, risk-taking, and coping skills hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology, 62,* 1016-1024.

Spear, L.P. (2000). The adolescent brain and age-related behavioral manifestation. Neuroscience and Bio behavioral Reviews, 24, 417–463.

Steinberg, H., Nicholls, B. R., Sykes, E. A., LeBoutillier, N., Ramlakhan, N., Moss, T.P.,& Dewey, A. (1998). Weekly Exercise Consistently Reinstates Positive Mood. *European Psychologist, 3*, 271- 280.

Stephen, T. T. (1997). New Perspectives on the Measurement, Manipulation and Meaning of Drug Craving. Human Psychopharnacology, 12, 103-113.

Tarter, R. E., Kirisci, L., Mezzich, A., Cornelius, J. R., Pajer, K., Vanyukov, M., et al. (2003). Neurobehavioral disinhibition in childhood predicts early age at onset of substance use disorder. *American Journal of Psychiatry, 160*, 1078–1085.

Tarter, R. E., Moss, H. B., & Vanyukov, M. M. (1995). Behavior genetic perspective of alcoholism etiology. In H. Begleiter & B. Kissin (Eds.), *Alcohol and alcoholism,1*, 294-326. New York: Oxford Uni-versity Press.

Taylor, D. M., Segal, D., & Harper, N. (2010). The ecology of adventure therapy: An integral systems approach to therapeutic change . *Ecopsychology, 2,* 77-83.

Thayer, R. E., Kazdin, A. E. (2000). *Encyclopedia of psychology, 5, 294-295*. Washington, DC, US: American Psychological Association; Oxford University Press, 508 pp.

Tiffany, S. T. (1990). A cognitive model of drug urges and drug use behavior: Role of automatic and non-automatic processes. *Psychological Review, 97*, 147–168.

Tiffany, S.T. (1997). New perspectives on the measurement, manipulation and meaning of drug craving. *Human Psychopharmacology, 12*, 103 – 113.

Tiffany, S. T., Fields, L., Singleton, E., Haertzen, C., & Henningfield, J. E. (1995). The development of a heroin craving questionnaire. Manuscript in preparation.

Tyler, A. L. (1988). The contributions of hyperactivity-impulsivity, inattention, and aggression-oppositionality to children's peer and friendship relations. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering. pp. 430.

Ungar, M., Dumond, C., & Mcdonald, W. (2005). Risk, Resilience and Outdoor Programs for At-risk Children. *Journal of Social Work,* 5, 319-338.

Vitaro, F., Ferland, F., Jacques, C., & Ladouceur, R. (1998). Gambling, substance use, and impulsivity during adolescence. *Psychology of Addictive Behaviors, 12,* 185–194.

Walseth, K. (2006). Sport and belonging. *International Review for the Sociology of Sport, 41,* 447-464.

Wan., C. K. (2006). Adventure-based counseling as a therapeutic intervention with youth-at-risk in Hong Kong: the views of senior practitioners. M.A.

Weinstein, S. M., Mermelstein, R. Shiffman, S., & Flay, B. (2008). Mood Variability and Cigarette Smoking Escalation among Adolescents. *Psychol Addict Behav, 22,* 504–513.

Weiss, M.R. & Petlichoff, L.M. (1989). Children's motivation for participation in and withdrawal from sport: Identifying the missing links. Pediatric Exercise Science, 1, 195-211.

Weisskirch, R. S., & Murphy, L. C. (2004). Friends, porn, and punk: Sensation seeking in personal relationships, Internet activities and music preference among college students. *Adolescence, 39,* 189-201.

West, S. T, & Crompton, J. L. (1999) Do outdoor adventure programs alleviate negative behavior among at-risk youth? A review of the empirical literature. Texas A

& M University Department of Recreation, Park & Tourism Sciences Submitted exclusively for publication consideration to the Journal of Park and recreation Administration.

Weston, R., & Tinsley, H. E. A. (1999). *Wilderness adventure therapy for at-risk youth. Parks and Recreation*, 30-39.

Williams, B. (2000). The Treatment of adolescent populations: An institutional vs. a wilderness setting. *Journal of Child and Adolescent Group Therapy, 10*, 47-56.

Wills, T. A., Vaccaro, D., &, DuHamel. K. (1995). Activity and Mood Temperament as Predictors of Adolescent Substance Use: Test of a Self-Regulation Meditational Model. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 901-916.

Wills, T. A., Vaccaro, D., & McNamara, G. (1994). Novelty seeking, risk taking, and related constructs as predictors of adolescent sub-stance use : An application of Cloninger's theory. *Journal of Substance Abuse, 6*, 1-20.

Wilson, J. J., & Howell, J. C. (1993). A comprehensive strategy for serious, violent and chronic juvenile offenders. Washington DC: Once of Juvenile Justice and Delinquency Prevention, US Department of Justice.

Witkiewitz, K., Bowen, S., & Donovan, D. M. (2011). Moderating Effects of a Craving Intervention on the Relation Between Negative Mood and Heavy Drinking Following Treatment for Alcohol Dependence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 79*, 54–63.

Witman, J. P. (1993). Characteristics of adventure programs valued by adolescents in treatment. *Therapeutic Recreation Journal, 1*, 127–135.

World Health Organization. The ICD-10 classification of mental and behavioural disorders: diagnostic criteria for research. Geneva: World Health Organization.

Yinon, Y., & Landau, M. O. (1987). On the reinforcing value of helping behavior in a positive mood. *Motivation and Emotion, 11,* 83-93.

Yuen, K. S. L., & Lee, T. M. C. (2003). Could mood state affect risk-taking decisions? *Journal of Affective Disorders, 75*, 11–18.

Zaff, J., F., Moore, K., A., Papillo, A., R., & Williams, S. (2003). Implications of extracurricular activity participation during adolescence on positive outcomes. Journal of adolescent research,18,599-630. Retrieved August 7, 2008 from http://jar.sagepub.com/cgi/reprint/18/6/599.

Zilberman, M. L., Tavares, H., & el-Guebaly, N. (2003). Relationship between craving and personality in treatment-seeking women with substance-related disorders. BioMedCentral Psychiatry, 3(1). Retrieved 24 December 2008 from http://www.biomedcentral.com/1471-244X/3/1

Zuckerman, M. (1994). Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking. New York: Cambridge Press.

Zuckerman, M. (1996). Item revisions in the Sensation Seeking Scale Form V (SSS-V). *Personality and Individual Differences, 20*, 515.

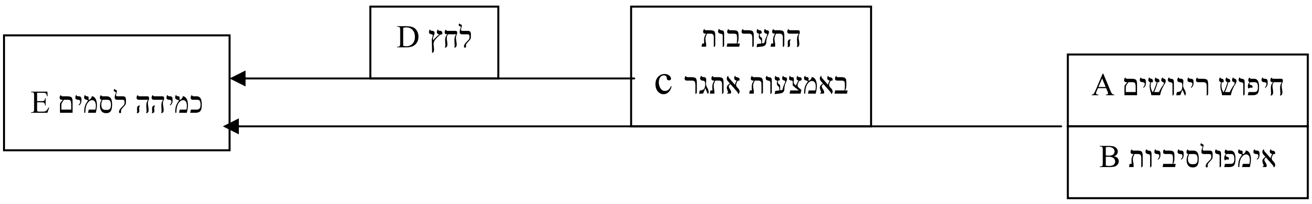
Zuckerman, M., & Kuhlman, D. M. (2000). Personality and Risk-Taking: Common Biosocial Factors. *Journal of Personality, 68,* 1000-1029.

