

מיפוי, אפיון והערכת האפקטיביות של תוכנית "גדולים ולא שותים" למניעת שתיית אלכוהול בקרב תלמידים מבתי הספר היסודיים

בשיתוף משרד החינוך והרשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול

דו"ח מסכם

**מוגש ל: לשכת המדען הראשי של הרשות למלחמה בסמים ואלכוהול
והיחידה למניעת סמים, אלכוהול וטבק- שפ"י**

שמות החוקרות:

פרופ' אורנה בראון-אפל

ריקי טסלר

שירן בורד

ביה"ס לבריאות הציבור, אוניברסיטת חיפה

יולי, 2014

תוכן עניינים

1. תקציר מנהלים.....	4
2. סקירה מדעית.....	6
3. שיטות המחקר.....	14
4. ממצאי המחקר הכמותי בקרב התלמידים.....	18
5. ממצאי המחקר הכמותי בקרב ההורים.....	
4.2. סיכום הממצאים הכמותיים (תלמידים).....	25
4.2. סיכום הממצאים הכמותיים (הורים).....	25
6. ממצאי המחקר האיכותני.....	37
6.1. ממצאים מרכזיים מתוך ראיונות עם מעצבי התוכנית.....	37
6.2. ממצאים מרכזיים שעלו מתוך ראיונות עם יועצות בתי הספר.....	43
6.3. ממצאים מרכזיים מתוך ראיונות עם מנהלי בתי הספר.....	47
6.4. ממצאים מרכזיים מתוך ראיונות עם בני הנוער.....	54
7. דיון ומסקנות.....	
8. המלצות.....	
9. רשימת מקורות.....	77
10. נספחים.....	80

רשימת טבלאות

עמוד

- 12 טבלה מספר 1: תיאור אוכלוסיית המחקר
- 18 טבלה מספר 2: השוואת משתני המחקר בקרב קבוצת הביקורת וקבוצת ההתערבות לפני ההתערבות
- 16 טבלה מספר 3: השוואת ערכי משתני המחקר לפני ואחרי ההתערבות
- 26 טבלה מספר 4: בחינת רמת הידע לפני ואחרי תוכנית ההתערבות
- 26 טבלה מספר 5: השוואת ערכי משתני המחקר בקבוצת הביקורת לפני ואחרי העברת תוכנית ההתערבות
- 29 טבלה מספר 6: סיכום ממצאים והמלצות - ראיונות איכותניים של הוגי התוכנית
- 30 טבלה מספר 7: סיכום ממצאים והמלצות מניתוח ראיונות של יועצות חינוכיות מבתי הספר
- 31 טבלה מספר 8: סיכום ממצאים והמלצות מניתוח ראיונות של מנהלי בתי הספר
- 32 טבלה מספר 9: סיכום ממצאים והמלצות מניתוח ראיונות של התלמידים

1. תקציר מנהלים

רקע: שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער הינה בעיה רבת משקל בחברה המערבית. ללא קשר לגזע, שיוך אתני או מין, אלכוהול הינו הסם הנמצא בשימוש הרחב ביותר על ידי בני הנוער. שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני הנוער הינה בעיה הנפוצה בעולם כולו וגורמת להרס בתחומים סוציאליים, כלכליים ומשפחתיים. תקופת ההתבגרות זוהתה כתקופה קריטית בכל הנוגע לגיל שתיית משקאות אלכוהוליים לראשונה. הנתונים מלמדים, כי שיעורי השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים, ואלכוהול ביניהם, עולים באופן חד במהלך תקופת זו. מסיבה זו, ישנה חשיבות רבה למניעת שתיית משקאות אלכוהוליים עוד לפני תחילתו של גיל ההתבגרות.

מטרת המחקר: להעריך את תרומה ויעילותה של תוכנית המניעה "גדולים ולא שותים" למניעת שימוש לרעה באלכוהול, המועברת בקרב תלמידי כיתות ה'-ו' בבתי הספר היסודיים. בנוסף יושם דגש על הערכת תרומתם האפשרית של הכלים הדידקטיים בהם יעשה שימוש ותכני תוכנית זו.

אוכלוסיית המחקר: תלמידי כיתות ה'-ו' והוריהם השייכים לבתי ספר יסודיים ממלכתיים ברחבי הארץ

שיטות המחקר: המחקר משלב שיטות איכותניות וכמותיות וכלל שלושה שלבים: (1) הערכת התכנון: נערכו ראיונות אישיים עם יועצים, מחנכים ומדריכי התוכנית לגבי הרציונל להעברת התוכנית בבית ספר, ולגבי אופן העברתה. בנוסף נערכו ראיונות עם בוני התוכנית, במטרה להבין את תהליך בניית תוכנית המניעה; (2) הערכת התהליך: נאספו נתונים לגבי עצם ביצוע ההתערבות ב-25 בתי ספר ונמדדו סוגי הפעילויות ואופן העברתם לתלמידים שהיו חשופים לשלבים השונים של התוכנית; (3) הערכת התוצאות: נערכו קבוצות מיקוד בקרב תלמידים, ונערכה הערכה של השפעות תוכנית המניעה (מדידה לפני-אחרי) על עמדות התלמידים בנושאים הרלוונטיים (על פי תכני תוכנית ההתערבות עצמה) בהשוואה לקבוצת ביקורת.

המדגם: למדגם נבחרו שלושים בתי ספר, בהם הועברה תוכנית המניעה "גדולים ולא שותים". בכל אחד מבתי הספר נבחרה כיתה ה' אחת, בה הועברו שאלוני המחקר. כמו כן, נכללו במדגם חמישה בתי ספר, בהם לא הועברה תוכנית המניעה "גדולים ולא שותים", ששמשו כקבוצת ביקורת, ובהם הועברו שאלוני המחקר באותה תקופה של סיום התוכנית בבתי הספר בהם הועברה התוכנית.

תרומה מדעית מעשית: שתיית אלכוהול בכלל, ו"שתיית יתר" בפרט, בקרב בני הנוער הינה התנהגות סיכונית, בעלת השלכות בריאותיות וחברתיות. תוכניות מניעה בתחום התנהגויות הסיכון הינן בעלות חשיבות גדולה, אך חשוב ביותר להעריך את הצלחת התוכנית בכדי לעשות שימוש יעיל במשאבים ציבוריים. בית הספר מהווה מסגרת תומכת, המאפשרת העמקה ויצירת מרחב ללמידת הנושא, הבנתו ויישום המסקנות בשטח. במחקר הנוכחי תוערך תוכנית מניעה, שמטרתה מניעת שימוש לרעה באלכוהול בקרב תלמידי כיתות ה' בבתי ספר יסודיים. ממצאי המחקר ישמשו לניתוח תרומת תוכנית המניעה ויעילותה בשינוי עמדותיהם של התלמידים. ממצאי המחקר יוכלו לתרום למיפוי קווי מתאר לתוכנית מניעה אפקטיבית, שתמודד עם נושא מורכב זה בקרב תלמידים צעירים.

התוכנית גדולים ולא שותים:

ממצאי מחקר כמותי (תלמידים):

ממצאי המחקר הכמותי בקרב התלמידים מלמדים כי התוכנית גדולים ולא שותים עומדת במרבית המטרות שהציבה לעצמה. השתתפות בתוכנית הובילה לשינוי בעמדות התלמידים ביחס לשתיית אלכוהול, לעלייה בתחושת השליטה העצמית, ביכולת להתמודד עם לחץ חברתי בנושא שתיית אלכוהול ובתפיסת התלמידים את עמדות הוריהם בנושא שתיית אלכוהול. עוד מלמדים הממצאים, כי התוכנית גדולים ולא שותים מסייעת בשיפור הידע לגבי שתיית אלכוהול בקרב המשתתפים. יש לציין כי ממצאים אילו ישמשו כבסיס להמשך המאמצים לשיפור התוכנית והמשך הפצתה בבתי הספר. **יש להציג גם מה לא נעשה או אילו מטרות לא הושגו- להציג לא רק**

מה שטוב!!!

ממצאי מחקר כמותי (הורים):

ממצאי המחקר הכמותי בקרב ההורים מלמדים

ממצאי מחקר איכותני:

ממצאי המחקר האיכותני מלמדים, כי לאחר השתתפות בתוכנית "גדולים ולא שותים", התלמידים מראים כי הם הפנימו והבינו את המסר העיקרי של התוכנית והוא להימנע משתיית אלכוהול. התלמידים הפגינו ידע בנושא האלכוהול, מרכיביו, השפעותיו הפיזיות, הנפשיות והחברתיות וניכר כי למדו דרכי התמודדות שונות עם לחץ חברתי במסיבות ובאירועים חברתיים.

התלמידים מדווחים כי התוכנית הגבירה את מודעותם לנושא שתיית האלכוהול והעבירה את המסר לגבי הסכנות הטמונות בשתיית אלכוהול. מבין המרכזים והפעילויות השונות, החיבור החזק ביותר היה דרך אמצעים חזותיים ומשחקים. הממצאים מראים כי הילדים היו זקוקים לאמצעים מתווכים המסייעים להמחשת ההסברים והמידע בנוגע לאלכוהול. כמו כן, ישנה חשיבות רבה לדמויות המעבירות את התוכנית, לצורת העברת התוכנית ולשיתוף

הפעולה של התלמידים, ההורים והמורים. ניכר כי ככל שהתוכנית הייתה אטרקטיבית ומאורגנת, כך תרמה להעלאת המודעות ולהבנתם של התלמידים את הנושא.

2. סקירה מדעית

שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער

שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער עולה עם הגיל בתקופת ההתבגרות, ובעבר דווח כי היא מגיעה לשיאה בתקופת ההתבגרות המאוחרת ובתחילת שנות ה-20 (Barnes, Michael, & Sarbani, 1994). במחקר, שנערך בארה"ב בין השנים 1987-1996 נמצא, כי הגיל הממוצע בו בני הנוער מתחילים לשתות משקאות אלכוהוליים יורד עם השנים. הגיל הממוצע בשנת 1987 היה 17.8 בעוד בשנת 1996 הגיל הממוצע ירד ל-15.9 שנים. בנוסף נמצא, כי בשנת 1999 יותר מ-32% מבני הנוער בארה"ב דיווחו כי החלו לשתות משקאות אלכוהוליים לפני גיל 13 (CDC, 2000).

מספר מחקרים שבוצעו בשנים האחרונות הראו, כי 74%-80% מתלמידי התיכון האמריקאיים התנסו בשתיית משקאות אלכוהוליים עוד לפני סוף כיתה י"ב. בנוסף נמצא, כי 6.7% מבני הנוער דיווחו, כי השתכרו בשלושים הימים שקדמו לעריכת המחקר (Windle, 2003; Pagan et al., 2006; Fisher et al, 2007; CDC 2008). במחקר, שפורסם בשנת 2006 ונערך בקרב 974 בני נוער אמריקאיים בגילאי 10-15 נמצא, כי 12% מתלמידי כיתה ו' דיווחו כי שתו אי פעם משקה אלכוהולי, בהשוואה ל-44% מתלמידי כיתה ח'. נתון חמור, שעולה ממחקר שנערך בארה"ב מלמד, כי 11% מתלמידי כיתה ח', 22% מתלמידי כיתה י' ו-25% מתלמידי כיתה י"ב דיווחו על "שתיית יתר" (שתיית חמש מנות משקה אלכוהולי ומעלה בזמן קצר) (Johnston, O'Malley, Bachman & Schulenberg, 2007).

במחקרם של הראל ועמיתיו (2002), שנערך בישראל, נבדקה תדירות שתיית האלכוהול בקרב בני נוער יהודים בישראל ונמצא, כי 29.5% מהתלמידים בכיתות ו'- י' שותים משקה אלכוהולי כלשהו לפחות פעם בחודש. בנוסף לכך, ממצאי המחקר מלמדים, כי 10.5% מבני הנוער שתו לפחות פעם אחת חמש מנות משקה או יותר תוך מספר שעות (Binge drinking) ב-30 הימים שקדמו לעריכת הסקר. אחוז התלמידים שדיווחו כי השתכרו אי פעם, על פי ממצאי הסקר, עומד על 19.8%. במחקר המשך, שנערך מס' שנים לאחר מכן (הראל ועמיתיו, 2006) נמצא, כי אחוז נמוך יותר מהתלמידים היהודים (27.5%) דיווחו כי הם שותים משקה אלכוהולי כלשהו לפחות פעם בחודש. עם זאת, אחוז בני הנוער שדיווחו כי שתו לפחות פעם אחת חמש מנות משקה או יותר תוך מספר שעות (Binge drinking) ב-30 הימים שקדמו לעריכת הסקר עלה ל-13.7%, ואחוז בני הנוער שדיווחו כי התנסו בהשתכרות עלה ל-23.8%.

במחקר אפידמיולוגי, שנערך בשנת 2009 וכלל בני נוער, תלמידי כיתות ז'-י"ב בישראל, נמצא, כי כמחצית מבני הנוער דיווחו על שתיית משקה אלכוהולי כלשהו במהלך השנה האחרונה, כ-40% דיווחו על שתייה בחודש האחרון, ו-27.4% דיווחו על שתיית משקה אלכוהולי כלשהו בשבוע האחרון (בר המבורגר ועמיתיה, 2009).

בכל המחקרים שנערכו, הן בישראל והן במדינות שונות בעולם, התגלו שיעורים מדאיגים של שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער. הגיל בו מתחילים בני הנוער לשתות משקאות אלכוהוליים יורד עם השנים ולעומתו תדירות שתיית המשקאות האלכוהוליים הולכת ועולה. עוד עולה מהספרות, כי מרבית בני הנוער מתנסים בשתיית משקאות אלכוהוליים לפני הגיעם לגיל 18, "הגיל החוקי", ואחוז ניכר מהם שותים בזמן קצר כמויות גדולות של אלכוהול (Binge drinking).

נזקי שתיית משקאות אלכוהוליים

לשתיית משקאות אלכוהוליים יש לפחות שני היבטים שונים מבחינת ההשפעה על סיכוני בריאות. ראשית, רמת אלכוהול גבוהה בדם משפיעה באופן מיידי על היכולת לבצע פעילויות מוטוריות וקוגניטיביות שונות. שנית, צריכה ממושכת של אלכוהול עלולה לגרום למחלות כרוניות שונות, החל באלכוהוליזם וכלה בשחמת הכבד (הראל ועמיתיו, 2002).

מהספרות בנושא עולה, כי ישנו קשר חזק בין שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער ובעיות סוציאליות, רגשיות, התנהגותיות וחוקיות, כולל שימוש בסמים, גניבה, נהיגה תחת השפעת אלכוהול, היעדרות מבית הספר, ודיכאון. שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער נמצאה קשורה עם מגוון של התנהגויות סיכון כגון: עישון טבק, פעילות מינית, אלימות וניסיונות התאבדות (הראל ועמיתיו, 2002; Licanin & Redzic, 2003; Windle, 2003; Fisher, Miles, Austin, Camargo & Colditz, 2007).

מספר מחקרים הראו, כי שתיית משקאות אלכוהוליים קשורה להתנהגות אלימה ולפציעות כתוצאה מאלימות. בקרב בני הנוער ששתו אלכוהול, 37% דיווחו כי היו מעורבים בקטטות, 10.7% דיווחו כי נפצעו ו-23.8% דיווחו כי פצעו אחרים בשנה האחרונה. שתייה בקרב המעגל החברתי נמצאה קשורה עם אלימות, פציעות ופגיעה באחרים (Swahn, Simon, Hammig, & Guerrero, 2004; Fisher et al, 2007).

שתיית משקאות אלכוהוליים נמצאה כקשורה גם עם הצלחה נמוכה בבית הספר. במחקר, שנערך בקרב 598 תלמידים בגילאי 12-17, נמצא כי 14% מהתלמידים, שדיווחו כי שתו משקאות אלכוהוליים, הצליחו פחות מחבריהם בבית הספר ו-22.2% מהם התנהגו בצורה הרסנית. נתוני המחקר מצביעים, כי היבטים רבים של התנהגויות סיכון בקרב בני נוער קשורים בשתיית אלכוהול (Licanin & Redzic, 2005; Heffernan & Bartholomew, 2006; Fisher et al, 2007). במחקר נוסף, המחזק טענה זו, נמצא כי בני נוער שהשתכרו במהלך 30 הימים שקדמו לעריכת הסקר, היו בעלי סבירות גבוהה פי 5 לעשן מאילו שלא השתכרו (Bobo & Husten, 2000). חשוב לציין, כי לא ניתן להצביע בבירור ממצאי המחקרים על סיבתיות – האם בני הנוער בעלי התנהגות סיכונית שותים משקאות אלכוהוליים, או האם שתיית אלכוהול מובילה להתנהגות סיכונית.

"שתיית בולמוס" (Binge drinking), שתיית מספר מנות אלכוהול בטווח זמן קצר, הינה התנהגות מסוכנת ביותר היות, שתחת השפעת כמות גדולה של אלכוהול נפגמות יכולת השיפוט והתגובה בצורה משמעותית (הראל ועמיתיו, 2002).

השתכרות עלולה להוביל לנזק מוחי ולפיתוח בעיית שתייה בעתיד בקרב בני נוער (Townshend & Duka, 2005). במחקר שנערך בקרב 10,424 מתבגרים בצפון פינלנד נמצא, כי בהשוואה לבני נוער שלא שתו אלכוהול מעולם,

אלו ששתו משקאות אלכוהוליים פעם בחודש או יותר או השתכרו מדי פעם לפני גיל 14, היו בעלי סיכון גבוה יותר ל-TBI (Traumatic Brain Injuries) בצעירותם (Winqvist, Jokelainen, Luukinen, & Hillbom, 2006). עוד נמצא כי בני נוער ששתו כמויות גדולות של אלכוהול (מעל 14 מנות משקה בשבוע בבנות ו-21 בבנים) דיווחו על טעויות רבות יותר בזיכרון הן לטווח קצר והן לטווח ארוך (Haffernan & Bartholomew, 2006). במחקרים נוספים בנושא נמצא, כי בני נוער שהחלו לשתות משקאות אלכוהוליים לפני גיל 14 היו בעלי סבירות גבוהה יותר לפתח תלות באלכוהול בטווח של עשר שנים משתיית המשקה הראשון (Pagan et al, 2006; Van der Vorst & Engels, 2006; Hingson, Heeren, & Winter, 2006). ממחקרם של בר-המבורגר ועמיתיה (2009) עולה, כי 30% מבני הנוער תלמידי כיתות ז'-י"ב בישראל, דיווחו, כי השתכרו פעם אחת לפחות בשנה האחרונה, ו-25% מהם דיווחו, כי שתו לפחות פעם אחת חמש מנות משקה אלכוהולי או יותר תוך מספר שעות (Binge drinking) בחודש האחרון. מהמחקרים בנושא ניתן להסיק, כי שתיית משקאות אלכוהוליים גורמת לנזקים פיזיולוגיים, קוגניטיביים והתנהגותיים כגון: שחמת הכבד, קושי בביצוע פעולות מוטוריות וקוגניטיביות, אלימות, הצלחה נמוכה בבית הספר, שימוש בסמים ובטבק ועוד. להשתכרות ו"שתיית בולמוס" (Binge drinking) ישנן השפעות על המוח והן עלולות להוביל לנזק מוחי, טעויות בזיכרון ופגיעה ביכולת השיפוט והתגובה של בני הנוער.

בית הספר כמסגרת לתוכניות מניעה

הספרות על תוכניות מניעה והתערבות בקידום בריאות מצביעה על היתרונות שבשימוש במסגרת קונספטואלית ותיאורטית כבית הספר שמטרתה להשפיע על אמונות, עמדות והתנהגויות בנושאים בריאותיים (Donohew, 1998; Lorch & Palmgreen, 1998; Negreiros, 1997; White & Pitts, 1998). בית הספר מספק לתלמידיו הזדמנויות ללמידה של מדעים ולפיתוח החשיבה, בצד התנסויות רגשיות, במטרה לטפח בוגר שיוכל להתמודד עם מורכבות העידן הנוכחי, ולקחת חלק בעיצוב פני החברה, מתוך גישה חיובית והבנת הצורך בכך (World Health Organization, 2009). מן הספרות עולה, כי בית הספר כמסגרת לתוכניות מניעה והתערבות, הינו מסגרת המחזקת ומלמדת התנהגות בריאותית בגילאי בית הספר, ובעיקר בגיל ההתבגרות. בגיל זה נקבעים ההרגלים אשר יעצבו את ההתנהגות ואת מצבם הבריאותי של הילדים בבגרותם. ההתנהגויות וההרגלים בגילים הצעירים עדיין לא הפכו לדפוס קבוע ויציב, ויש מקום להניח שהתערבות תסייע לעיצובם הרצוי (McBride, Midford, 1999; Nathaniel et al., 2008; Cameron, 1999). התשתית הבית-ספרית, מעצם מהותה, מהווה בסיס לפעילות חינוכית, סביבתית, ומבנית, כתהליך מתפתח המתבטא ברצף של 12 שנים. בני נוער שוהים בבית הספר פרק ניכר מזמנם, בשנים בהם פוטנציאל הלמידה וההתפתחות שלהם גבוה במיוחד. לפיכך בתי הספר מהווים סביבה חשובה לפיתוח תוכניות יעילות, המאפשרות להגיע לחלק נרחב מהאוכלוסייה: ילדים ומתבגרים, צוות הוראה, משפחות וחברי קהילה - כולם שותפים פעילים (Aldenger & Jones, 1998).

מעורבות עמיתים בתוכניות מניעה והתערבות:

מעורבות עמיתים הינה הגורם המנבא העקבי ביותר לתבניות השתייה של מתבגרים (כאשר מבקרים את מאפייני הרקע האחרים). בני נוער, שחבריהם שותים משקאות אלכוהוליים ישנו אלכוהול בסבירות רבה יותר מאלו שחבריהם אינם שותים משקאות אלכוהוליים. יותר מכך, בני נוער שחבריהם שותים אלכוהול בכמויות גדולות ומשתכרים יתנהגו ברוב המקרים באופן דומה. מהספרות עולה, כי במקרים רבים בני נוער נוטים לבחור חברים עם בעיות התנהגות דומות לשלהם, ולהיות מושפעים על-ידי חברים אלו (Gaughan, 2006).

במחקר, שנערך בקרב מתבגרים בגילאי 10-15 נמצא, כי התפיסה של בני הנוער לגבי שתיית משקאות אלכוהוליים על-ידי החברים קשורה לעלייה העצמית בשתיית האלכוהול. בניסוי לאורך שנה, שנערך בקרב תלמידי כיתות ו', ח' ו'-י' נמצא, כי אם חבר קרוב התחיל לשתות אלכוהול או לעשן, עלתה הסבירות כי המתבגרה יעשה זאת גם כן (D'Amico & McCarthy, 2006).

לעמדות, ערכים וכוונות התנהגות ישנה השפעה ניכרת על התהליכים המניעים את בני הנוער להתנסות בחומרים פסיכו-אקטיביים. מחקרים רבים מצאו קשר בין העמדות של בני הנוער לבין שיעורי השימוש בחומרים פסיכו-אקטיביים. בדו"ח מחקר מסכם של הרשות למלחמה בסמים נמצא, כי ל- 66% מבני הנוער, ששתו משקאות אלכוהוליים, היו עמדות סובלניות בנוגע להתנהגות זו. בקרב בני נוער, בעלי עמדות שליליות בנוגע לשתיית משקאות אלכוהוליים, 31.4% דיווחו כי שנו בפועל משקאות אלכוהוליים (בר-המבורגר ועמיתיה, 2002). במחקר, שנערך בקנדה בקרב 1236 תלמידי כיתות ט'-י"ב ובדק את הסיבות שנתנו התלמידים לבחירתם האם לשתות אלכוהול או לא נמצא, כי תלמידים שלא שנו אלכוהול אמרו כי שתיית אלכוהול אינה טובה לבריאות ולגדילה, בעוד תלמידים ששתו אלכוהול אמרו, ברוב המקרים, כי הם שותים, מכיוון שהם נהנים ועל מנת "להיכנס למצב רוח של מסיבה" (Feldman, Harvey, Holowaty, & Shortt, 1999).

גורמי הסיכון לשתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני הנוער רבים, אך גורם הסיכון החזק והמשמעותי ביותר לשתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער, על פי הכתוב בספרות, הוא "השפעת עמיתים". בני הנוער מושפעים מחבריהם ורוצים "להיות כמו כולם".

מעורבות הורים בתוכניות התערבות למניעת התנהגויות סיכון (שתיית אלכוהול):

הספרות מתארת מספר רב של תוכניות מניעה והתערבות במסגרת בתי הספר, המתייחסות אל בעיות לימודיות, חברתיות, התנהגותיות ובריאותיות. מטרת תוכניות המניעה במסגרת בתי הספר, היא להתערב בזמן שהבעיה מתחילה או לפני שמתעוררת זאת בניגוד למודל הטיפול המפתח התערבויות ומיישם אותן לאחר שהבעיה כבר מתעוררת. לאורך השנים, תוכניות מניעה היו פחות מקובלות במסגרת בתי הספר אך לאחרונה בעקבות פרסומים בנוגע לחשיבות תוכניות מניעה ובעקבות מדיניות ציבורית חדשה, ישנו דגש והפניית משאבים אל תוכניות מניעה במסגרת בית הספר בכלל ובתחום קידום בריאות בפרט [111,79,7].

מטרות תוכניות מניעה בנושאי בריאות והתנהגויות סיכון הן שיפור בעיות חברתיות, קוגניטיביות ורגשיות בקרב התלמידים השונים. תוכניות אלו מסייעות לתלמידים ללמוד מיומנויות חדשות וליישם אותן בחיי

היומיום. תוכניות הספר התערבות בבית הספר, מבקשות לבנות מחדש את סביבת בית הספר על מנת לפגוש את הצרכים המשתנים של התלמידים. לאחר הערכת צרכי התלמידים ואת ההקשר הבית ספרי, המטרה היא לשנות, להגביר, להסיר או להוסיף תנאים מסוימים שיקדמו את יכולתיהם של כלל התלמידים [109,85,84,79]. גישות התערבות רב מערכתיות מרחיבות את המניעה אל מעבר למסגרת בית הספר וכוללות את המשפחה, הקהילה והחברים. מודל התערבות זה מבוסס על הגישה האקולוגית המדגישה את האינטראקציה והתקשורת בין המערכות השונות בחיי הילד כגון: בית הספר, משפחה, קהילה וקבוצת השווים [1]. מודל זה מניח כי הישגי הילד נקבעים על ידי גורמים רבים שמקיימים דו שיח ביניהם לאורך זמן. המודל האקולוגי, לעומת המודל הרפואי, מתייחס אל מורכבות טבע התנהגות הילדים ומפתח התערבויות בקרב המערכות: בית ספר, הקהילה, משפחה וחברים [111].

הספרות בתחום תוכניות מניעה, מראה כי השפעה הורית ותקשורת הורה-ילד במיוחד מהווה גורם מגן מפני סיכון לשתיית אלכוהול מגיל צעיר, מנבאת תפיסות שליליות כלפי שתיית אלכוהול ומצמצמת התנהגות של שתייה מופרזת [130]. עוד נמצא כי ישנה חשיבות רבה לתקשורת בין הורה לילד כמנבאת כוונות התנהגות של בני נוער בנוגע לשימוש בחומרים ממכרים. על כן, התערבויות אשר שמות דגש על תקשורת בין הורים לילדיהם נמצאו כיעילות בהשפעתן על שימוש בחומרים ממכרים בקרב בני נוער [114,113].

תוכניות מניעה בגישה הרב מערכתית כוללות את שיתוף ההורים והמשפחות בחינוך ילדיהם. בית הספר הוא מסגרת אידיאלית ליישום תוכניות מניעה מכיוון שמהווה מוקד חשוב בסוציאליזציה של מרבית הילדים. בנוסף, בית הספר הוא המקום בו נראות ומזוהות לראשונה בעיות רבות בקרב ילדים ובני נוער. עם זאת, המשפחה היא המוקד הראשי בחינוך ובסוציאליזציה של הילד ועל כן לא ניתן להתעלם מהשפעתה על צורת ההתפתחות של הילד ועל התנהגותו. על כן, יש לכלול את הורה הילד בהתערבויות בית ספריות [130].

ממחקרים שונים נמצא כי שיתוף ההורים בבית הספר בא לביטוי בהישגים אקדמיים גבוהים יותר, בתפיסות חיוביות יותר של התלמידים את מסגרת בית הספר, נוכחות גבוהה יותר במהלך הלימודים ושיעור גבוה יותר של תלמידים שמסיימים את לימודיהם [65]. תוכניות מניעה והתערבות בשיתוף ההורים מציעות אסטרטגיות להתגבר על האתגרים ההתפתחותיים שעלולים להוביל לתוצאות שליליות ארוכות טווח בתחומים חברתיים, רגשיים, אקדמיים והתנהגותיים. שיתוף ההורים בא לביטוי בצורות שונות בתוכניות שונות לדוגמא: מתן הכשרה ומידע להורים, סדנאות הורים-ילדים, פעילויות חברתיות, שירותי ייעוץ, הנחיית קבוצות הורים ותלמידים לפתרון בעיות, דיונים משותפים באמצעות וועדות בית ספריות התנדבות ההורים במסגרת היותם עוסקים בתחומי בריאות ועוד. מחקרים מראים כי התערבויות משותפות של הבית וביה"ס מובילות לתוצאות חיוביות ומשפרות את התקשורת בין הבית לביה"ס ובין ההורה לצוות החינוכי [60].

תוכניות התערבות ומניעה מבוססות שיתוף פעולה בין ההורים לבית הספר, כוללות מרכיבים מסוימים על מנת שיוכלו להיות יעילות ובעלות השפעה חיובית. לדוגמא: תוכניות התערבות המבוססות מחקרים שנעשו בעבר והוכחו כתוכניות יעילות. תוכניות המתארות מדריך מפורט הכולל את תהליכי התכנון, הפיתוח והערכת השפעת התוכניות על ידי ההורים והמורים. תוכניות הרגישות למאפיינים התרבותיים בקרב קהל היעד, תוכניות המותאמות לצרכי ההורים ובעיקר תוכניות בהן ההורים נתפסים כמרכיב חשוב בהתערבות ובפתרון הבעיה [70]. מרכיב נוסף אשר נמצא כמהותי להפחתת ומניעת התנהגויות סיכון בקרב בני נוער הוא מידת הפיקוח וסגנון התקשורת בין ההורה לילד. הורים לעיתים אינם מודעים להתנהגויות מסוכנות של ילדיהם כגון שתיית אלכוהול.

סקרים שונים בקרב הורים לבני נוער מצאו כי הורים נוטים לשייך נהיגה בשכרות לחברי ילדיהם יותר מאשר לילדיהם שלהם. הורים נוטים שלא להעריך מספיק את שכיחות שתיית אלכוהול בקרב בני נוער [55]. מחקרים קודמים ביססו את הקשר בין פיקוח ההורים, תקשורת בין ההורה לילד ושתיית אלכוהול מוגברת בתקופת ההתבגרות והבגרות. חשיפת נוער אל סביבה לא מפקחת (כגון: מסיבות או מקומות מפגש) מפגישה אותם עם הזדמנויות להתנסות באלכוהול [114,55].

תוכניות כגון ה-SAAF (The African American Families), נוצרו על מנת להפחית התנהגויות סיכון, לעכב את גיל תחילת שתיית האלכוהול, לקדם את יכולות הויסות העצמי וההתנגדות בקרב בני נוער ולעודד הורות פעילה אשר שומרת ועוקבת אחר התנהגות הילדים. תוכנית זו נמשכה כשבעה שבועות וכללה תוכנית חינוכית-מניעתית להורים וילדיהם בני ה-12-13, בה נלמדו טכניקות מניעה ואסטרטגיות לשיפור התקשורת בין ההורה לילד [70].

הערכת התוכנית מראה כי גישה הורית אקטיבית ממתנת את השפעות ההתנהגות המסכנת ומנתבת אותה אל אפיקים חיוביים. הגישה האקטיבית כוללת התנהגויות ומשאבים משפחתיים כגון: ערנות ודריכות הורית, קשר איכותי בין הילד לבין ההורה ותקשורת בריאה המעודדת תוצאות חיוביות. בני נוער אשר הוריהם היו יותר ערניים על מנת להבטיח פיקוח, לא התנסו באלכוהול ונמנעו משתייה. כמו כן, להורים שילדיהם שלא התנסו באלכוהול היה קשר טוב עם ילדיהם, הם קבעו גבולות ברורים והבהירו את ציפיותיהם. קשרים מסוג זה הגנו מפני השימוש באלכוהול ועכבו את תחילת ההתנסות בו [70]. בנוסף, מראים הממצאים כי הגישה לאלכוהול ניתנת לבני נוער על ידי בני משפחתם ולא רק על ידי חברים. נמצא כי בני נוער שותים באלכוהול בביתם ולא רק במסיבות או במקומות מוסתרים. עוד נמצא כי הורים הנוקטים בגישות פאסיביות לפיקוח, הם גם פחות מגוננים וסומכים על ילדיהם שישמרו על החוקים גם כאשר אין מבוגר אחראי בסביבה. על אף, שהיו מעורבים בחיי ילדיהם, הורים אלו לא הפגינו ערנות או דריכות לגבי מקום הימצאותם של בני הנוער. הורים פחות אקטיביים נמצאו קשורים בשתייה מוגברת של ילדיהם. בני הנוער ניצלו את אימון הוריהם על מנת להתנסות בשתייה [70]. יש לציין כי הורות אקטיבית לא בהכרח כוללת ריסון או כפייה. כך למשל, לא נמצאו הבדלים בין הורים שנקטו בעונשים על מנת לאכוף את החוקים לעומת הורים שלא נקטו עונשים. על כן, פיקוח אקטיבי יתכן ומהווה דרך טובה יותר במניעת שימוש באלכוהול. ממצאים אלו נותנים עדות נוספת לחשיבות מעורבות ושיתוף הפעולה של ההורים עם גורמים שונים בחיי ילדיהם. בנוסף למעורבות ההורים בבית הספר, חשוב שההורים או הדמויות המטפלות יהיו פעילים בשמירה וניטור אחר פעילות ילדיהם ובתקשורת עם ילדיהם [70,55].