Zullig, K.J., Young, M., & Hussain, M. (2010). Distinguishing between positive and negative social bonding in problem drinking among college students. *American Journal of Health Education, 41*, 85-92.

נספחים

<u>נספח 1</u>

<u>מודל המחקר</u>



תרשים מספר 1:

תרומתם של חיפוש ריגושים ואימפולסיביות להשפעת התערבות באמצעות אתגר על לחץ וכמיהה לסמים בקרב נוער בסיכון.

נספח 2

שאלון חיפוש ריגושים

עבור כל משפט סמן האם הוא נכון לגבייך או לא נכון. ענה על כל המשפטים גם אם אינך בטוח לגמרי בתשובה. סמן את התשובה הנכונה ביותר בשבילך.

		נכון	לא נכון
1	אני נוטה להתחיל עבודה חדשה (או להתעסק במשהו חדש)בלי תכנון רב מראש לגבי הדרך בה אבצע אותה	1	2
2	בדרך כלל אני חושב על הדבר שאני עומד לעשות לפני שאני עושה אותו	1	2
3	לעיתים קרובות אני עושה דברים מתוך דחף רגעי	1	2
4	לעיתים רחוקות אני מקדיש זמן רב לפרטים של תכנון מראש	1	2
5	אני אוהב התנסויות והרגשות חדשות ומרגשות גם כאשר הן מפחידות קצת	1	2
6	לפני שאני מתחיל עבודה מורכבת אני עושה תוכניות קפדניות	1	2
7	הייתי רוצה לצאת לטיול ללא תכנון מראש, ללא מסלולים מוגדרים או לוח זמנים	1	2
8	אני נהנה להיקלע למצבים חדשים שבהם אי אפשר לנבא איך הדברים יתפתחו	1	2
9	אני אוהב לעשות דברים בגלל המתח וההתרגשות שהם גורמים	1	2
10	תחומי ההתעניינות שלי משתנים לעיתים קרובות	1	2
11	לפעמים אני אוהב לעשות דברים שהם קצת מפחידים	1	2
12	אני מוכן לנסות כל דבר לפחות פעם אחת	1	2
13	הייתי רוצה לנהל צורת חיים שבה נמצאים בתנועה,נוסעים הרבה, והכוללת הרבה שינויים והתרגשויות	1	2
14	לפעמים אני עושה דברים מטורפים רק בשביל הכיף	1	2
15	אני אוהב להסתובב לבד בעיר שאני לא מכיר, או באזורים של עיר שאני לא מכיר גם כשיכול להיות שאתבלבל בדרך	1	2
16	אני מעדיף חברים שהתנהגותם הבלתי צפויה מעוררת התרגשות	1	2
17	לעיתים קרובות אני מתלהב מדברים ורעיונות חדשים ומרגשים עד כדי כך שאני לא חושב על סיבוכים אפשריים	1	2
18	אני אדם אימפולסיבי (שעושה דברים בלי לתכנן ובלי לחשוב על תוצאות אפשריות)	1	2
19	אני אוהב מסיבות פרועות ומשוחררות	1	2

נספח 3

שאלון אימפולסיביות תכונתית של Eysenck (I7)

1. האם היית נהנה מסקיי מים? ______ כן/ לא
2. האם לרב אתה מעדיף מוצרים אשר ידוע לך כי הם אמינים, על פני התנסות במוצרים חדשים, במטרה למצוא מוצר טוב יותר? ______ כן/ לא
3. האם היית חש רחמים כלפי אדם זר ובודד? ______ כן/ לא
4. האם אתה נהנה לקחת סיכונים? ______ כן/ לא
5. האם לעיתים קרובות אתה חש מעורבות רגשית ביחס לבעיות של חבריך? ____ כן/ לא
6. האם היית נהנה מצניחה? ______ כן/ לא
7. האם לעיתים קרובות אתה קונה דברים מתוך דחף? ______ כן/ לא
8. האם אנשים לא מאושרים המרחמים על עצמם מרגיזים אותך? ______ כן/ לא
9. האם אתה בדרך כלל עושה ואומר דברים מבלי לעצור ולחשוב לפני כן? ______ כן/ לא
10. האם אתה נוטה להיות עצבני, כאשר אחרים בסביבתך נראים עצבניים? _____ כן/ לא
11. האם לעיתים קרובות אתה נקלע לצרה (מסתבך) מפני שאתה עושה דברים בלי לחשוב? ______ כן/ לא
12. האם אתה סבור כי נסיעה בטרמפים היא דרך מסוכנת מידי לנסוע? ______ כן/ לא
13. האם לדעתך בכי מתוך שמחה הוא טיפשי? ______ כן/ לא
14. האם אתה אוהב לקפוץ למים ממקפצה גבוהה? ______כן/ לא
15. האם יש לאנשים שאתה נמצא עימם השפעה חזקה על מצבי הרוח שלך?______ כן/ לא
16. האם אתה אדם אימפולסיבי? ______ כן/ לא
17. האם הפתעות וחוויות חדשות ומרגשות משמחות אותך גם אם הן מעט מפחידות ולא מקובלות? ______ כן/ לא
18. האם כאשר מצב רוחו של אחד מחבריך נראה ירוד, הדבר משפיע עלי במידה רבה? ______ כן/ לא
19. האם בדרך כלל אתה חושב היטב בטרם מעשה? ______ כן/ לא
20. האם היית רוצה ללמוד להטיס מטוס? ______ כן/ לא
21. האם קורה לך שדמות בסרט במחזה או בסיפור מעוררת בך רגשות חזקים? _____ כן/ לא
22. האם לעיתים קרובות אתה עושה דברים בלהט הרגע? ______ כן/ לא
23. כאשר אתה רואה מישהו בוכה, האם זה מאוד מעציב אותך? ______ כן/ לא
24. האם לפעמים צחוק של מישהו אחר מדבק אותך? ______ כן/ לא
25. האם לרב אתה מדבר בלי לחשוב? ______ כן/ לא
26. האם לעיתים קרובות אתה מעורב בדברים אשר מאוחר יותר אתה מקווה שתוכל לצאת מהם? ______ כן/ לא
27. האם רעיונות חדשים ומרגשים סוחפים אותך עד כדי כך שאתה לא מעלה בדעתך מכשולים אפשריים? ______ כן/ לא