על רקע הספרות בנוגע לשיתוף הורים בפעילויות מקדמות בריאות בבית הספר, ניכר כי לתוכניות התערבות המתמקדות בתלמיד בלבד השפעה מתונה בלבד וכי ישנה משמעות חיובית למעורבות ההורים בחיי ילדיהם כמו גם במערכת בית הספר. להורים יש כוח רב במניעת והפחתת שתיית אלכוהול, עישון והתנהגויות סיכון נוספות [115,64,55]. עם זאת, עדיין חסרים מחקרים עוקבים, אשר מודדים בצורה טובה יותר השפעות ארוכות טווח של שיתוף הורים בפעילויות מקדמות בריאות בבית הספר על התנהגויות סיכון בקרב תלמידים. בנוסף, על מנת ליצור שינוי מדיד בהתנהגות התלמידים, שיתוף ההורים צריך להיעשות לאורך זמן, בעקביות ובמידה רבה יותר [60,57,55].

חשיבות הערכה ובקרה של תוכניות מניעה

יש חשיבות עליונה להעריך בצורה יסודית וסיסטמטית את מידת ההצלחה של תוכניות מניעה, ועד כמה היעדים שנקבעו והתוצאות שהושגו מצדיקים את המאמץ והמשאבים שהושקעו בתכנית (קומיי, 1996; Rinkdskopf, 1996; Saxe, 1997; Yanai & Weiss, 1994). ישנו מגוון רב של תוכניות בבתי ספר שמאפשרות על ידי משרד החינוך למניעת התנהגויות סיכון בקרב צעירים, וישנה חשיבות עליונה לבדיקה האם תוכניות אלו אכן יעילות למניעת התנהגויות סיכון, והאם מטרותיהם של הוגי התוכנית באות לידי ביטוי ביישום בשטח. במילים אחרות, ייתכן שישנו פער בין התכנון של הוגי התוכנית לבין ההפעלה בבית הספר. הערכת תוכניות התערבות ומניעה מסייעת לבדיקת יעילות התוכנית, ולקביעת המלצות כלליות לאופן הפעלתה בצורה מיטבית. תהליך הבדיקה והערכה מקדים את התכנון וביצוע מערך תוכנית המניעה וכולל בדיקת חסמים, צרכים ועדיפויות של קהלי היעד והגדרת יעדים בדרך למימוש המטרה (Eadie & Davis, 1992; Smite et. al., 2002). אנו מבחינים בין שלושה שלבים בהערכה: הערכת התכנון, הערכת התהליך והערכת התוצאות. הערכת התכנון תבדוק את שלבי תכנון התוכנית בעוד הערכת התהליך צריכה להיעשות בשלבים שונים כדי לאפשר למידת לקחים ושינויים בזמן התהליך. ההערכה המלווה משלבת תהליך שיתופי של הצוותים שעובדים על הפרויקט וקהלי היעד (Atkin & Fremuth, 2001; Salmon & Murray-Johnson, 2002). הערכת התוצאות, לעומת זאת, שמה דגש על שינוי בהתנהגות, עמדות ותפיסות של קהל היעד.

תרומתו של המחקר הנוכחי - מחקר ההערכה לתוכנית "גדולים ולא שותים" מאפשר לקבל "תמונת מצב" של האופן בו התוכנית, המועברת בבתי הספר היסודיים, מציגה את הנושאים המורכבים הקשורים לשתיית אלכוהול לקהלי היעד של תלמידי בתי ספר כחלק ממערך הסברתי-חינוכי. מחקר ההערכה המקיף, כלל ניתוח תכני התוכנית, וראיונות עומק הן עם הוגי התוכנית, והן עם המדריכים והתלמידים "בשטח", יוכל ללמד האם התכנים מועברים לפי התכנון, והאם התוכנית, כפי שתוכננה, מועברת הלכה למעשה בבתי הספר. שאלוני המחקר ישמשו להערכת השפעתה של תוכנית ההתערבות על עמדותיהם של התלמידים ועל תפיסותיהם ורמת הידע שלהם בנוגע לשתיית אלכוהול. הממצאים ישמשו לניתוח תרומת תוכנית המניעה, ולגזירת מסקנות והמלצות לגבי שימוש מושכל בתוכנית המניעה "גדולים ולא שותים", כחלק מהמערך ההסברתי-חינוכי למניעת שימוש לרעה באלכוהול בבתי הספר היסודיים. שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער הינה תופעה חמורה, המתעצמת ומתרחבת בעשור האחרון. מסקירת הספרות בנוגע לתוכניות התערבות, שעסקו בשתיית אלכוהול בקרב בני נוער בישראל עולה, שנושא זה אינו זוכה לתשומת הלב הראויה. המחקר הנוכחי מציע הערכת תוכנית מניעה "גדולים ולא שותים" רחבת היקף, המלווה במחקר איכותני וכמותי, ששמה דגש הן על הערכת תוצאות ההתערבות והן על הערכת תהליך העבודה. ממצאי מחקר זה יוכלו לסייע בבניית תוכניות מניעה רחבות היקף להתמודדות עם שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב צעירים.

ממצאי מחקר זה שימשו לניתוח תרומת תוכניות ההתערבות ולגזירת מסקנות והמלצות לגבי שימוש מושכל בתוכניות ההתערבות, כחלק מהמערך ההתערבותי-חינוכי למניעת שתיית אלכוהול. הממצאים יכולים לתרום להעמקת השיקולים והקריטריונים של הצוות החינוכי הבית ספרי לחינוך בנושא התנהגויות סיכון, לבחירת תוכניות ההתערבות בנושא, להבחנה ביניהן ולהערכת תרומתן גם מנקודת הראות של התלמידים שהם קהלי יעד

המרכזים. נוסף ממצאי המחקר מאפשרים מתן המלצות כלליות לפיתוח תוכניות התערבות נוספות בנושא, כמו גם יצירת קווי מתאר לתוכנית התערבות אפקטיבית שתתמודד עם נושא מורכב זה.

2. מטרת המחקר

2.1 מטרת על:

להעריך הצלחת התוכנית המניעה "גדולים ולא שותים" למניעת שימוש לרעה באלכוהול, המועברת בקרב תלמידי והורי כיתות ה'ו' בבתי הספר היסודיים.

2.2 מטרת ספציפיות ברמת התלמידים:

- לבדוק האם התוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי עמדות בקרב בני הנוער ביחס לדפוסי התנהגויות סיכון – שתיית האלכוהול.
- לבדוק האם התוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי בשליטה עצמית של התלמיד בנוגע לשתיית אלכוהול.
- לבדוק האם התוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי בנורמות הסובייקטיביות ביחס לשתיית אלכוהול.
- לבדוק האם התוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי בתפיסת מעורבות ההורים בנוגע לנושא האלכוהול.
- לבדוק האם חל שינוי בהעלאת הידע בנוגע לאלכוהול והסכנות הטמונות בו.
- לבדוק האם יש שינוי בכל המדדים המוזכרים בין תפיסות תלמידים לעומת התלמידות.

2.3 מטרת ספציפיות ברמת ההורים:

- לבדוק עמדות ותפיסות של ההורים שהשתתפו בתוכנית בנוגע לשתיית אלכוהול בקרב בני נוער
- לבחון את חשיבות מעורבותם של ההורים בנוגע להשתתפות בפעילויות מקדמות בריאות במסגרת בית הספר.

2.3 התועלת הצפויה מהמחקר

שתיית אלכוהול בכלל, ו"שתיית יתר" בפרט, בקרב בני הנוער הינה התנהגות סיכנית, בעלת השלכות בריאותיות וחברתיות. תוכניות מניעה בתחום התנהגויות הסיכון הינן בעלות חשיבות גדולה, אך חשוב ביותר להעריך את הצלחת התוכנית בכדי לעשות שימוש יעיל במשאבים ציבוריים. בית הספר מהווה מסגרת תומכת, המאפשרת העמקה ויצירת מרחב ללמידת הנושא, הבנתו ויישום המסקנות בשטח. במחקר הנוכחי תוערך תוכנית מניעה, שמטרתה מניעת שימוש לרעה באלכוהול בקרב תלמידי כיתות ה' בבתי ספר יסודיים. ממצאי המחקר ישמשו

לניתוח תרומות תוכנית המניעה ויעילותה בשינוי עמדותיהם של התלמידים. ממצאי המחקר יוכלו לתרום למיפוי קווי מתאר לתוכנית מניעה אפקטיבית, שתתמודד עם נושא מורכב זה בקרב תלמידים צעירים.

3. שיטות המחקר

3.1 מערך המחקר

3.1.1 סוג המחקר: המחקר הנוכחי הינו מחקר הערכה, שבוצע באמצעות השוואת ממצאי קבוצות ההתערבות לפני ואחרי שעברו את תוכנית ההתערבות. כמו כן, בוצעה השוואה בין ממצאי קבוצות ההתערבות לבין ממצאי קבוצות ביקורת. במחקר הנוכחי שולבו שני סוגי מחקר- (א) מחקר חתך (Cross sectional) בקרב קבוצות ההתערבות בשתי נקודות זמן: לפני העברת תוכנית ההתערבות ובסופה, ובקרב קבוצות הביקורת (ב) מחקר חתך (Cross sectional) בקרב ההורים של תלמידי כיתות ה'-ו' בסיום התוכנית "גדולים ולא שותים".

(ג) מחקר איכותני בקרב תלמידי כיתות ה'-ו', בהם מועברת התוכנית "גדולים ולא שותים" ובקרב בוני התוכנית, יועצות חינוכיות ומנהלי בתי הספר. בחלק זה של המחקר האיכותני נבנו דפי תצפית ופרוטוקולים חצי מובנים לעריכת ראיונות עומק עם הוגי התוכנית, יועצות חינוכיות (מדריכות התוכנית), ופרוטוקול נוסף עבור ראיונות עם תלמידי כיתות ה'-ו' על פי הפירוט הבא:

- ❖ פרוטוקול ראיונות עומק הוגי התוכנית- לבחינת מטרות התוכנית כפי שתוכננו ע"י הוגי התוכנית (נספח מס' 2).
- ❖ פרוטוקול ראיונות עומק עם יועצות חינוכיות (מדריכות התוכנית) – לבחינת מטרות התוכנית על פי תפיסותיהן של היועצות- מדריכות התוכנית (נספח מס' 4).
- ❖ פרוטוקול ראיונות עומק לתלמידי כיתות ה'-ו'- לבחינת עמדותיהם ותפיסותיהם של התלמידים בנוגע לתכני התוכנית והעברתה (נספח מס' 5).
- ❖ פרוטוקול קבוצות מיקוד לתלמידי כיתות ה'-ו'- לבחינת עמדותיהם ותפיסותיהם וכוונות ההתנהגות של התלמידים (נספח מס' 6).

3.1.2 אוכלוסיית המחקר: במחקר הנוכחי אנו מבחינים בין שתי קבוצות אוכלוסייה עיקריות:

1. אוכלוסיית ההתערבות: תלמידי כיתות ה'-ו' מבתי ספר ממלכתיים, המשתתפים בתוכנית "גדולים ולא שותים" ברחבי הארץ.
2. אוכלוסיית ההתערבות המשנית: הורים לתלמידי כיתות ה'-ו' מבתי ספר ממלכתיים, המשתתפים בתוכנית "גדולים ולא שותים" ברחבי הארץ.
3. אוכלוסיית הביקורת: במקביל להעברת השאלונים בקרב קבוצת ההתערבות, הועברו שאלונים לקבוצת הביקורת שהתאימה בכל מאפייניה (תלמידים מכיתות ה'-ו' מבתי ספר ממלכתיים) ושבהם התוכנית "גדולים

ולא שותים" לא מועברת. שאלוני המחקר בקבוצת הביקורת הועברו שאלונים לפני התוכנית במקביל לקבוצת ההתערבות וארבעה חודשים לאחר סיום התוכנית.

3.2. הליך המחקר:

המחקר הנוכחי כלל שני תתי מחקר:

א. מחקר איכותני - במסגרתו נערכו במהלך חודש נובמבר-דצמבר 2012 חמישה ראיונות עם בוני התוכנית "גדולים ולא שותים". במהלך ינואר- פברואר 2013 נערכו עשרה ראיונות עם יועצות חינוכיות מבתי ספר בצפון, מרכז ודרום הארץ, שבע תצפיות נערכו בשבעה בתי ספר במהלך העברת תוכנית "גדולים ולא שותים", חמישה עשר ראיונות נוספים נערכו במהלך פברואר-מרץ 2013 בקרב תלמידי כיתות ה' ו' מבתי ספר באזור צפון, מרכז ודרום הארץ ועשרים קבוצות מיקוד נערכו במהלך חודשי אפריל-יוני 2013

ב. מחקר כמותי (תלמידים) – הסקר הועבר בקרב 970 תלמידי כיתות ה' ו' המשתתפים בתוכנית "גדולים ולא שותים" לפני העברת התוכנית בחודשים נובמבר-דצמבר 2012, ולאחר התוכנית בחודשים אפריל-מאי 2013. במקביל לסקר, הועברו השאלונים גם בקרב 152 תלמידים מתוך אוכלוסיית קבוצת הביקורת הכוללת תלמידי כיתות ה' ו' בהם לא מועברת התוכנית "גדולים ולא שותים". השאלונים במחקר זה בקבוצת ההתערבות והביקורת, מזווגים.

ג. מחקר כמותי (הורים) – סקר אינטרנטי הועבר בקרב 318 הורים לתלמידי כיתות ה' ו' המשתתפים בתוכנית "גדולים ולא שותים" במהלך חודש אפריל – מאי 2013

3.2 כלי המחקר:

במחקר המוצע נעשה שימוש בכמה כלי מחקר:

במחקר הכמותי:

1. שאלון סקר – שאלון אנונימי למילוי עצמי (מצורף בנספח 1), המבוסס על שאלון מתוקף ומהימן שפותח על ידי Ajzen & Fishbein (1980) ועל שאלות מתוך חוברת התוכנית. תוקפו ומהימנותו של כלי המחקר נבדקה במחקר מקדים ונערכו בו שינויים על פי הצורך. השאלון כלל חמישה חלקים עיקריים: (א) הערכת הידע של התלמידים בנוגע לנזקי שתיית אלכוהול; (ב) הערכת תפיסות ועמדות התלמידים בנוגע להימנעות משתיית אלכוהול; (ג) הערכת תפיסת השליטה העצמית של התלמיד במצבים חברתיים; (ד) הערכת נורמות סובייקטיביות בנוגע לשתיית אלכוהול; (ה) הערכת תפיסת התלמידים את מעורבות ההורים בנוגע להתנהגויות סיכון- שתיית האלכוהול.

2. שאלון סקר אינטרנטי – למילוי עצמי (מצורף נספח 2) הבוחן עמדות ותפיסות הורים בנוגע לשתיית אלכוהול בקרב בני נוער וכן, את מידת מעורבות ההורים בפעילויות מקדמות בריאות במסגרת בית הספר. שאלון מתוקף ומהימן מהספרות המחקרית בנושא.

3. בחלק האיכותני ראיונות וקבוצות מיקוד- נבנו דפי תצפית ופרוטוקולים חצי מובנים לעריכת ראיונות עומק עם הוגי התוכנית, יועצות חינוכיות (מדריכות התוכנית), ופרוטוקול נוסף עבור ראיונות עם תלמידי כיתות ה'ו' על פי הפירוט הבא :
1. פרוטוקול ראיונות עומק הוגי התוכנית- לבחינת מטרות התוכנית כפי שתוכננו ע"י הוגי התוכנית (נספח מס' 3).
 2. פרוטוקול ראיונות עומק עם יועצות חינוכיות (מדריכות התוכנית) – לבחינת מטרות התוכנית על פי תפיסותיהן של היועצות- מדריכות התוכנית (נספח מס' 4).
 3. פרוטוקול ראיונות עומק לתלמידי כיתות ה'ו- לבחינת עמדותיהם ותפיסותיהם של התלמידים בנוגע לתכני התוכנית והעברתה (נספח מס' 5).
 4. פרוטוקול קבוצות מיקוד לתלמידי כיתות ה'ו- לבחינת עמדותיהם ותפיסותיהם וכוונות ההתנהגות של התלמידים (נספח מס' 6).

3.3 משתני המחקר בשאלון התלמידים

3.3.1 משתנים בלתי תלויים :

1. משתנים סוציו דמוגרפיים :

♦ שכבת גיל

♦ מגדר

2. השתתפות בתוכנית ההתערבות "גדולים ולא שותים"

3.3.2 משתנים תלויים :

1. עמדות חברתיות בנוגע להתנהגות סיכון- האלכוהול : משתנה מורכב שהינו ממוצע תשובותיו של הנשאל בסולם של 1-4 לשמונה היגדים (שאלות : 1, 2, 4, 5, 7, 9, 16, 32) : "אצל התלמידים הבוגרים משקה אלכוהולי הוא הדרך הבטוחה למסיבה מוצלחת", "שתיית אלכוהול מהנה", "שתיית אלכוהול תעזור לי להעלות את הביטחון העצמי שלי" ועוד. ($\alpha=0.75$).
2. נורמות סובייקטיביות בנושא שתיית האלכוהול : משתנה מורכב שהינו ממוצע תשובותיו של הנשאל בסולם של 1-4 לארבעה היגדים (שאלות : 3, 10, 13, 19) : "אם אשתה אלכוהול, יהיו לי יותר חברים", "אם כל החברים שלי שותים אלכוהול במסיבה גם אני אשתה", "אני חושב שלא לשתות במסיבה יפגע במקובלות החברתית שלי". ($\alpha=0.61$).
3. שליטה עצמית במצבים חברתיים בהתייחס לשתיית האלכוהול : נבנה משתנה מורכב שהינו ממוצע תשובותיו של הנשאל בסולם של 1-4 באשר למידת השליטה העצמית (שאלות : 21, 22, 23, 25) : "אם חבר יציע לי משקה אלכוהולי, אסרב לו", "אני מרגיש שיש לי את הכוח לסרב לשתיית אלכוהול למרות שכולם מסביבי שותים". ($\alpha=0.81$).

4. מעורבות ההורים והשפעתם בנושא האלכוהול: נבנה משתנה מורכב שהינו ממוצע תשובותיו של הנשאל בסולם של 1-5 באשר למידת ההשפעה של ההורים בנוגע לשתיית אלכוהול (שאלות: 28, 30, 31, 33, 36, 37): "ההורים שלי משוחחים איתנו בבית על שתיית אלכוהול בקרב צעירים", "הייתי רוצה שהוריי ישוחחו איתי לגבי שתיית האלכוהול בקרב הצעירים". ($\alpha=0.74$).

5. ידע בנוגע לאלכוהול ולסכנות הטמונות בו: שאלון ידע המורכב משלושה עשר היגדים עליהם עונה הנבדק נכון/לא נכון (ראה נספח א', שאלות: 1-13) "אלכוהול פוגע בריכוז, בלמידה ובשיפוט", "מתבגרים מתמכרים מהר יותר לאלכוהול ממבוגרים מכיוון שגופם עדיין בתהליך צמיחה". אחוזי התשובות הנכונות והלא נכונות נבדקו לפני תוכנית ההתערבות ולאחריה וכן אחוז התלמידים ששיפרו את אחוז התשובות הנכונות שלהם, אלו שירדו ואלו שלא הראו שינוי בתשובותיהם לפני ואחרי התוכנית.

3.4 משתני המחקר בשאלון ההורים

3.4.1 משתנים בלתי תלויים:

משתנים סוציו דמוגרפיים:

- השכלה
- מגדר
- עמדות ותפיסות של הורים בנושא שתיית אלכוהול בקרב בני נוער

3.4.2 משתנים תלויים:

1. עמדות הורים כלפי חינוך לבריאות בבית הספר: הורכב מפריטים 1,2,3 אשר הניבו מהימנות מספקת (0.74). בהתאם לכך חושב ממוצע לשלושת פריטים אלו, כך שציון גבוה על גבי המדד מייצג עמדות חיוביות יותר כלפי חינוך לבריאות בבית הספר ולהפך.
2. עמדות שליליות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער: חושב מפריטים 5,8,11 (לאחר היפוך) אשר הניבו מהימנות מספקת (0.66), זאת לאחר השמטת הפריטים 7,12,13,14,16 בעקבות מהימנות לא מספקת. בהתאם לכך חושב ממוצע לשלושת פריטים. כך שציון גבוה על גבי המדד מייצג עמדות שליליות יותר כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער ולהפך.
3. מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות: הורכב משני פריטים 9 ו-10. בעקבות מתאם נמוך יחסית ביניהם (0.43), לא חושב ממוצע לשניהם והם ייבחנו בנפרד כמייצגים את מידת מעורבות ההורים בפעולות מקדמות בריאות. כך שציון גבוה מייצג מעורבות גבוהה יותר ולהפך.

4. ממצאי המחקר הכמותי בקרב התלמידים

4.1. תיאור אוכלוסיית המחקר

שאלוני המחקר הועברו בקרב 1490 תלמידים הלומדים בכיתות ה'ו' אשר השתתפו בתוכנית "גדולים ולא שותים" (להלן קבוצת ה"התערבות"). בנוסף, שאלוני המחקר הועברו בקרב 520 תלמידי כיתות ה'ו' שלא השתתפו בתוכנית "גדולים ולא שותים", ושימשו כקבוצת ביקורת במחקר זה. מאחר ולא הייתה היענות מלאה לפני התערבות ואחרי התערבות, במדגם הסופי נכללו 970 תלמידים מקבוצת התערבות (20 בתי ספר) ו-152 תלמידים בקבוצת הביקורת (5 בתי ספר), סה"כ 1122 תלמידים. קבוצת ההתערבות וקבוצת הביקורת כללו תלמידים מבתי ספר שונים באזור צפון, מרכז ודרום הארץ. מתוך בתי הספר בהם הועברה התוכנית, נדגמו 25 בתי ספר, בחלוקה על פי אזורים בארץ. בכל אחד מבתי ספר נדגמה כיתה ה' אחת, בה הועברו שאלוני המחקר לפני ואחרי תוכנית ההתערבות.

בטבלה מספר 1 מוצגים המאפיינים הדמוגרפים של כלל המדגם, ובחלוקה לפי קבוצת ההתערבות וקבוצת הביקורת. כפי שניתן ללמוד מן הטבלה, הן קבוצת ההתערבות והן קבוצת הביקורת כללו יותר בנים מבנות, (כ-2.5% וכ-16% הפרש, בהתאמה).

טבלה מספר 1: תיאור אוכלוסיית המחקר

קבוצת הביקורת (%)	קבוצת ההתערבות (%)	כלל המדגם (%)	משתנה	
88 (57.9%)	498 (51.3%)	586 (52.2%)	בנים	מגדר
64 (42.1%)	472 (48.7%)	536 (47.8%)	בנות	
152	970	1,122	סה"כ	N=1122

4.2. בדיקת מטרות המחקר ובחינת היעילות של תוכנית "גדולים ולא שותים"

לצורך בדיקת יעילותה של התוכנית "גדולים ולא שותים", נבדקו ארבעת המשתנים (עמדות, נורמות, שליטה עצמית ומעורבות ההורים), בקרב קבוצת ההתערבות לפני ואחרי שעברו את התוכנית. בטבלה מס' 2 מוצגים ממצאי בדיקת המשתתפים לפני שעברו את תוכנית ההתערבות אל מול קבוצת הביקורת. לפי מבחן טי לשני מדגמים בלתי תלויים (קבוצות מעורבות וביקורת לפני ההתערבות) לא נמצאו הבדלים מובהקים בארבעת המשתנים ($p\text{-value} > 0.05$).

טבלה מס' 2: השוואת משתני המחקר בקרב קבוצת הביקורת וקבוצת ההתערבות לפני ההתערבות

מעורבות ההורים		שליטה עצמית		נורמות		עמדות		
התערבות לפני	ביקורת לפני	התערבות לפני	ביקורת לפני	התערבות לפני	ביקורת לפני	התערבות לפני	ביקורת לפני	
2.52	2.59	3.37	3.26	1.43	1.44	1.44	1.47	ממוצע
0.66	0.72	0.72	0.72	0.48	0.51	0.40	0.45	ס.תקן
1.21		-1.60		.37		.78		מבחן טי
.22		.10		.71		.43		p-value

בדיקת מטרות המחקר של תוכנית ההתערבות- לפני ואחרי:

בטבלה מס' 3, מוצג סיכום ממצאי בדיקת מטרות המחקר בקרב קבוצת ההתערבות. כמו כן, יעילות התכנית נבדקה בעזרת השוואת קבוצת ההתערבות לפני ואחרי שעברו את התכנית אל מול קבוצת ביקורת באותם ארבעה משתנים. בוצע מבחן T למדגמים מזווגים (לפני/אחרי), עבור ממוצעי ארבעת המשתנים: עמדות, נורמות, שליטה עצמית, מעורבות ההורים.

טבלה מס' 3: השוואת ערכי משתני המחקר בקבוצת הניסוי לפני ואחרי ההתערבות

מעורבות ההורים		שליטה עצמית		נורמות		עמדות		
התערבות לפני	התערבות אחרי	התערבות לפני	התערבות אחרי	התערבות לפני	התערבות אחרי	התערבות לפני	התערבות אחרי	
2.59	2.69	3.27	3.38	1.44	1.38	1.47	1.44	ממוצע
0.72	0.72	0.72	0.65	0.51	0.49	0.45	0.44	ס.תקן
-4.36		-4.77		3.45		2.44		מבחן טי לפני/אחרי
<0.0001		<0.0001		.001		.015		p-value

טבלה מס' 4: השוואת ערכי משתני המחקר בקבוצת הביקורת לפני ואחרי העברת תוכנית ההתערבות

מעורבות ההורים		שליטה עצמית		נורמות		עמדות		
ביקורת לפני	ביקורת אחרי	ביקורת לפני	ביקורת אחרי	ביקורת לפני	ביקורת אחרי	ביקורת לפני	ביקורת אחרי	
2.51	2.61	3.36	3.32	1.42	1.46	1.44	1.47	ממוצע
0.65	0.66	0.72	0.72	0.48	0.51	0.39	0.44	ס.תקן
-1.705		.88		-1.03		-.99		מבחן טי לפני/אחרי
0.09		0.376		0.305		0.32		p-value

בטבלה מס' 4 מוצג סיכום ממצאי בדיקת מטרות המחקר בקרב קבוצת הביקורת. מאחר ולא הועברה תוכנית ההתערבות בקבוצת הביקורת, אנו צופים כי לא יהיה שינוי בין קבוצת ביקורת לפני תוכנית ההתערבות, וקבוצת ביקורת לאחר תוכנית ההתערבות, בארבעת המשתנים: עמדות, נורמות, שליטה עצמית ומעורבות ההורים. לפי מבחן טי לשני מדגמים מזווגים (לפני/אחרי ההתערבות) בקבוצת הביקורת לא נמצאו הבדלים מובהקים בארבעת המשתנים ($p\text{-value} > 0.05$).

בדיקת מטרה מספר 1: לבדוק האם תוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי עמדות בקרב תלמידי כיתות ה'-ו' ביחס לדפוסי התנהגויות סיכון- שתיית האלכוהול

מתוך פריטי העמדות שנכללו בשאלון המחקר נבנה מדד אחד הבודק את עמדותיהם של התלמידים ביחס לשתיית אלכוהול. כך שככל שהמדד גבוה יותר כך העמדות כלפי אלכוהול חיוביות יותר. על פי טבלה מס 3, ניכר כי חל שינוי מובהק סטטיסטית ($P \leq 0.05$) בעמדות התלמידים בקבוצת ההתערבות לאחר השתתפותם בתוכנית. הממצאים מראים כי לעומת הערכים שנמדדו לפני תוכנית ההתערבות ($Mean=1.47, S.D=0.45$), נמצאה ירידה בממוצע עמדות התלמידים כלפי אלכוהול ($Mean=1.44, S.D=0.44$). ירידה זו מלמדת כי לאחר השתתפותם בתוכנית, התלמידים מדווחים על עמדות שליליות יותר כלפי שתיית אלכוהול. הם פחות מאמינים כי שתיית אלכוהול גורמת להנאה, מעלה את הביטחון העצמי או את כמות החברים.

בדיקת מטרה מספר 2: לבדוק האם תוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי בתפיסת הנורמות בנוגע לשתיית אלכוהול.

המשתנה 'נורמות סובייקטיביות' בדק את רמת תפיסת התלמידים את שתיית האלכוהול כמקובלת, כך ככל שמדד הנורמות גבוה יותר, כך התלמידים תופסים את שתיית האלכוהול כמקובלת יותר. מבדיקת השינוי בנורמות הסובייקטיביות של הנבדקים לפני ואחרי התוכנית "גדולים ולא שותים", נמצא שינוי מובהק בנורמות הסובייקטיביות בקרב התלמידים שעברו את התוכנית ($P < 0.01$). הממצאים מראים כי לעומת הערכים שנמדדו לפני תוכנית ההתערבות ($Mean=1.44, S.D=0.51$), נמצאה ירידה בממוצע נורמות התלמידים כלפי אלכוהול ($Mean=1.38, S.D=0.49$). ירידה זו מלמדת כי לאחר השתתפותם בתוכנית, התלמידים מדווחים על נורמות שליליות יותר כלפי שתיית אלכוהול.

בדיקת מטרה מספר 3: לבדוק האם תוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי בתחושת השליטה העצמית ביחס לשתיית אלכוהול.

המשתנה "שליטה עצמית" מודד את יכולת הנבדקים להתמודד עם לחץ חברתי. ככל שהציון במשתנה זה גבוה יותר, כך תפיסת השליטה העצמית של התלמידים גבוהה יותר. מן הממצאים ניתן ללמוד כי חל שינוי מובהק סטטיסטית בתפיסת השליטה העצמית ($P \leq 0.0001$). לפני תוכנית ההתערבות ממוצע תחושת השליטה ($Mean=3.27, S.D=0.72$) של התלמידים היה נמוך יותר מאשר לאחר השתתפותם בתוכנית ($Mean=3.38, S.D=0.65$). עלייה זו מלמדת כי לאחר התוכנית התלמידים מרגישים יכולת גבוהה יותר להתמודד עם לחץ חברתי בנושא שתיית אלכוהול.

בדיקת מטרה מספר 4: לבדוק האם תוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי בתפיסת מעורבות ההורים בנושאים הקשורים להתנהגויות הסיכון (שתיית אלכוהול)

בהתייחס אל תפיסת התלמידים את עמדות הוריהם בנושא שתיית אלכוהול, הממצאים מצביעים על הבדל מובהק בין תשובות התלמידים לפני ואחרי תוכנית ההתערבות ($P \leq 0.0001$). הערכים שנמדדו בתפיסת מעורבות הורית בקרב התלמידים לפני תוכנית ההתערבות ($Mean=2.59, S.D=0.72$), היו נמוכים יותר מאשר הערכים

שנמדדו אחרי ההתערבות (Mean=2.69, S.D=0.72), כך שישנה עלייה מובהקת בתפיסות התלמידים את מעורבות ועמדות הוריהם בנושאים הקשורים בשתיית אלכוהול ועל כן ניתן לומר כי לאחר השתתפותם בתוכנית התלמידים תופסים את הוריהם כמעורבים יותר וכבעלי עמדות שליליות כלפי אלכוהול, יותר מאשר לפני שעברו את התוכנית.

בדיקת מטרה מס' 5: לבדוק האם חל שינוי ברמת הידע בנוגע לאלכוהול והסכנות הטמונות בקרב משתתפי תוכנית ההתערבות ובקרב קבוצת הביקורת.

טבלה מס' 5 : רמת הידע לפני ואחרי תוכנית ההתערבות בקבוצת מחקר וקבוצת הביקורת

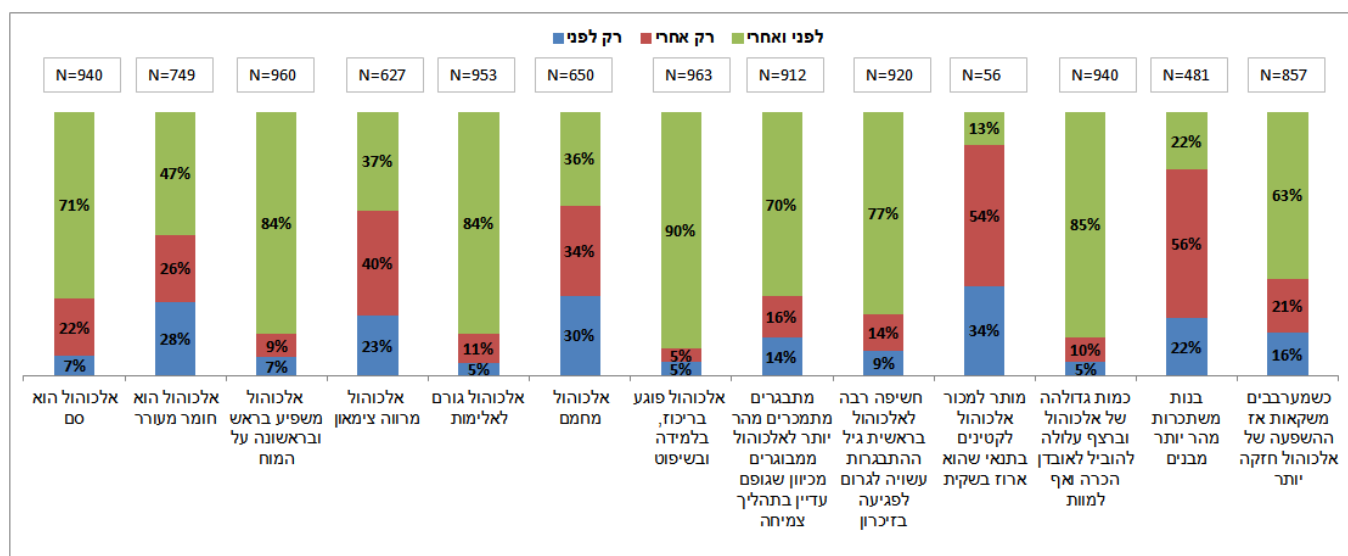
ידע		ידע		
ביקורת אחרי	לפני	התערבות אחרי	לפני	
0.69	0.69	0.71	0.66	ממוצע
0.12	0.14	0.12	0.13	ס.תקן
-0.07		-9.39		מבחן טי לפני/אחרי
p=0.995		p<0.0001		p-value

רמת הידע של התלמידים בקרב קבוצת ההתערבות נבדקה בעזרת שאלון בעל 13 שאלות נכון(1)/לא נכון(0). חושב ממוצע התשובות, ככל שיש יותר תשובות "נכון" כך המדד גבוה יותר, וזה מעיד על ידע רב יותר. התלמידים התבקשו לענות על שאלון הידע לפני ואחרי השתתפותם בתוכנית. על מנת לבחון את ההבדלים ברמת הידע של התלמידים לפני ואחרי השתתפותם בתוכנית ההתערבות נערך מבחן T למדגמים מזווגים, ונמצא הבדל מובהק ($P \leq 0.0001$). טבלה מס' 5 מראה את ההבדלים שנמצאו כך שלפני ההתערבות ממוצע הידע של התלמידים (Mean=0.66, S.D=0.13) נמוך יותר מממוצע הידע לאחר תוכנית ההתערבות (Mean=0.71, S.D=0.12). ממצאים אלו מלמדים כי תוכנית ההתערבות תרמה לשיפור רמת הידע בקרב התלמידים. לעומת זאת, במבחן דומה לא נצפה שינוי בקבוצת הביקורת. ממוצע הידע של התלמידים דומה בקבוצת הביקורת בתקופה שלפני/אחרי ההתערבות שבוצעה בקבוצת המחקר בלבד.