28. האם קשה לך להבין אנשים אשר מסכנים את חייהם בטיפוס על הרים? ________כן/ לא
29. האם אתה יכול לקבל החלטות מבלי להיות מוטרד מרגשותיהם של אנשים אחרים? ____ כן/ לא
30. האם לפעמים אצה אוהב לעשות דברים שהם מעט מפחידים? _______________כן/ לא
31. האם נחוצה לך מידה רבה של שליטה עצמית על מנת להימנע מצרות? _________ כן/ לא
32. האם מתעורר בך רוגז יותר מאשר סימפטיה למראה אדם בוכה? ___________ כן/ לא
33. האם תסכים כי כמעט כל מה שמהנה הוא לא חוקי או לא מוסרי? ___________ כן/ לא
34. האם בדרך כלל אתה מעדיף להיכנס למים קרים בהדרגה ולא לקפוץ או לצלול ישר פנימה? ____ כן/ לא
35. האם בדרך כלל אתה מופתע מתגובותיהם של אנשים למעשיך או לדבריך? _____ כן/ לא
36. האם היית נהנה מירידה מאוד מהירה במורד הר גבוה ותלול? _______________ כן/ לא
37. האם אתה נהנה להתבונן באנשים הפותחים מתנות? _________________________ כן/ לא
38. האם אתה חשוב כי בילוי של ערב מחוץ לבית הוא מהנה יותר כאשר אינו מתוכנן מראש או כאשר מחליטים על כך ברגע האחרון? ___________________________ כן/ לא
39. האם היית רוצה לצלול לעומק? ____ כן/ לא
40. האם יהיה לך קשה לבשר למישהו בשורות רעות? ___________________________ כן/ לא
41. האם היית נהנה מנהיגה מהירה? ____ כן/ לא
42. האם בדרך כלל אתה עובד במהירות מבלי לטרוח לבדוק את עצמך? __________ כן/ לא
43. האם לעיתים קרובות אתה משנה את תחומי העניין שלך? ___________________ כן/ לא
44. האם לפני שאתה מגיע להחלטה אתה מביא בחשבון את כל היתרונות והחסרונות? ____ כן/ לא
45. האם אתה יכול לגלות עניין רב בבעיותיהם של חברייך? _____________________ כן/ לא
46. האם היית נהנה לעבור מסלול קשה הכולל טיפוס וירידה בעזרת חבלים וזחילה? כן/ לא
47. האם היית נמנע מלקחת על עצמך עבודה אשר כרוכה בה מידה לא מבוטלת של סיכון? ____ כן/ לא
48. האם בטרם אתה מגיע להחלטות אתה מעדיף "לישון על זה"? _______________ כן/ לא
49. כאשר אנשים צועקים עלייך, האם אתה צועק בחזרה? _____________________ כן/ לא
50. האם אתה מרחם על אנשים מאוד ביישנים? ______________________________ כן/ לא
51. האם אתה שמח בחברתם של אנשים שמחים ועצוב בחברתם של אנשים עצובים? כן/ לא
52. האם אתה בדרך כלל מגיע להחלטות במהירות? __________________________ כן/ לא
53. האם אתה יכול לדמיין איך זה להיות מאוד בודד? _________________________ כן/ לא
54. האם זה מדאיג אותך כאשר אחרים דואגים ולחוצים? _______________________ כן/ לא

נספח 4

שאלון כמיהה לסמים

הוראות למילוי שאלון הכמיהה:

אנא חשוב על הסם המועדף עליך והתייחס אליו בכל השאלות. בכל מקום בו מופיע רווח המסומן בקו תחתי אנא ציין את שם הסם המועדף. ציין כמה אתה מסכים או לא מסכים עם כל אחד מהמשפטים הבאים ע"י סימון מה אתה מרגיש ממש עכשיו. אנא ענה על כל השאלות .סמן רק תשובה אחת לכל שאלה .אנחנו מעוניינים לדעת מה אתה מרגיש ממש ברגע זה .יתכן שהתחושות שלך חלשות ,ייתכן שחזקות ,וייתכן שהן ישתנו משאלה לשאלה . מותר לסמן כל תשובה ,אף אחד מהצוות לא ידע מה סימנת .סימון תשובה לא אומר שאתה לא בסדר או לא מתקדם טוב בטיפול ,אלא שיש לך בשנייה זו מחשבות מסוימות .קרא את המשפטים הבאים וסמן עד כמה אתה מסכים עם כל משפט ברגע זה:

		מסכים במידה רבה מאוד	מסכים במידה רבה	מסכים	מתלבט	לא מסכים	לא מסכים במידה רבה	לא מסכים במידה רבה מאוד
1	אם היה לי ___ כאן מולי, היה לי קשה לא להשתמש בו							
2	לא הייתי נהנה עכשיו להשתמש ב____							
3	הייתי מרגיש פחות חולה אם הייתי משתמש ב______ עכשיו							
4	אם תהיה לי הזדמנות להשתמש ב______, אני לא חושב שאשתמש							
5	שימוש ב_____ לא יגביר את הריכוז שלי							
6	גם אם זה היה אפשרי, כנראה שלא הייתי משתמש ב_____ עכשיו							
7	ברגע זה, אני לא מרגיש שחסר לי שימוש ב____							
8	אני אשתמש ב_____ ברגע שרק יתאפשר לי							
9	הכאבים שלי והנוקשות בשרירים לא ייעלמו אם אשתמש ב_____ עכשיו							
10	שימוש ב_____ עכשיו יגרום לדברים להראות מצוין							
11	נראה לי שהחשק שלי להשתמש ב_____ משתלט עליי.							
12	ברגע זה, אין לי שום תוכניות להשתמש ב_____							
13	הייתי מרגיש יותר בשליטה על דברים אם הייתי יכול להשתמש בהרואין עכשיו.							
14	אם הייתי משתמש עכשיו, הייתי מרגיש פחות עייף.							

15	לא הייתי מסוגל לעצור את עצמי מלהשתמש אם היה לי ______ כאן.							
16	אם הייתי משתמש בקצת ______ עכשיו, לא הייתי מסוגל להפסיק להשתמש עוד ועוד.							
17	אני רוצה להשתמש ב______ כל-כך, עד שאני כמעט יכול להרגיש את הטעם שלו.							
18	הכי טוב עכשיו יהיה להשתמש ב______.							
19	הייתי עושה כמעט הכול בשביל מנה עכשיו							
20	הייתי מרגיש כל כך טוב ומאושר אם הייתי משתמש ב______ עכשיו.							
21	אני לא רוצה להשתמש ב______ ברגע זה.							
22	יהיה קשה יותר להרגיז אותי אם אשתמש ב______							
23	כל מה שאני רוצה לעשות עכשיו זה להשתמש ב______.							
24	ברגע זה, יהיה לי קשה לסרב למנה.							
25	החל מעכשיו, אני יכול להסתדר בלי להשתמש ב______ הרבה זמן.							
26	שימוש ב______ עכשיו לא היה גורם לי לסיפוק רב							
27	שימוש ב______ לא יעזור לי להירגע עכשיו							
28	הייתי נהנה להשתמש ב______ ברגע זה.							
29	אם היה לי קצת ______ כאן, לא הייתי מסוגל לשלוט על כמה אני משתמש							
30	אם הייתי משתמש ב______ עכשיו, הייתי מרגיש מלא אנרגיה							
31	אם היה לי כאן ______ עכשיו, כנראה שלא הייתי משתמש בו							
32	גלי חום וקור שאני מרגיש, לא ישתפרו אם אשתמש ב______ עכשיו							
33	אני לא צריך להשתמש ב______ עכשיו							
34	אני אשתמש ב______ ברגע שתהיה לי הזדמנות							
35	אין לי חשק להשתמש ב______ ברגע זה							
36	אם הייתי משתמש עכשיו, לא הייתי יכול לחשוב באופן צלול יותר							
37	שימוש ב______ עכשיו יגרום לי להרגיש מרוצה							
38	יהיה לי קל לוותר על הזדמנות לשימוש ב______							
39	אני חייב מנה עכשיו							
40	אם היו מציעים לי ______, הייתי							

	משתמש מייד							
41	מנה הייתה עושה אותי פחות מדוכא							
42	יש לי דחף להשתמש ב______ עכשיו							
43	אני חושב על דרכים להשיג ______ עכשיו							
44	אם הייתי משתמש עכשיו, הייתי יכול לשלוט בקלות על הכמות							
45	אני חושב שהייתי יכול להתנגד לשימוש ב______ ברגע זה							

<u>נספח 5</u>

<u>שאלון שימוש בסמים</u>

א.באיזו תדירות אתה מעשן סיגריות?

1. אף פעם
2. עישנתי פעם או פעמיים
3. אני מעשן לפעמים
4. פחות מחפיסה לשבוע
5. חפיסה או יותר ביום

לגבי כל חומר מהחומרים הבאים אנא ענה על שתי השאלות :

באיזו מידה השתמשת בו בשנה האחרונה?

באיזו מידה השתמשת בו בחודש האחרון?

ב. כמה פעמים שתית את המשקאות הבאים, חוץ מאשר בקידוש בחגים ובשמחות?

		בשנה האחרונה					**בחודש האחרון**				
		אף פעם	1-2 פעמים	3-9 פעמים	10-25 פעמים	יותר מ-25 פעמים	אף פעם	פעם אחת	2-3 פעמים	פעם בשבוע	יותר מפעם בשבוע
1	יין (לא בקידוש)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2	בירה לבנה	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3	משקאות חריפים אחרים	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

ג. כמה פעמים השתמשת בכל אחד מהחומרים הבאים, לא למטרות רפואיות?

		בשנה האחרונה					**בחודש האחרון**				
		אף פעם	1-2 פעמים	3-9 פעמים	10-25 פעמים	יותר מ-25 פעמים	אף פעם	פעם אחת	2-3 פעמים	פעם בשבוע	יותר מפעם בשבוע
4	חשיש	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5	מריחואנה וגראס	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6	חומרים ממריצים (ספידים)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7	חומרים מרגיעים (ואליום)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8	אופיום, הרואין	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9	קוקאין/ קראק	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10	ל.ס.ד	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

11	אקסטזי	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

הורים

האם השתמשו אי פעם הוריך, או אחד מאחיך המבוגרים ממך, באחד החומרים הבאים?

		אביך			אימך			אח/אחות		
		כן	לא	לא יודע	כן	לא	לא יודע	כן	לא	לא יודע
1	חשיש									
2	מריחואנה וגראס									
3	חומרים ממריצים (ספידים)									
4	חומרים מרגיעים (ואליום)									
5	אופיום, הרואין									
6	קוקאין/ קראק									
7	ל.ס.ד									
8	אקסטזי									
9	יין (לא בקידוש)									
10	בירה לבנה									
11	משקאות חריפים אחרים									

חברים

כמה נערים אתה מכיר המשתמשים בחומרים הבאים? (ענה לכל חומר בנפרד)

		אף אחד	1-2 נערים	3-5 נערים	6-9 נערים	10-24 נערים	יותר מ24 נערים
1	חשיש	1	2	3	4	5	6
2	מריחואנה (גראס)	1	2	3	4	5	6
3	חומרים ממריצים (ספידים)	1	2	3	4	5	6
4	חומרים מרגיעים (ואליום)	1	2	3	4	5	6

5	אופיום, הרואין	1	2	3	4	5	6
6	קוקאין/ קראק	1	2	3	4	5	6
7	ל.ס.ד	1	2	3	4	5	6
8	אקסטזי	1	2	3	4	5	6
9	יין (לא בקידוש)	1	2	3	4	5	6
10	בירה לבנה	1	2	3	4	5	6
11	משקאות חריפים אחרים	1	2	3	4	5	6

נספח 6

שאלון פרטים אישיים

אנא מלא את הפרטים הבאים:

1. גיל __________________
2. מין בן / בת
3. מקום מגורים __________________
4. מצב משפחתי
   א. יש לי _____ (נא כתוב כמה אחים) אחים ואחיות גדולים ממני
   ב. יש לי _____ (נא כתוב כמה אחים) אחים ואחיות קטנים ממני
   ג. אין לי עוד אחים ואחיות כלל
5. עם מי אתה גר בבית (סמן בעיגול את כל הנפשות):
   א. אמא
   ב. אבא
   ג. אחים
   ד. סבתא / סבא
   ה. דודים
6. אם אינך גר עם אביך ואמך מה הסיבה לכך? הקף את התשובה המתאימה בעיגול:
   א. גירושין או פרידה
   ב. אבי / אמי מתו
   ג. אבי / אמי גרים בחו"ל
   ד. אחר: ___________
7. באיזו מדינה נולדת? __________________
8. באיזו שנה עלית לישראל? __19_________
9. מה השתייכותך הדתית?
   א. יהודי
   ב. נוצרי
   ג. מוסלמי
10. המצב הכלכלי בביתך
    א. אמי ואבי עובדים
    ב. רק אחד מהורי עובד
    ג. הורי לא עובדים
11. לומד בבי"ס?
    א. אני לומד בכיתה _______
    ב. עזבתי את בית הספר בכיתה ________

12. עבודה

א. אני עובד ב __________

ב. אני לא עובד

13. יש לי _____ תיקים במשטרה על שימוש בסמים או על עבירה אחרת

14. אני מבקר אצל קצינת מבחן   כן / לא

15. כמה נערים אתה מכיר שמשתמשים באחד או במספר מהחומרים הבאים: חשיש, מריחואנה (גראס), ספידים, חומרים מרגיעים, אופיום, הרואין, אקסטזי, משקאות חריפים?

א. 1-5

ב. 6-10

ג. 10 ומעלה

נספח 7

שאלון כללי

1. ציין כמה היום היה טוב או רע עבורך, על סולם שבין 1 ל-9 :

מאוד גרוע				לא טוב ולא רע				מאוד טוב
1	2	3	4	5	6	7	8	9

2. כמה היית מרוצה היום מהקשר שלך עם חברי הקבוצה (על סולם שבין 1 ל-10)?

בכלל לא				במידה בינונית					במידה רבה מאוד
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

3. כמה מתחשק לך עכשיו להשתמש (בחומר כלשהו, כמו גראס, חשיש, קריסטל, כדורים, הרואין או לשתות אלכוהול) על סולם שבין 1 ל-10?

בכלל לא				במידה בינונית					במידה רבה מאוד
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

באיזה חומר? ___________

4. באיזה חלק של הזמן חווית תחושות נעימות היום (**<u>כמו</u>** התחושות שחשים מאוכל טוב או מאימון פיזי)?

בכלל לא			בחצי מהזמן בערך			כל הזמן
1	2	3	4	5	6	7

5. לפניך רשימת מילים המתארות סוגים שונים של מצבי רוח ורגשות. הקף בעיגול את המילים המתארות כיצד אתה מרגיש **עכשיו.** כמה מהמילים דומות אחת לשנייה ובכל זאת נבקשך להקיף בעיגול את המילים המתארות את רגשותיך.