4.3 ממצאי התשובות על פי שאלון הידע באחוזים

גרף מס' 1 מתייחס לכלל המדגם ללא חלוקה לקבוצות המחקר והביקורת. הגרף משקף את אחוז התלמידים שענו נכונה על השאלה רק לפני תוכנית ההתערבות, אחוז התלמידים שענו נכונה על השאלה רק לאחר תוכנית ההתערבות ואחוז התלמידים שענו נכונה על השאלה בשתי המדידות.

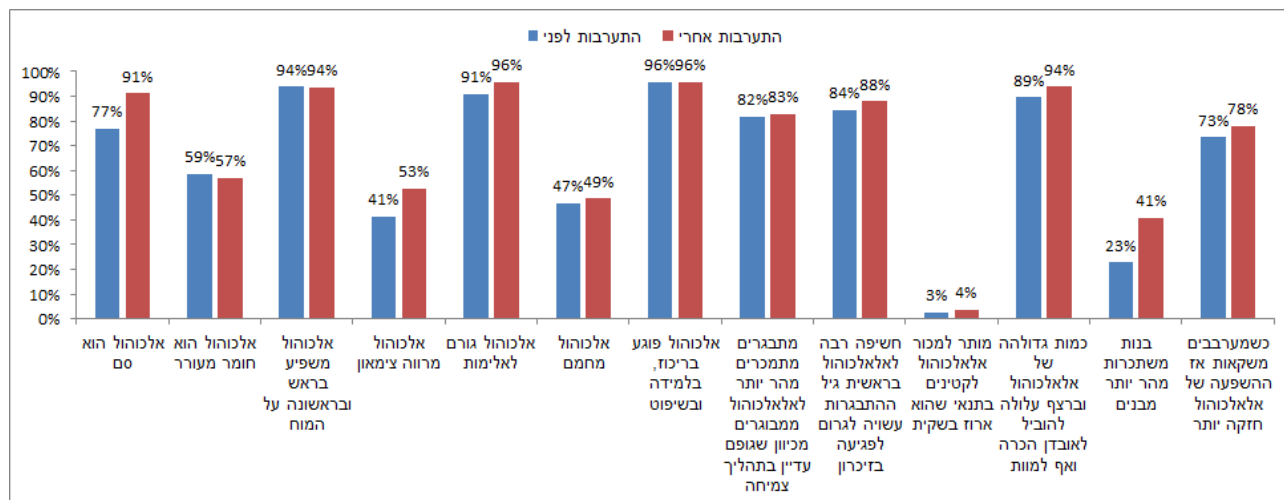
גרף מס' 1: התפלגות התשובות על פי שאלון הידע לפני ואחרי התערבות



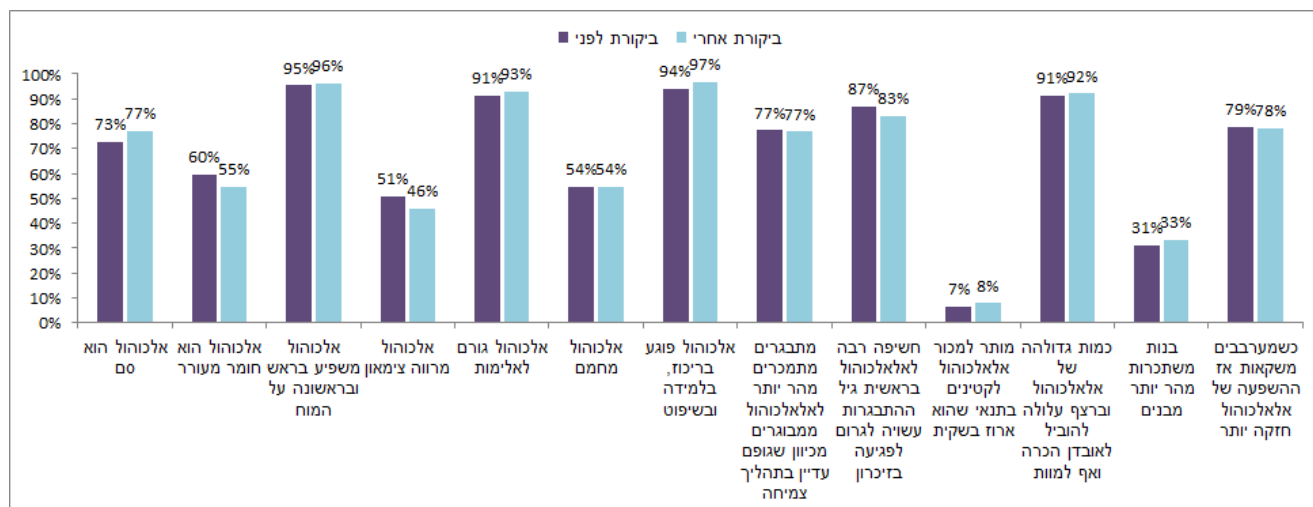
על פי הגרף ניתן לראות כי לגבי מרבית השאלות, רוב התלמידים ידעו לענות נכון לפני ואחרי התוכנית (חלק ירוק בגרף). עם זאת בהשוואת אחוז התלמידים שענה נכון על השאלה רק אחרי ההתערבות לעומת אחוז התלמידים שענה נכונה לפני ההתערבות, לגבי מרבית השאלות ניכר כי אחוז התלמידים שענה נכונה לאחר ההתערבות היה גבוה יותר (חלק אדום בגרף).

בגרף מס' 2 נראה כי בקבוצת התערבות חלה עלייה במרבית שאלות הידע לגבי אלכוהול ("אלכוהול הוא סם" – עליה ב-14%, "אלכוהול פוגע בריכוז", "כמות גדולה של אלכוהול עלולה להוביל לאובדן הכרה" – עליה ב-5%). בגרף מס' 3 המתייחס לקבוצת הביקורת נמצאו עליות בחלק מן השאלות של הידע לגבי אלכוהול, אך עליות מתונות מאוד.

גרף מס' 2: התפלגות התשובות על פי שאלון הידע לפני ואחרי התערבות בקבוצת המחקר



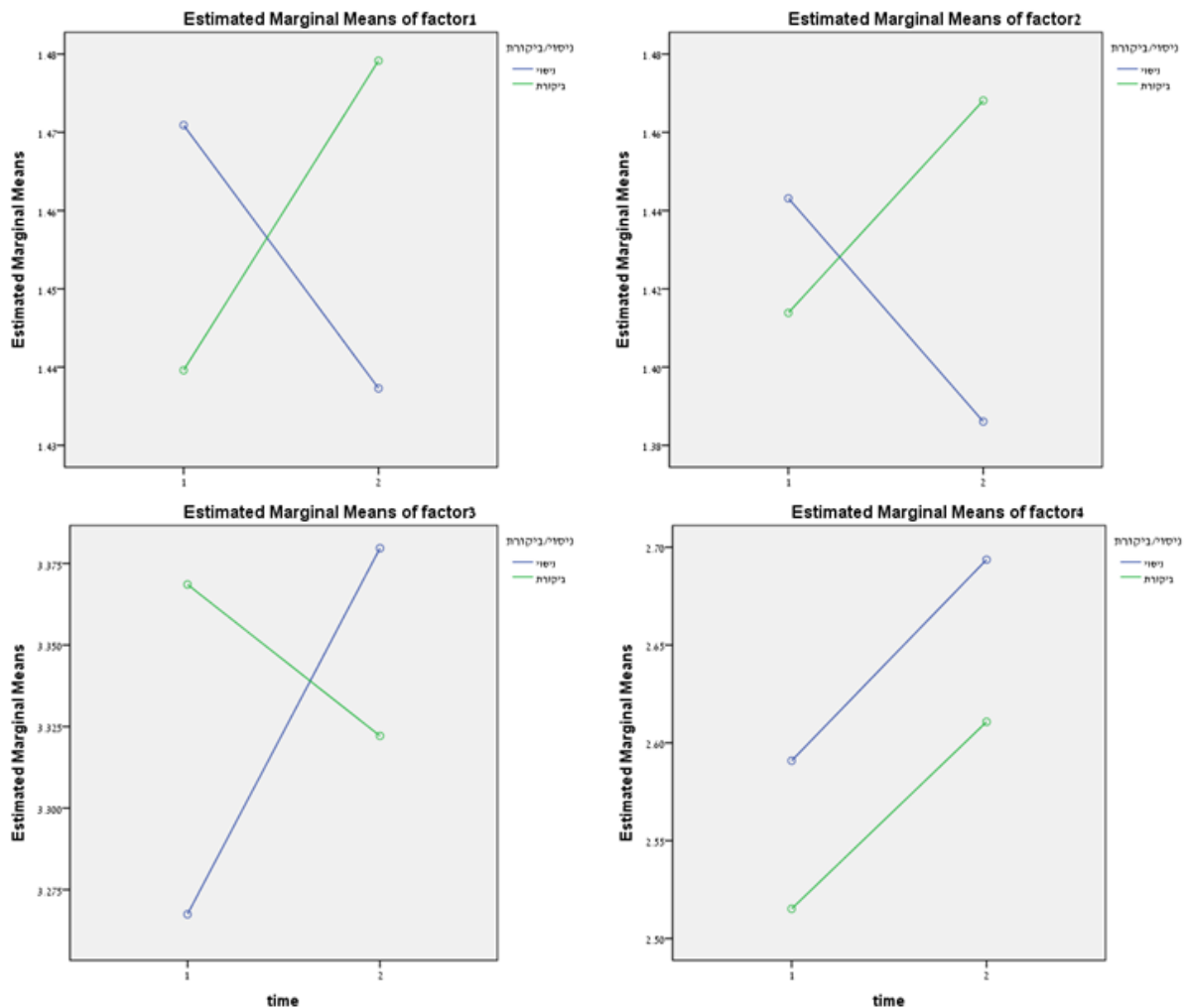
גרף מס' 3: התפלגות התשובות על פי שאלון הידע לפני ואחרי התערבות בקבוצת הביקורת



מודל כוללני: ניתוח מדידות חוזרות בשתי נקודות זמן עם התייחסות לקבוצת מחקר וקבוצת ביקורת

על מנת לזהות השפעת התערבות בהתנהגויות בנוגע לאלכוהול, בוצע ניתוח מסוג Manova Repeated Measures, המאפשר לבדוק גם הבדל זמנים (אחרי לעומת לפני) בהתייחסות לקבוצה (התערבות/ביקורת).

המחשה גרפית של אינטראקציה בין זמן לקבוצה



לפי הגרפים, נראה שיש הבדל בין ניסוי לביקורת ובין שני הזמנים, בעמדות, נורמות ושליטה (מלבד מעורבות). במהלך ניתוח סטטיסטי נמצא כי קיים הבדל מובהק בין קבוצת התערבות וקבוצת ביקורת, לפחות באחד מארבעת המשתנים (עמדות, נורמות, שליטה עצמית ומעורבות ההורים) $F_{(4,1095)}=2.392$ $p=0.049$, $\eta^2=0.009$. השפעת תוכנית ההתערבות נמצאה מובהקת במשתנה נורמות $F_{(1,1098)}=6.022$ $p=0.014$, $\eta^2=0.005$, ובמשתנה שליטה $F_{(1,1098)}=6.211$ $p=0.014$, $\eta^2=0.006$. במשתנה עמדות לא נמצאה השפעה מובהקת של התוכנית וגם במשתנה מעורבות לא נמצאה השפעה מובהקת של התוכנית $F_{(1,1098)}=3.706$ $p=0.054$, $\eta^2=0.003$.

$F(1,1098)=0.014$ $p=0.907$, $\eta^2=0$. אפקט האינטראקציה בין זמן וקבוצה בודק, האם הפער בין "אחריו" ו"לפני" (הזמן) זהה בקבוצת התערבות וקבוצת ביקורת. נמצא כי אפקט האינטראקציה מובהק סטטיסטית במשתנים "נורמות" ו"שליטה" ($p<0.05$) ולא מובהק במשתנים "עמדות" ו"מעורבות ההורים" ($p>0.05$). כלומר, במשתנים "נורמות" ו"שליטה" השינוי אחרי התוכנית לעומת לפני התוכנית שונה בקרב קבוצת התערבות ובקרב קבוצת ביקורת. במדדים "עמדות" ו"מעורבות" השינוי בין שני הזמנים זהה בקבוצת התערבות ובקבוצת הביקורת.

סיכום הממצאים הכמותיים בקרב התלמידים

ממצאי המחקר הכמותי מלמדים כי התוכנית גדולים ולא שותים עומדת במרבית המטרות שהציבה לעצמה. השתתפות בתוכנית הובילה לשינוי בעמדות התלמידים ביחס לשתיית אלכוהול בקרב קבוצת ההתערבות והובילה לכך שהם תופסים את שתיית האלכוהול כמשפיעה לרעה על הבריאות. כמו כן, השתתפות בתוכנית גדולים ולא שותים הובילה לעלייה בתחושת השליטה העצמית וביכולת להתמודד עם לחץ חברתי בנושא שתיית אלכוהול. בהתייחס אל תפיסת התלמידים את עמדות הוריהם בנושא שתיית אלכוהול, נמצאה עלייה בתפיסת המעורבות ההורית וכן שינוי בתפיסת התלמידים את הוריהם ביחס לשתיית אלכוהול, כך שלאחר התוכנית, התלמידים מצאו את הוריהם כבעלי עמדות שליליות יותר כלפי אלכוהול. כמו כן נמצא הבדל מובהק במשתנה 'נורמות סובייקטיביות' לפני ואחרי תוכנית ההתערבות. עוד מלמדים הממצאים כי התוכנית גדולים ולא שותים מסייעת בשיפור הידע לגבי שתיית אלכוהול בקרב המשתתפים, בנים ובנות כאחד. במודל כוללני הבוחן הבדל בין הזמנים (אחרי לעומת לפני) בהתייחסות לקבוצה (התערבות/ביקורת) נמצא כי הפער בין "אחריו" ו"לפני" (הזמן) שונה בקבוצת התערבות וקבוצת ביקורת. כלומר, במשתנים "נורמות" ו"שליטה" השינוי אחרי התוכנית לעומת לפני התוכנית שונה בקרב קבוצת התערבות ובקרב קבוצת ביקורת. במדדים "עמדות" ו"מעורבות" השינוי בין שני הזמנים זהה בקבוצת התערבות ובקבוצת הביקורת.

5. ממצאי המחקר הכמותי בקרב ההורים

במדגם הורים נכללו 318 נבדקים. רוב המדגם הן נשים (כ-82%), הנבדקים ברובם נשואים (88%), כ-70% מהנבדקים בעלי השכלה אקדמית, כאשר 80% מהנבדקים ילידי ישראל וכ-9% ילידי ברה"מ לשעבר (טבלה מס' 1). כמו כן, ממוצע ילדים בקרב הנבדקים 2.66 עם סטיית תקן 0.84, כאשר כל הנבדקים הנם הורים לפחות לילד אחד, והמספר המירבי של ילדים בקרב הנבדקים היה 8 ילדים.

טבלה מס' 1: התפלגות המשתנים הדמוגרפיים הקטגוריאליים

שם משתנה	קטגוריה	שכיחות	אחוז
מגדר הילד	גבר	59	18.6%
	אישה	259	81.5%
מצב משפחתי	רווק	5	1.6%
	נשוי	280	88.1%
	גרש	26	8.2%
	אלמן	2	0.6%
	חי עם בן זוג	3	0.9%
	חי בנפרד	1	0.3%
	לא ענה	1	0.3%
	תיכונת	35	11.0%
	על-תיכונת/מקצועית	59	18.6%
	אקדמית	222	69.8%
רמת השכלה	לא ענה	2	0.6%
	ישראל	254	79.9%
	ברית המועצות לשעבר	29	9.1%
	אחר	24	7.6%
ארץ לידה	לא ענה	11	3.5%
	לפני שנות ה-80	21	6.6%
	שנות ה-80	5	1.6%
	שנות ה-90	19	6.0%
שנת עלייה	שנות 2000 ואילך	4	1.3%
	לא ענה	269	84.6%
	סה"כ	318	100.0%

במהלך המחקר ענו הנבדקים על שאלון, הבוחן את הנטיות האישיות של המשתתפים לגבי נושא המחקר. השאלון מורכב מ-16 פריטים, כאשר כל התשובות ממוקמות על סקאלה מ-1 ("לא מסכים") עד-4 ("מסכים במידה רבה").

טבלה מס' 2: התפלגות תשובות לפי פריטי השאלון

מס' פריט	שם פריט	n	MIN	MAX	Mean	S.D
1	בית הספר הוא מסגרת מתאימה לעסוק בנושאי בריאות	318	1	4	3.54	0.6
2	חשוב שבית הספר יעודד השתתפות פעילה של הורים בנושא קידום הבריאות	318	1	4	3.32	0.7
3	חשוב שהמורים בביה"ס ידברו איתנו על נושאי בריאות כמו : השפעת שתיית אלכוהול על צעירים	318	1	4	3.51	0.7
4	לדעתי המחנך לא אמור להיות מעורב או מיוזע במה שקורה לילדים בשעות הערב או בסופי שבוע	318	1	4	1.56	0.9
5	אין כל רע בכך שבני נוער שותים מדי פעם אלכוהול	318	1	4	1.89	1.1
6	לדעתי בית הספר לא צריך לדעת מה התלמידים עושים אחרי זמן הלימודים	318	1	4	1.37	0.7
7	אני חושב/ת שבני נוער הנוהגים לשתות אלכוהול בתדירות גבוהה זקוקים לעזרה	318	1	4	3.78	0.6
8	זה לא נורא שבני נוער יישתו משקה אלכוהולי אחד באירועים מיוחדים	318	1	4	2.05	1
9	אני מעוניין/ת להיות שותף/ה לתוכניות כישורי חיים המועברות בבית הספר בנושא אלכוהול	316	1	4	2.53	1.1
10	אני משוחח/ת בבית עם ילדי על שתיית אלכוהול בקרב בני נוער וצעירים	316	1	4	3.13	1
11	אני חושב/ת שכולם מגזימים ואין בעיה עם נושא שתיית אלכוהול בקרב ילדים ובני נוער	317	1	4	1.15	0.5
12	אני חושב/ת שבגילאי 11-12 זה מוקדם מידי לשוחח עם ילדים על אלכוהול	318	1	4	1.69	1
13	אסור לנו ההורים לאפשר לילדינו שתיית אלכוהול באירועים משפחתיים כמו בת/בר מצווה	318	1	4	2.48	1.1
14	אני חושב/ת שהורים רבים אינם מסוגלים להתמודד עם נושא כמו שתיית אלכוהול בקרב ילדיהם	318	1	4	2.74	0.9
15	ילדי סיפר לי בבית על התוכנית "גדולים ולא שותים" המועברת בביה"ס	318	1	4	2.04	1.2
16	אני חושב שבביה"ס היסודי מוקדם לעסוק בתוכניות העוסקות בנושא כמו האלכוהול	318	1	4	1.8	1

משגיאה! מקור ההפניה לא נמצא. 2 עולה כי בפריטים 1,3,7 נמצאה הסכמה רבה עבור רוב המשתתפים, ובפריטים 6, 11 רוב הנבדקים מביעים את אי-הסכמתם (בית ספר כן צריך לדעת מה עם התלמיד בשעות אחר הלימודים, וכן קיימת בעיה של שתיית אלכוהול בקרב ילדים ובני נוער). שילוב התשובות לפריטים הללו מלמד שני דברים :

- א. ההורים מזמינים את בית הספר להיות מעורב בחיי התלמידים מעבר למסגרת הבסיסית של הקניית ידע (חשיבות בית הספר כמסגרת המתאימה לעסוק בנושאי בריאות, חשיבות שיחות של מורים עם הורים בנושא השפעת שתיית אלכוהול על בני נוער, מודעות בית הספר בפעילותיו של התלמיד בשעות אחרי הלימודים – פריטים 1,3,6).

ב. ההורים מכירים בקיומה של בעיית אכזוהול בקרב בני נוער ובצורך לטפלה (מתוך פריטים 7 ו-11).

מפריטי השאלון נבנו מדדי המחקר: עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר הורכב מפריטים 1,2,3 אשר הניבו מהימנות מספקת ($\alpha = 0.74$). בהתאם לכך חושב ממוצע לשלושת פריטים אלו, כך שציון גבוה על גבי המדד מייצג עמדות חיוביות יותר כלפי חינוך לבריאות בבית הספר ולהפך. עמדות שליליות כלפי שתיית אכזוהול בקרב בני נוער חושב מפריטים 5,8,11 (לאחר היפוך) אשר הניבו מהימנות מספקת ($\alpha = 0.66$), זאת לאחר השמטת הפריטים 7,12,13,14,16 בעקבות מהימנות לא מספקת. בהתאם לכך חושב ממוצע לשלושת פריטים. כך שציון גבוה על גבי המדד מייצג עמדות נוקשות יותר כלפי שתיית אכזוהול בקרב בני נוער ולהפך. מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות הורכב משני פריטים 9 ו-10. בעקבות מתאם נמוך יחסית ביניהם (0.43), לא חושב ממוצע לשניהם והם ייבחנו בנפרד כמייצגים את מידת מעורבות ההורים בפעולות מקדמות בריאות. כך שציון גבוה מייצג מעורבות גבוהה יותר ולהפך. טבלה מס' 3 מציגה את התפלגות המדדים ושאלות נוספות שנבדקו במחקר. טבלה מס' 3: התפלגות מדדי המחקר ושאלות נוספות שנבדקו

S.D	Mean	MAX	MIN	n	שם משתנה
0.6	3.46	4	1	318	עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר
0.7	3.3	4	1	318	עמדות שליליות כלפי שתיית אכזוהול בקרב בני נוער
0.6	3.46	4	1	318	מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות
1.1	2.53	4	1	316	רצון להשתתף בתוכנית (פריט 9)
1.0	3.13	4	1	316	משוחח עם הילדים בנושא אכזוהול (פריט 10)

משגיאה! מקור ההפניה לא נמצא. כי בדומה לתשובות שהתקבלו בפריטים 1 ו-3, ממוצע המשתנה 'עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר' גבוה ($Mean=3.46$, $S.D=0.6$), המשמעות היא כי להורים שמילאו את השאלון קיימות עמדות חיוביות באשר לתפקיד בית הספר כמחנך גם בתחום הבריאות. כמו כן, להורים עמדות שליליות כלפי שתיית אכזוהול בקרב בני נוער ($Mean=3.3$, $S.D=0.7$). מרבית ההורים מציינים כי משוחחים עם הילדים בנושא אכזוהול ($Mean=3.13$, $S.D=1.0$) ומעוניינים להיות מעורבים בפעולות מקדמות בריאות ($Mean=3.46$, $S.D=0.6$).

בדיקת השערות המחקר

בדיקת השערה מספר 1: יימצא קשר שלילי בין עמדות ההורים לבין מידת מעורבותם בבית הספר בנוגע לתופעת שתיית האכזוהול בקרב בני נוער. ככל שהעמדות של ההורים בנושא האכזוהול שליליות יותר כך מעורבותם של ההורים בפעילויות מקדמות בריאות גבוהה יותר. לצורך בדיקת ההשערה נעשה שימוש במתאם פירסון. הממצאים מפורטים בשגיאה! מקור ההפניה לא נמצא..

טבלה מס' 4: מתאמי פירסון בין משתני המחקר (N=316)

מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות		
רצון להשתתף בתוכנית (פריט 9)	משוחח עם הילדים בנושא אלוהול (פריט 10)	
0.42***	0.14*	עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר
0	0.02	עמדות שליליות כלפי שתיית אלוהול בקרב בני נוער

* $p < 0.05$; *** $p < 0.001$

מטבלה מס' 4 עולה כי נמצאו קשרים חיוביים בין עמדות ההורים כלפי חינוך לבריאות בבית הספר לבין מידת המעורבות שלהם בפעולות מקדמות בריאות. כך שככל שהם היו בעלי עמדות חיוביות יותר כלפי חינוך לבריאות בבית הספר, כך מידת המעורבות שלהם בפעולות מקדמות בריאות (גם בפריט 9 וגם בפריט 10) הייתה גבוהה יותר ולהפך. לעומת זאת, לא נמצאו קשרים בין עמדות ההורים כלפי שתיית אלוהול בקרב בני נוער לבין מעורבות ההורים בפעולות מקדמות בריאות. בהתאם לכך ההשערה אוששה באופן חלקי.

בדיקת השערה מס' 2: ימצאו הבדלים בין מעורבות של אמהות ואבות בפעילויות מקדמות בריאות בנוגע למניעת שתיית אלוהול בקרב בני נוער. ההשערה היא שמעורבותן של האמהות תמצא גבוהה יותר מהאבות. לצורך בדיקת ההשערה ייבחנו מתאמי הפירסון בין המשתנים בפילוח מגדרי, בנוסף תיערך השוואה בין המתאמים באמצעות מדד Fisher's Z. בבחינת שגיאה! מקור ההפניה לא נמצא. 5 חשוב לזכור כי גברים זכו במחקר לייצוג-חסר וקיים הפרש משמעותי במספר הגברים ($n=59$) בהשוואה למספר הנשים ($n=259$).

טבלה מס' 5: מתאמי פירסון בין משתני המחקר בפילוח מגדרי

מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות		
רצון להשתתף בתוכנית (פריט 9)	משוחח עם הילדים בנושא אלוהול (פריט 10)	
0.41***	-0.06	עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר
0.42***	0.18**	בקרר גברים
0.08	1.64	בקרר נשים
		Fisher's Z
0.01	0.02	עמדות שליליות כלפי שתיית אלוהול בקרב בני נוער
-0.01	0.02	בקרר גברים
0.14	0	בקרר נשים
		Fisher's Z

* $p < 0.05$; *** $p < 0.001$

לפי שגיאה! מקור ההפניה לא נמצא, לא נמצאו הבדלים מובהקים בעוצמות הקשרים בין המגדרים. למרות שנמצא קשר חיובי בין עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר לבין פריט 10 בקרב נשים ולא בקרב גברים, הבדל זה לא נמצא מובהק תוך שימוש במדד Fisher's Z. בהתאם לכך ההשערה כי ימצא הבדל בין המגדרים בקשרים בין המשתנים לא אוששה.

ממצאים נוספים

מכיוון שהשערות המחקר אוששו בחלקן, עלה צורך לבחון כיצד מתפקדים המשתנים השונים ברמות השונות של המשתנים הדמוגרפיים. בהתאם לכך נעשו ניתוחים סטטיסטיים מתאימים לבחינת הבדלים במשתני המחקר ברמות השונות של המשתנים הדמוגרפיים (מגדר, מצב משפחתי, השכלה, ארץ מוצא).

מגדר:

על מנת לבדוק האם קיים הבדל בין גברים לנשים בעמדות הנבדקות ובמעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות, בוצע מבחן טי למדגמים בלתי תלויים, כפי שמפורט בטבלה מס' 6.

טבלה מס' 6: בחינת הבדלים במשתני המחקר בין גברים לנשים

	עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר		עמדות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער		מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות		רצון להשתתף בתוכנית (פריט 9)		משוחח עם הילדים בנושא אלכוהול (פריט 10)	
	גברים	נשים	גברים	נשים	גברים	נשים	גברים	נשים	גברים	נשים
ממוצע	3.33	3.49	3.24	3.32	3.15	3.42	2.36	2.57	2.79	3.2
ס. תקן	0.68	0.52	0.67	0.69	0.54	0.50	1.0	1.05	0.97	0.96
מבחן טי	1.61		0.79		1.52		1.43		2.93	
p-value	p>0.05		p>0.05		p>0.05		p>0.05		p<0.01	

כפי שניתן לראות בשגיאה! מקור ההפניה לא נמצא, נמצא הבדל בין גברים לנשים רק על גבי מדד אחד של שיחות בנושא אלכוהול, כך שאמהות דיווחו כי הן משוחחות יותר עם ילדיהן בנושא אלכוהול בהשוואה לאבות.

מצב משפחתי:

לצורך בחינת הבדל בתשובות המשתתפים בהתאם למצב המשפחתי נעשה קטלוג מחדש של המשתנה מצב משפחתי לפיו חולקו תשובות המשתתפים לכאלו שמייצגות הורים נשואים בהשוואה לאלו שאינם נשואים. בהתאם לכך נעשה שימוש במבחן טי למדגמים בלתי תלויים, אשר ממצאיו לא העלו הבדלים בין המשתתפים בהתאם למצב המשפחתי שלהם (הממצאים המלאים מפורטים בשגיאה! מקור ההפניה לא נמצא).

טבלה מס' 7: בחינת הבדלים במשתני המחקר לפי מצב משפחתי

עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר		עמדות שליליות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער		מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות		רצון להשתתף בתוכנית (פריט 9)		שוחח עם הילדים בנושא אלכוהול (פריט 10)	
לא נשואים	נשואים	לא נשואים	נשואים	לא נשואים	נשואים	לא נשואים	נשואים	לא נשואים	נשואים
3.45	3.47	3.29	3.41	3.71	3.52	2.54	2.49	3.11	3.22
0.56	0.57	0.7	0.6	0.5	0.6	1.0	1.12	0.97	0.99
0.14		0.88		0.72		0.27		0.64	
p>0.05		p>0.05		p>0.05		p>0.05		p>0.05	

השכלה:

לצורך בחינת הבדל בממוצע תשובות המשתתפים בהתאם לרמת ההשכלה בוצע ניתוח שונות חד-כיווני (One Way Anova), בשילוב מבחני Post Hoc (Tukey). הממצאים מפורטים בשגיאה! מקור ההפניה לא נמצא. 8.

טבלה מס' 8: בחינת הבדלים במשתני המחקר בין רמות השכלה שונות

משתנה	קטגוריה	ממוצע	ס.תקן	F	df_b, df_w	p-value
עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר	אקדמית	3.45	0.58	0.58	2,313	p>0.05
	על-תיכונית/מקצועית	3.51	0.5			
	תיכונית	3.38	0.52			
עמדות שליליות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער	אקדמית	3.31	0.68	0.28	2,313	p>0.05
	על-תיכונית/מקצועית	3.25	0.68			
	תיכונית	3.36	0.74			
מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות	אקדמית	3.32	0.62		2,313	p>0.05
	על-תיכונית/מקצועית	3.23	0.64			
	תיכונית	3.34	0.71			
רצון להשתתף בתוכנית (פריט 9)	אקדמית	2.5	1.04	0.59	2,311	p>0.05
	על-תיכונית/מקצועית	2.54	1.06			
	תיכונית	2.71	1.06			
משוחח עם הילדים בנושא אלכוהול (פריט 10)	אקדמית	3.05	0.98	3.29	2,311	p<0.05
	על-תיכונית/מקצועית	3.25	0.94			
	תיכונית	3.46	0.82			

כפי שניתן להתרשם משגיאה! מקור ההפניה לא נמצא, פריט 10 היה היחיד שבו נמצא אפקט מובהק, אך בניתוח המשך מסוג Tukey ($p < 0.05$) לא נמצא הבדל מובהק בין אף אחת משלושת הקבוצות. בהתאם לכך לא נמצא הבדל מובהק בין המשתתפים ברמות ההשכלה השונות במשתני המחקר.

ארץ מוצא

לצורך בחינת הבדלים בממוצע תשובות המשתתפים בהתאם לארץ מוצא בוצע ניתוח שונות חד-כיווני (One Way Anova), בשילוב מבחני Post Hoc (Tukey). הממצאים מפורטים בשגיאה! מקור ההפניה לא נמצא.9.

טבלה מס' 9: בחינת הבדלים במשתני המחקר לפי ארץ מוצא

משתנה	קטגוריה	ממוצע	ס.תקן	F	df_b, df_w	p-value
עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר	ישראל	3.48	0.48	4.73	2,304	$p < 0.01$
	ברה"מ לשעבר	3.20	0.87			
	אחר	3.60	0.60			
עמדות שליליות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער	ישראל	3.31	0.67	1.29	2,304	$p > 0.05$
	ברה"מ לשעבר	3.40	0.64			
	אחר	3.10	0.90			
מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות	ישראל	3.42	0.68		2,304	$p > 0.05$
	ברה"מ לשעבר	3.20	0.86			
	אחר	3.35	0.43			
רצון להשתתף בתוכנית (פריט 9)	ישראל	2.58	1.02	3.58	2,303	$p < 0.05$
	ברה"מ לשעבר	2.00	1.15			
	אחר	2.54	1.06			
משוחח עם הילדים בנושא אלכוהול (פריט 10)	ישראל	3.12	0.97	0.73	2,302	$p > 0.05$
	ברה"מ לשעבר	2.90	1.12			
	אחר	3.25	0.94			

לפי טבלה מס' 9 נמצא אפקט מובהק בין ארצות מוצא שונות בעמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר, בניתוח המשך מסוג Tukey ($p < 0.05$) הראה כי משתתפים אשר נולדו בברית המועצות לשעבר היו בעלי עמדות פחות חזקות באשר לחינוך לבריאות בבית הספר בהשוואה להורים שנולדו בישראל או במדינות שקוטלגו כ-'אחר'. בשאר המשתתפים לא נמצאו הבדלים מובהקים בין הקבוצות (גם לא בפריט 9, אשר העלה אפקט מובהק במדד הכללי, אך ניתוח המשך מסוג Tukey ($p < 0.05$) לא העלה הבדל מובהק בין אף אחת מן הקבוצות).

וوتק בארץ

על מנת לבחון מתאם בין שנת העלייה לבין משתני המחקר נעשה שימוש במתאם ספירמן. הממצאים מפורטים בשגיאה! מקור ההפניה לא נמצא..

טבלה מס' 10: מתאמי ספירמן בין שנת עלייה לבין משתני המחקר

שנת עלייה	
0.07	עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר
0.35*	עמדות שליליות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער
0.06	מעורבות הורים בפעולות מקדמות בריאות
-0.17	רצון להשתתף בתוכנית (פריט 9)
-0.28	משוחח עם הילדים בנושא אלכוהול (פריט 10)

* $p < 0.05$

לפי טבלה מס' 10 נמצא קשר חיובי בין שנת עלייה לבין עמדות שליליות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער, כך שככל ששנת העלייה מאוחרת יותר, כך העמדות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער נהיות שליליות יותר ולהפך. כלומר, בקרב העולים שבאו בעת מאוחרת יותר, העמדות כלפי אלכוהול בקרב בני נוער שליליות יותר. ניתן להסביר זאת במודעות גוברת בכל העולם כלפי שתיית אלכוהול, ולכן, העולים הבאים בשנים מאוחרות יותר לישראל מתייחסים באופן שלילי יותר לשתיית אלכוהול.