1. לא מאושר	7. מלא צער	13. מצליח	19. נהדר
2. עליז	8. חופשי	14. ידידותי	20. בר מזל
3. מצוברח	9. אבוד	15. בריא	21. אומלל
4. עצוב	10. שבור	16. סחוט	22. בטוח
5. נוח	11. טוב	17. חזק	23. לא רצוי
6. סובל	12. חסר ערך	18. לבד	24. בכושר מלא

<u>נספח 8</u>

<u>טופס הסכמה להשתתפות במחקר</u>

אני, ________________________

שם פרטי ושם משפחה

א. מצהיר בזה כי אני מוכן להשתתף במחקר.

ב. הוסבר לי על ידי עורכת המחקר דניאל קסלר כי:

•המחקר נערך בשיתוף חברת דלתא אתגרים ואוניברסיטת בר-אילן ואושר לביצוע.

•אני חופשי שלא להשתתף במחקר ולהפסיק את השתתפותי בו בכל שלב, זאת מבלי לפגוע בקשר שלי עם שירות המבחן.

•מובטחת לי סודיות בקשר לזהותי האישית. עורכת המחקר מתחייבת לשמירה על סודיות בכל הנוגע אלי ולתוצאות המושגות.

•מובטחת לי נכונות לענות לשאלות שיעלו על ידי והאפשרות ליצור קשר עם החוקרת בכל עת בטלפון 052-3298600.

ג. מידע לגבי המחקר:

• <u>מטרת המחקר</u>: בדיקת השפעתה של התערבות באמצעות אתגר

• <u>לצורך המחקר</u>: תתבקש למלא שאלונים אשר מילויים יארוך כחצי שעה.

• <u>התועלת הצפויה</u>: מתמקדת בהרחבת ההבנה בקרב הציבור ובקרב גורמי הטיפול על השפעות תוכנית התערבות באמצעות אתגר על המשתתפים. תועלת צפויה נוספת, היא העלאת החשיבות בפיתוח מענים טיפוליים ייחודיים לבני נוער.

• <u>אי הנוחות העלולה להיגרם</u>: הזמן הדרוש למילוי השאלון. כמו כן, חלק מהשאלונים עלולים לעורר סוגיות רגשיות.

הנני מצהיר כי נתתי את הסכמתי הנ"ל מרצוני החופשי, וכי הבינותי את האמור לעיל:

__________   ______________

חתימה   תאריך

אני אמו/ אביו ____________________ מאשר את השתתפותו של בני במחקר

________________   ____________________   ____________

חתימה   שם פרטי ושם משפחה   תאריך

נספח 9

לוח 1: ממוצעים, וסטיות תקן של כמיהה לסמים לפי קבוצה ועיתוי

מועד	קבוצת ביקורת (N=34) ממוצע	ס.ת.	קבוצת ניסוי (N=52) ממוצע	ס.ת.	סה"כ (N=86) ממוצע	ס.ת.
מועד 1	3.89	0.94	4.59	1.39	4.24	1.27
מועד 2	4.08	1.05	3.18	1.11	3.63	1.17
מועד 3	3.84	1.19	2.50	1.12	3.17	1.32
מועד 4	4.33	1.20	4.05	1.29	4.19	1.25

***הערה- ככל שממוצע הכמיהה גבוה יותר, תחושת הכמיהה לסמים ולאלכוהול חזקה יותר**

לוח 2- תוצאות ניתוח שונות של כמיהה לסמים לפי קבוצה ועיתוי

מקור ההבדלים	SS	df	MS	F	η_p^2
אפקטים בין נבדקים					
קבוצה	17.16	1	17.16	*5.09	0.06
שונות הטעות	283.52	84	3.38		
אפקטים תוך נבדקים					
עיתוי	63.93	3	21.31	***29.03	0.26
עיתוי X קבוצה	48.05	3	16.02	***21.82	0.21
שונות הטעות	184.98	252	0.73		

*p<0.05 *** p<0.001

מלוח 2 עולה כי נמצאה אינטראקציה בין קבוצה ועיתוי לגבי כמיהה לסם ($F(3,252)=21.82$, $p<0.001$, $\eta_p^2=0.21$). כמו-כן נמצאה השפעה עיקרית לעיתוי ($F(3,252)=29.03$, $p<0.001$, $\eta_p^2=0.26$) ולקבוצה ($F(1,84)=5.09$, $p<0.05$, $\eta_p^2=0.06$).

<u>נספח 10</u>

<u>לוח 4: מקדמי רגרסיה להסבר השונות של כמיהה ושינוי בחשק להשתמש בחומרים באמצעות קבוצה, חיפוש ריגושים ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם מייד לאחר ההתערבות</u>

המשתנים המסבירים	כמיהה לסמים (חומר: אלכוהול)		כמיהה לסמים (חומר: ממריצים)		שינוי בחשק (חומר: חשיש או מריחואנה)	
	β	R^2	β	R^2	β	R^2
שלב 1	* .27		***.23		***.24	
קבוצה	*** -.45		***-.45		***-.46	
חיפוש ריגושים	12.		18.		-.14	
שימוש בחומר	*.22		-.00		.15	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	* .09		***.14		.04	
קבוצה X חיפוש ריגושים	14.		*.33		.10	
קבוצה X שימוש בחומר	* -.34		***-.51		*-.33	
חיפוש ריגושים X שימוש בחומר	-.17		-.06		-.05	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 3	* **.03		***.03		*.04	
קבוצה X חיפוש ריגושים X שימוש בחומר	* -.31		*.33		*.42	
R^2	*** .39		***.40		***.33	
Adjusted R^2	*** .34		***.35		***.27	
df	7,83		7,83		7,81	
F	*** 7.54		***8.02		***5.58	

* $p<.05$ *** $p<.001$

נספח 11

לוח 6: מקדמי רגרסיה להסבר השונות של כמיהה לסמים, חשק להשתמש בחומרים והשינוי בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם מייד לאחר ההתערבות

המשתנים המסבירים	כמיהה לסמים (חומר : אלכוהול)		שינוי בכמיהה (חומר : אלכוהול)		שינוי בכמיהה (חומר : ממריצים)	
	β	R^2	β	R^2	β	R^2
שלב 1	.26***		.36***		.40***	
קבוצה	-.45***		-.59***		.59***	
אימפולסיביות	.03		-.08		-.05	
שימוש בחומר	.24**		-.07		-.22*	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	.07*		.07*		.17***	
קבוצה X אימפולסיביות	.07		.12		.24	
קבוצה X שימוש בחומר	-.39**		-.40**		.60***	
אימפולסיביות X שימוש בחומר	-.18		-.14		.04	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 3	.10***		.04*		.02*	
קבוצה X אימפולסיביות X שימוש בחומר	-.60***		-.39*		.26*	
R^2	.43***		.47***		.60***	
Adjusted R^2	.39***		.43***		.56***	
df	7,83		7,80		7,80	
F	9.094***		10.207***		16.805***	