ניתוח רגרסיות לוגיסטיות

על מנת לבדוק עד כמה מעורבות הורים משפיעה על הסתברות של חיזוק עמדות בנושא אלכוהול, בוצעו 3 מודלים של רגרסיה בינארית לוגיסטית, כמפורט בטבלה מס' 11.

טבלה מס' 11: פירוט מודלים לוגיסטיים לבחינת קשרים בין משתנים שונים במחקר

O.R	p-value	b	רווח סמך (ברמת סמך 95%)		משתנה תלוי	משתנה בלתי תלוי	מס' מודל
			Upper	Lower			
9.41	0.016	2.24	58.009	1.529	עמדות בנושא אלכוהול	מעורבות הורים	1
3.88	0.007	1.35	10.477	1.444	עמדות בנושא אלכוהול	עמדות ביה"ס כמסגרת מקדמת בריאות	2
11.60	0.013	2.45	74.177	1.817	מעורבות הורים	עמדות ביה"ס כמסגרת מקדמת בריאות	3

משלושת המודלים (טבלה מס' 11) עולה כי :

✚ בקרב נבדקים עם מעורבות הורים נמוכה, ההסתברות שעמדותיהם חיוביות (לא רואים בכך סיכון) בנוגע לאלכוהול הם פי 9.4 מאשר בקרב נבדקים עם מעורבות הורים גבוהה;

✚ בקרב נבדקים אשר עמדותיהם חיוביות בנוגע לאלכוהול (לא רואים בכך סיכון), ההסתברות שעמדותיהם שליליות בנוגע לביה"ס כמסגרת המקדמת בריאות היא פי 3.9 מאשר בקרב אלה שעמדותיהם שליליות בנוגע לאלכוהול;

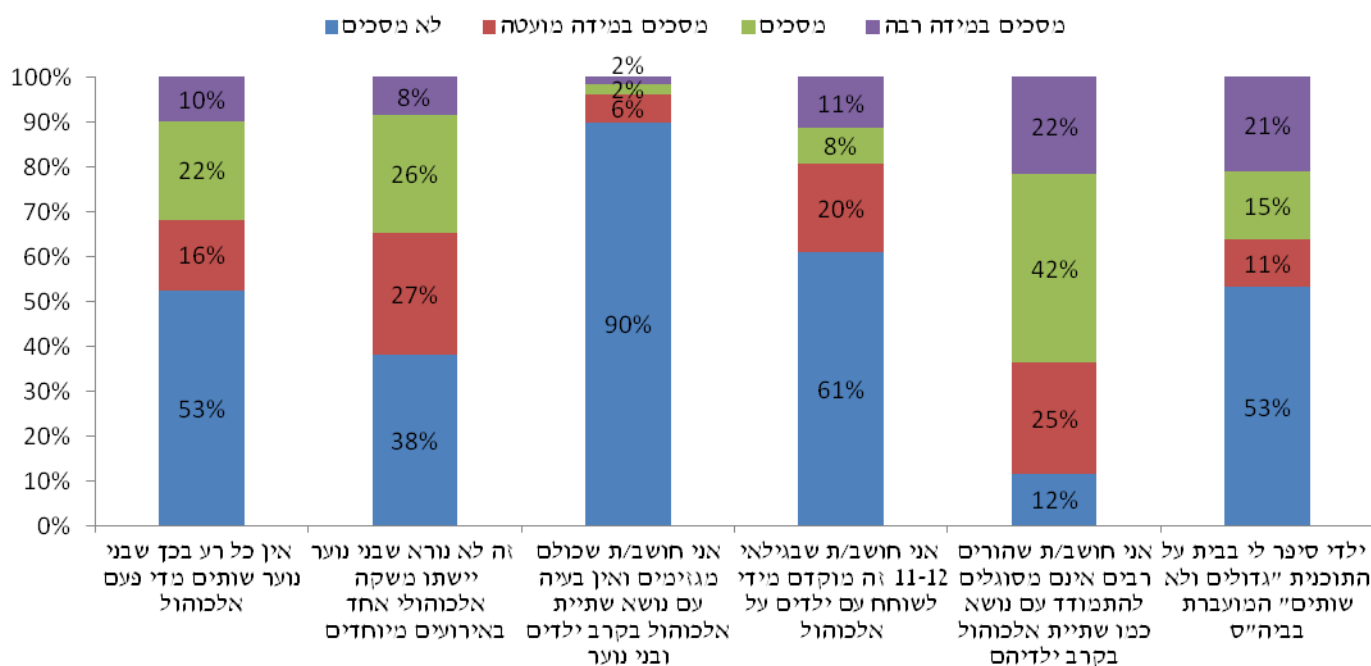
✚ בקרב נבדקים עם מעורבות הורים נמוכה, ההסתברות שעמדותיהם שליליות בנוגע לביה"ס כמסגרת המקדמת בריאות היא פי 11.6 מאשר בקרב נבדקים עם מעורבות הורים גבוהה.

סיכום ממצאים

למרות שההשערות לא אוששו במלואן, עלו במהלך המחקר מספר ממצאים משמעותיים כגון: קיים קשר חיובי בין עמדות ההורים כלפי חינוך לבריאות בבית הספר לבין מידת המעורבות שלהם בפעולות מקדמות בריאות. כך שכל שהם היו בעלי עמדות חיוביות יותר כלפי חינוך לבריאות בבית הספר, כך מידת המעורבות שלהם בפעולות מקדמות בריאות הייתה גבוהה יותר ולהפך. קיים קשר חיובי בין עמדות כלפי חינוך לבריאות בבית הספר לבין מעורבות הורים (פריט 10) בקרב נשים בלבד. אמהות דיווחו כי הן משוחחות יותר עם ילדיהן בנושא אלכוהול

בהשוואה לאבות. עוד עלה כי משתתפים אשר נולדו בברית המועצות לשעבר היו בעלי עמדות פחות חזקות באשר לחינוך לבריאות בבית הספר בהשוואה להורים שנולדו בישראל או במדינות שקוטלגו כ-'אחר'. נמצא קשר חיובי בין שנת עלייה לבין עמדות שליליות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער, כך שכל ששנת העלייה מאוחרת יותר, כך העמדות כלפי שתיית אלכוהול בקרב בני נוער נהיות שליליות יותר ולהפך. כמו כן, מודלים של רגרסיה לוגיסטית העלו כי מעורבות הורים נמוכה מחזקת עמדות חיוביות כלפי אלכוהול ועמדות שליליות כלפי ביה"ס כמסגרת המקדמת בריאות. עוד נמצא, כי עמדות חיוביות בקרב הורים כלפי אלכוהול מחזקות עמדות שליליות כלפי ביה"ס כמסגרת המקדמת בריאות.

האם להוסיף גרפים? להרחיב על הנושא? לברר עם אורנה...



6. ממצאי המחקר האיכותני

חלקו האיכותני של מחקר זה חולק לארבעה תתי מחקרים; הראשון, ממצאים מתוך ראיונות עם בוני ומעצבי התוכנית. תת המחקר השני מבוסס על ראיונות עם יועצות בתי הספר שהיו מעורבות בהעברת התוכנית. השלישי, ראיונות בקרב מנהלי בתי הספר שהשתתפו בתוכנית ולבסוף, ראיונות עם קהל היעד של התוכנית- התלמידים. ראשית יוצגו ממצאי הראיונות עם בוני התוכנית, לאחר מכן עם המנהלים, היועצות ולבסוף עם התלמידים. הראיונות נערכו באזורים שונים בארץ בין החודשים אפריל-יוני 2013. הראיונות נערכו על פי נוחיותם של המרואיינים בסביבת מקום עבודתם. כל ראיון נערך בין 30-45 דקות. המרואיינים שיתפו פעולה ונענו לכל השאלות בריאיון (פרוטוקול הראיון בנספחים).

6.1. ממצאים מרכזיים מתוך ראיונות עם מעצבי התוכנית

שלב זה במחקר כלל שלושה ראיונות עם מעצבי התוכנית. הממצאים המרכזיים שעלו מתוך הראיונות מחולקים על פי הקטגוריות הבאות: (א) יעדים ומטרות של התוכנית (ב) קהלי היעד והתאמת התכנים (ג) תדירות העלאת תוכנית המניעה (ד) שימוש באסטרטגיות שונות בתוכנית המניעה (ה) העברת התוכנית (ו) פוטנציאל השפעה (הערכת התוכנית).

א. יעדים ומטרות של התוכנית על פי "מעצבי התוכנית"

על פי התוכנית הכתובה, ישנם שני צירים מרכזיים המובילים את יעדיה: ציר הידע וציר המיומנות עם התלמידים. הקניית ציר הידע בא לידי ביטוי בהבנה תיאורטית ומעשית את נושא בריאות גוף ונפש בכלל ונושא האלכוהול בפרט... "חשיבות השמירה על הבריאות הפיזית והנפשית", "חשיבות ההבנה על ההשלכות והנזקים של האלכוהול"... כמו גם "ההשפעות ההתנהגותיות משתיית אלכוהול"... בציר המיומנות עולה כי: "...המטרה המרכזית הינה הקניית כישורים לתאמה, שאפשרו לו לפעול ביציבות במצבי סיכון"... "...הפגנת התנהגות המתבשר, השפעת קבוצת השווים וכישורי חיים"... כמו כן, אחת ממטרות התוכנית היא להשכיל ליצור דיאלוג פתוח עם התלמידים, תוך מטרה לעסוק בנושאים הקשורים לחוסנם הנפשי, לכישורי ההתמודדות שלהם כנגד פיתויים ולחצים עתידיים. "על לי להדגיש שזה מתוך כוונה ליצור שיח אמיתי ומשמעותי תוך שמירה על אווירה תומכת, שואמת סוד וכן גם חשפ לאור חפה מהטפה ומביקורת"... המטרות המוצהרות של התוכנית כפי שעלו מהראיונות וממסמך ההסבר על התוכנית: לבסס ידע ברור על הקשר שבין השימוש לרעה בשתיית אלכוהול לבין הנזקים הגופניים והנפשיים הנגרמים כתוצאה מכך, לעודד את התלמידים לשאת באחריות אישית להימנעות משתייה, לעזור לתלמידים לפתח מיומנויות שיסייעו להם להימנע מלהשתמש לרעה באלכוהול, ולהתנגד לכל סוג של עידוד או לחץ לשימוש בו, לפתח עמדות ביחס לפנייה לעזרה בעת מצוקה. עוד עלה מהראיונות כי מטרתה של התוכנית לבנות "נדבך חינוכי כבר בלי צעיר (ה' צד ו') למניעת שימוש באלכוהול בקרב התלמידים"... "עם מסר ברור - לא שותים אלכוהול". בנוסף, מטרת התוכנית "להוות כר ללמידה של

כישורי חיים וחשיבה... התוכנית שואפת להיות גורם המפתח מעגלי השפעה פנימיים בקרב הילדים כנגד שימוש באלכוהול, כך שבזמן אמת תופעל ההשפעה ממקור פנימי (קבוצת השווים), כמו כן שואפת התוכנית לפתוח ולפתח את נקודת מבטם של התלמידים לשיקולי דעת. **"החשיבה במהלך פניית התוכנית הופילה אותנו על שימת הדגש בקבוצת ההחלטות שלהם מתוך אחריות אישית וחברתית"**...

ב. קהלי היעד והתאמת התכנים

התוכנית מועברת בבתי ספר ממלכתיים בלבד. עולה מהראיונות שעל מנת להעבירה גם בבתי ספר ממלכתיים-דתיים חשוב לתת את הדעת על הרכב האוכלוסייה בהתאמה לתוכנית ולמסגרת הבית ספרית. **"חשוב לי להדגיש שיש צורך לצפות התאמה של החומרים על בסיס צרכים וכיוונו המדברים לאוכלוסיית היעד"**... **"התוכנית כתובה כך שכל יוצאת יכולה להתאים את התכנים לאופי הסלסול ולצרכים הקיימים אצל"**... **"היה חשוב לנו לראות את מכלול הצרכים בכל הרמות"**... התוכנית מועברת לתלמידי ה'ו' במסגרת בית הספר. מבנה התוכנית הוא "ספיראלי". החידוש בה הוא היותה מועברת כבר מכיתות ה' וממשיכה עם התלמיד "בתוכנית מניעה לקראת גילאי התיכון". התוכנית הנוכחית מהווה "נדבך שלם" לעיסוק בכל עולם המניעה של שימוש באלכוהול **"הדגש בתוכנית הוא על מספר מצבים, הידל לא מנותק מסביבתו, יש שם חברים, הורים, צוות חינוכי הוא לא לבד"**... התכנים הותאמו לשכבות גילאים אלה על פי ממצאים ושאלות שעלו מהשטח באמצעות צוות יועצות חינוכיות בבתי הספר ולפי השלב ההתפתחותי של התלמידים **"אני עוסקת הרבה מאד שנים בפיתוח תוכניות כישורי חיים ולפני שצרכנו את התוכנית היה ברור שיש צורך להתאים תוכנית עם גילאי הסלסול (11-13) היום על פי מחקרים ראיון שכיתות ה' ו' זה לא מוקדם מידי צריך להקדים את המאוחר"**... **"אי אפשר להתעלם מהקיים, הצורך הליע מהשטח, מהעובדות מהציתונים, מהסקרים"**...

ג. תדירות העלאת תוכנית המניעה

תוכנית המניעה "גדולים ולא שותים" היא פעילות מתמשכת בין כתלי בית הספר, בשיתוף חלקי עם הורי התלמידים בקיום שיח משותף. **"הקפדנו בתכנון התוכנית שיהיה דיאלוג עם כל הנוגעים בדבר, דרך אגב זאת פנימית לחלק מתוכניות אחרות המנות מבעד אחד או שניים (עם או בלי שיתוף הורים)"**... התוכנית מונה 6-8 מפגשים של תלמידים עם מחנכת הכיתה אשר מעבירה להם בשיתוף עם יועצת בית הספר (ובשיתוף המב"ס הבית ספרי- אם קיים) את התוכנית במהלך כשלושה חודשים, זה משתנה בין בתי הספר כמה שותפים בהעברת התוכנית **"אנחנו מאד ממליצים שהמחנכות תהיינה מצורבות וסופו של תהליך הן בצמחן תצטרף את התוכנית"**. התוכנית הזו היא לא חד פעמית אנחנו ממלכנו להעביר את התוכנית ב-6-8 סיצורים... **"עצם ההתאמה כולל הערכה ניתנה ל-250 בתי ספר ברחבי הארץ, במחוזות השונים; כפילוט ראשוני. ניכר מדברי המרואיינות שהתוכנית יושמה בעיקר בכיתות ו' למרות התאמתה גם לכיתות ה'". העברת התוכנית התבצעה לאחר שהיועצות הציגו את התוכנית בפני המנהלים, "ממה שצודקת והתרחשתי המסילות קיבלו את הרושם שהיוצרות מרוצות מהעברת התוכנית ולא הייתה בעיה מיוחדת עם המנהלים לטוב מספר השיצורים שהתקשו להעברת התוכנית"**... **"יש בתי ספר שם המנהלת ביקשה לטוב את התוכנית עוד השנה על חשבון"**

שיעורים אחרים בנוסף לשעת מחנך... זה מאוד תלוי, התוכנית תצבור כזורה טובה ומצמיחה את תהיה שותפות מלאה של המנהל עם היוצרת והמחנכת, הם ימצאו לזה לא 2 שיעורים אלא 6 ו 7 שיעורים. "...הרבה פעמים הזמן המוקדש לנושא מסוים תלוי בהתאם לצרכים של אותו מוסד חינוכי והאובייקטיביות הנמדדת בו כפוצל..." "אנחנו נלדיף פניה הבאה בעוד כ 150 בתי ספר, יש דרישה מהשטח".

ד. **אסטרטגיות המשולבות בתוכנית:** מתוך הראיונות ניכר כי הנחיית עמיתים - זוהי אסטרטגיה חינוכית מומלצת במסגרת הפעלת התוכנית. "צמיחית", הם תלמידים, שנבחרו כמחנכים דמוקרטיים על-ידי חבריהם, אני רוצה שהם יידעו לקחת חלק בהנחיית התוכנית החינוכית יחד עם המחנכים..." "...אני מתכוונת מתקציב 2012 להדריך בשני ימי סמינר סוכני שינוי תלמידים שיצטרכו חלק מהתוכנית, בקרב חבריהם תוך הנחה כי אסטרטגיה זו תוכל להטמיע טוב יותר את המידע במצב הקרוב אליהם ביותר ולהביא לשינוי משמעותי יותר בקרב בני שכבת גילם..." מבחינתי חשוב להשתמש בצוות גדול בביה"ס כמו המב"ס (מופלים בית ספריים) מינוי של מופל בית ספרי בהקשר לתוכנית מסייע בקידומה. "...תוכנית המניעה שאפת שלא להישאר רק בלינווי היוצרת הבית ספרית אלא להיות מופלת צמיחית מופל ייעודי בית ספרי שהוכשר לצניין..." המב"ס בונה מידי שנה תוכנית בית ספרית מותאמת, ומקבל את מלא ההדרכה על מנת ליישמה בבית הספר בשילוב עם היועצת הבית ספרית באותה השנה. "...על פי דברי מצבי התוכנית, שיטת ההורים בשיחה על תרבות הפנאי של התלמידים יופל לנושא האלכוהול ולפתיחות גדולה יותר..." "צריך להיעזר לא להפחיד את ההורים וההנהלה, כי בצבט יש תהליך של הדחקה או בריחה מהנושא לא רק של ההורים..." כבר שמעתי מאחת המאבקות שהמנהלת אמרה לה באופן גלוי, שביה"ס שלנו אין מה לדאוג, זה לא קיים, ואין לילדים מודע על התופעה, לכן חשוב להציג את התוכנית כחלק משיח על תרבות הפנאי של התלמידים..." "אין צורך להפחיד עם כל האלכוהול של בני הנוער זה דווקא לדעתי יוצר התנגדות של המנהלת, אני בחרתי לאמר להן כפי שדיברנו בימי החשיפה, השיח הוא על התמודדות במצבי לחץ, מצוקה, קבלת החלטות של בני הנוער, מעט אני מניחה לנושא לא ישירות אלכוהול, התוכנית לא אמורה להיות מנותקת מהקונספט הכללי בשיעורי חיים..." "אסטרטגיה חשובה נוספת היא שיטת ההורים בתוכנית, לא כשותפים לצפייה בלבד אלא כשותפים לעשיה..." באסטרטגיה זו מנסה התוכנית לגייס את ההורים מחד לראות את העדר העיסוק שלהם במסר חינוכי שלהם בנוגע לשימוש באלכוהול בגילאי בית הספר היסודי עם ילדיהם ומאידך, לבנות אתם דרך לחקור את התופעה של שימוש באלכוהול בגילאים צעירים ותוך כך לנסח לעצמם כהורים מסר בנושא זה עבור ילדיהם. כמו כן, שימוש בעזרים חזותיים (הסרט המסיבה) מקנה להורים אסטרטגיות דיבור עם הילדים על נושא זה באמצעות אסטרטגיית modeling של הדמות המשוחחית עם הילדים בסרט. הדרכת המב"ס והיועצת - התפקיד המרכזי של התוכנית בהקשר זה הוא להכשיר את שתי אינסטנציות בית ספריות אלה על מנת להעביר את תוכנית המניעה בבית ספרן במהלך שנת הלימודים. "...בהדרכה זו צופדים על אסטרטגיה של חיבור הארמים הנ"ל לילדים בלייט שכבת ה' תוך הדרכתם כיצד לבצע בחינה מה מידת חיבורם של התלמידים ללייט "אלכוהול" ומעט לקיים הדרכה למחנכות שתוצר לתלמידים..." עניין של הגורמים המדריכים- מאחר ורוב הגורמים הממנכים בשכבת גילאי בית הספר היסודי לא רואים צורך בתוכנית מניעה לשימוש באלכוהול בקרב תלמידי ה'ו', באמצעות ההנחה שתוארה מעלה, מגייסת התוכנית את היועצת, המב"ס ואת מחנכת הכיתה להבחין כי הנושא

רלוונטי, להבין מה מקומם בזה. "בונים אצלם את הראיה הצמית ככאלה היכולים להשפיע על התלמידים מהיבט זה, ופעצם שזה לדבר על הנושא..."

ה. העברת התוכנית

העברת התוכנית מתקיימת ע"י צוות בית הספר פעם בשבוע (בדרך כלל במסגרת שעת כישורי חיים) במשך כשלושה חודשים במהלך שנה. התוכנית מועברת ע"י צוות אשר עבר הכשרה ללימוד תוכנית זו. העברת התוכנית בבתי הספר מרוכזת ובאחריותה של היועצת הבית ספרית, במקומות שמוקצה לזה תפקיד של מרכז בית ספרי(מב"ס) ישנם מיקרים בהם מתקיימת הנחיה משותפת. בפועל, הרציון הוא שיוצרות יכשירו את המדריכות והמדריכות תהיינה מוכשרות להעביר למורות בבית הספר, על מנת להעביר את התוכנית בפועל לתלמידים. עולה מדברי חלק מהמראיינות כי "קיימת פצרים בהטמעת התוכנית בין הרכלות השונות באחוזות השונים כרחבי הארץ..." מדברי המראיינות עולה כי הפיילוט הנוכחי ככול הנראה ימשיך כתוכנית ברת קיימא בבתי ספר נוספים בכל מחוז בארץ "...אנו מצונינים להרחיב את מספר בתי הספר הדרישה לבהמה מאד וכדאי וחשוב לתת מענה לכל בית ספר שמרשים את הצורך ומצונין להעביר את התוכנית..." "...צריך לזכור שהעברת התוכנית 'אדולפים ולא שותים' היא לא חלק נפרד מכישורי חיים, זה חלק מעבודה על כישורים, חברות, בניית זהות, מה מקובל ומה לא מקובל..."

ו. פוטנציאל השפעה (הערכת התוכנית).

בכלליות עולה התחושה כי קהל היעד (התלמידים) קיבל את התוכנית באורח חיובי, מהעברתה עולה כי בכלל הכיתות עלו סיפורים על התנסות או נגישות לאלכוהול בקרב מספר מצומצם (אך משמעותי) של תלמידים. עוד עלה מהראיונות השונים כי קיים יתרון ברור בשיח עם התלמידים על נושא זה, אשר "אף אחד איננו מדבר אתם עליו". עולה מהראיונות כי "התוכנית מהווה להם מרחב..." לדבר, להבין, להעלה... פוטנציאל ההשפעה נוגע הן למרחב החברתי של התלמידים בתוך קבוצת השווים והן להשפעה על המרחב הפנימי-רגשי של התלמיד, כאשר דרך תוכנית זו עובדים על ה "הרמזור הפנימי"... של התלמידים ועל "הפצלת שיקולי הדעת שלהם תוך פיתוח יכולתם לשים לעצמם גבולות הן בנושא השימוש באלכוהול והן בהקשר לנשים רחבים אחרים..." (עלתה דוגמא בראיונות על מיקוד שליטה פנימי ביחסים עם הורים, חברים וכו').

הקישור בין תוכנית "גדולים ולא שותים" לשעת כישורי חיים בבתי הספר עולה כצירוף מנצח בקרב המראיינות מאחר ושעת כישורי חיים מכילה בתוכה גם כך איזו שהיא נגיעה בנושא השימוש באלכוהול.

יחד עם זאת, נראה מדברי המראיינות כי "קיימת קושי באיסוס צוות המורות להיות מחויבות ולהאמין באמת מחשיבות העדרכת הנושא כפיתוח..." יתרה מכך עולה חשיבות של "שיתוף פעולה ואיסוס מהותי עם המנהלות של בתי הספר לתוכנית ולתכניה על מנת לאיים עם את צוות המורות ולהעלות את הרלוונטיות של התוכנית בבתי הספר..." ניכר כי קיימת אי אחידות של העברת התוכנית בשל רמות מחויבות שונה של היועצות האמונות על העברת התוכנית. "...התחלה היא כי צריך להכשיר בימים מרוכזים את המורות לתהליך ההנחיה ולא רק את היוצרות וכי למידת המחויבות שלהן לנהל ולמידת הכשרתן תהיה השפעה ישירה על מידת

ההטמעה של הנושא והצלחת התוכנית בקרב התלמידים בפועל... "הן לא אורחות תוכנית אלא שותפות פציפיות"...

עוד עולה מהראיונות כי ייתכן ויש מקום לחדד עבור המורות המעבירות את התוכנית את ההנחיה שהן צריכות להעביר לתלמיד על מנת להבין את כל החלקים הקיימים בתוכנית, "הייתי רוצה שיוצרות בית הספר תכנה את התוכנית עד הפרט האחרון, שתהיינה בטוחות בהצגת החומר כי הן הצגת מציאות את התוכנית הזאת"...

כמו כן עולה הצורך בשיתוף פעולה בין מנהלי בתי הספר לבין היועצות והמורות בהעברת התוכנית. מכלל הראיונות עלה הצורך בשיתוף אקטיבי-פדגוגי (לפחות ברמת הבקיות בתוכנית) של מנהלי בתי הספר יחד עם שאר הצוות "...מנהל לא יכול להיות מנותק מתוכנית שמוצגת אצל בית הספר, אי אפשר להפיל למורי את האחריות רק על היוצרות"...

בנוסף עלה הצורך לשתף את כלל מורי בית הספר בתוכנית ובחשיבותה (גם אם אינם מלמדים את תכניה בפועל) מאחר ולנושא המניעה ולתוכנית קיימת השפעה רוחבית משמעותית "...מורים אף שותפים להצגת התוכנית, בסופו של דבר מרשימים צורך להכיר את התוכנית ולהשתלב עם המורים המובילים"....

טבלה מס' 6: סיכום ממצאים והמלצות מניתוח ראיונות של הוגי התוכנית

סיכום ממצאים והמלצות מניתוח ראיונות של הוגי התוכנית	
- שני צירים מנחי מטרות: ציר הידע- הבנה תיאורטית ומעשית של בריאות גופנית, נפשית ושל השלכות שתיית אלכוהול. ציר המיומנות- כישורי לפעול ביעילות במצבי סיכון. - יצירת דיאלוג פתוח עם תלמידים לגבי חוסן נפשי וכישורי התמודדות ופיתוח מעגלי השפעה פנימיים כנגד שימוש באלכוהול. - מטרות מוצהרות: ביסוס הידע על קשר בין שתיית אלכוהול לנזקים גופניים ונפשיים, עידוד לאחראיות אישית, פיתוח מיומנויות להימנע משימוש באלכוהול, פיתוח עמדות ביחס לפנייה לעזרה בעת מצוקה.	יעדים ומטרות של התוכנית
- התוכנית הועברה בבתי ספר ממלכתיים, בעלת מבנה ספיראלי, מועברת באופן רציף במהלך כיתה ה' וממשיכה בכיתה ו', כמניעה לשימוש באלכוהול. - התכנים הותאמו על פי ממצאים ושאלות שעלו מהשטח באמצעות צוות יועצות חינוכיות בבתי הספר ולפי השלב ההתפתחותי של התלמידים. - צורך בהרחבת ובהתאמת התוכנית אל בתי ספר ממלכתיים דתיים.	קהלי היעד והתאמת התכנים
פעילות בית ספרית מתמשכת בשיתוף ההורים המונה 6-8 מפגשים במהלך שלושה חודשים.	תדירות העלאת

■ העברת התוכנית נעשתה באמצעות מחנכות, יועצות ומב"סיות. ■ התוכניות יושמו בעיקר בכיתות ו'.	תוכנית מניעה
■ שימוש ב"הנחיית עמיתים"- תלמידים נבחרים אשר לוקחים חלק בהנחיית התוכנית. ■ קושי בשיתוף פעולה של ההורים ושל בתי הספר בשל פחד מחשיפה מוקדמת לתכנים בנושא אלכוהול ואי הכרה בחשיבות התייחסות לנושא התנהגויות סיכון מצד הורים ובתי הספר. ■ גיוס צוות בית הספר והורים בעזרת שיח על התמודדות וקבלת החלטות להבדיל משיח על הבעיה או על התנהגויות סיכון ובעזרת העלאת המודעות לבעיה.	אסטרטגיות המשובות בתוכנית
■ העברת התוכנית מתקיימת ע"י אנשי צוות מבית הספר אשר עברו הכשרה ללימוד התוכנית ומרוכזת באחריותה של היועצת או המב"סית. ■ תדירות התוכנית: פעם בשבוע (בדרך כלל במסגרת שעת כישורי חיים) במשך כשלושה חודשים במהלך שנה. ■ הפיילוט הנוכחי ככול הנראה ימשיך כתוכנית ברת קיימא בבתי ספר נוספים בכל מחוז בארץ.	העברת התוכנית
■ התלמידים קיבלו את התוכנית באופן חיובי. ■ בכלל הכיתות עלו סיפורים על התנסות או נגישות לאלכוהול בקרב מספר מצומצם (אך משמעותי) של תלמידים. ■ חשיבות לדו השיח עם התלמידים ולפיתוח כישורי התמודדות עם המרחב החברתי, משפחתי ועם המרחב הפנימי-רגשי. ■ חיבור טוב של התוכנית עם שיעור "כישורי חיים" המתקיים בבתי הספר. ■ צורך בגיוס צוות המורים ובשיתוף פעולה בין מנהלי בתי הספר לבין היועצות והמורות בהעברת התוכנית. ■ חשיבות שיתוף כלל מורי בית הספר בתוכנית ובחשיבותה מאחר ולנושא המניעה ולתוכנית קיימת השפעה רוחבית משמעותית.	פוטנציאל השפעה (הערכת התוכנית)

6.2. ממצאים מרכזיים שעלו מתוך ראיונות עם יועצות בתי הספר

בחלק השני של המחקר, התקיימו ראיונות עם יועצות העובדות בבתי הספר ממחוז חיפה, מרכז ודרום הארץ. הראיונות התרחשו בסביבת מקום עבודתן של היועצות וארכו בין 40-50 דקות. היועצות היו בעלות שנתיים עד חמש עשרה שנות וותק בהוראה. רובן עובדות מחצי משרה ומעלה. תפקידן כולל בחירת תוכניות מניעה והתערבות בנוגע להתנהגויות סיכון במסגרת שעות "כישורי חיים" (שעתיים שבועיות). ברוב המקרים הן זכו לתמיכה ואוטונומיה מלאה מהמנהלים בבחירת התוכנית ובאופן העברתה.

א. יעדים ומטרות של התוכנית

כפי שעלה מהראיונות עם היועצות ניכר כי יעדי התוכנית כוללים: "...הפנה והעברת הידע מה זה ככלל אכילה ואה הנזקים שהוא יכול לעשות..." "...מאוד חשוב לעודד את התלמידים ללקיחת אחריות אישית, שידעו להגיד לא..." "...לעזור לתלמידים לפתח מיומנויות בעיקר בחיפוש חכמה ובמצבים של מצוקה..." "...להבין שיש גם מי דובר, לא להגדיל לבד בצניין..." ניכר מהראיונות כי ישנה הלימה ואין פערים משמעותיים בין מטרות התוכנית "גדולים ולא שותים" לבין תפישתן של מובילות התוכנית-היועצות, את מטרות התוכנית.

ב. קהלי היעד והתאמת התכנים

כשני שלישי מהיועצות העבירו את התוכנית לכיתות ו' והביעו שביעות רצון מתגובות התלמידים, סקרנותם והשתתפותם הרבה, "עליתי כמה תלמידים והם אמרו לי שהשיעורים היו מצוינים מאוד, חלק מהשיעורים הוקדשו לנו יותר משעברנו, אני מאמינה וראיתי שלא משאם להם, הם לא היו מופתעים או נבוכים מהנושא, המושג (שיחה כיתתית) היה מוצלח..." לעומת היועצות אשר העבירו את התוכנית בכיתות ה', שם בחלק מהמקרים ישנה תחושה שהתוכנית "גדולה עליהם" ו"מאתאמת יותר לכיתות ו'"; "...המנהלת לא מסכימה בכיתות ה', אני חושבת שיש צדק בדבריהם, לאה חנני אותם לפני הזמן..." בנוגע לשיתוף ההורים בתוכנית, ניכר כי כל היועצות רואות ב"חוליית ההורים" חלק בלתי נפרד מהצלחת התוכנית אך יחד עם זאת בכיתות ה' נמצאה התנגדות מצד ההורים והמחנכות בחלק מבתי הספר בטענה ש"התוכנית אינה מתאימה לילד זה..." נוסף על כך הועלו קשיים הנוגעים לגיוס מעורבות ההורים בנושא (כדוגמת נוכחות מועטה של הורים בערבי הסברה). "...יש הורים שהם לא נואצים לילד שלהם ודווקא הדיבור שלנו כמבוגרים על נושא האכילה מוצר את הסקרנות..."

ג. תדירות העלאת תוכנית מניעה

מדיווח היועצות יש שונות רבה בין לוחות הזמנים בהעברת התוכנית ומספר השיעורים המוקדש לנושא. חלק מהיועצות מדווח שהעברת התוכנית יכולה להתפרס אחת לחודש בכל השנה וחלק טען שהתוכנית צריכה לעבור באופן מרוכז בין שבוע ועד שלושה שבועות. "...לא הייתה הנחייה מפורשת בצניין, אני הצעתי 3 שיעורים בהתאם לאפשרויות שהיו לי..." "המנהלת ביקשה שאקצר את התוכנית בגלל החזרות לחצ'אט ו', כך שהצגתי עם המחנכת 2 שיעורים..." "בסך הכול הצלחתי לעס את המחנכת למשהו כמו 4 שיעורים..." "אני מתכוונת לעלה את התוכנית בחודשיים הראשונים של השנה, בצדק 6 שיעורים, לא הספקתי בשנה שעברה לעבור על כל

המרכזים והמחזור הנאכחי כבר עבר לחטיבה... ניכר כי אין החלטה ברורה מהו המינימום להעברת התוכנית או המקסימום בחלוקה למספר השיעורים. על פי הדיווח המספר נע בין שלושה שיעורים לשמונה שיעורים, כשעה עד שעתיים כל מפגש, צוין כי אין הנחיה מפורשת בעניין רק המלצה.

ד. אסטרטגיות המשולבות בתוכנית:

מדיווח היועצות ניכר כי הצגת התוכנית כפי שהיא כתובה הינה ברורה, מפורטת, ידידותית לקורא ומאפשרת מרחב בחירה בין הפעילויות. בנוגע לכלים הדידקטיים המוצעים בתוכנית ישנן מספר הארות ולהלן הפירוט: "המצגת החולפת את נושא האלכוהול כתובה בצורה מצוינת אך חסרות תאונות האמחישות את מורכבות הנושא האלכוהול". לכן בחלק מבתי הספר הוספו תמונות ויזואליות מעולמם של בני הנוער כנדבך נוסף לקווים המנחים במצגת. בתחנות המרכז - "...יש צורך במרחב גדול יותר מהכיתה מכיוון שיש רצף ודיונים בין התלמידים בקבוצות השונות..." "...זמן הפעילות ארוך יותר ודורש מספר שיצורים גדול יותר לכן בחלק מהמקרים לא ניתן היה להעביר את כל התחנות..." בנוסף, נטען כי יש צורך בכוח עזר של מורים נוספים בכל תחנה, מה שאינו מתאפשר בחלק מבתי הספר. שאלון הידע - "נמצא קל להבנה ולקריאה עבור התלמידים, אך חסר שאלון אמדות בהמשך לשאלון הידע..." בהקשר למחקר המצורף, המשחק- אינו מספיק גדול לקבוצות 4-5 תלמידים בעל מחסור במספר הקלפים. אשכול העוסק ביצירת פרסומות וניתוחן-על פי דיווח היועצות "...נמצא כמתקן ומסקרן את התלמידים. מצב לאטרקטיביות שבתחנה זו, סביבת ביה"ס מקושטת בתוצרים וצלפי דיווחן מהווה המסכיות לפעילות מכיוון שהתלמידים רואים את התוצרים מדי יום..." בהקשר לסרטון "המסיבה" נמצא כי "...התוכן חשוב אך פחות אטרקטיבי, הרבה מלל ולא מספיק אותנטי לנושא..." "הסרט צויר לפתיחת הנושא, אך המרכזים בחלוקה לקבוצות מאפשרים לשמוע את קול התלמידים וההורים בנושא..." בחלק מבתי הספר יש שימוש חלופי לסרטון "המסיבה", בסרטון מערוץ 2 "המתודלקים..." "הסרט ממחיש את המציאות שחור על גבי לבן, הרציון הוא שאני אבחר מכל מה שמוצא את מה שאני מתחברת אליו, בביה"ס אין מישהו שמכיר יותר טוב מאיתנו את התלמידים, המאישות בתוכנית מאפשרת חופש בחירה..." הוצע על ידי מספר יועצות לשלב "עדות אישיות" של מכר או בן משפחה אשר חווה חוויה קשה לאחר שתיית אלכוהול "ברצף שהוא שיתף את התלמידים על מה שקרה בלן המחקרים כולל השתתפו, זה היה מאוד צומח, במקום דיבורים הדומים המחיש מציאות על בני נוער..." בנוסף הוצע להרחיב את הנושא בנוגע ל "שתיית משקאות אנרגיה" כשהצגתי ליוחח איתם על סלסמקאות השתייה, תלמידים סיפרו לי שבגלל XL זה בסדר אין בזה אלכוהול, זה "כמו קולף אנרגטית", אני מרגישה שיש חוסר ידע עצום בנושא הזה..."

ה. העברת התוכנית:

מן הראיונות עולה כי יועצות בתי הספר רואות במסגרת תפקידן אחריות אישית להעברת התוכנית והצלחתה באופן מיטבי. ניכר כי נושא התנהגויות הסיכון חשוב מאוד, "מהניסיון שלי החלק הקשה בתהליך הוא לרתום את המחנכות לתוכנית באופן שבו הן תוכלנה בעתיד להעביר את התוכנית בצמח"ן..." על פי דעתן בחירת היועצות להעברת התוכנית הייתה נכונה וטבעית לפחות להתחלה "...העברת התוכנית במסגרת כיתתית אפשרה לי הכרות נוספת עם התלמידים וקידום האקלים החברתי בכיתה..." "...בהתחלה למחנכות היה קשה להעביר את החומר בנושא האלכוהול, חלק חשבו שזה מוקדם מדי, לחלק לא היה זמן להתעמק בתוכנית..." "בשנה

הבאה אני מתכוונת להעביר סדנא על התוכנית בימי ההצרכות בפתחת השנה... על פי דיווחן, כל הכלים הנדרשים להעברת התוכנית- מוכנים ומסודרים בערכה להתחלת הפעילות באופן מיידי (מצגת, חוברת הדרכה, מרכזי למידה, ועד לניסוח הזמנה עבור ההורים) דבר אשר הקל מאוד בקידום התוכנית, הצגתה והעברתה בצורה יעילה ומהירה מול מנהל ביה"ס והצוות החינוכי.

1. פוטנציאל השפעה (הערכת התוכנית):

הערכת האפקטיביות של התוכנית, על פי תפישתן של היועצות, תתואר במספר מדדים: שביעות רצונם של התלמידים מהתוכנית, הטמעת חומר הלימוד ושינויים התנהגותיים. על פי דיווח היועצות נמצא כי שביעות רצונם של התלמידים מהתוכנית הינו גבוה. מדד זה נבחן על ידי תשאול התלמידים במהלך הפעילויות ובסיום התוכנית על רגשותיהם וחוויותיהם בעקבות התוכנית "אחד מהתלמידים ביקש להביא כתבה שקרא בציתון, הוא פנה אליי בהתלהבות וברצון גדול לדבר על הנושא..." "בכיתה רוב הזמן הייתה הקשבה מלאה, הפטפוטים היו במקרים של דיון, לא הייתה לי בעיה עם משמעת, המחנכת לא נכחה בכל השיעורים והתלמידים שיתפו פעולה, התחברו לנושא... במסגרת הסיום עם ההורים נישא אליי מספר הורים וזאת בכדי לשמור אותי על הדיון שסבב סביב הנושא האלכוהול בעקבות החשיפה לתוכנית, הרגשתי עצמתי משהו חלש... ניכר כי תלמידים רבים הביעו עניין, סקרנות ושיתוף פעולה בשיחות הכיתתיות. היועצות העריכו כי התלמידים תופשים את הנושא כרלוונטי וחשוב. ממצא מעניין נוסף שעלה נוגע לחשיבות נוכחותה של המחנכת במהלך העברת התוכנית. על פי דיווח היועצות, תלמידי מחנכות שהיו שותפות לתהליך העברת התוכנית הביעו שביעות רצון גבוהה יותר מהתוכנית בהשוואה לתלמידי מחנכות שלא נכחו בשיעורים. "בשיחת הסיכום חלק מהתלמידים פנו ישירות אלי המחנכת וסיפרו עליהם שאהבו בתוכנית, בעיקר את הפעילויות בתחנות..." "מחנכתי זאת הייתה הצלחה כי בהתחלה הם היו נבוכים בנכחותה ואם המפגש השני כבר הייתה פתיחות גבוהה יותר לדבר על הדברים..." במדד העוסק בלמידה של התלמידים ניכר כי כל היועצות מדווחות על הפנמת החומר התיאורטי הנלמד בתוכנית. מדד זה נמדד דרך תשאול במהלך השיעור וכן על ידי שאלון הידע שנמצא בערכת הלימוד. חשוב לציין כי שאלון הידע הועבר רק בחלק מהכיתות, זאת מכיוון שעל פי דיווחן: "העברת השאלון דרש זמן נוסף ובעיקר לא שיקף את הדבר האמיתי את הצמדות של התלמידים לכך הוא פחות קריטי". בהתייחס לשינויים התנהגותיים בקרב התלמידים לא ניתן היה לקבל את תשובותיהן של היועצות מכיוון שהתוכנית על פי תפישתן הינה תוכנית מניעה. על פי דיווחן, הסיכוי שהתלמידים התנסו בשתייה הוא קטן מאוד. עוד צוין כי: "תלמידים דיווחו על כך שראו מישהו הקרוב אליהם ששתה אלכוהול, או השתכר וחלילה לו בנוסף לתוכנית הוא אינו מתכוון לעשות אלכוהול..." באופן כללי יועצות בתי הספר הביעו תמיכה רבה ושביעות רצון מנושאי התוכנית, מרכיבי התוכנית ותכנייה ולכן לדעתן סיכויי ההצלחה בהטמעת התוכנית גבוהים. יחד עם זאת רובן מצאו לנכון לציין את חשיבות המשך שימת הדגש על נושא האלכוהול בגילאי חטיבת הביניים על מנת ליצור המשכיות לתהליך "חשוב לתוכנית תהיה המשכיות בחטיבת הביניים שם הבעיה גדולה הרבה יותר, גם המצב עצמו יוצר לחצים יחד עם הצליה באלי..."

טבלה מס' 7: סיכום ממצאים והמלצות מניתוח ראיונות של יועצות חינוכיות מבתי הספר

סיכום ממצאים והמלצות של יועצות חינוכיות מבתי הספר	
- הקניית מודעות וידע לגבי שתיית אלכוהול והשלכות לכך. - עידוד ופיתוח אחריות אישית ויכולות התמודדות מול לחץ חברתי ובמצבי מצוקה. - הלימה בין מטרות התוכנית לבין תפיסת היועצות.	יעדים ומטרות של התוכנית
- גילוי עניין ושביעות רצון מצד תלמידי כיתות ו' שהשתתפו בתוכנית, לעומת קשיים והצפה רגשית בקרב תלמידי כיתות ה' אל מול התכנים שהועלו. - ההורים כחלק בלתי נפרד מהצלחת התוכנית מחד, אך קושי רב בגיוסם בייחוד בקרב כיתות ה', מאידך.	קהלי היעד והתאמת התכנים
שונות בין בתי הספר בתדירות ומשך זמן העברת התוכנית כתוצאה מאי הנחייה מפורשת לגבי משך התוכנית והתפרסותה מבחינת הזמן.	תדירות העלאת תוכנית מניעה
- התוכנית ברורה, מפורטת ומאפשרת בחירה בין פעילויות. - חסרה התייחסות ויזואלית הממחישה את נושא האלכוהול במסגרת המצגת. - בחלק מן הפעילויות, אי התאמה בין המשאבים הבית ספריים כגון: המרחב הפיזי, לוח הזמנים שמאפשרת מסגרת השיעור וכוח עזר נוסף, לבין הפעילות המתוכננת. - התאמה עצמית של חלק מן הפעילויות אל צרכי התלמידים על ידי צוות בית הספר. - תרומה רבה של פעילויות מסוימות לבית הספר.	אסטרטגיות המשובות בתוכנית
- יועצות בתי הספר רואות במסגרת תפקידן אחריות אישית להעברת התוכנית והצלחתה באופן מיטבי. - קושי בגיוס המחנכות אל העברת התוכנית.	העברת התוכנית

התכנון המקדים וההערכות לתוכנית הקלה בקידומה, הצגתה והעברתה בצורה יעילה מול המנהל והצוות החינוכי.	
- שביעות רצון גבוהה של התלמידים מן התוכנית כפי שהוערך על ידי התלמידים במהלך הפעילות ולאחריה. - הבעת סקרנות ושיתוף פעולה גבוה מצד כלל התלמידים ובמיוחד מאלו שלמדו אצל מחנכת שהייתה שותפה פעילה בהעברת התוכנית. - למידה : הפנמת החומר והידע שהועבר במסגרת התוכנית בהתבסס על שאלון הידע. - שינויים התנהגותיים : לא ניתן להערכה שכן התוכנית היא מניעתית. - דגש על המשך התוכנית בגילאי חטיבת הביניים.	פוטנציאל השפעה (הערכת התוכנית):

6.3. ממצאים מרכזיים מתוך ראיונות עם מנהלי בתי הספר

הראיונות עם המנהלים התקיימו במחוזות חיפה, מרכז ודרום. הם נערכו על פי נוחיותם של המנהלים והתקיימו בסביבת עבודתם. כל ראיון ערך בין 30-45 דקות. הממצאים המרכזיים שעלו מחולקים על פי הקטגוריות הבאות: (א) יעדים ומטרות של התוכנית (ב) קהלי היעד והתאמת התכנים (ג) תדירות העלאת תוכנית המניעה (ד) שימוש באסטרטגיות שונות בתוכנית המניעה (ה) העברת התוכנית (ו) פוטנציאל השפעה (הערכת התוכנית).

א. יעדים ומטרות בנושא בריאות בכלל ובתוכנית "גדולים ולא שותים"

מתוך ראיון חצי מובנה עבור מנהלי בתי הספר במחקר הערכה לתוכנית "גדולים ולא שותים" עלה כי תפישת המושג בריאות בקרב המנהלות מוגדרת כ: "הרעשה טובה של התלמידים, בריאות פיזית ונפשית, הצלחה לימודית וחברתית, אורח חיים נכון..." כמו כן המושג נקשר בכלל הראיונות בהתנהלויות הכרוכות בעיקר בתזונה. "הנולד תלונה נכונה ואורח חיים בריא, פחות ישיבה על המחשב זה נולד קריטיים ביסודי, דווקא זה צריך לבסס הרעשים נכונים..." תפיסת המנהלות לגבי מקומו של ביה"ס או אחריותו בחינוך לבריאות: סדרי העדיפויות לחינוך לבריאות עולים אצל כלל המנהלות כבעלי סדר חשיבות גבוה, יש הסוברות כי נושאים אלה צריכים להימצא במקום ראשון בסדר העדיפויות. מיקום זה מגובה בממצאים מחיי היום יום של בתי הספר בהנהלתן אשר מראים לאחר שנה של חוויה במסגרת "שנת אורח חיים בריא" בבית הספר שינויים מדרגה שנייה (כלומר שינוי בסיסי) בתזונת התלמידים ובתפיסתם את נושאי התזונה, בשל החשיפה ללמידת אורח חיים בריא ותזונה נכונה. "הנה נתנו דגש גדול יותר לנולד הבריאות, תמיד הנולד היה חשב אצל הנהגה הנהגת התחייבנו להעלה את זה כחלק מהיצעים בבית הספר..." "החלטנו שהטיפול בנולד השמנה לא יהיה זמנא ולאחריו אלא שנה הבאה המורות למדעים ולחינוך אפני יעסקו בזה, אצל זה באלף שראינו שיש אצלנו בבית הספר

תלמידים שסובלים מהשמה, לא סתם שרירותית החלטנו לעסוק בנושא... תפיסתן של מנהלות בתי הספר אודות קידום הבריאות בבית ספרן וחשיבותו: מנהלות בתי הספר תופסות את קידום הבריאות כמשמעותי ומדווחות על מסגרות שונות של קידום בריאות בבית הספר; כגון "וועדה לקידום הבריאות" אשר עוסקת בסוגיות אלה ומכלילה בתוכנית הבית ספרית מפגשים עם רופאים ותזונאים המעשירים את התלמידים בשיתוף עם הוריהם בנושאים אלה. כמו כן עולה מדבריהן שיתוף בית ספרי ברמה הפדגוגית בו קיימת "הוראת עמיתים" משולבת לחינוך לבריאות בבית הספר. המשלבת בין חינוך גופני, מדעים וחברה. בהקשר להתנהגויות סיכון עולה ממצא מעניין בקרב המנהלות אשר חוזרות מספר פעמים על חוסר רלוונטיות בעיסוק התנהגויות סיכון כמו עישון ואלכוהול בקרב בתי הספר היסודיים. "...אני רוצה לחזק את הצמדה שלי, אין לנו ילדים כאילו, פשוט אין צורך לדבר על דברים לא רלוונטיים כמו אלכוהול". "לא נתקלתי מעולם מורה או הורה שהתלונן על כך שילדים שלו במסיבה או בפצילות אחרת..." "אצלנו הילדים בכיתות ה' ו' שותפים בתנועת נוער שלידי ביה"ס כך שהם בכלל לא כפויים האלה". כמנהלת אני מציבה לי מטרות שישו ורלוונטי לטפף בהם כמו השמה, ראינו שיש בעיה עם ילדים בנושא השמה אז המנתי הרצאות ופצלות בצניין, "תוכנית גדולים ולא שותים הומלצה על ידי היועצת זה לא יצא מרכזי שלנו כי אין לנו בעיה עם זה..." יכול להיות שהם עושים דברים כאילו ואנחנו לא יודעים, קשה לי להאמין, בכל זאת הסכמתי להעביר את התוכנית שידעו מה קורה לנוצר שטובה, זה יותר במטרה להזהיר מהסכנות..." "בתוכנית הזו של כישורי חיים חשוב לטפף בכל הנושאים אז גם בנושא הזה אנחנו מצניקים לילדים את הידע המתאים, זה לא בא מהשטח כמו התלונה זה אחרת..." כשליש מהמנהלות ציינו את הצורך בתוכנית מתוך תלונות של מחנכות אל היועצות "אני יודעת שאצלנו יועצת ביה"ס התבקשה על ידי מחנכת כיתה ו' לדבר על הנושא מכיוון שהורים התלוננו על מסיבות בר מצווה. לצערי הוצע לתלמידים אלכוהול או שהוא היה נאם, אין הבדל..." "קרה לנו מקרה מאד לא נעים עם אחד מהתלמידים שקלף לחבריו אירוע יום הולדת, הוא התנהג בצורה מזעזעת, הילדים אמרו שהוא שתה למרות שהתלמיד הכחיש, במקרה הזה טיפפנו מידית בתלמיד ויועצת ביה"ס הציעה שנהפיק את התוכנית בכיתה הזו..." סוגיה נוספת העולה מהראיונות הוא ריבוי היעדים בתחום הבריאות "... בית הספר הוא מקום כל כך גדול ואני לפעמים תוהה אם אפשר להכיל בו את הכול, איך לצחצח שניים, איך לאכול, איך לשמור על פצילות אופנית, איך להימנע מסכנות, כל הנושאים חשובים ולאכול יש מקום השאלה באמת איך מדרגים את מה שהכי חשוב, אנחנו משתדלים לתת מהכול..."

ב. קהלי היעד והתאמת התכנים

השיקולים שעלו לצורך בחירה בתוכניות אלה ואחרות נובעות מהצרכים בשטח (כגון השמנה רבה בקרב תלמידים וכדומה). מחד אין המנהלות מאמינות שמתקיים שימוש באלכוהול וסמים בקרב תלמידים בגילאי הכיתות הבסיסיות (א-ו), אולם מאידך, הן מעלות את חשיבות המניעה לשימוש בחומרים אלה בקרב ילדים ובבחירה בתוכניות מניעה בתחום בעיקר עבור כיתות ו'. "הקהל המתאים אצלנו הוא כיתות ו' וגם זה לדעתי מוקדם, אני מאמינה שבחטיבת ביניים זה יעבוד יותר..." אני אומר לך לא מציעון ולא פאלכוהול נתקלתי כבעיה אצל אנחנו לא מנותקים ממה שקורה בחוץ לכן צריך להכין את התלמידים לקראת הצניין, היועצת עם המחנכות החליטו שכיתות ו' שלנו מתאימות לתוכנית הזו, נבחר חלק מהתכנים לא הכול, רק מה שנותן ידע

לתלמיד... "בכיתות ה' אנחנו צופים על קבלת אחריות אישית אז יכול להיות שבסוף ה' התוכנית יותר מתאימה ממה שעשנו השנה בסוף כיתה ו'... בקרב חלק מהמנהלות הסתמנה העדפה להנחיה והעברת תוכנית המניעה ע"י כוחות פנים בית ספריים המונחים ע"י כוחות חיצוניים המומחים לעניין. "התוכנית שקיבלנו רציני לראות מהו צמצמי כלומר ללא כוחות מחוץ, אנחנו אילו נותנים את ההנחיה, הנחייה והכוח הוא פנימי אז בציני זו תוכנית שמתאימה לי בביה"ס. "קראתי עם היוצרת את התוכנית ויש בה חלקים שמאז מתאימים לנו כביה"ס דמוקרטי, הדיונים בכיתה, שינוי ההורים, הכנו מצגת שהוצגה לאחר של ביה"ס וצווקת בתכנית של התוכנית... "יש לי לידים ביטוי והנהגה בתוכנית הלו, זה מאד מצא חן בציני... גם תוכנית שלא נמרחת להרבה זמן נתפסת בציני לתוכנית טובה, הילדים צריכים לקבל את המסרים הציוריים ואחר כך ללכת עם זה הלאה... "כשעברנו על פסולת ממוחזרת, השינוי היה כתוצאה מהפחים שהצבנו, הדאגה האישית, היכולת לפצל את הדברים אחרי הלמידה, לכן יכול להיות שגם תלמידים מהחטיבה שיצבירו חלק מהחומרים, זה בתכנון... צריך לזכור שגם ההתבטאות מתחיל מאוד מוקדם בערך גיל 11, אז בהחלט צריך לדבר על הנושא גם בבית ולס בביה"ס... "ההתנהגות צמצמה זה מה שקריטי בציני, זו לא התנהגות שתואמת את גילאי היסוד..."

שילוב תוכניות לחינוך לבריאות בקוריקולום הבית ספרי ומסגרת העברתן: חלק מתוכניות החינוך לבריאות עלו כמתקיימות בתוך המערך הבית ספרי הקבוע כחלק מתוכנית הלימודים (מחזור, תזונה). ניכר כי קיים שילוב של חינוך לבריאות במסגרת מקצועות כמו: חינוך גופני, מדעים ועוד. אולם יחד עם זאת צוינו גם ימיי מרתון, סדנאות ושבוע בריאות. אנו מניחים שהתוכנית גדולים ולא שותים התווספה לתוכניות כישורי חיים בשליש האחרון של השנה ולכן לא ניתן היה לראות שהתוכנית משולבת בקוריקולום הבית ספרי, כחלק מפיתוח התוכנית הפדגוגית של ביה"ס. "אצלנו במסגרת החינוך, יש לפעמים "הנחיות" לקבל תוכניות בכל מיני נקודות זמן של השנה, זה מקשה על תכנון רציף בנושאים הקשורים לחינוך חברתי, הייתי שמחה לדעת מראש על כל התוכניות הקיימות בתחילת שנה ולבחור מה מתאים לי לביה"ס... הרבה פעמים לא נצטט לסרה לפנויה של הסיקור גם אם לוחות הזמנים לא תואמים את הלחץ של אותה תקופה וחבל כי לפעמים תוכניות יכולות להתאים בול לפעיה שנוצרה בבית הספר ואין לי את הסף המתאים מראש, הכולנה בשל התכנון השנתי... "התוכנית תוצר לכיתות ו' מתוך מחשבה כי גילאים אלה "פעילים" יותר לקבל את המידע וקוראים יותר לפעל בחיים בו המידע המתקבל יהיה רלוונטי עבורם".

על פי דיווח המנהלות לא נעשו בעבר בבתי הספר תוכניות העוסקות בצריכת אלכוהול בקרב התלמידים. ניכר ברוב תשובותיהן של המרואיינות כי הן אינן רואות בתוכניות כאלה (הקשורות להתנהגויות סיכון) צורך להעביר את התוכנית בכיתות ד' ה' לעומת נושאים אחרים כמו תזונה והשמנה. "...התוכנית תצבור אצלנו רק בכיתות ו' שביה"ס מה להכניס להם רציונות לראש? זה יכול ליצור את ההיפך וללכת אותם לנסות ולעשות אכזבה... ייתרה מכך, בהכנסת תכנים של מניעת שימוש באלכוהול וסמים לכיתות בית הספר יסודי, בכיתות נמוכות כמו ה' (בעת שאין שימוש בחומרים אלה בגילאים המדוברים) - "זה אורס מסכן"... הן מסתמכות על הידיעה כי בחטיבת הביניים קיים עיסוק נרחב בסוגיות אלה. לדברי המנהלות לא מתקיימות תוכניות בנוגע להתנהגויות סיכון בבתי הספר מאחר וסוגיות אלה לא תואמות את גילאי הילדים וגבולות העניין והעיסוק שלהם. יחד עם זאת, דווחו על

שימוש בתוכניות המניעה בנוגע לתזונה ולשילוב בין מודעות לאורח חיים בריא, פעילות גופנית והקשר גוף – נפש בשילוב עם מודעות סביבתית.

ג. תדירות מספר השיעורים המוקדשים לתוכנית

מראיונות אילו ניכר כי באופן כללי לא נעשו בעבר תוכניות העוסקות בצריכת אלכוהול בקרב התלמידים בכיתות היסוד. לכן התוכנית "גדולים ולא שותים" נחשבת בעיני המרואיינות כתוכנית חדשנית, אטרקטיבית, מובנית, המתוכננת לעבור בין כיתות ה' וו' על פי החלטותיה ושיקוליה של היועצת והמחנכות בבתי הספר, זאת למרות "...אין שימוש בחומרים אלה בגילאים המדוברים וזו תוכנית מניעה, עוד לא השתכנצתי כמה נקדים לנהל פניה הבאה..." בחלק מהתשובות ניכר כי הן מסתמכות על הידיעה כי בחטיבת הביניים קיים עיסוק נרחב בסוגיות אלה ובתדירות גבוהה יותר. מספר השיעורים המוקדש לתוכנית גדולים ולא שותים משתנה בין בתי הספר. על פי דיווח המנהלות: "...הוקדש לנו 2 שיעורים ל 6 שיעורים "אני לא בטוחה היוצאת עם המחנכת מחליטות על כך"..." אני נותנת אוטונומיה ליוצאת אצלנו להחליט על כמות השיעורים שיוקדשו לתוכנית הזו..." "אני לא מתעסקת זה באחריות היוצאת כדאי שתעלי אותה"..." בכל בית ספר היועצת קבעה עם המחנכת את מס' השיעורים המומלצים לנושא וניכר כי אין אחידות לגבי מס' השיעורים המועברים לתוכנית כולה.

ד. אסטרטגיות המשולבות בתוכנית:

רוב מנהלות בתי הספר מכירות את התוכנית דרך היועצות למעט שליש מהן אשר השתתף בהשתלמות המחוזית והתרגם מאוד מהתכנים. "הצאתי עם היוצאת לשמוע על התוכנית והשתכנצתי מאד מהתכנים, אני לא בטוחה שהייתי מסכימה לכך עוד בסוף השנה, המפגש היה טוב בינינו..." "הצרכה הולדה בצורה מאד אסתטית, קריאה מאד, קלה וידידותית למורה, ובעיקר יש עמיתות ואפשרויות בחירה מה מתאים לך בבית"ס" אחד מהמוטיבים המרכזיים שחזרו בראיונות הוא האסטרטגיה החינוכית המשלבת פעילות עם ההורים "לצדדני, אחד מהחסימים המרכזיים כפי שאמרתי קודם לכן הוא אי שיתוף בצורה של ההורים עם מנחות ודרישות גם על התוכנית בעיקר כי היא עוסקת באלימות, זה נשמע מאיים" "...אצלנו, אני מקווה שבשנה הבאה יאילו הורים רבים יותר לפעילות שביצענו..." "הייתה הרצאה ושיחות בכיתות על תרבות השתייה באופן כללי, הציגו מצג הורים וזה חבל גם לדואל: שליחת תלמיד לכיתה עם ארוחת עשר המכילה בורקס ושתיה ממותקת, כאשר חלק מתוכנית החינוך לבריאות של בית הספר דורש להביא לארוחה זו כריק, ירק ופרי ללא שתייה ממותקת מראה לך את הביטויים ואת החשיבות הנחישות שלנו".... השימוש באמצעים ויזואליים חיזק את עמדת המנהלות ביעילות ובתרומת התוכנית עבור הצעירים "כשתוכנית משלבת אמצעים ויזואליים היא תופסת הרבה יותר, זה כולל את השימוש במדיה, תמונות, צדכיות, סרט המתאים לגיל ההתבגרות".... "באחת מהכיתות הוזמן צעיר שהיה עד למקרה של השתכרות ואלימות בן הסמוך לביתו, התוכנית זרמה לפתיחות בנושא, הסרט והשיחות הפתוחות עם היוצאת"..." היוצאת הביאה לכיתה אח של תלמיד שנקלץ לסיטואציה קשה, הכריחו אותו לשמות, המחנכת נכנסה אליו לחדר בהתרגשות".... "הילדים נפתחו וסיפרו על כל מיני מקרים כשעצ אן היא לא שמעה על המקרים".... אני בעד שהיוצאות הן אילו שיעבירו את התוכנית, התלמידים הראשו

יותר בחופשיות... אזלי ביה"ס הייתה כיתה שקשה שהמחנכת לא תהיה נוכחת, זה אפשר להם לדבר כמו לפסיכולוגית, למרות זאת אני מתכוונת בעתיד שהמחנכות תהיינה אחראיות על הנושא...

ה. השותפים בהעברת התוכנית:

הדמות המובילה את התוכנית בבתי הספר זו היועצת. המגמה באופן כללי להעביר למחנכות "את השקט" כדי שתוכלנה בצמח להעביר בכיתות, יש לנו יועצת אחת וארבע כיתות ו', אין סיבה שמחנכות לא תוכלנה להעביר את התוכנית... בנוסף צוין כי בעקבות "שנת אורח חיים בריא" יש מובילים בבית הספר שהשתלבו בתחום קידום בריאות התלמידים, מערך הכולל מורים בתפקידי פדגוגיה שונים, כגון: מחנכות, חינוך גופני, מדעים, רכזות חברתיות ואף מורים לתקשורת. בתוכנית זו כפי שצוין, התוכנית מועברת על ידי היועצות, מבי"סיות ובחלק קטן על ידי המחנכות... המחנכות הראשו שנה מאוחר להעביר לקראת סוף השנה את התוכנית, בכיתות ו' הן עסוקות עם מסיבת סוף שנה כך שהיה נוח שהיועצת תעביר השנה את התוכנית וישנה הבאה ננסה אחרת... חשוב לציין כי בכל הראיונות עלתה סוגיית מעורבות ההורים בתוכנית והשפעתם בחינוך לבריאות, כאשר הבית בהכרח נתפס ע"י בית הספר כסוכן ראשון החושף ומחנך את הילד לאורח חיים בריא. בהיבט זה נצפה במרבית הראיונות קושי והתגלו פערים בין הניסיון של מערכת החינוך לשאוף לחינוך לבריאות לבין החינוך והחשיפה להתנהגויות בריאות בבתי התלמידים, אשר בחלקם קיימת חשיפה לעישון, צריכת אלכוהול ותזונה לקויה. "...אם את העביר את התוכנית היועצת הכי טובה שיש לי את ההורית לא יהיו שותפים למסר הכרוך על אומץ אלה על 18 לא יצאנו לנו דבר"... "...לפעילות על ההורית הציגו מתוך 200 משפחות 15 הורית, איך אפשר להעביר תוכנית באופן הזה, קשה מאד..."

ו. פוטנציאל השפעה (הערכת התוכנית):

מתשובות המראיינות ניכר כי תוכנית מתמשכת, קבועה ו"לא ביקורתית", תוכל להשפיע טוב יותר על התלמידים. לשאלת המראיינת למה הכוונה "תוכנית ביקורתית" נמצא כי באחת מהתוכניות שהועברו בבית הספר בנושא "תזונה", התלמידים נבדקו במהלך ההפסקות בארוחת עשר, כשהכוונה להעריך באיזו מידה הם מיישמים את הנלמד ומביאים מביתם אוכל בריא. לאור הביקורתיות הזו נערכה על ידי יועצת הבריאות רא"ן שהתלמידים הראשו לא בנוח מהפדיקות והסתירו את האוכל שנחשף ללא בריא (בורקסיים, חטיפים, לחם עם שקנאד וכו')... תוכנית זו על פי דעת המנהלים נחלה כישלון, "הם הראשו מחפשים אותם וזה לא עבד"... כמו כן, תוכנית אפקטיבית נתפסת ככזו המשלבת הנאה ועניין לתלמידים, "אנחנו רואים בשטח, שרצו שהתלמידים מתחברים לנושא, קל יותר להעביר את החומר ומצוין להם ללמוד על כך, במקרה של נוא האלכוהול התלמידים מתעניינים, משתפים פעולה ואפילו מצפים לשיעורי המחנך..." "...באחד מהשיעורים נכנסתי לכיתה והייתה דממה, הם צפו בסרט, אני בטוחה שהסרט השאיר להם איזה שהוא מסר, לא יכולתי להישאר בכיתה אבל רינת שיתפה אותי בשיעור היה מרתק והרבה ילדים השתתפו..." באחד מהראיונות מנהלת ביה"ס ציינה כי הייתה בקשה ממחנכות מקבילות למחנכת שהעבירה את התוכנית להעביר את התוכנית גם אצלן בכיתה. "עשינו מצין מני פוילוט כדי להבין איך זה עובד ולשמחחנו המחנכת שנבחרה עם היועצת התרשמה שהתוכנית מובנית, רצינית וקלה ליישום בכיתה, לאחר מכן גם השאר בקשו להעביר את התוכנית"... עוד צוין בנושא השפעת התוכנית כי חשובה בעיקר הקניית המודעות והידע לתלמידים בנושא האלכוהול "אני מאמינה שבצרכות

התכנית תהיה מודעות גדולה יותר לסכנות שבטיית צעירים, תהיה מודעות גדולה יותר לתפקיד ההורים מבחינת הימנעות משתייה כמזלזל לילדים ומניעת שתיית ילדים באסיבות, "... אני רוצה שתדל המודעות לנלקי האלכוהול ולסכנותיו לילדים..." לשאלה כיצד תוערך מידת הצלחתה הכללית של התוכנית, נמצא כי יש חשיבות יתרה לחוויה, לכיף ולחשיבות העלאת מודעות התלמידים לנושא ללא התייחסות ספציפית להערכתה בכלים מדידים. באחד מהראיונות הועלתה סוגיה מעניינת באשר להעברת שאלונים לבחינת הצלחת התוכנית, כאשר המרואיינת ציינה באופן נחרץ "מי יבדוק את זה אנחנו רצים מתוכנית לתוכנית ולתפקיד את זה לא מחקר בפני עצמו זה דבר שאין לנו במערכת זמן עבורו..." היום זה אלכוהול אחר זה חינוך מיני כל דבר כזה מצריק הרבה עבודה של היוצרות..." אולי שבמסגרת החינוך יתאמץ אותן קצת יותר אז אפשר יהיה לדרוש עבודה עוד יותר נרחבת בנושא..." בכנות אין זמן לזה..." השנה הצטרפו כ-10 תוכניות שונות באילאי שונים (תלונה, טיחות בדרכים, פצילות אופנית, הטינה עוד כל מיני) את מתארת לך שכל דבר כזה יבדק באופן שאתם בודקים? איך מחנכת לא תרצה להשתמש בתוכנית, זה עבודה נוספת על כל מה שנעשה בסיורי חיים..." אל תשכחי אצלי הן גם עולות למחנכות לבנות לשעות מחנך זה לא קל אז עוד לדרוש להעריך את התוכנית נו באמת..."