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

המשתנים המסבירים	כמיהה לסמים במועד 3 (חומר : חשיש או מריחואנה)		שינוי בכמיהה לסמים בין מועד 1 ל3 (חומר : חשיש או מריחואנה)		חשק להשתמש במועד 3 (חומר : חשיש או מריחואנה)		שינוי בחשק בין מועד 1 ל- 3 (חומר : חשיש או מריחואנה)	
	β	R^2	β	R^2	β	R^2	β	R^2
שלב 1	**.21			***.37	***.28		***.25	
קבוצה	***-.45		***-.59		***-.42		***-46	
אימפולסיביות	06.		-.08		09.		-.15	
שימוש בחומר	11.		-.12		***.30		.11	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	06.		**.11		06.		.07	
קבוצה X אימפולסיביות	10.		08.		-.03		.38	
קבוצה X שימוש בחומר	*-.35		***-.49		*-.29		*-.29	
אימפולסיביות X שימוש בחומר	-.06		-.08		-.04		.11	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 3	***.17		***.09		***.09		*.05	
קבוצה X אימפולסיביות X שימוש בחומר	***-.56		***-.49		***-.48		*-.36	
R^2	***.39		***.56		***.40		***.36	
Adjusted R^2	***.34		***.53		***.35		***.31	
df	7,83		7,80		7,84		7,81	
F	***7.48		***14.72		***7.90		***6.59	

$*\ p<.05 \quad ***\ p<.001$

נספח 12

לוח 7: ממוצעים, וסטיות תקן של מצב רוח חיובי לפי קבוצה ועיתוי

מועד	קבוצת ביקורת (N=34)		קבוצת ניסוי (N=52)		סה״כ (N=86)	
	ממוצע	ס.ת.	ממוצע	ס.ת.	ממוצע	ס.ת.
מועד 1	34.41	25.49	29.02	24.84	31.18	25.09
מועד 2	34.41	23.51	61.57	28.80	50.70	29.83
מועד 3	39.11	26.20	82.57	19.63	64.89	30.57
מועד 4	26.76	22.93	28.63	20.79	27.88	21.55

***הערה- ככל שממוצע מצב הרוח גבוה יותר, מצב הרוח החיובי חזק יותר**

לוח 8-תוצאות ניתוח שונות של מצב רוח חיובי לפי קבוצה ועיתוי

מקור ההבדלים	SS	df	MS	F	η_p^2
אפקטים בין נבדקים					
קבוצה	22268.43	1	22268.43	***16.03	0.16
שונות הטעות	283.52	84	3.38		
אפקטים תוך נבדקים					
עיתוי	55708.82	3	18569.61	***59.74	0.42
עיתוי X קבוצה	30202.94	3	10067.64	***32.39	0.28
שונות הטעות	77394.12	249	310.82		

*** $p<0.001$

מלוח 8 עולה כי נמצאה אינטראקציה בין קבוצה לבין עיתוי לגבי מצב רוח חיובי ($F(3,249)=32.39,\ p<0.001,\ \eta_p^2=0.28$). כמו-כן נמצאה השפעה עיקרית לעיתוי ($F(3,252)=59.74,\ p<0.001,\ \eta_p^2=0.42$) ולקבוצה ($F(1,83)=16.03,\ p<0.001,\ \eta_p^2=0.16$).

נספח 13

לוח 9: מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של מצב רוח חיובי במועד 3 והשינוי[5] בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, חיפוש ריגושים והאינטראקציה ביניהם

המשתנים המסבירים	מצב רוח חיובי		שינוי במצב רוח חיובי	
	β	R^2	β	R^2
שלב 1	***.45		***.48	
קבוצה[6]	***.67		***.69	
חיפוש ריגושים	06.		.08	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	**.06		.00	
קבוצה X חיפוש ריגושים	**.38		-.03	
R^2	***.51		***.48	
df	3,88		3,84	
F	***30.24		***25.71	

*** p<.001 ** p<.01 * p<.05

מלוח 9 עולה כי ההשערה לא אוששה: נמצאה אינטראקציה מובהקת בין קבוצה לבין חיפוש ריגושים לגבי מצב רוח חיובי. כלומר, הקשר שבין חיפוש ריגושים לבין מצב רוח חיובי שונה עבור קבוצות הניסוי והביקורת. נמצא קשר חיובי בין קבוצה לבין המשתנים התלויים: מצב רוח חיובי ושינוי במצב רוח חיובי, שנמצאו גבוהים יותר בקבוצת הניסוי מאשר בקבוצת הביקורת.

לגבי חיפוש ריגושים, לא נמצא קשר בין חיפוש ריגושים לבין מצב רוח חיובי ושינוי במצב רוח חיובי.

[5] השינוי חושב כהפרש בין הציון במועד 3 פחות הציון במועד 1

[6] הקבוצות קודדו: 0 עבור ביקורת ו- 1 עבור ניסוי

נספח 14

לוח 10: מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של מצב רוח חיובי במועד 3 והשינוי במצב רוח בין מועד 1 ל-3 [7] באמצעות קבוצה, אימפולסיביות והאינטראקציה ביניהם

המשתנים המסבירים	מצב רוח חיובי		שינוי במצב רוח חיובי	
	β	R^2	β	R^2
שלב 1	***.45		***.50	
קבוצה[8]	***.67		***.67	
אימפולסיביות	-.04		-.15	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	**.05		.01	
קבוצה X אימפולסיביות	**-.35		-.17	
R^2	***.50		***.51	
df	3,88		3,84	
F	***28.753		***28.707	

$*** p<.001$ $** p<.01$ $* p<.05$

מלוח 10 עולה כי השערה זו אוששה: נמצאה אינטראקציה מובהקת בין קבוצה לבין אימפולסיביות לגבי מצב רוח חיובי. כלומר, הקשר שבין אימפולסיביות לבין מצב רוח חיובי שונה עבור קבוצות הניסוי והביקורת.

נמצא קשר חיובי בין קבוצה לבין המשתנים התלויים: מצב רוח חיובי ושינוי במצב רוח חיובי, אשר נמצאו גבוהים יותר בקבוצת הניסוי מאשר בקבוצת הביקורת.

לגבי אימפולסיביות, לא נמצא קשר בין אימפולסיביות לבין מצב רוח חיובי ושינוי במצב רוח חיובי.

[7] השינוי חושב כהפרש בין הציון במועד 3 פחות הציון במועד 1

[8] הקבוצות קודדו: 0 עבור ביקורת ו- 1 עבור ניסוי

נספח 15

לוח 11: מקדמי רגרסיה להסבר השונות של מצב רוח חיובי באמצעות קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם

המשתנים המסבירים	שינוי במצב רוח חיובי בין מועד1 ל-3 (חומר: אלכוהול)		מצב רוח חיובי במועד 3 (חומר: ממריצים)		שינוי במצב רוח בין מועד 1 ל- 3 (חומר: ממריצים)	
	β	R^2	β	R^2	β	R^2
שלב 1	***.50		***.45		***.50	
קבוצה	***.69		***.67		***.69	
אימפולסיביות	-.14		-.06		-.15	
שימוש בחומר	-.03		08.		.03	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	02.		**.08		.02	
קבוצה X אימפולסיביות	-.16		**-.40		-.19	
קבוצה X שימוש בחומר	09.		-.15		.09	
אימפולסיביות X שימוש בחומר	10.		-.14		-.01	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 3	**.04		**.04		**.05	
קבוצה X אימפולסיביות X שימוש בחומר	**.37		**.34		**.35	
R^2	***.56		***.58		***.56	
Adjusted R^2	***.52		***55		***.52	
df	7 ,79		7,83		7,79	
F	***14.25		***16.501		***14.353	