טבלה מס' 8: סיכום ממצאים והמלצות מניתוח ראיונות של מנהלי בתי הספר

סיכום ממצאים והמלצות של מנהלי בתי הספר	
- המושג בריאות נתפס על ידי המנהלות כמושג כוללני הטומן בחובו צד פיזי, נפשי, חברתי ולימודי. דגש על תזונה בריאה ופעילות גופנית כמהותיים לבריאות. - סדרי העדיפויות לחינוך לבריאות נמצאים אצל כלל המנהלות כבעלי סדר חשיבות גבוה. - מסגרות שונות של קידום בריאות בבית הספר: מפגשים עם רופאים ותזונאים; "הוראת עמיתים" משולבת לחינוך לבריאות בבית הספר המשלבת בין חינוך גופני, מדעים וחברה. - אין התייחסות להתנהגויות סיכון בבית הספר מתוך הערכה כי נושא זה אינו רלוונטי לתלמידי בתי ספר יסודיים. הצורך עלה מתוך פניות ההורים אל היועצות - הצפה של תכנים בנושא בריאות וקושי להתמודד ולהתייחס לכולם במסגרת בית הספר.	יעדים ומטרות בנושא בריאות בכלל ובתוכנית "גדולים ולא שותים"
השיקולים שעלו לצורך בחירה בתוכניות אלה ואחרות נובעות מהצרכים בשטח. במקרה של התנהגויות הסיכון הצורך הוא במניעה עתידית של שימוש	קהלי היעד והתאמת התכנים

בחומרים ממכרים ולא כהתערבות בבעיה בהווה. - העדפה להנחיה והעברת תוכנית המניעה ע"י כוחות פנים בית ספריים המונחים ע"י כוחות חיצוניים המומחים לעניין. - התוכנית גדולים ולא שותים התווספה לתוכניות כישורי חיים בשליש האחרון של השנה ולכן התוכנית לא שולבה בקוריקולום הבית ספרי, כחלק מפיתוח התוכנית הפדגוגית של ביה"ס. - דגש על העברת תוכניות בנושאי תזונה ופעילות גופנית ואי התייחסות אל נושא התנהגויות סיכון בבתי הספר מתוך הערכה כי סוגיות אלה לא תואמות את גילאי הילדים וגבולות העניין והעיסוק שלהם.	
- לא נעשו בעבר תוכניות העוסקות בצריכת אלכוהול בקרב התלמידים בכיתות היסוד. - התוכנית "גדולים ולא שותים" נחשבת בעיני המרואיינות כתוכנית חדשנית, אטרקטיבית, מובנית, המתוכננת לעבור בין כיתות ה' וו' על פי החלטותיה ושיקוליה של היועצת והמחנכות בבתי הספר. - מספר השיעורים המוקדש לתוכנית גדולים ולא שותים משתנה בין בתי הספר ואין אחידות לגבי מס' השיעורים המועברים לתוכנית כולה.	תדירות מספר השיעורים המוקדשים לתוכנית
- התוכנית הוצגה לבתי הספר דרך השתלמות מחוזית בה השתתפו היועצות ולעיתים גם המנהלות. - שילוב פעילות עם ההורים כאסטרטגיה חינוכית ובו זמנית, כחסם מרכזי להעברת התוכנית. - חשיבות השימוש באמצעים ויזואליים ליעילות ולתרומת התוכנית עבור צעירים.	אסטרטגיות המשולבות בתוכנית:
- הדמות המובילה את התוכנית בבתי הספר זו היועצת בשילוב עם מב"סיות ומחנכות. - קושי בשיתוף פעולה מצד ההורים.	השותפים בהעברת התוכנית:
- תוכנית מתמשכת, קבועה ו"לא ביקורתית", תשפיע טוב יותר על התלמידים. - תוכנית אפקטיבית נתפסת ככזו המשלבת הנאה ועניין לתלמידים. - השפעת התוכנית חשובה להקניית מודעות וידע לתלמידים בנושא אלכוהול.	פוטנציאל השפעה (הערכת התוכנית):

קושי במציאת דרך למדוד ולהעריך את השפעת התוכנית על התלמידים.

6.4. ממצאים מרכזיים מתוך ראיונות עם בני הנוער

פרק זה מציג את הממצאים העיקריים אשר עלו מתוך הראיונות האיכותניים עם התלמידים בבתי הספר ברחבי הארץ. איסוף הנתונים נעשה בעזרת ראיונות איכותניים- אישיים וקבוצתיים, בקרב תלמידים שעברו את התוכנית "גדולים ולא שותים" בין החודשים אפריל-יוני. הצגת הממצאים תיערך בהתאם לעשר קטגוריות שיפורטו להלן, המהוות את צירו המרכזי של מחקר ההערכה הנוכחי: א) עמדות כלפי בריאות והתנהגויות סיכון בקרב בני נוער ב) מטרות התוכנית ויעדיה ג) הקניית ידע על שימוש לרעה באלכוהול ד) הקניית מיומנויות ודרכי התמודדות ה) תפיסות התלמידים את התוכנית ו) הערכת התוכנית ז) הכנה לקראת התוכנית ח) מעורבות הורית ט) משך זמן התוכנית י) פוטנציאל להשפעה.

א. עמדות כלפי בריאות והתנהגויות סיכון בקרב בני נוער

בריאות בקרב בני נוער

מתוך הראיונות עולה כי תלמידים רבים מאמינים כי בני הנוער אינם שומרים על בריאותם. אי ההקפדה על הבריאות באה לידי ביטוי בתזונה לא נכונה, בחוסר פעילות גופנית ובהתנהגויות מסוכנות דוגמת שתיית אלכוהול ועישון: "בשנים האחרונות בני נוער לא שומרים על הבריאות שלהם. הרבה לא הולכים לפעילויות ספורט, יושבים הרבה מול הטלפונים, אולי אולי אולי כן, אולי אולי אולי... לא נראה לי." (שני נוער שומרים על בריאותם) כי יש הרבה בני נוער ששומרים או מעשנים וכל מיני דברים כאלה וזה פוגע בהם."

פעילות בשעות הפנאי

מתוך הראיונות עולה כי בני נוער לרוב מתעניינים בפעילויות הקשורות במדיה. עם זאת, המרואיינים הרבו לציין כי הם מעורבים גם בפעילויות נוספות כגון חוגים, פעילות בתנועות הנוער או בפעילויות ספורטיביות כגון משחקי כדור שונים. בנוסף, מספרים התלמידים כי בני נוער נוהגים לצאת ולבלות, הולכים למסיבות או למפגשים חברתיים שונים: "יש כאלה שעושים ספורט.. כדורגל, כדורסל.. יש כאלה שמשחקים במחשב, רואים טלביזיה, יוצאים לבלות.."

הראיונות מראים כי לבית הספר השפעה רבה על אופי פעילותם בשעות הפנאי וכלפי השמירה על הבריאות: "אנחנו מצופים, יש לנו חוקים, אנחנו הרבה פעילויות ספורט, בית הספר שלנו זורם לנו עליון לנהל, לפעילות ספורטיבית..." "אנחנו בית ספר שמקדם בריאות, נלמדנו לתקן סביבה של בריאות... התחלנו לקדם את נוסח ההליכה ברגל.. הולכים פעולה מסלולים שונים פעמיים בשבוע."

עמדות כלפי התנהגויות סיכון

כאשר נשאלו התלמידים בקבוצות המיקוד לגבי התנהגויות סיכון הנפוצות בגילם, מרביתם התייחסו לשתיית אלכוהול או משקאות אנרגיה וכן לעישון סיגריות. ההתייחסות הייתה בעיקר להשלכות הבריאותיות ולפגיעה בהיבטים גופניים של הנוער המתנהג באופנים אלו: "יש ילדים באלף שאלו מעצבים ויש ששותים עם זה ממסוכן.. פצע אחת מצאתי קופסת סיגריות על הרצפה ואז ילדה מהכיתה שלי לקחה את זה ואמרה שהיא תביא את זה לחברת שלי.. חלף מן המשתתפים התייחסו עם להתנהגויות נוספות המאפיינות ילדים בני נוער: "לקפץ מאלף גדות, להתעסק עם חשמל.. נאיד את רבים על משהו והולכים מכות מקבלים פציעות.."

עמדות כלפי שתיית אלכוהול

מרבית המרואיינים שמעו על או ראו ילדים ששותים: "ברחוק אני רואה ילדים ששותים.. ראיתי חבורה של 16 שותים.."

התלמידים שיתפו בסיפורים אישיים רבים מהסביבה שלהם בנושא האלכוהול, תוך התייחסות לדוגמאות שנתקלו בהם של שימוש לרעה באלכוהול ברחוב או בקרב בני משפחה (אחים, הורים, דודים) וחברים. מרבית הדוגמאות לוו בביטויי תחושה של פחד מהשלכות האלכוהול: "חברה של אחותי שתתה ונפלה...היא צאה לבית חולים", "אח שלי שתה...זה היה ממסוכן לא נעים...פחדתי, ביקשתי סיסיק, ממסוכן כיתי"

כמו כן, התלמידים דיווחו כי הם מכירים אנשים בגילם שהתנסו בשתיית אלכוהול, אך לרוב ההתנסות הייתה דרך ההורים ובהסכמתם: "כולם ניסו קצת, שמו קצת יין וטעמו מההורים..", "אני מכיר ילדים ששמו אלכוהול בבר מצווה, ההורים שלהם נתנו להם.."

מתוך הראיונות עולה כי קיימים היבטים חברתיים אשר משפיעים על עידוד השתייה בקרב בני נוער. התלמידים ציינו קבוצות מסוימות בחברה הישראלית אשר נתפסות כמשפיעות על התגברות הרגלי השתייה בארץ. נוסף על כך, התלמידים ציינו את האווירה המעודדת שתייה בתקשורת, באינטרנט וברשת החברתית "פייסבוק", כאשר בני נוער שהם מכירים מפרסמים בפרופיל האישי שלהם תמונות עם אלכוהול וסיגריות, כולל טקסטים המעודדים שתייה במקביל לכך. המרואיינים תופסים את הגורמים לשתייה בקרב בני נוער כקשורים אל הלחץ החברתי והמסרים הגלויים והסמויים בחברה: "אני שותה אלכוהול זה מי שרצו או יש עליו לחץ חברתי.. את הוא שותה הוא יצא דברים שיתחרט עליהם.."

ניכר כי מרבית המרואיינים חושבים כי שתיית אלכוהול בגילאים צעירים הינה מסוכנת. מתוך הראיונות עולה כי התלמידים מבינים את הנזקים הגופניים והנפשיים של שתיית אלכוהול בגיל צעיר. מרבית הילדים התייחסו את ההשלכות הפיזיות של שתיית האלכוהול ונזקיו לאברי הגוף. כמו כן, התייחסו המרואיינים אל השלכות האלכוהול על ההתנהגות ואל הסכנות כתוצאה מהתנהגות תחת השפעת האלכוהול: "היא (השת"ה) מניקה לאות, כי הוא קולט את החומרים והא משפיע על האות, איבוד זיכרון..". "לדעת לק להיות שיכור ואז אתה מתנהג יותר אליים.. כשאתה נהיה שיכור ואליים ולא יכול לנהוג, רואה שזה.."

אחרים התייחסו אל השפעות האלכוהול על הגוף המתפתח ועל הנזקים שעלול לגרום להתפתחות זו: "זה בלתי שהילדים באלף הנה מתפתחים.. זה שהם שותים אלכוהול משפיע על הדם, הראש, הלב.. זה לא טוב להם. יכול לדעת להתפתחות שלהם להיות הרבה יותר גרועה.."

עם זאת, חלק מן המרואיינים האמינו כי אין צורך להתנזר לגמרי משתייה אלא רק לשתות במידה: "הנה
בריא את שותים במידה, את יותר מידה – זה לא בריא למצרכת של האוף... זה לא משפיע יותר מידה, את
שותים הרבה זה משפיע הרבה..."

בעיית האלכוהול בקרב בני נוער

במהלך השיחות הקבוצתיות, ניכרה ההשפעה של עולם התוכן הטלוויזיוני על תפיסות התלמידים בנושא
האלכוהול. הובאו דוגמאות רבות למקרי שימוש לרעה באלכוהול שנתקלו בהם בסדרות טלוויזיה של בני נוער
("כמו מלאכים", "גאליס", "החממה") וכן מקרים ידועים מכלי התקשורת שבהם היו מעורבים בני נוער בהשפעת
אלכוהול. נוסף על כך, התלמידים ביטאו את החשיבות הרבה בסיפורי עדות אישית של המורות או היועצות
שהעבירו את התכנית "גדולים ולא שותים", כולל אזכור רב של אותם סיפורים והדגשת העניין וההשפעה שלהם
על עמדות התלמידים.

מרבית המרואיינים הסכימו כי אכן קיימת בעיה של שתיית אלכוהול בקרב בני נוער, במיוחד בשל הלחץ החברתי
העז אליו חשופים והדגישו את הקושי ביכולת הריסון והשליטה הקיימת בקרב צעירים אשר גורמת לבעייתיות
זו: "שילד לא שותה אז מכריחים... הוא מרגיש לא נעים לא לשתות..." "בני נוער לא כל כך יודעים לרסן את
השתייה שלהם... הם שותים ושותים, הם לא יודעים ללכת..."

כמו כן, עולה מן הראיונות כי הבעיה נובעת מחוסר המודעות הקיימת בקרב בני נוער לגבי האלכוהול והשלכותיו.
התלמידים מספרים כי ההתנהגות המסוכנת והאלימה בקרב בני נוער ששותים, היא זו אשר הופכת את נושא
השתייה לבעייתית: "זה מאד מסוכן שילדים קטנים שותים בגלל שהם לא מודעים למצביהם ואחר כך יכולים
לעשות דברים שיצטרכו עליהם ויובילו לדברים לא טובים..."

יתרונות האלכוהול

מתוך הראיונות עולה כי יתרונות שתיית אלכוהול הם: כי הוא משמח, משפר את ההרגשה, משחרר, מרגיע וגורם
לשכוח דברים לא נעימים: "כשאתה שותה אתה די שוכח מדברים אצל אתה יותר פתוח..."

כמו כן, עולה כי האלכוהול יעיל לקידום המעמד החברתי: "במקרים שילדים שותים סתם יורדים למטה לבגלות עם
חברים והם לא רוצים להיות שונים אצל הם שותים כדי להשתלב עם אלה שיושבים למטה..."

מעטים המרואיינים אשר טענו כי שתיית האלכוהול אינה עוזרת כלל: "זה סתם דיכאון!... את שותים יותר מידה
יום אחרי זה... מקיאים ומרגישים רע..."

המקומות בהם בני נוער שותים

על פי הדיווחים, המקומות בהם מתרחשת שתיית אלכוהול הם בדרך כלל במסיבות, מועדונים ופאבים ומדווחים
כי גם בעלי חנויות וקיוסקים מוכרים אלכוהול לקטינים. כמו כן, בני נוער נוהגים לשתות בסתר, במקומות בהם
ההורים או מבוגרים אחרים אינם יכולים לראות אותם: "כל מיני מקומות שהם מכירים אבל ההורים לא
יודעים איפה... לילדים מאחורי דלתות או בתוך מקום נסתר..."

ילדים שותים גם בביתם, במסגרת חגים, מסיבות או אירועים משפחתיים כאשר השתייה נעשית בהסכמת
ובאישור ההורים: "את הולכים למסעדה וההורים נותנים איזה שלוק זה לא נורא..."

ב. יעדים ומטרות של התוכנית גדולים ולא שותים

ציפיות מהתוכנית

מתוך הראיונות עולה כי הילדים היו מודעים לתוכנית שעברו ודיווחו עליה כחלק מתוכנית הלימודים. מרבית התלמידים ציינו מטרות התואמות למטרות שהציבו מתכנני התוכנית, כאשר המטרות העיקריות שצוינו נגעו להעלאות המודעות והידע לגבי נזקי האלכוהול, מניעת שתיית אלכוהול, לחץ חברתי והסכנות שבשתיית אלכוהול בגיל צעיר דרך הרצאות ופעילויות. ניכר כי התלמידים ראו בתוכנית כמעניינת, מלמדת ומסייעת בהגברת מודעותם לנושא: "היא (התוכנית) בצצט מראה לנו את כל הצדדים לאופן הזה של השימוש באלכוהול וצריכת אלכוהול וזה הרחיק לי את החשיבה בנושא הזה..."

הממצאים מראים כי התלמידים ציפו ללמוד ולרכוש מודעות לנושא בעזרת התוכנית וכי המידע שירכשו יסייע להם להגיע להחלטות מושכלות יותר ביחס לשתיית אלכוהול. כמו כן, התלמידים קיוו כי תוכל להוריד את שיעורי השתייה בקרב בני נוער. הם הבינו כי מדובר בתוכנית מניעה אשר תכלול את סכנות ונזקי האלכוהול וציפו כי תתייחס גם אל הלחץ החברתי: "שעקבות התוכנית ילדים בצצט ילמדו מזה ושצצט יבין שזה לא טוב..." "ילמדו ילדים לא לעשות ולא להיסחף אחרי מי שכן עושה..."

ג. הקניית ידע על שימוש לרעה בשתיית אלכוהול

אלכוהול ומרכיביו

מתוך הממצאים עולה כי לתלמידים מודעות גבוהה יחסית בנושא האלכוהול, מרכיביו והשפעותיו השליליות. התלמידים מבינים כי מדובר בחומר בעל השפעה על הגוף ועל ההתנהגות וכי חומר זה עלול להביא לנזקים פיזיים לגופם. חלק מן התלמידים הפגינו ידע רב במרכיבי האלכוהול השונים. כמו כן, הפגינו ידע במרכיבים שונים המוכנסים אל משקאות אלכוהוליים כגון קפאין, סוכר, פחמן דו חמצני וכו'. וכן בסוגים שונים של אלכוהול: "סם לא עושה שום דבר חיובי בלילה, מפיץ על האוח ואורט לאנשים לעשות דברים לא אמורים לעשות..." "בין ים צנבים ואחדיריט בפנים אלכוהול... בודקה נראה לי יש עזרה..."

עם זאת, חלק מן המרואיינים הפגינו מודעות נמוכה כלפי מרכיבי המשקאות והחומרים המסוכנים הנמצאים בתוכם גם לאחר שעברו את התוכנית. כאשר נשאלו בנוגע להרכב האלכוהול, ניכר כי התלמידים אינם בטוחים בתשובותיהם. חלק מהתלמידים אף התייחסו לאלכוהול באופן מוטעה: "אני לא באמת יודע ממה זה עשוי..." "יודע שזה עם חומר לחיטוי..." "אני חושב שזה סתם... אני לא יודע מה זה באמת..."

נזקים וסכנות

ניכר כי המרואיינים מבינים את השלכות ונזקיה האפשריים של שתיית אלכוהול בגיל צעיר. הם הפגינו מודעות גבוהה כלפי השפעת האלכוהול על הגוף וגם כלפי ההשלכות הנפשיות וההתנהגויות של שתיית אלכוהול ולסכנת החיים המעורבת בשתיית אלכוהול: "המות.. קולט את החומרים, זה מספיק על המות.. איבוד זיכרון..." "זה ארס לך לעשות מצעים לא טובים - להשתולל ואז להיפצע, להיות עצבני, נכנס לקטטות..."

ניכר כי התלמידים מבינים את ההשלכות הפיזיות של שתיית אלכוהול על גופו של ילד לעומת גוף של אדם מבוגר עם זאת, ניכר מתוך הראיונות כי לעיתים הפחיתו התלמידים מחשיבות השפעת האלכוהול על גוף האדם ומן ההשלכות האפשריות והנזקים שעלול לגרום: "יודים יכולים להשתכר כי הם לא יודעים איך לרסן את עצמם, אם כשאין מואר הם לא יודעים להפסיק בזה..." "זה בעליל שהידיים באים הנה מתפתחים... יכול ללדת להתפתחות להיות הרבה יותר ארוכה..." "זה (האלכוהול) מסוכן אבל זה לא עושה מהו רצ, רק טיפה מספיק על ההתנהגות..."

ד. הקניית מיומנויות (אחריות אישית, קבלת החלטות)

התמודדות עם חשיפה לאלכוהול בחברה

מרבית התלמידים יחסית בטוחים בדרך ההתמודדות הרצויה עבורם. מתוך הראיונות עולות מספר טקטיקות בהן תלמידים חושבים כי יש לנקוט כאשר הם מעורבים בסיטואציה של שתיית אלכוהול. דרך אחת היא **הימנעות** מן הסיטואציה (כגון: לעזוב את המקום, התעלמות מן המתרחש). דרך נוספת, **אקטיבית** יותר להפסקת שתיית האלכוהול בעצמם או על ידי קריאה לעזרה מצד חברים אחרים או אנשים מבוגרים: "אני הייתי נמנע מזה כי.. זה לא מתאים. לא יודע.. והייתי לוקח את זה (את המסקה) ממנו (מהחבר) בספיל שהוא לא ישתה. לא הייתי נותן לו לעשות..." "אני אעזוב אותו ואתקשר לאישה, להורים שלי ואם לא..."

התלמידים הפגינו רצון ונחישות למנוע מחבריהם לשתות והראו בקיאות רבה בטקטיקות התמודדות עם חברים השותים סביבם כגון: ניסיון לדבר עימם בהגיון, קריאה לעזרה, הסרת האלכוהול מידיהם ואף עירוב בית הספר: "קודם כל הייתי לוקח את המקבוק או כוס.. לוקח אותה לפח. באותה שנייה הייתי קורא לאחראי.. הייתי מדבר עם היוצאת... אם הם לא התחילו צדין לעשות תוכניות על אלכוהול..."

ניתן היה להבחין בהשפעה של התכנית "גדולים ולא שותים" על תשובות התלמידים בנושא, שכן חלק מהתלמידים השתמשו בביטויים הלכוחים ישירות ממצגת המידע של התכנית: "הייתי אומרת - לא תודה אני יכולה ליהנות אם בלי לעשות", "הייתי אומרת את אחד התיאורים שהיוצאת אמרה: לא זה עושה לי אכזבה/כחילה/כאב בטן/אפס..."

התמודדות עם לחץ חברתי

במהלך הראיונות, התלמידים הביעו נחישות וכוח רצון לעמוד בפני לחץ חברתי גם בידיעה כי ההשלכות החברתיות של אי שתיית אלכוהול עלולות להיות קשות: "אני אפסיק בצמי... מצידי שיחקו עלי כל השנה אם, אני שומר על עצמי..."

התלמידים הדגישו את חשיבות העמידה בפני לחץ חברתי וניכר היה כי הם מפחדים להיכנע אל מול הלחץ. התלמידים הביעו מצוקה יחסית וחלקם אף ציינו שאינם יודעים כיצד ינהגו במקרה זה: "כולם אומרים לצאת כשהם קטנים שהם לא ישתו, ואז אתה ושתה, ואתה מאכזב מצמק כי נכנסת ללחץ החברתי..." "חמור יותר להיכנס ללחץ החברתי... כשהם נכנסים אותך אתה צוה את זה לא צל דעתך..."

בנוסף, טענו התלמידים כי על מנת שלא להיכנע ללחץ, היו מתרחקים מיד מן המקום לו היו יודעים על נוכחות אלכוהול במסיבה או אירוע חברתי: "אני אלק מס, ואפילו לא ארצה לדעת, לא רוצה לדעת את זה..."

עם זאת, מספר תלמידים לא היו מסוגלים לדמיין את עצמם במצב זה ונמנעו מלתת תשובה על דרך ההתמודדות שלהם עם שתיית אלכוהול בקרב החברה: "אני לא חברה של ילדים כאלה..." "מלכתחילה לא הייתי כאלה חברה של (הילד השותה)..."

לעומתם, היו תלמידים שהודו כי יתכן וייכנעו ללחץ החברתי וישתו אלכוהול במידה וחבריהם יציעו להם לשתות: "לא בטוח שאני אשתה... ואם אני אשתה - לא בכמות גדולה אלא קצת..." "אני הייתי רוצה לדעת איזו שתייה זה וכמה אחוז יש בה ואם זה היה ממע קצת, הייתי לוקח עלוק..." "אני הייתי מצדיף לשתות ממע קצת רק שיצאנו אות..."

חלק מהתלמידים שיתפו בסיפורים אישיים שדרשו מהם גיוס מיומנויות חברתיות לגביהן עסקו בתכנית "גדולים ולא שותים" כגון אחריות אישית ואסרטיביות. חלק מהמיומנויות באו לידי ביטוי בהתמודדות התלמידים אל מול הצעה לשתית אלכוהול: "יש לי בן דוד בן 15 שכל הזמן רוצה עם אני אשתה ואנסה-אבל אני אומר לו שאני לא יכול כי זה לא לאיף שלי..."

בני נוער ששותים לעומת בני נוער שאינם שותים

כאשר נתבקשו לאפיין בני נוער ששותים אלכוהול ובני נוער שאינם שונים, נמצאו ממצאים סותרים. בעוד שחלק מן המרואיינים תפסו נערים שלא שותים כלא מקובלים ונתונים ללעג מצד אחרים, אחרים, תפסו נערים אלו כאחראים ובוגרים, ובעוד שחלק מן התלמידים שייכו שתיית אלכוהול אל נערים מקובלים יותר, אחרים האמינו כי שתיית אלכוהול נעשית דווקא בקרב אלו שיש להם בעיות חברתיות ואולי גם בעיות נוספות. עם זאת, נמצאה הסכמה גורפת על כך כי ילדים העוסקים בספורט אינם שותים: "ילד ספורטאי לא ישתה כי הוא רוצה לשמור על הבריאות שלו וזה פוגע בספורט..."

באופן כללי, אפינו התלמידים שתי דמויות אשר נמצאות בסיכון להתנסות בשתיית אלכוהול- ילד "חנון" וילד "ערס". הילד ה"חנון" הוא ילד לא מקובל, חסר ביטחון אשר מעשיו הנואשים להתאים ולהיות מקובל מובילים אותו לשתיית אלכוהול כתוצאה מלחץ חברתי. הילד ה"ערס", הוא ילד לא חכם, בעל התנהגות חצופה ובלתי צפויה, ילד אשר מסתובב עם ילדים אחרים ששותים אלכוהול, שהשתייה היא חלק מן התרבות החברתית שלהם, הם אוהבים לחגוג ולא אכפת להם מהשלכות האלכוהול על גופם, על הלימודים או על חייהם: "נניח חנוני כאלה לא מקובלים, שהם רוצים להיות מקובלים... ויש עם את הצרסי... המתלהבים שהם חושבים שאלכוהול זה הדבר הכי מנני בצולם ויהיה להם כיף עם זה בחיים... הם אלה שלא מלימים בלימודים... זה דווקא אותם

כי הם שותים אינה ליפה אחד עם כל החברים שלהם ואז לא קמים לבית ספר, כואב להם הראש, הם לא מרוכזים... זה הורס להם את כל הלימודים והחיים..."

הדמות הנמצאת בין שני הקצוות, היא דמות ה"מאוזנת" אשר אינה שותה. התלמידים תיארו את הנער המסרב לשתות אלכוהול בעיקר באמצעות מאפיינים ותכונות הנתפסים באופן חיובי. מדובר בילד חכם, תלמיד טוב, מגיע ממשפחה טובה, בעל ביטחון עצמי וחברים, ספורטאי, אשר מבין את השלכות האלכוהול. בנוסף, הוא אינו מתעניין באלכוהול, אינו מרגיש שהוא צריך את האלכוהול כיוון שהוא מרוצה מעצמו ומחיו. כמו כן, בשל בטחונו העצמי לא ניתן לשכנעו וללחוץ עליו לשתות: "מי שלא שותה, זה בן אדם שיוצא לקחת אחריות, חושב לפני שהוא עושה דברים, הוא ספורטאי, הוא חכם הוא לומד, הוא לא נופל לקטע של השתייה של האלכוהול. הוא יוצא לקחת את עצמו ולנהל לא, וככל שזאת שיעארו לו חברים... ושיהיה מקובל..."

מתוך הראיונות עולה כי אכן התלמידים שהפגינו ביטחון עצמי רב ולא התחשבו בדעותיהם של הסובבים אותם, היו גם אלו שטענו כי אין להם ספק שיוכלו לומר לא לשתות אלכוהול ולעזוב את המקום או לקרוא לעזרה במקרה הצורך: "סליחה על הביטוי אבל הם יכולים לקפוץ לי... זה קל מאד, אני זו אני והם יכולים לעשות מה שהם רוצים..."

עוד עלה, כי התלמידים מייחסים חשיבות אל המאפיינים האישיים של הילדים יותר מאשר למאפיינים החיצוניים (הורים, סביבה) כבעלי השפעה על שתיית או אי שתיית אלכוהול. כך למשל, תופסים נערים ששותים כחלשים יותר באופיים מאשר ילדים אחרים: "ילד לא מקובל כן יכנע ללחץ חברתי למרות שהוא בא עם צרכים מהבית, הוא רוצה למצוא את המקום שלו..."

עם זאת, כן הייתה הכרה בחשיבות השפעת הסביבה הביתית: "בן אדם שותה תמיד, כנראה שהוא בא ממספחה קצת יותר קשה... מהמספחה עצמה שותה הרבה..."

מאפיין נוסף אשר עלה מן הראיונות, הנקשר לשתיית אלכוהול, הוא מסוכנות ואנטי-סוציאליות. התלמידים דיווחו כי הם היו מפחדים להתקרב לילד או אדם ששתה כיוון שהוא לא צפוי ועלול אף לפגוע בהם: "מי ששותה אולי עכשיו מקובל אבל הם בחיים לא יהיו האנשים הכי טובים... כי מתפתח אצל אופי שלישי שהוא נגד החברה, אפשר אפילו להגיד שהוא מסוכן..." "הייתי קמה והלכתי... זה מסוכן להיות בקרבתם (בקרב ילדים ששותים) כי הם יכולים לפגוע בנו... הייתי מתקרבת לאלו שלא שותים כי איתם הייתי מרגישה מוגנת..."

ה. תפיסות התלמידים את התוכנית "גדולים ולא שותים"

מרבית התלמידים שהשתתפו בתוכנית דיווחו על תחושה טובה בשל התייחסות המערכת אל נושא האלכוהול. מרבית התלמידים הביעו רגשות חיוביים כלפי התוכנית "גדולים ולא שותים" שהועברה בבית הספר. הם ציינו בעיקר את האווירה של האמון וההתייחסות הבוגרת כלפי התלמידים כסיבות לכך שהתחברו לתוכנית. בנוסף, דיווחו על חשיבות המסר שהועבר דרך התוכנית ועל הידע הרב שרכשו במסגרת התוכנית. ניכר כי הילדים נהנו מן הלמידה ומן המודעות החדשה שרכשו: "...נותנים הרבה עזרה חלומית לבית הספר, יש לנו צל מי

לסמוק... "חשוב להעביר את המסר.. זה עוזר לפרש את המציא ולראות שאולי הם לא יעשו את זה (ישו) יותר.."

שם התוכנית

מרבית הילדים הצליחו להבין ולהזדהות עם שם התוכנית ועם המסר העיקרי שלה. הם ציינו את ההעצמה באמצעות השימוש במושג "גדולים" ועידוד המיומנות החברתית שלהם בסירוב לשתיית אלכוהול. ניכר כי הילדים הבינו מתוך השם כי מדובר בתוכנית מניעה שמטרתה למנוע את ההשלכות העתידיות של שתיית אלכוהול: "להיות מבוזר זה דווקא לא לשתות לא להילכך אחרי חברים.. "למרות שאנחנו גדולים, אנחנו צריכים לשמור על עצמנו. זה לא קשור לגיל, זה צריך אסור.. "אנחנו לא צריכים לשתות וצריך להפנים את זה כבר בגיל הזה שאתם אנחנו לא צריכים להתקרב לזה.."

עם זאת, חלק מן הילדים לא הצליחו להזדהות עם שם התוכנית. בחלק מן הראיונות, התלמידים אף התווכחו ביניהם באשר למשמעות השם או הביעו את הקושי שלהם בהבנתו. הם תפסו את עצמם כילדים ולא רצו להיקרא "גדולים". חלק מן התלמידים חשבו כי השם כללי מידי ואינו מעביר את המסר באופן ישיר. בנוסף, הרגישו כי המסר המועבר מן התוכנית סותר את שמה: "השם קצת מבלבל, כי אנחנו קטנים ואנחנו לא אמורים לשתות וזה מדבר על גדולים..? לא הפנתו את השם.. "התוכנית באה להעביר את המסר שאנחנו עוד לא גדולים שזה מצב קצת סותר אחד את השני.."

השימוש במושג "גדולים" הועלה לרוב כסיבה להתחברות לשם התוכנית וכן כסיבה המרכזית עבור התלמידים שלא התחברו לשם. על כן, הוצעו שמות חלופיים כגון: "נצרים ולא שותים", "בולרים ולא שותים", "גדלים ולא שותים". השמות החלופיים מצביעים על כך כי הילדים הרגישו כי הם אינם מבוגרים עדיין וכי הבגרות עוד רחוקה מהם. הם ביקשו שם המתאים למצבם הנוכחי כנערים מתבגרים.

פעילויות ומרכזי התוכנית

הממצאים מראים כי מרבית הילדים נהנו מן המשחקים והפעילויות שנכללו בתוכנית במסגרת השיעורים. עם זאת, חלק לא מבוטל מן התלמידים לא זכר מה הייתה הפעילות ולא הצליח לדווח על מה אהב או לא אהב או על פעילות מסוימת שזכורה לטובה: "היה איזה קטע שבהתחלה הראו סרטון.. "היה כזה משחק עם כרטיסיות, אני לא כל כך זוכר.."

מרכיבי החיוביים של התוכנית- מה "עבד"?

מבין הפעילויות השונות, פעילויות שכללו אמצעים חזותיים כגון סרטים, זכו לחיבה רבה בקרב הילדים. הם דיווחו כי העברת התוכנית בצורה חזותית דרך פעילויות ומשחקים סייעה להם להתחבר אל הנושא וללמוד על השלכות האלכוהול ועל הסכנות הטמונות בו: "סרטונים זה עוזר להבין יותר טוב במראה איך זה פועל ולמה, במקום שסיבירו במילים.. "הפעילויות האמנותיות המעסיקות המחישו את ההסבר שנתנו במילים.. כשיש המחשה זה יותר מובן.."

כמו כן, הילדים דיווחו כי העבודה הקבוצתית ושיתוף הפעולה עם תלמידים אחרים סייע להם להתחבר אל הנושא ואל תהליך הלמידה: "הפעילויות בקבוצה, שכוללם צעדו יחד ושיתפו פעולה... נתנו לנו כרטיסיות עם סיפורים ועלילות, זה היה צמודה קבוצתית והיינו צריכים לענות יחד..."

במיוחד בלטה לטובה פעילות בה הילדים היו צריכים לבחור עמדה ביחס לאלכוהול ולנסות לשכנע את חבריהם. הראיונות מראים כי פעילות זו גרמה לתלמידים להכיר, לחשוב ולפתח עמדות ודרכי התמודדות בנוגע לאלכוהול ולגבי לחץ חברתי: מרכיב נוסף שבלט לטובה הוא מרכיב "הסיפור האמיתי"- סיפורים אישיים ומקרים אמיתיים מן השטח על ילדים שהתנסו באלכוהול: "התחברתי עם כל הקטע הזה שהראו לנו קטע שמה שקורה כשיש נהיה מחור לאלכוהול וכמעט מת מזה..."

הסיבות לחיבור לתכנים אלו כללו בעיקר את ההנאה ("כיף", "מצחיק") וההתאמה לגיל התלמידים. התלמידים הדגישו את היעילות של התכנים החווייתיים ביחס לתכנים הלימודיים לשם העברת המסרים נראה כי בכל כיתה או בית ספר, היה משחק אחד שבלט לטובה בזכות רמת "הכיפיות" שלו באותה כיתה. כאשר הפעילות הכיפית השתנתה בין כיתות שונות: "אהבתי את הפרסומת, היה מצחיק..." "המשחק עצמו של הקולות של הילד המתלבט... זה היה די מצחיק..."

על אף ההצלחה של חלק מן המרכזים, היו מרכזים שלא קיבלו התייחסות בחלק ולעיתים באף אחד מבתי הספר. כך למשל, היו בתי ספר שלא כללו אמצעים חזותיים כגון סרט. יותר מכך, פעילות עם ההורים נכללה רק בבתי הספר ספורים.

נושאים הדורשים העמקה

מתוך הראיונות עולה כי התלמידים רצו לדעת יותר על מרכיבי האלכוהול השונים, על ההשפעות הפיזיות של האלכוהול על הגוף ועל הסיבות מדוע אנשים נהנים משתייה. ניכר מן הראיונות כי הילדים מבקשים מידע מפורט יותר בנוגע לאלכוהול עצמו, מרכיביו והשפעותיו הפיזיות על גוף האדם, על מנת שיוכלו לגבש דעה מושכלת יותר לגבי שתיית אלכוהול: "איק הוא (האלכוהול) פועל באיברים פנימיים ובמוח..." "הייתי רוצה להמשיך לדבר על אלכוהול כדי שיתנו לנו יותר סיבות למה לא (לשתות), ואם ילדים שהם חברים שלנו, לא ישתו בעתיד..."

בנוסף, ילדים שראו את התוכנית כהכנה להתבגרותם, ביקשו לדבר יותר על התמודדות עם נושא השתייה במסיבות ובאירועים חברתיים והקניית כלים להתמודדות עם הנושא. ניכר כי נושא זה מדאיג חלק גדול מן הילדים: "...אף איך שנצריח חושבים שאלכוהול זה דבר מאניב וצושה את המסיבה לכיפית... אנחנו צוד מצט אחרי הבת מצווה כבר יש את המסיבות של המוצדונים, של האלף ודברים כאלו..."

צורך בחידוד המסר של התכנית - "לא לשתות" לעומת "לשתות במידה"

מהדיונים בקבוצות השונות, נראה כי המסר באשר לשלילת האלכוהול איננו אחיד או ברור בבתי ספר שונים. בחלק מבתי הספר נראה כי מעבירי התכנית התייחסו למסר שמדגיש את מינון האלכוהול על פני שלילה מוחלטת של שתייה: "למדנו אפשר לשתות אלכוהול אבל במידה, לא להעזיב עם זה", "המורה שלנו אמרה שזה תלוי כמה אתה שותה"

לעומת זאת נראה כי בבתי ספר אחרים המסר כלל שלילת האלכוהול, דבר שהוביל להתנגדויות מצד חלק מהתלמידים והוריהם: "צריך להגיד שאלכוהול זה בסדר במידה... כמו שאבא שלי אמר - במקום אלכוהול לשתות אלכוהול, באלכוהול הוא יודע שכן יש, צריך לדעת למנון כמה לשתות..."

מרכיביה השליליים של התוכנית - מה "לא עבד"?

ילדים רבים התלוננו על חוסר שיתוף הפעולה של חבריהם לכיתה ועל קושי בקרב מעבירי התוכנית לגייס את הילדים אל העבודה הקבוצתית, אשר גרמו לכך שהתוכנית לא הועברה במלואה. מן הדיווחים עולה כי תלמידים רבים לא היו מרוכזים ועל כן לא תמיד למדו והבינו את המסר שניסתה התוכנית להעביר.

תלמידים אלו התלוננו כי התוכנית הייתה ארוכה, מייגעת וחזרה על עצמה בתכנים שכבר הכירו: "הפריצו הרבה... היה רעש ופולחן ולא הספיקו להעביר את כל הנא... הכיתה לא התקדמה... היינו צריכים לקרוא את אותה חלק במצגת כמה פעמים כי הילדים הפריצו ולא הבין..."

התלמידים שסיפרו על חוסר החיבור לתוכנית ציינו סיבות הכוללות בעייתיות בתחושת האמון והכבוד לתלמידים מצד בית הספר ומעבירי התוכנית. כמו כן, תלמידים רבים הרגישו לעיתים מואשמים בשתיית אלכוהול על לא עוול בכפם: "כף הזמן אומרים - 'כשאתם שותים...' ואני כחלף לא שותים!..." "המורה ניסתה להוכיח שתינו, משהו סיפר שהוא טעם ולא היה לו טעם, ואז המורה לחצה עליו להגיד שהוא שותה..."

חלק מהתלמידים התייחסו לתכנים שונים מהתוכנית "גדולים ולא שותים" כמתאימים לילדים צעירים יותר ולא לנוער בגיל ההתבגרות. הם סיפרו על חוסר החיבור שלהם לשם התוכנית ולסמל העיצובי הנלווה לה, כיוון שהם נתפסים כילדותיים: "כשאתם 'גדולים' זה כאילו ילדים קטנים אומרים אני רוצה להיות גדול..."

עם זאת, נראה כי חלק מהתלמידים לא התחברו לתוכנית כיוון שהגיעו עם דעות מוצקות בנושא שתיית האלכוהול והמעורבות הבית ספרית בנושאים חברתיים: "בית ספר לא חייב להתערב לנו בכל דבר כל הזמן... לשתות מדי פעם זה בכלל לא נורא"

התאמה גילאית

התלמידים ביטאו את שביעות רצונם מהתאמת התכנים החינוכיים בתוכנית "גדולים ולא שותים" לגילם וליכולת ההבנה שלהם, כולל השילוב בין תכנים חווייתיים ללימודיים. המרואיינים חשבו כי תוכניות מניעה אלו מתאימות להעברה בכל הגילאים אך ציינו את היתרון בהעברת התוכנית בגיל שלהם על פני גילאים אחרים על מנת למנוע שימוש באלכוהול בגילאים מאוחרים יותר, כהכנה למעבר לחטיבת הביניים וגם על רקע התמודדות עם הנושא בהווה: "זה בדיוק הזמן, בצעירים יותר זה לא מתאים לא יבין ולא יזכרו וגדולים יותר כבר התנסו... עכשיו אנחנו צדיין חושבים על הבריאות שלנו והכול, אחר כך יותר נחשוב על מקובלים וזה..."

בנוסף, היו תלמידים אשר סיפרו כי בתחילת התוכנית הרגישו כי הנושא אינו קשור אליהם וכי הם צעירים מידי מכדי לדון בנושאים של שתיית אלכוהול. בעקבות המודעות שעלתה בעזרת התוכנית, דעתם השתנתה והם הבינו כי נושא זה קרוב אליהם יותר מכפי שחשבו: "החברות שלי, איך אחת מהן לא רוצה לשתות... היה סרט

מאדמריט על אלכוהול ומסיבות... וזה לא היה קשור, לא אמר כלום... "מהתחלה לא הבנתי מה זה קשור... אבל אז הבנתי... בחטיבת הביניים... המצב הוא מאד מהיר וצריך לדעת איך להתמודד עם זה..."

התלמידים סיפרו על צפייה בתכנים שהוגדרו על ידם כ"קשים לצפייה", שנראה כי לא הותאמו לגיל התלמידים ולשאר מרכיבי תכנית הלימוד. התלמידים דיווחו כי חבריהם לכיתה הרבו לפחד מן המראות הגרפיים והסיפורים הקשים שהוצגו בפניהם במסגרת התוכנית: "העבירו את המסר בצורה ממש קשה... את רואה סרט שילדים מתאבדים, מתים... היו ילדים שלא דיברו איתם אף פעם על הנושא... ילדים פשוט בכו..."

ו. הערכת התוכנית

סקרנות ועניין

מתוך ניתוח הראיונות עולה כי התלמידים חשו סקרנות רבה כאשר דובר עימם על השפעות האלכוהול על הגוף: "הראו לנו איך זה (אלכוהול) משפיע עלינו, בזה התעניינתי..."

כמו כן, התענינו התלמידים בכלים שניתנו להם במסגרת התוכנית בהקשר לדרכי התמודדות עם לחץ חברתי או עם חברים הנמצאים בסביבתם ששותים: "לדעת ממה להימנע, איך להימנע מזה, כיצד לפעול במקרים מסוימים שילדי שותים אלכוהול, מה לעשות..."

התלבטות וביקורתיות

מרבית המרואיינים טענו כי לא הייתה להם התלבטות בנוגע לשתיית אלכוהול טרם התוכנית וגם לאחר התוכנית. בקשר לעתיד, טענו המרואיינים כי התוכנית גרמה להם לחשוב ולהיות זהירים יותר באם וכאשר יבחרו לשתות: "אני צריך יותר להיזהר, כשאני אהיה יותר בוגר אני לא אציע לראות כאזה..."

בנוסף, דיווחו הילדים כי על אף שידעו כי אינם מעוניינים לשתות, הרגישו כי התוכנית חיזקה אותם ואת עמדתם בנוגע לאי שתיית אלכוהול: "אני אלכוהול לא שותה, גם מקודם לא רציתי אבל זה חיזק אותי קצת..."

עם זאת, היו תלמידים שדיווחו על התלבטות שעלתה בהם לגבי שתיית אלכוהול. ההתלבטות הייתה בנוגע לכמות השתייה, סוג השתייה ולמקומות בהם נהוג ומקובל לשתות. התלמידים דיווחו כי המידע שרכשו בנוגע לאלכוהול גרמה להם להיות יותר זהירים ולחשוב יותר לגבי המרכיבים הללו (כמות, מקום וסוג השתייה): "לפני התוכנית זה היה אלכוהול... מה זה משנה אם אני אשתה, זה לא היה לי בראש וצכשיו אני חושבת על זה... אני יודעת באיזה פרופורציות, אני יודעת מתי..." "אני יודע שפצמים במסיבות או אירועים משפחתיים אני אשתה כוס יין או בארוחה משפחתית או בפסח... אבל אני יודע שזה לא טוב אם אשתה יותר מיד..."

תלמידים רבים דיווחו כי התוכנית גרמה להם להסתכל על המבוגרים בחייהם באור שונה בכל הנוגע לשתיית אלכוהול. ניכר כי המודעות שרכשו בעקבות התוכנית גרמה להם להסתכל על שתיית אלכוהול בצורה ביקורתית יותר ולשים לב להתייחסות הוריהם ביחס לשתיית אלכוהול: "...הלכתי ליש עם המשפחה, חברה של דודה שלי שתתה שתי בירות מול השנה וזה ממש דפק לה את הראש..." "אני רואה את אבא שלי במסיבות, אני רואה שהוא לא שותה אלכוהול עם 50%, רק בירות עם 5% במקסימום..."

מודעות וחשיפה

רבים מהתלמידים ציינו כי לפני התכנית כלל לא חשבו על נושא האלכוהול והדילמה האם לשתות או לא לשתות, כאשר העלאת הנושא במהלך התכנית "גדולים ולא שותים" העלתה את העיסוק בנושא עבורם. מתוך הממצאים ניכר כי התוכנית הרחיבה את אופקיהם של התלמידים והעלתה את הנושא למודעותם. התלמידים מספרים כי התוכנית לימדה אותם דברים חדשים בנושא האלכוהול והשפעותיו. במיוחד על עוצמת, חומרת והיקף השלכות האלכוהול: "לא ידעתי שאפשר להגיע לרמות כאלה לפני התוכנית... להגיע לבית חולים מאלכוהול..." "חשתי שיש לי (לאלכוהול) אפקט של כמה שעות מאבדים שליטה וכל חשתי שזה יכול לעשות נזק באיזו ופחות..."

כמו כן, הממצאים מראים כי התוכנית גרמה להעלאת המודעות בנוגע לשכיחות האלכוהול בקרב החברה. בעוד שטרם התוכנית, תלמידים רבים העריכו את האלכוהול כנושא מרוחק שאינו קשור אליהם, הם דיווחו כי הופתעו לגלות עד כמה נושא זה רווח בחברה הקרובה אליהם: "סיפרו לנו על מקרים של בת מצווה שהכניסו אלכוהול... הדי ג'יי או בצל המוצדק... ונתנו דוגמאות..."

הראיונות מראים על למידה שנעשתה בנוגע לאלכוהול עצמו והרחבת המודעות למשקאות אלכוהוליים: "למדתי שיש בירה זה אלכוהול, לא ידעתי את זה..."

ניכר כי טרם התוכנית, המידע שרווח בקרב הילדים היה חלקי ולא מדויק וכי התוכנית סיפקה מידע וחשיפה לנושא, שלא היו קיימים קודם לכן וחידדה מידע שהיה חלקי ובלתי מדויק: "זה יותר הסביר את המודעות של זה, פגע בילדים שחשבו לא ידעו מה זה ואכסיו שהם יודעים מה זה, הם יותר יחשבו לזה..."

כך, דיווחו הילדים כי למדו על מרכיבי המשקאות השונים, על ההשלכות כלפי הגוף, על הסכנות הטמונות בשתייה: "באלכוהול יש חומרים לא טובים, הוא עושה נזקים... של התפרצות..."

עוד עלה מן הראיונות כי התוכנית סיפקה דרכי התמודדות עם מצבי לחץ חברתי שעלולים לעלות בעקבות החשיפה לאלכוהול: "הייתה תוכנית מוצלחת, למדתי מזה על הנזקים של שתיית אלכוהול, איך להתמודד במצבים לחץ ומצבים לא נוחים..."

ואף תרמה במקרה אחד לחשיפת תלמידים ששתו בשטח בית הספר: "היה איזה מקרה שראיתי ילד שותה ואני דיברתי עם המורה שלי והם פתרו את זה... זה היה בבית הספר בכלל, הוא שותה ודקה..."

רצון להתנסות באלכוהול

מרבית התלמידים דיווחו כי התוכנית לא גרמה להם להתנסות בשתיית אלכוהול, אלא להיפך, התוכנית גרמה להם לרתיעה מפני אלכוהול ולהבנת ההשלכות הקשות והמסוכנות שלו אליהן לא היו מודעים טרם התוכנית: "מהתחלה כבר ידעתי שאלכוהול זה רע, אבל כן, זה די הרחיק לי בראש ובמידע את הנושא הזה..." "ההפק, התוכנית הראתה לי... כמה זה חמור, עד כמה שילדים מאיזו צעיר שותים ונהיים ממם מכורים לזה..."

רק מיעוט מהתלמידים שיתפו בסקרנות שהתכנית עוררה לגבי השתייה, תוך הסתייגות מכך שישתו בעצמם בפועל או הבעת חשש שתשפיע על תלמידים אחרים לרעה התלמידים מדווחים כי לעיתים הפיתויים בחוץ גדולים מידי מכדי להתנגד אליהם: "אני לא אשתה כן? אבל היא כן שרמה לי לחשוב של זה... זה העלה את הנושא

השתייה לראש, "מאצירט את הנולד הזה וזה יאלץ את הסקרנות... יכול להיות שהרבה יתחילו לעשות בלג' זה"

נדמה כי הילדים שכן חוו תחושות של רצון להתנסות בשתייה בעקבות התוכנית, לא תמיד הרגישו בנוח להודות בכך במסגרת הראיונות ודאגו מהשלכות חשיפת רצון זה בפני המראיינים: "אם את כן (התוכנית לראש) לרצון להתנסות בשתייה אלכוהולית, אנחנו לא ממש נרצה להעיד לכת..."

חלק מהתלמידים שיתפו בתהליך שעברו במהלך התוכנית, אשר גרמה להם לסקרנות בנושא. התלמידים הודו כי התוכנית עוררה בהם רצון להתנסות באלכוהול בתחילת התוכנית מתוך הסקרנות. אך בהמשך התוכנית, דיווחו התלמידים כי אפקט ההרתעה וההפחדה הפיג את הסקרנות ואת הרצון לשתות: "בהתחלה כן (עורר את הצורך לעשות) אחרי השאלות כי כשתנו לנו את השאלות זה קצת צניין... אני לא חושב שאפשר לעשות משהו חלופי (אלכוהול) מכל הדברים שהיו שם (בתוכנית)..."

רגשות שעלו בעקבות התוכנית

התלמידים השונים בקבוצות הביעו סוגי רגשות מגוונים שעלו בעקבות התוכנית "גדולים ולא שותים". חלק מהתלמידים התמקדו בקושי שחשו עם העלאת נושא האלכוהול והשלכותיו השליליות. התלמידים מספרים כי המידע שניתן בנוגע לאלכוהול ולסכנותיו גרם להם לתחושת פחד וחרדה: "לא חשתי ממש אפשר להעיד לראש הלו, על צד כדי מוות, וזה עורר בי... ע... סכנה כזו, צריך להיזהר..."

חלק מן המראיינים דיווחו על תחושות עצב ואמפטיה כלפי אנשים שנפגעו והושפעו מן האלכוהול: "זה קצת, אם להיות עצובה שיש ילדים שצוים את זה וחבל שהם ככה מסכנים את החיים שלהם..."

האמפטיה בקרב הילדים, עוררה הזדהות והתבוננות עצמית כיצד הם היו מתמודדים במצב של לחץ חברתי או עם התמכרות: "אדם לי לנסות להרגיש מה הילדים האלה הרגישו... אדם לי לחשוב מה יקרה אם אני אשתה ומה יכול לקרות לי..."

עוד עולה מן הממצאים, כי משתתפים רבים חשו כעס ואכזבה מבית הספר כיוון שחשו מואשמים בשתייה אלכוהול. הם חוו את התוכנית בתור עונש על שתייה אלכוהול, כיוון שהרגישו כי שתייה אלכוהול אינה מהווה מנהג ואף לא קיימת כלל בקרב תלמידי בית הספר. כמו כן, הכעס נבע מתוך תחושה כי בית הספר אינו סומך עליהם- התלמידים והעלה את רמת החרדה בקרב תלמידים מסוימים: "אמרו נעשה תוכנית על אלכוהול כי הרבה ילדים פכית ו' שותים. זה נשמע כאילו- 'אנחנו חושבים שאתם שותים אז נעשה לכם תוכנית, ' מה מדברים איתנו על זה... אני לא חושבת על זה ככלל ונורא כעסתי על זה שלא סומכים עלינו..."

על אף הרגשות השליליים הרבים שעלו בעקבות התוכנית והחשיפה לנושא, נמצאו גם דיווחים על רגשות חיוביים יותר, כגון תחושות ביטחון ושליטה שעלו בעקבות התוכנית. כמו כן, תלמידים שהרגישו לעיתים חסרי ביטחון בשל אי רצונם לשתות, קיבלו תיקוף לאמונתם ותחושת ביטחון והגנה מצד בית הספר: "הרגשתי משהו טוב על משהו והבנתי שאני ככלל מבין שאלכוהול זה לא טוב ולא בריא... 'משהו והקלה... זה עזר להם (ילדים) להבין שזה מסוכן ומשמח אותי לדעת שהם לא ישתו ושיהיה בסדר..."

ז. הכנה לקראת התוכנית

הצגת התוכנית

הממצאים מראים כי במרבית בתי הספר, נושא האלכוהול דובר באופן כללי טרם התוכנית וכי התוכנית הוצגה בפני התלמידים. עם זאת, היו בתי ספר שלא דיברו עם התלמידים כלל טרם תחילת התוכנית. בקבוצות ניכר התסכול שהביעו התלמידים אשר סיפרו כי לא עברו הכנה מתאימה טרם העברת התוכנית "גדולים ולא שותים" בבית ספרם: "ישר התחילו עם זה, לא ידענו מאיפה זה נוסף עלינו... לא הבנו איך זה קשור אלינו..."

תחושות שעלו בעת הצגת התוכנית

התלמידים מדווחים על מגוון רגשות שעלו בעת העלאת נושא האלכוהול. חלק מן התלמידים הרגיש שמחה והתרגשות בשל התוכנית ובשל תשומת הלב אל נושא זה: "שמחתי לעשות ערשית תוכנית כזו בגילי... זה נורא חם שידעו עסוק לעשות אלכוהול... ילדים שהם לא מקובלים והם אומרים שהם ישנו עצמית כי הם רוצים להיות מקובלים, אולי בהם זה יצורר לחץ כי הם ידעו ואלו הדברים שזה יכול לעזור..."

התלמידים הרגישו גאווה ותחושת אחריות על היותם שותפים לדיון בנושאים רציניים יותר, ועל כך שדעתם חשובה ומעורבת באותה מידה כמו זאת של המבוגרים: "הרגשתי האמת קצת יותר בולט, כי מדברים איתנו על דברים כאלה כי זה אומר שאנחנו בולטים ויותר לוקחים אחריות על עצמנו..."

מרבית התלמידים קיבלו את התוכנית בשמחה, אך היו מספר התנגדויות בקרב חלק מן התלמידים. מרבית התלמידים, שהעידו על כך שטרם נחשפו לשתייה בקרב בני גילם, ציינו את הקושי הראשוני בהתחברות לנושא האלכוהול בעת הצגת התוכנית בכתה. כך למשל עלו דיווחים על תחושות מבוכה ואי נוחות בנושא התוכנית עורר: "אומר... כי זה לא מובנים... זה לא לגילי שלנו, אנחנו לא מותים..."

כמו כן, תחושות כעס עלו בקרב תלמידים אשר הרגישו כי הם מואשמים בשתיית אלכוהול וכי התוכנית היא בגדר עונש: "אמרו נעשה תוכנית על אלכוהול כי הרבה ילדים בכיתה ו' שותים. זה נשמע כאילו אנחנו חושבים שאתם שותים אז נעשה לכם תוכנית..." כמו כן, עלו תחושות חרדה בעקבות העלאת הנושא מתוך אי ההכרות עימו ותחושת הזרות כלפיו: "אני הרגשתי פחד וכעס, כאילו מה מדברים איתנו על זה, אני בכלל בקושי חושבת על זה... נורא כעסתי על סומכים עלינו..."

מעבירי התוכנית

במרבית בתי הספר התוכנית הועברה על ידי היועצת. אך לעיתים מורים ממקצועות נושקים לבריאות כגון: מדעים, טבע ותקשורת, העבירו חלקים מן התוכנית. בחלק מבתי הספר גם מחנכת הכיתה הייתה מעורבת. מרבית התלמידים האמינו כי מורי בית הספר והיועצות הם הדמויות המתאימות להעברת התוכנית. במיוחד דיווחו על היועצת כמתאימה בשל היותה דמות טיפולית הנתפסת בעיני הילדים כמיטיבה ועוזרת. עם זאת, היו בתי ספר בהם היועצת נתפשה כדמות פחות מועדפת כיוון שהתלמידים פחות מכירים אותה או בוטחים בה וכן בשל התנהלות המשמעת הבעייתית מולה. לעומת זאת, מחנכות שנתפסו אף הן כמיטיבות ועוזרות, היו מתאימות

להעברת התוכנית לדעת התלמידים. ניכר כי מידת הקרבה של הדמות המעבירה נתפסה כמהותית: "היוצאת יודעת... היא כמו פותרת בעיות. יכולים יותר לעשות אותה..." לדעת המחנכת צריכה (לדעצריך).. משה' אגנחנו יותר קרובים אליה..."

עם זאת, הדגישו התלמידים את חשיבות צורת העברת התוכנית על ידי דמויות שיוועות ומבינות בנושא ואת חשיבות הניסיון, יכולת ההסברה והעניין שמעוררים מעבירי התוכנית בנושא: "היא (היוצאת) מנסה ויש לה ילדים שסיפרה לנו עליהם ואלו כל מני מקרים עם אלהאול וסע היא העבירה את זה כמה פעמים אז היא כבר יודעת איך להסביר... משה את תשומת ליבנו..." יש מורות שמלמדות כיתות א'.. הן רגילות לחייך ולסיר אז לא מתאים... עס היא (מעבירת התוכנית) יותר קשוחה אז זה יותר מתאים לנו..."

עוד עולה, כי שילוב מספר מורים מדיסציפלינות שונות מסייעת לתוכנית להיות מקיפה יותר ונותנת תחושה של מקצועיות וגיוון. התלמידים אף הציעו לשלב פעילות עם דמות חיצונית המתמחה בתחום האלכוהול בקרב בני נוער: "לכל מורה הייתה התמחות, מורה לתקשורת הסביר על כתבות ומקרים, המחנכת הסבירה וזה היה טוב, מורה לטבע יותר מבין כמה זה פועל בארץ האדם... אימא אחת עצובת בזה, עברה משה... מתוך המקרים שהיא ראתה..."

ח. מעורבות הורית

היעדרותם של הורי התלמידים מן התוכנית בלטה בקרב הראיונות עם התלמידים. במרבית בתי ספר בהם נערכה התוכנית לא הייתה פעילות או מעורבות הורית. מתוך הראיונות עולה כי חוסר שיתוף הפעולה היה הדדי: מחד, בית הספר לא ערך פעילות הכרוכה בהשתתפות ההורים, ומאידך, כאשר נשאלו התלמידים האם הוריהם היו מגיעים במידה והייתה מתקיימת פעילות עם ההורים, ענו בפירוש לא: "ההורים כוללים שהבית ספר מכניס אותם לכל עטות שהולכת פה... הם אומרים - יש לנו מה לעשות, אז הבית ספר מטיף עלינו עוד משימות..."

עם זאת, היו בתי ספר שהצליחו לקיים פעילות עם ההורים. התלמידים עברו פעילות בערב הורים. הם סיפרו על שיתוף פעולה בהגעה של מרבית ההורים מהכיתה. חלקם אף ציינו את החשיבות שהוריהם ראו בפעילות, כאשר הורים שלא יכלו להגיע בעצמם דאגו להגעה של נציגים בוגרים אחרים ממשפחתם עם הילד (סבתא, אח גדול). כל התלמידים שהגיעו לפעילות ערב ההורים, הביעו שביעות רצון רבה מהתכנים שהועברו ומתוצאותיהם: "היה משה מצניין וכיף... עס הם ידעו יותר... ושידעו על מה אגנחנו לומדים", היה טוב, זה יפה ונחמד שהם השתתפו", "הם שמחו לדעת מה אגנחנו עושים בבית ספר, אבא אמר עס יקרה משהו הוא תמיד יהיה עס בשבילי..."

תחושות התלמידים ביחס למעורבות הורית

מרבית המרואיינים טענו כי מאמינים שיש לערב ולשתף את ההורים בנושא מניעת אלכוהול וחושבים כי רצוי שיהיה שיתוף פעולה בין הוריהם לבין בית הספר. חלק מהתלמידים התייחסו בנימה ביקורתית באשר לתחושה שבית הספר איננו שומר על שקיפות בנושא העברת התכנית "גדולים ולא שותים" כלפי ההורים: "כל הורה צריך להיות אחראי על הילד שלו, האם שמה או לא שמה... לא יודע אם הם קשובים למה שמלמדים בבית ספר... לא צריכו את ההורים בתכנית, שיקרו לנו Infee מילדים להורים, זה לא מסר טוב", "אולי המורים לא

רז"ט שההורים יחשבו שאנחנו שותפים את הצורך בתמיכת ההורים כהשלמה לחינוך ולמסגרת המסופקת בבית הספר: "יש דברים שאנחנו כבר יודעים ומאמרים אותנו בבית ספר, וההורים צריכים לחזק את זה..."

כמו כן, התלמידים הביעו צער על כך שההורים לא שותפו במסגרת התוכנית: "זה חשו שההורים ידעו מה קורה בנוצר. אולי הצמיחו מסר מתכנית שלא הצרכ הורים וזה לא מסר טוב. ה' צריכים להצרכ את ההורים..."

התלמידים רואים בהורים כדמויות משמעותיות, אליהם באים כאשר צריכים עזרה. ניכר כי תלמידים רבים היו רוצים פיקוח הורי על נושא השתייה ורואים בהורים כסוכני חברות אשר תפקידם להכניס אל סיטואציות חברתיות שונות. על כן, הם מאמינים שעליהם להיות מעורבים: "בגיל מולד אתה יוצא למסירות, צריך להזהר אותך מדברים..." אפסר להיפתח יותר להורים, לספר להם על דברים שקרו ונקשים יותר להורים, לא למישהו (זר)..."

שיתוף התלמידים את הורים בנושא האלכוהול

למרות חוסר שיתוף הפעולה בין בית הספר לבין ההורים, היו תלמידים אשר שיתפו את הורים וקיימו עימם שיחות בנוגע לאלכוהול. לרוב שיחות אלו יוחסו להשפעת אחים גדולים או היחשפות לידעיות בנושא אלכוהול בכלי התקשורת. ניכר כי מרבית השיחות עם ההורים נשאו אופי של אזהרה או הרתעה והתרחשו בהקשר של מסיבה כלשהי ולרוב לא כללו שיחה אינפורמטיבית או דיון בנוגע לשתיית אלכוהול: "לפעמים כשאני הולכת לבית מצוות הם אומרים לי תזהרי... אף תעשי דברים לא בסדר..."

כמו כן, התלמידים טוענים כי הם נוהגים לשתף את הורים לרוב במה שמתרחש בבית הספר וכי הורים מודעים למתרחש במסיבות או באירועים חברתיים שונים. רק מיעוט מבין התלמידים שרואיינו טענו כי הם אינם נוהגים לשתף את הורים ואינם מעוניינים כי הורים יהיו מעורבים בנושא אלכוהול ובתוכניות מניעה בבית הספר. כמו כן, תלמידים רבים דיווחו כי הורים סומכים עליהם וכי הם מכירים אותם ומעורבים בחייהם ועל כן לא תמיד ראו צורך לדבר עימם על נושא האלכוהול: "לא דיברתי עם ההורים שלי כי אני וההורים שלי הם סומכים עלי כי אני ילד טוב, יודע מה טוב בשבילי..."

חלק מהתלמידים סיפרו כי שוחחו עם הורים על נושא האלכוהול בעקבות העיסוק בכך בבית הספר, אך חלקם ציינו כי השיחות לא היו מעמיקות וכללו בעיקר דיווח על כך שנלמד. יש לציין כי יישום השיחות הופיע בעיקר בקרב התלמידים שעברו פעילות משותפת עם ההורים: "אימא שלי לא דיברה איתי על זה לפני הפעילות... אכש'ו הם קצת יותר פחדים נראה לי, מה יקרה לבתי שלי וזה... יותר יודעים צריכים לדאוג גם מזה"

ט. משך זמן ותדירות התוכנית

הממצאים מראים כי משך התוכנית השתנה בין בתי ספר שונים. היו תלמידים שדיווחו על לא יותר מארבעה מפגשים והיו בתי ספר בהם התקיימו שבעה מפגשים. מרבית המרואיינים דיווחו על חמישה מפגשים בפרק זמן של חודשיים, הם הרגישו כי משך התוכנית היה מספיק ואף טענו כי ניתן היה להמשיך ולהעמיק בנושא.

התלמידים חשבו כי על התוכנית להיות ארוכה ומעמיקה יותר על מנת ליצור השפעה: "זה היה קצר מדי, ככה לא כל כך מסייע..."

מרבית המרואיינים חשבו כי התוכנית קצרה מידי (4-5 מפגשים) הרגישו כי משך התוכנית צריך להיות בין 8-10 מפגשים על מנת ליצור השפעה. גם הילדים אשר חשבו כי משך התוכנית היה מספיק, חשבו כי לא יזיק להמשיך ולהעמיק בנושא. לעומתם, תלמידים מסוימים טענו כי התוכנית חזרה על עצמה והייתה ארוכה ומייגעת. חלק מן הילדים חשב כי התוכנית הייתה ארוכה מידי, הם הרגישו כי היא התפרסה על כל השנה וכי הם הבינו את המסר לאחר מפגש אחד או שניים ולאחר מכן הנושאים חזרו על עצמם: "משהו כמו חודשיים... לדעתי זה יותר מדי... אני הפנתי את זה כבר אחרי כמה שיעורים והם סתם המשיכו לדחוף..."

נושא נוסף שעלה, הוא תזמון התוכנית. מתוך הראיונות עולות הצעות מעניינות כגון עריכת המפגשים בימי שישי (כיוון שזהו יום בו מתקיימות מסיבות בדרך כלל) או עריכת המפגשים לקראת סוף השנה על מנת להותיר השפעה על הילדים העולים לחטיבת הביניים: "לדעתי אולי כל יום שישי כי יש את הבת מצוות וזה יכול להיות זמן טוב לפני שיש מסיבה באיזה מוצדק..."

י. פוטנציאל להשפעה

שינוי בהתנהגות התלמידים בעקבות התוכנית

מתוך הראיונות עולה האמביוולנטיות ביחס להשפעת התוכנית על התלמידים. כך, בעוד שחלק גדול מן התלמידים מאמין כי לתוכנית השפעה חיובית וכי יחס התלמידים רכשו מודעות כלפי אלכוהול, הם אינם בטוחים האם השינוי יבוא לביטוי במבחן המציאות: "...הם (התלמידים) כבר ידעו שזה רע והם יזכרו שכבר למדו, אבל סביר להניח שהם לא עושים... אז זה לא (יהיה שיוף). מצטיינת ישתנו... מצטיינת שהם רציניים והם ישתנו..."

מן הראיונות עולה כי על אף אפקט ההרתעה וההפחדה לא יהיה שינוי מהותי בקרב התנהגות תלמידים בעתיד. התלמידים מאמינים כי ילדים אשר מלכתחילה היו בעלי יחס שלילי כלפי אלכוהול יישארו בגישה זו, אך הילדים אשר התנסו כבר באלכוהול או אשר יחסם כלפי אלכוהול הינו חיובי, לא יגלו שינוי ביחסם בעקבות התוכנית: "אם יש כאלה שלא מבינים... אז הם ככלל לא רוצים לדמוך את זה ורוצים לעשות מה שהם רוצים... רק הצרכים שלהם ואיתם לא יהיה שיוף בהתנהגות..."