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

נספח 16

לוח 12: ממוצעים, וסטיות תקן של שביעות רצון מהקשרים החברתיים לפי קבוצה ועיתוי

מועד	קבוצת ביקורת (N=35) ממוצע	ס.ת.	קבוצת ניסוי (N=52) ממוצע	ס.ת.	סה"כ (N=86) ממוצע	ס.ת.
מועד 1	7.37	2.14	6.87	2.26	7.12	2.21
מועד 2	7.06	1.96	8.10	2.08	7.58	2.09
מועד 3	7.80	1.74	9.00	1.28	8.40	1.59
מועד 4	7.49	1.75	7.38	1.80	7.43	1.78

***הערה- ככל שממוצע שביעות הרצון גבוה יותר, תחושת שביעות הרצון מהקשרים החברתיים גבוהה יותר**

לוח 13- תוצאות ניתוח שונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים לפי קבוצה ועיתוי

מקור ההבדלים	SS	df	MS	F	η_p^2
אפקטים בין נבדקים					
קבוצה	13.93	1	13.93	1.71	0.02
שונות הטעות	691.73	85	8.14		
אפקטים תוך נבדקים					
עיתוי	74.93	3	24.97	***11.89	0.12
עיתוי X קבוצה	44.35	3	14.78	***7.04	0.76
שונות הטעות	535.56	255	2.10		

*** $p<0.001$

מלוח 13 עולה כי נמצאה אינטראקציה בין קבוצה לבין עיתוי לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים ($F(3,255)=7.04,\ p<0.001,\ \eta_p^2=0.76$). כמו-כן נמצאה השפעה עיקרית לעיתוי ($F(3,255)=11.89,\ p<0.001,\ \eta_p^2=0.12$) ולא נמצאה השפעה לקבוצה ($F(1,85)=1.71$, ns).

נספח 17

לוח 14: מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3 והשינוי[9] בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, חיפוש ריגושים והאינטראקציה ביניהם

המשתנים המסבירים	שביעות רצון מהקשרים החברתיים		שינוי בשביעות הרצון מהקשרים החברתיים	
	β	R^2	β	R^2
שלב 1	***.21		***.15	
קבוצה[10]	***.37		***.38	
חיפוש ריגושים	**.25		.07	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	***.13		00	
קבוצה X חיפוש ריגושים	***-.58		-.09	
R^2	***.33		**.15	
df	3,89		3,86	
F	***14.86		**5.228	

*** p<.001 ** p<.01 * p<.05

נמצאה אינטראקציה מובהקת בין קבוצה לבין חיפוש ריגושים לגבי שביעות רצון מההקשרים החברתיים. כלומר, הקשר שבין חיפוש ריגושים לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים שונה עבור קבוצות הניסוי והביקורת.

נמצא קשר חיובי בין קבוצה לבין המשתנים התלויים: שביעות רצון מהקשרים החברתיים והשינוי בין מועד 1 ל- 3 שנמצאו גבוהים יותר בקבוצת הניסוי מאשר בקבוצת הביקורת.

לגבי חיפוש ריגושים, נמצא קשר חיובי בין חיפוש ריגושים לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים.

[9] השינוי חושב כהפרש בין הציון במועד 3 פחות הציון במועד 1
[10] הקבוצות קודדו: 0 עבור ביקורת ו- 1 עבור ניסוי

נספח 18

לוח 15: מקדמי רגרסיה מתוקננים (β) להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3 והשינוי[11] בין מועד 1 ל- 3 באמצעות קבוצה, אימפולסיביות והאינטראקציה ביניהם

המשתנים המסבירים	שביעות רצון מהקשרים החברתיים מועד 3		שינוי בשביעות הרצון מהקשרים החברתיים בין מועד 1 ל- 3	
	β	R^2	β	R^2
שלב 1	***.15		***.16	
קבוצה[12]	***.38		***.38	
אימפולסיביות	11.		-.11	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	***.11		.01	
קבוצה X אימפולסיביות	***-.56		-.16	
R^2	***.27		**.17	
df	3,89		3,86	
F	***10.838		***5.712	

* p<.05 ** p<.01 *** p<.001

נמצאה אינטראקציה מובהקת בין קבוצה לבין אימפולסיביות לגבי שביעות רצון מהקשרים החברתיים. כלומר, הקשר שבין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים שונה עבור קבוצות הניסוי והביקורת. ממצאים אלו תומכים בהשערה.

נמצא קשר חיובי בין קבוצה לבין המשתנים התלויים: שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3 והשינוי בין מועד 1 ל- 3 שנמצאו גבוהים יותר בקבוצת הניסוי מאשר בקבוצת הביקורת.

לגבי אימפולסיביות, לא נמצא קשר בין אימפולסיביות לבין שביעות רצון מהקשרים החברתיים במועד 3 והשינוי בשביעות הרצון בין מועד 1 ל- 3 .

[11] השינוי חושב כהפרש בין הציון במועד 3 פחות הציון במועד 1

[12] הקבוצות קודדו: 0 עבור ביקורת ו- 1 עבור ניסוי

נספח 19

לוח 16: מקדמי רגרסיה להסבר השונות של שביעות רצון מהקשרים החברתיים באמצעות קבוצה, אימפולסיביות ושימוש בחומר מסוים והאינטראקציות ביניהם במועד 3

המשתנים המסבירים	ש"ר מהקשרים החברתיים (חומר: אלכוהול)		ש"ר מהקשרים החברתיים (חומר: ממריצים)		ש"ר מהקשרים החברתיים (חומר: מריחואנה וחשיש)	
	β	R^2	β	R^2	β	R^2
שלב 1	**.15		**.15		**.15	
קבוצה	***.37		***.37		***.37	
אימפולסיביות	11.		10.		.11	
שימוש בחומר	-.01		04.		.03	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 2	**.13		***.12		**.14	
קבוצה X אימפולסיביות	***-.60		***-.59		***-.60	
קבוצה X שימוש בחומר	12.		04.		.24	
אימפולסיביות X שימוש בחומר	-.03		-.03		-.04	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
שלב 3	*.04		***.07		*.04	
קבוצה X אימפולסיביות X שימוש בחומר	*.40		**.43		*.33	
R^2	***.32		**.34		*.34	
Adjusted R^2	***.27		**.28		*.28	
df	7,84		7,84		7,84	
F	***5.73		***6.155		***6.038	

$* p<.05$ $** p<.01$ $*** p<.001$

נספח 20- הסבר על בדיקת אינטראקציות משולשות

ההשערות הבודקות האם קבוצה ממתנת את הקשר שבין חיפוש ריגושים או אימפולסיביות לבין כמיהה לסמים. לבדיקת השאלה האם אימפולסיביות ממתנת את הקשר שבין המשתנים הבלתי תלויים למשתנים התלויים, כלומר, האם התרומה של המשתנים המסבירים למשתנים התלויים שונה ברמות השונות של אימפולסיביות, בוצעו רגרסיות היררכיות בשלבים לפי דרך המומלצת ע״י מחברים רבים (Aiken & West, 1991; Cohen & Cohen, 1983). בשלבים הראשונים הוכנסו לרגרסיה האפקטים העיקריים, לפי המודל שנבדק. בשלב השני הוכנסו האינטראקציות הזוגיות בין המשתנים הבלתי תלויים חיפוש ריגושים ואימפולסיביות בינם לבין עצמם. המשתנים הרציפים שהוכנסו לרגרסיות, הועברו תחילה לציוני תקן, כדי להימנע מבעיות של קוליניאריות (Aiken & West, 1991), כשהמשתנה הבלתי תלוי והמשתנה הממתן ״מורכזו״. מרכוז המשתנים מצמצם מאד בעיות של קולינאריות בין משתנים והאינטראקציה שלהם. המשתנים הדיכוטומיים הוכנסו כמשתני dummy, עם ערך של 0 עבור קטגוריה אחת וערך של 1 עבור הקטגוריה השנייה (במקרה של קבוצה, 0 מייצג קבוצת השוואה ו- 1 מייצג קבוצת ניסוי). על מנת לבדוק את מקור האינטראקציות, משוואת הרגרסיה נבנתה מחדש באמצעות אלגברה פשוטה, כך שהיא תבטא את הרגרסיה של המשתנה הבלתי תלוי על המשתנה התלוי ברמות השונות של המשתנה הממתן (למשל אימפולסיביות). בארגון מחודש של משוואת הרגרסיה, השיפוע של הרגרסיה של המשתנה התלוי על המשתנה הבלתי תלוי נקבע ע״י ערך ספציפי של המשתנה הממתן שאתו אנו מחשבים את השיפוע ניתוח Simple slope (Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2003).

אנו צריכים לבחור מספר ערכים של המשתנה הממתן ולהציב בנוסחה כדי ליצור סדרה של משוואות רגרסיה פשוטות. Cohen & Cohen (1983) מציעים להשתמש בשני ערכים: סטיית תקן אחת מעל הממוצע וסטיית תקן אחת מתחת לממוצע. כשהערכים של המשתנה הממתן נבחרים, אנו מחליפים אותם כדי ליצור סדרה של רגרסיות פשוטות של המשתנה התלוי על המשתנה הבלתי תלוי. משוואות אלו משורטטות כדי להציג את האינטראקציה.

Abstract

The phenomenon of Psycho-Active Material abuse has become widespread in recent years. This phenomenon is defined as dangerously dysfunctional among youth in general, and specifically among youth at risk (Bar Hamburger, 2009). As a response, treatment units for youth use a variety of programs with the aim to inform, prevent, and overcome the phenomenon. One of these programs is Adventure Based Therapy (ABT), which is an alternative to the traditional methods of reducing PAM use (Jeppson, 2008; Russell, 2001).

ABT is unique in the combination of extreme sports that include outdoors personal and group tasks. The Tasks involve apparent risk to the participants, this in turn ignite intensive feelings of excitement and freedom (Blood, Hill, & Brack, 2010). Youth who have tendencies for dangerous behavior, such as substance abuse, and who are defined as having high levels of sensation seeking and impulsivity, tend to do well in ABT activities, and such therapy could provide an alternatively safe behavior to dysfunctional behaviors (Jepsson, 2008; Raymond, 2003; Russell, 2004).

Adventure based treatment programs provide effective means for youth to cope with hardship and negative feelings (Russell, 1999). ABT also add to the development of capabilities in handling problems and accepting help from peers (Russell, 1999). There is great importance in alleviating youth negative feelings in order to reduce drug use. The main reason is because negative feelings, group pressure, and distress increase drug craving, which is defined as a motivational state that is a direct factor to the continuation of drug abuse and relapse after rehabilitation (Drummond, Tiffany, Glautier, &

Remington, 1995).

The research's aim was to empirically analyze the effects of ABT on drug craving, moods, and social connections in relevance to personal attributes of sensation seeking, and impulsivity. These personal attributes were found in high levels with youththat use drugs (Charu, 2008; Roberti, 2004).

The research involved 97 endangered adolescents at the ages of 13-18, who regularly visit youth centers, and reported drug use. The research methodology was before-after experiment and included data collection via self-reporting questionnaires that were distributed at four intervals: one week before the ABT, adjacent to the ABT, immediately following the ABT, and one week after the ABT. Therefore, the research examines the immediate and mid-term effects, when the main objective is to analyze the immediate effects of ABT.

This research is the first to analyze the effects of ABT on youth at risk in relevance to the personal attributes of sensation seeking, impulsivity and youth substance abuse habits. Also, this research is the first to analyze the effects of ABT on drug craving instead of analyzing the effects of ABT on drug use, in the objective to evaluate how and why the ABT affects drug abuse.

The preliminary assumption was that following the ABT the levels of drug craving would be lower, and the levels of positive mood and contentment from social connections would be higher than prior to ABT. Another preliminary assumption was that ABT would have greater effect on youth with high levels of sensation seeking and impulsivity. That is to say that a reduction in the level of craving and the increase in the levels of positive mood and social contentment in a group of sensation seeking and impulsive youth will be considerably more prominent than youth with low levels of these attributes. The final preliminary assumption was that the habits of drug use are linked to changes in the levels of drug-craving, mood, and social connections after the ABT.

The research results show a considerable reduction in the level of craving, and a considerable increase in positive mood and contentment from social connections, both closely before the start of the ABT and closely following the ABT. Because of the potency of the program, the effects of ABT were found as independent to the personal attributes of sensation seeking and impulsivity. However, participants with high levels of impulsivity showed a lower increase of positive mood than participants with low levels of impulsivity. Also, the effects of ABT seem to differ according to the frequency of drug use, and the type of substance.

The main importance of this research is in shedding a light on an aspect of ABT that has never been researched, which is the effect of ABT on reducing drug craving. The reduction in drug craving was found to be independent in the levels of sensation seeking, impulsivity, but affected by drug use habits. Also, the findings contribute to the current knowledge base regarding the effects of ABT on positive mood, and contentment from social connections among youth. The theoretical contribution of this research is that these variables have never been researched before in the relevance to ABT. Finally, on the practical level, this research enriches the knowledge on the types of youth that will benefit from participating in ABT, and the research results can be used to provide feedback to developers and operators of ABT schemes, and may assist in constructing better alternative treatments to reduce substance use among youth than the formal verbal treatments.

This work was Carried out under the Supervision of Dr Sharon Rabinovitz-Shenkar of Criminology Department and Dr Racheli Lipschitz-Elhawi of School of Social work Bar- Ilan University

THIS WORK SUPPORTED BY

ISRAEL ANTI- DRUG AND ALCOHOL AUTHORITY

BAR- ILAN UNIVERSITY

The Contribution of Sensation Seeking and Impulsivity to the Impact of Adventure Based Therapy on Drug Craving, Mood, and Social Relations in At Risk Youth

DANIEL KESLLER

Submitted in partial fulfillment of the requirements for the Master's Degree

in the Louis and Gabi Weisfeld, School of Social Work, Bar- Ilan University

2011 Ramat Gan, Israel