אחת הטענות שהועלו באשר לחשיבות השפעת התכנית הינה הפוטנציאל לשינוי התנהגות השתייה באופן עקיף עבור אנשים נוספים מסביבת התלמידים, שלא בהכרח היו מעורבים בתכנית: "לדעתי הדברים האנחנו מלמדים זה חשוב כי אם יש לנו חבר דגוף או אח או הורים עושים, אנחנו יכולים להסביר להם מה למדנו... זה לא רק הצרכים – יכול לעזור גם לאחרים..."

הצעות לבניית תוכנית התערבות בנושא אלכוהול

מתוך הראיונות עולה כי מרבית המראיינים היו כוללים בתוכנית התערבות המחשה על ידי אמצעים חזותיים כגון סרטים, מחשבים ותמונות: "הייתי שמה כל מיני סרטים ומספרת להם מה זה יכול לערוס.. איך זה יפיע על האנח והסרטן.."

כמו כן, התלמידים מאמינים כי שימוש בהרצאה והפחדה הינו נכון בתוכניות מסוג זה והינו בעל השפעה נרחבת על דעות התלמידים בנושא אלכוהול: "להראות שזה יכול לסכן להם את החיים, ואני חושבת שצריך קצת להפחיד אותם בשביל שהם יבינו.."

הצעות נוספות להעברת המסר היו שימוש בסיפורים אמיתיים, שיתוף ההורים בתוכנית, משחקים ופעילויות כיפיים ועבודה בקבוצות קטנות יותר ושימוש באמצעי התקשורת ובשחקנים בעלי השפעה על בני נוער: "עדיף להביא מישהו שמתה אלכוהול וקרה לו משהו.. מישהו שספר מהניסיון שלו.. כמו שיש בטלפונים פרסומות סמויות.. שחקנים מפורסמים שכולם יראו.."

התלמידים מבתי הספר בהם התכנית שילבה "הנחיית עמיתים", כלומר שיתוף של תלמידים מהכיתה בהעברת התכנים, הביעו שביעות רצון רבה מכך. הם סיפרו על התרומה של כלי חינוכי זה לשיתוף הפעולה ולהתחברות שלהם למסרי התכנית, כולל המלצה ליישם זאת בבתי ספר נוספים: "אני הכי אהבתי את החלק שהילדים הצבירו... הילדים יש פחות או יותר את המחשבה שלי.. דרך שיכולה יותר לעניין זה שהחברים שלהם מצבירים את הפעילות... יש יותר הקשבה.."

התלמידים מבתי הספר בהם התכנית שילבה "הנחיית עמיתים", כלומר שיתוף של תלמידים מהכיתה בהעברת התכנים, הביעו שביעות רצון רבה מכך. הם סיפרו על התרומה של כלי חינוכי זה לשיתוף הפעולה ולהתחברות שלהם למסרי התכנית, כולל המלצה ליישם זאת בבתי ספר נוספים: "אני הכי אהבתי את החלק שהילדים הצבירו... הילדים יש פחות או יותר את המחשבה שלי.."

בדיקת השפעת התוכנית על התלמידים

התלמידים הציעו דרכים שונות לבדיקת הצלחת התוכנית, אשר נעו משאלונים לבדיקת ידע ועמדות, סקרים אינטרנטיים וטלפונים ועד למעקב אחר בני נוער בזמן מסיבות או אירועים חברתיים: "ללכת בתור אנשים רגילים בשעות שילדים שותים בשרב.. ולראות אם זה השפיע.."

כמו כן, מציעים התלמידים מעקבי המשך אחר התלמידים שעברו את התוכנית ואף מעקב בגילאים מאוחרים יותר על מנת לבדוק את השפעת התוכנית בגיל ההתבגרות: "הייתי חוזר על החומר כמו שבאתם אלינו עוד פעם עם השאלון לראות מה אנחנו מבינים. ולראות את זה ארבע שנים, אפילו כל חודש.. ולראות עוד תוכנית שמתאימה ליותר בוגרים ואז לראות שאלון כמו שציתם ולראות בו האם הם שותים ולמה.."

טבלה מס' 9: סיכום ממצאים והמלצות מניתוח ראיונות של התלמידים

סיכום ממצאים מתוך ראיונות וקבוצות מיקוד של התלמידים	
- בני נוער רבים אינם שומרים על בריאותם מבחינה תזונתית וספורטיבית וכן מבחינת התנהגויות סיכון כגון שתיית אלכוהול ועישון. - בשעות הפנאי בני נוער מרבים לעסוק בפעולות הקשורות במדיה (מחשב/טלביזיה), פעילויות ספורטיביות ומפגשים חברתיים. - לבית הספר השפעה על אופי פעילויות הפנאי של בני נוער.	עמדות כלפי התנהגויות סיכון בקרב בני נוער
- המשתתפים מכירים אנשים שהתנסו בשתייה מתוך היחשפות לאנשים ברחוב ומתוך סיפורים של חברים. - התלמידים מבינים את הנזקים הגופניים והנפשיים של שתיית אלכוהול בגיל צעיר ותופסים את הגורמים המביאים להתנסות בשתייה בגילאים צעירים קשורה בלחץ חברתי. - התלמידים מתארים שתי קבוצות מנודות אשר חברה מועדים לשתייה בגיל צעיר: ילדים חלשי אופי, הנכנעים ללחץ החברתי או ילדים פרחים ומופרעים ובלתי אחראים. - הסכמה גורפת על כך כי ילדים העוסקים בספורט אינם שותים. בנוסף, ילדים שאינם שותים הם אחראים, בוגרים, בעלי ביטחון עצמי וחברים. - מאפיינים אישיים וסביבתיים משפיעים על נטייתם של בני נוער לשותות: בני נוער בעלי ביטחון עצמי ובעלי סביבה משפחתית המשמשת דוגמה חינוכית טובה.	עמדות כלפי שתיית אלכוהול
הציפיות מן התוכנית היו רכישת ידע ומודעות בנושאים הקשורים לשתיית אלכוהול, הורדת שיעורי התלמידים השותים ורכישת כלים להתמודדות עם לחץ חברתי לשתייה בגיל צעיר.	יעדים ומטרות של התכנית

- מרבית התלמידים הרגישו כי התוכנית התאימה לגילם. עם זאת, הדגישו את חשיבות תוכניות מניעה והתערבות גם בגילאים מבוגרים יותר. - חלק מן התלמידים הרגישו כי התוכנית אינה מתאימה בתכניה והרגישו כי מוקדם מידי בגילם לדבר על שתיית אלכוהול.	קהל היעד והתאמת התכנית
התלמידים הפגינו ידע לגבי סוגי האלכוהול, מרכיביהם, וכן הביעו את תפיסתם לגבי השפעותיו השליליות על הגוף ועל ההתנהגות וכן לגבי השפעותיו החיוביות.	הקניית ידע על שימוש לרעה בשתיית אלכוהול
- הצורות בהן מתמודדים בני נוער עם חשיפה לאלכוהול כוללות הימנעות מסיטואציות הכוללות שתייה חברתית, ניסיונות לסייע ולהניא אחרים מלשתות וקריאה לעזרה מצד מבוגר. - התלמידים מדגישים את חשיבות העמידה מול הלחץ החברתי. לעיתים מפקפקים ביכולתם לעמוד אל מול לחץ זה.	הקניית מיומנויות חברתיות (אחריות אישית, קבלת החלטות)
- תחושות חיוביות ביחס לתוכנית. התלמידים מדווחים על תחושת ביטחון בשל תשומת הלב אליהם ואל נושא האלכוהול. כמו כן, העריכו את הידע והמודעות שרכשו בעקבות התוכנית. - הפעילויות האהובות ביותר כללו: סרטים, משחקים וסיפורים אמיתיים מן השטח. - שיתוף הפעולה והעבודה בקבוצות תרמו לחיבור התלמידים אל התוכנית. - מבין התכנים השונים, מבקשים התלמידים העמקה בנושא האלכוהול, מרכיביו, השפעותיו על הגוף וההתנהגות וכן בנושא התמודדות עם הלחץ החברתי לשתיית אלכוהול. - התלמידים מדווחים כי הגורמים שהפריעו להעברת התוכנית היו חוסר שיתוף הפעולה מצד התלמידים וקשיי המורים לשמור על סדר ולגייס את התלמידים לעבודה. - כמו כן, ביקורת מצד המורים כלפי התלמידים והאשמתם בשתיית אלכוהול, הביאה לתחושת אשמה וכעס ולקושי להתחבר אל התוכנית.	תפיסות התלמידים את התכנית
- הראיונות מראים כי התוכנית הגבירה את סקרנותם של התלמידים והעלתה את מודעותם ואת הביקורתיות כלפי האלכוהול, השלכותיו הפיזיות והנפשיות ואל שכיחות התופעה בקרב ילדים ובני נוער. - המידע והחשיפה לנושא השתייה גרם לרגשות שונים שהבולטים ביניהם היו פחד וחרדה מפני השלכות האלכוהול ואל הזדהות והתבוננות עצמית כלפי התנהגותם בחברה ואל מול לחץ חברתי. - התוכנית תרמה לתחושת ביטחון ולהרגשה כי בית הספר דואג להם ועושה מאמצים על מנת להפחית את תופעת השתייה בקרב התלמידים וכן, סייעה ברכישת כלים להתמודדות עם לחץ חברתי.	הערכת התכנית
- במרבית בתי הספר, נושא האלכוהול דובר באופן כללי טרם התוכנית והתוכנית הוצגה בפני התלמידים. - התלמידים דיווחו כי הרגישו שמחה והתרגשות בשל תשומת הלב אל נושא האלכוהול. כמו כן, חשו גאווה ותחושת אחריות על כך שדעתם חשובה ומעורבת. - היו מספר התנגדויות בקרב חלק מן התלמידים. ניכר כי הנושא העלה מבוכה, אי נוחות וחרדה כיוון שנתפס כרחוק ולא מוכר.	הכנה לקראת התכנית
במרבית בתי הספר, היועצת העבירה את התוכנית. בחלק מבתי הספר השתתפו גם מורים	מעבירי

מקצועיים מתחומי המדע והטבע. - התלמידים מסכימים על כך כי היועצת או המחנכת הן הדמויות המתאימות להעביר את התוכנית כיוון שהן קרובות לתלמידים והם מרגישים עימן בנוח. - כמו כן, ידע וניסיון בנושא חשובים לתלמידים כתכונות של מעבירי התוכנית, כמו גם סמכות והיכולת לגייס את התלמידים לעבודה קבוצתית.	התכנית
- מרבית המרואיינים טענו כי מאמינים שיש לערב ולשתף את ההורים בנושא מניעת אלכוהול וחושבים כי רצוי שיהיה שיתוף פעולה בין הוריהם לבין בית הספר. - מרבית המרואיינים מדווחים כי ההורים היו חסרים בתוכנית זו וכי לא אורגנה פעילות אשר כללה אותם. הם היו מעוניינים לשתף את ההורים בתוכניות מסוג אלו במסגרת בית הספר. עם זאת, אינם מאמינים כי הוריהם יסכימו להשתתף גם במידה והתוכנית תכלול אותם. - בבתי הספר שקיימו פעילות הורית, עולים דיווחים על שיתוף פעולה מלא של ההורים ובני משפחה אחרים ועל שביעות רצון גבוהה מן המפגש.	מעורבות הורים
- משך זמן התכנית השתנה בין בתי הספר השונים. מרבית התלמידים מדווחים על בין 5-6 מפגשים בפרק זמן של חודשיים-שלושה. - ניכר כי צורת העברת התוכנית השפיעה על רצון התלמידים להמשיך ולהעמיק בתכנים. בבתי ספר בהם התוכנית הועברה בצורה מעניינת ומסודרת, התלמידים טענו כי התוכנית הייתה קצרה מידי ואילו בבתי ספר בהם אל היה שיתוף פעולה של המורים והתלמידים והיה קשה לגייס את התלמידים לעבודה, הם דיווחו כי התוכנית הייתה ארוכה מידי וחזרה על עצמה בתכניה.	תדירות התכנית
- אמביוולנטיות ביחס להשפעת התוכנית על התלמידים. מצד אחד, עולה כי אפקט ההרתעה וההפחדה השפיע על התלמידים, אך עם זאת לא יהיה שינוי מהותי בהתנהגות תלמידים בעתיד ביחס לשתיית אלכוהול. ילדים אשר מלכתחילה היו בעלי יחס שלילי כלפי אלכוהול יישארו בגישה זו, אך הילדים אשר התנסו כבר באלכוהול או אשר יחסם כלפי אלכוהול הינו חיובי, לא יגלו שינוי ביחסם בעקבות התוכנית. - עוד עלתה חשיבות השפעת התוכנית באופן עקיף על אנשים הסובבים את התלמידים: "יש לנו חבר גדול או אח או הורים ששותים, אנחנו יכולים להסביר להם מה למדנו... זה לא רק לעצמנו- יכול לעזור גם לאחרים...".	פוטנציאל להשפעה

7. סיכום ומסקנות

תוכנית המניעה "גדולים ולא שותים" מכוונת לילדים ולבני נוער על סף גיל ההתבגרות, בגילאי 10-12. התוכנית עוסקת במניעה ראשונית של שתיית אלכוהול בקרב קהל יעד זה, ומטרת העל שלה הינה ליצור דיאלוג פתוח עם התלמידים בנושאים הקשורים לחוסן הנפשי ולכישורי ההתמודדות שלהם אל מול פיתויים ולחצים עתידיים. התוכנית "גדולים ולא שותים" עוסקת בארבעה נושאים עיקריים: הבנת סכנות השתייה הלא מבוקרת של אלכוהול, חיזוק האחריות האישית, קבלת החלטות יעילה, הורים כשותפים וכסוכני שינוי מרכזיים. מטרות התוכנית, כפי שהוגדרו ע"י כותבי התוכנית הן: לבסס ידע ברור על הקשר שבין השימוש לרעה בשתיית אלכוהול

לבין הנזקים הגופניים והנפשיים הנגרמים כתוצאה מכך, לעודד את התלמידים לשאת באחריות אישית להימנעות משתייה, לעזור לתלמידים לפתח מיומנויות שיסייעו להם להימנע מלהשתמש לרעה באלכוהול, ולהתנגד לכל סוג של עידוד או לחץ לשימוש בו, לפתח עמדות ביחס לפנייה לעזרה בעת מצוקה.

במחקר הנוכחי נבדקה היעילות של תוכנית "גדולים ולא שותים" כתוכנית למניעת שתיית אלכוהול בקרב בני נוער, על מנת להעריך את תרומתה האפשרית של התוכנית לקידום נושא האלכוהול בקרב בני הנוער. מטרות המחקר היו לבדוק האם התוכנית "גדולים ולא שותים" הובילה לשינוי עמדות התלמידים בנוגע לאלכוהול, שינוי בנורמות סובייקטיביות ביחס לשתיית אלכוהול, שינוי בשליטה עצמית, בתפיסת מעורבות ההורים בנוגע לנושא האלכוהול וברמת הידע בנושא.

המחקר נערך באמצעות שילוב של כלי המחקר השונים, כמותיים ואיכותניים שכלל פגישות עם נציגות משרד החינוך, ראיונות עם אנשי משרד החינוך, מובילי התוכנית (היועצות) ומנהלי בתי הספר; עריכת תצפיות; עריכת ראיונות וקבוצות מיקוד עם התלמידים שהשתתפו בתוכנית וגם העברת שאלון כמותי לתלמידים ולהוריהם.

בעת ניתוח הפרוטוקולים האיכותניים, ניתן היה לראות כי נציגי משרד החינוך הביעו את החשיבות של תוכניות התערבות בנושא האלכוהול זאת בכדי לבנות תוכנית לטווח ארוך שתנסה להתמודד עם עולם עולם הנורמות בנוגע לשתיית האלכוהול בקרב בני הנוער.

מתוך ממצאי הראיונות עם מובילי התוכנית ניתן להסיק כי

ניתוח הראיונות וקבוצות המיקוד עם התלמידים מחזק את חשיבותם.... התלמידים הביעו הערכה כלפי התוכנית שעוררה עניין ושיח חשוב מבחינתם.

ממצאי המחקר הכמותי בקרב התלמידים מלמד כי התוכנית "גדולים ולא שותים" עומדת בחלק גדול מהמטרות שהציבה לעצמה. השתתפות התלמידים בתוכנית זו הובילה לשינוי עמדות ביחס לשתיית אלכוהול בהשוואה לקבוצת הביקורת, הובילה לשינוי בנורמות הסובייקטיביות שלהם, בתפיסת שליטתם העצמית, בהעלאת הידע בכל הנוגע לאלכוהול והסכנות הטמונות בו.

בעוד שבקבוצת הביקורת ניכר כי שבדק את עמדותיהם, הנורמות וה... של. בכל הנוגע לעמדותיהם, הנורמות הסובייקטיביות בין תפיסות תלמידים לעומת התלמידות. וה... נמצא שחל שיפור לפני התוכנית לעומת אחריה. כאשר נערכו מבחנים לבחינת הבדלים מגדריים במשתני המחקר נמצא, כי אין קשר מובהק סטטיסטית בין המשתנים עמדות, נורמות... כלפי שתיית אלכוהול בין בנים לבנות.

הספרות המקצועית מחזקת את העמדה כי מעורבותם של ההורים בתוכניות התערבות חשובה להצלחתה לפיכך, למדגם התלמידים נוספו הורים שהשתתפו בתוכנית. ממצאי המחקר בקרב ההורים מלמד כי

כאשר

ממצאים אילו של המחקר הנוכחי הכמותי והאיכותני מעלים מסקנות אפשריות והמלצות לפיתוח והמשך תוכניות דומות גם בעתיד. ראשית, יש לציין לחיוב כי הן בשאלון הכמותי והן בחלק האיכותני התוכנית התקבלה באופן חיובי על ידי התלמידים והוריהם. נקודה נוספת לחיוב היא כי מהמחקר עולה שנושא תוכניות ההתערבות המשלבות את ההורים בפעילויות התוכנית, נתפסות על ידי התלמידים באור חיובי.

לסיכום, חשוב לציין כי תוכנית התערבות כמו "גדולים ולא שותים" המועברת בכיתות ה' ו' ועוסקת בדפוסי התנהגויות סיכון כמו שתיית אלכוהול....

8. המלצות להמשך

ההמלצות לפיתוח קריטריונים להערכת תוכנית "גדולים ולא שותים" מבוססת על מספר מישורים. במישור התוכני התוכנית גדולים ולא שותים מתאימה לגילאי ה' ו' בלבד. יש לציין שלא נבדקה בכיתות הגבוהות יותר לפיכך מומלץ להמשיך עם תוכנית זו החל מכיתות ה'. זאת מכיוון שלא נמצאו הבדלים משמעותיים בין תלמידי כיתות ה' ו'. (התאמה גם וגם) המדגם הנוכחי עסק באוכלוסיה יהודית חילונית יש לבחון האם התוכנית כוללת בתוכה מרכיבי התאמה אישית לאוכלוסיות שונות כמו חרדים, ערבים, או החינוך המיוחד וספק אם התוכנית הקיימת פונה אליהן.

9. רשימת מקורות

בר-המבורגר, ר., אזרחי, י., רויזנר, א., ונירל, ר. (2009). השימוש בחומרים פסיכו אקטיביים בקרב תושבי מדינת ישראל 2009; מחקר אפידמיולוגי VII.

הראל-פיש, י., אלנבוגן-פרנקוביץ, ש., מולכו, מ., אבו-עסבה, ח., וחביב, ג. (2002). נוער בישראל - רווחה חברתית, בריאות והתנהגויות סיכון במבט בינלאומי. ג'וינט-מכון ברוקדייל, המרכז לילדים ולנוער. המחלקה לסוציולוגיה ולאנתרופולוגיה, אוניברסיטת בר-אילן.

הראל-פיש, י., טילינגר, א., ומולכו, מ. (2003). נוער בישראל: בריאות, רווחה נפשית וחברתית, ודפוסי התנהגויות סיכון. סיכום ממצאי המחקר הארצי השלישי (2002) וניתוח מגמות בין השנים 1994-2002. רמת גן: אוניברסיטת בר אילן.

הראל-פיש, י., קורן, ל., פוגל-גרינולד, ח., בן-דוד, י., ונווה, ש. (2009). נוער בישראל: בריאות, רווחה נפשית וחברתית, ודפוסי התנהגויות סיכון. סיכום ממצאי המחקר הארצי החמישי (2006) וניתוח מגמות בין השנים 1994-2006. רמת גן: אוניברסיטת בר-אילן.

Barnes, G.M., Michael, P.F., & Sarbani B. (1994). Family Influence on Alcohol Abuse and Other Problem Behaviors among Black and White Adolescents in General Population Sample. *Journal of Research on Adolescence*, 4, 183-201.

Bobo, J.K., & Husten, C. (2000). Socio-cultural influences on smoking and drinking.

Alcohol Research & Health, 24, 225-232.

Centers for Disease Control and prevention (CDC). (2000). Youth Risk Behavior Surveillance- United States. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 49, 1-94.

Centers for Disease Control and prevention (CDC). (2008). Youth Risk Behavior Surveillance- United States, 2007. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 57, 1-35.

D'Amico, E.J., & McCarthy, D.M. (2006). Escalation and initiation of younger adolescents' substance use: The impact of perceived peer use. *Journal of Adolescent Health*, 39, 481-487.

- Donohew, L., Lorch, E. L. & Palmgreen, P. (1998). Application of a theoretic model of information exposure to health interventions. *Human Communication Research*, 24 (3), 454-468.
- Feldman, L., Harvey, B., Holowaty, P., & Shortt, L. (1999). Alcohol use beliefs and behaviors among high school students. *Journal of Adolescent Health*, 24, 48-58.
- Fisher, L.B., Miles, I.W., Austin, S.B., Camargo, C.A., Colditz, G.A. (2007). Predictors of initiation of alcohol use among US adolescents: findings from a prospective cohort study. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 161, 959-966.
- Gaughan, M. (2006). The Gender Structure of Adolescent Peer Influence on Drinking. *Journal of Health and Social Behavior*, 47, 47-61.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. Newbury Park, CA: Sage.
- Heffernan, T.M., & Bartholomew, J. (2006). Does excessive alcohol use in teenagers affect their everyday prospective memory? *Journal of Adolescence Health*, 39, 138-140.
- Hingson, R.W., Heeren, T., & Winter, M.R. (2006). Age at drinking onset and alcohol dependence: age at onset duration and severity. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 160, 739-746.
- Johnston, L.D., O'Malley, P.M., Bachman, J.G., & Schulenberg (2007). Monitoring the future national results on adolescent drug use: overview of key findings, 2006. Bethesda, MD: National Institute on Drug Abuse.
- Licanin, I., & Redzic, A. (2005). Alcohol abuse and risk behavior among adolescence in larger cities in Bosnia and Herzegovina. *Medicine Archive*, 59, 164-167.
- McBride N., Midford, R. & Cameron, I. (1999). An empirical model for school health promotion: The Western Australia school health project model. *Health Promotion International*, 14, 17-25.
- Negreiros, J. (1997). Theoretical orientations in drug abuse prevention research. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 1(2), 135-142.

- Pagan, J.L., Rose, R.J., Viken, R.J., Pulkkinen, L., Kaprio, J., & Dick, D.M. (2006). Genetic and environmental influences on stages of alcohol use across adolescence and into young adulthood. *Behavior Genetics*, 36, 483-497.
- Rinkdskopf, D., Saxe, L. (1997). Zero effects in substance abuse programs: Avoiding false positives and false negatives in the evaluation of community-based programs. *Evaluation Review*. 22(1). 78-94.
- Swahn, M.H., Simon, T.R., Hammig, B.J., & Guerrero, J.L. (2004). Alcohol-consumption behaviors and risk for physical fighting and injuries among adolescent drinkers. *Addictive Behaviors*, 29, 959-963.
- Terry, D.J., Gallois, C., & McCamish, M. (1993). *The theory of reasoned action*. Pergamon Press.
- Townshend, J.M., Duka, T. (2005). Binge drinking, cognitive performance and mood in a population of young social drinkers. *Alcohol Clinical and Experimental*, 29, 317-325.
- Van der Vorst, H., Engels, R. (2006). Parental attachment, parental control, and early development of alcohol use: a longitudinal study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 20, 107-116.
- White, D. & Pitts, M. (1998). Educating young people about drugs: A systematic review. *Addiction*, 93(10), 1475-1487.
- Windle, M. (2003). Alcohol Use Among Adolescents and Young Adults. *Alcohol Research & Health*, 27, 79-85.
- Winqvist, S., Jokelainen, J., Luukinen, H., & Hillbom, M. (2006). Adolescents' drinking habits predict later occurrence of traumatic brain injury: 35-year-follow-up of the northern Finland 1966 birth cohort. *Journal of Adolescent Health*, 39, 1-7.
- World Health Organization (WHO) (2009). What is a health-promoting school?
www.who.int/school_youth_health/gshi/hps/en/index.html (תאריך כניסה 28.4.09)

מסכים במידה רבה	מסכים	מסכים במידה מועטה	לא מסכים		
-----------------	-------	-------------------	----------	--	--

Yanai, J. & Weiss, S. (1994). Drug abuse primary prevention research programs among Jewish youth in Israel: a review. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 1(1), 49-58.

10. נספחים:

נספח א': שאלון תלמידים "גדולים ולא שותים"

4	3	2	1	אצל התלמידים הבוגרים משקה אלכוהולי הוא הדרך הבטוחה למסיבה מוצלחת	1
4	3	2	1	שתיית אלכוהול מהנה	2
4	3	2	1	אם אשתה אלכוהול, יהיו לי יותר חברים	3
4	3	2	1	שתיית אלכוהול תעזור לי להעלות את הביטחון העצמי שלי	4
4	3	2	1	אני מאמין, כי שתיית אלכוהול תגרום לי להרגיש חופשי יותר עם בני המין השני	5
4	3	2	1	בביה"ס שוחחו איתנו בעבר על נושא האלכוהול	6
4	3	2	1	אין כל רע בכך שמשתכרים מדי פעם	7
4	3	2	1	לדעתי בית הספר לא צריך להתערב במה שילדים עושים אחרי זמן הלימודים	8
4	3	2	1	אנשים ששותים אלכוהול הם אנשים שכיף להיות איתם	9
4	3	2	1	אני ארגיש לא נעים אם במסיבה כולם ישתו אלכוהול ואני לא	10
4	3	2	1	אני מרגיש מספיק בטוח בעצמי לסרב לשתות אלכוהול	11
4	3	2	1	אני חושב שלהתקשר למבוגר שיבוא לעזור במקרה שחבר השתכר וחש ברע נחשב למעשה טוב	12
4	3	2	1	אני חושב שלא לשתות במסיבה יפגע במקובלות החברתית שלי	13
4	3	2	1	כשאני רואה אנשים שיכורים אני חושב שהם מתנהגים בטיפשות	14
4	3	2	1	אני חושב שנער שנוהג להשתכר בתדירות גבוהה זקוק לעזרה	15
4	3	2	1	זה לא נורא לשתות משקה אלכוהולי אחד במסיבה	16
4	3	2	1	אני חושב שלאנשים שיכורים יש סיכוי גבוה לעשות דברים שאחר כך הם יתחרטו עליהם	17
4	3	2	1	זה לא עניינם של ההורים אם ילדים שותים במסיבות	18
4	3	2	1	אם כל החברים שלי שותים אלכוהול במסיבה, גם אני אשתה	19
4	3	2	1	יהיה לי קשה לשתות אלכוהול, אם כולם מסביבי שותים	20
מסכים במידה רבה	מסכים	מסכים במידה מועטה	לא מסכים		

4	3	2	1	21	אם חבר יציע לי משקה אלכוהולי, אסרב לו
4	3	2	1	22	אני מרגיש שיש לי את הכוח לסרב לשתיית אלכוהול, למרות שכולם מסביבי שותים
4	3	2	1	23	אני מרגיש שגם אם כל החברים לוחצים עליי, אני יכול לסרב לשתות אלכוהול
4	3	2	1	24	זו החלטה שלי אם לשתות אלכוהול במסיבה או לא
4	3	2	1	25	אם אראה את חבריי שותים, אומר להם שלדעתי הם עושים טעות
4	3	2	1	26	אני מעוניין שהוריי יהיו שותפים לתוכניות המועברות בבית הספר בנושא אלכוהול
4	3	2	1	27	ההורים שלי הסבירו לי בבית על הסכנות הקיימות בהתנהגויות סיכון כמו שתיית אלכוהול
4	3	2	1	28	ההורים שלי משוחחים איתנו בבית על שתיית אלכוהול בקרב צעירים
4	3	2	1	29	להורים שלי אין כל בעיה עם זה שבני נוער שותים אלכוהול
4	3	2	1	30	ההורים שלי קוראים לי לצפות בתוכניות טלוויזיה שמדברות על האלכוהול בקרב הצעירים
4	3	2	1	31	לפני שאני יוצא לבלות, ההורים שלי מזהירים אותי לגבי שתיית אלכוהול
4	3	2	1	32	אני חושב שכולם מגזימים ואין בעיה עם נושא האלכוהול בקרב צעירים
4	3	2	1	33	הייתי רוצה שהוריי ישוחחו איתי לגבי שתיית האלכוהול בקרב הצעירים
4	3	2	1	34	ההורים שלי מעולם לא שוחחו איתי על נושא האלכוהול
4	3	2	1	35	אם ההורים שלי שותים גם אני יכול
4	3	2	1	36	אני מספר להורים שלי הכול, גם דברים רעים
4	3	2	1	37	חשוב שהורים ידעו עם מי, היכן ואיך מבליים ילדיהם
4	3	2	1	38	ההורים לא תמיד יודעים מה קורה לילדיהם, ולכן אינם יכולים לעזור להם
4	3	2	1	39	אסור להורים לאפשר שתיית אלכוהול באירועים משפחתיים

קרא בעיון כל אחד מההיגדים וסמן את התשובה הנכונה בעינייך

לא נכון	נכון	
		1. אלכוהול הוא סם
		2. אלכוהול הוא חומר מעורר
		3. אלכוהול משפיע בראש ובראשונה על המוח
		4. אלכוהול מרווה צימאון
		5. אלכוהול גורם לאלימות
		6. אלכוהול מחמם
		7. אלכוהול פוגע בריכוז, בלמידה ובשיפוט
		8. מתבגרים מתמכרים מהר יותר לאלכוהול ממבוגרים מכיוון שגופם עדיין בתהליך צמיחה
		9. חשיפה רבה לאלכוהול בראשית גיל ההתבגרות עשויה לגרום לפגיעה בזיכרון
		10. מותר למכור אלכוהול לקטינים בתנאי שהוא ארוז בשקית
		11. כמות גדולה של אלכוהול וברצף עלולה להוביל לאובדן הכרה ואף למוות
		12. בנות משתכרות מהר יותר מבנים
		13. כשמערבבים משקאות אז ההשפעה של אלכוהול חזקה יותר

נספח ב': פרוטוקול הנחיית הראיון

פתיחה: הצגת שם המנחה ותיאור כללי של המחקר:

שלום, שמי... באתי לדבר איתכם על התכנית שעברתם בנושא שתיית אלכוהול. תוכנית המניעה "גדולים ולא שותים" מכוונת לילדים ולבני נוער על סף גיל ההתבגרות, בגילאי 10-12. התוכנית עוסקת במניעה של שתיית אלכוהול, ומטרתה הינה ליצור דיאלוג פתוח עם התלמידים בנושאים הקשורים לחוסן הנפשי ולכישורי ההתמודדות שלהם אל מול פיתויים ולחצים עתידיים. התוכנית "גדולים ולא שותים" עוסקת בארבעה נושאים עיקריים: הבנת סכנות השתייה הלא מבוקרת של אלכוהול, חיזוק האחריות האישית, קבלת החלטות יעילה, הורים כשותפים וכסוכני שינוי מרכזיים.

הבטחת אנונימיות: יאמר לתלמידים כי תשובותיהם נרשמות ללא סימן זיהוי שלהם או אזכור של שם הכיתה או כל סימן זהות אחר.

רקע כללי לפתיחה-

האם לדעתכם בני נוער שומרים על בריאותם? באיזה אופן?

במה בדרך כלל בני נוער עוסקים בשעות הפנאי?

עמדות כלפי התנהגויות סיכון

מה אתם חושבים על התנהגויות מסוכנות בגילכם? ומהן?

האם בביה"ס הועברה תוכנית שעוסקת בהתנהגות מסוכנת? איזה? מה דעתכם עליה?

עמדות כלפי שתיית אלכוהול

האם לדעתכם שתיית אלכוהול מתחת לגיל 18 מסוכנת? באיזה אופן?

האם אתם חושבים שיש בעיה עם שתיית אלכוהול ובני נוער?

האם אתם מכירים חברים שהתנסו בשתיית אלכוהול? מה דעתכם עליהם?

יש כאילו שמנסים לשתות וכאילו שלא? מהם לדעתכם התכונות שיש באילו שבחרים לא לשתות ובאילו שכן?

במה אתם חושבים ששתיית אלכוהול עוזרת?

באילו מקומות אתם חושבים שבני נוער שותים?

יעדים ומטרות של התוכנית גדולים ולא שותים

מה הייתם מצפים מהתוכנית גדולים ולא שותים?

קהל היעד והתאמת התוכנית

האם אתם חושבים שמתאים בגילכם להעביר תוכניות העוסקות בנושא אלכוהול?

אתם חושבים שתוכנית כמו גדולים ולא שותים מתאימה לגילכם? אם כן לאיזה גיל?

האם אתם חושבים שתוכנית כזו היא זו דרך טובה להעביר מסרים בנוגע לשתיית אלכוהול?

האם מה שאתם חושבים נמצא בתוכנית גדולים ולא שותים? האם יש משהו שחסר לכם?

הקניית ידע על שימוש לרעה בשתיית אלכוהול

מה זה לדעתכם אלכוהול, ממה הוא מורכב?

האם לדעתכם יש נזקים שיכולים להיגרם כתוצאה משתיית אלכוהול לבני נוער מתחת לגיל 18? (גופניים ונפשיים, לבקש דוגמאות).

הקניית מיומנויות כמו (אחריות אישית, קבלת החלטות)

נסו לדמיין שחבר מבקש מכם לנסות לשתות אלכוהול במסיבת בר מצווה, מה הייתם עושים? בהנחה שזהו החבר הכי טוב שלכם? איך הייתם נוהגים?

תוכלו לאפיין לי דמות של נער שלא שותה אלכוהול, וזה שכן... (ספורטאי, מקובל, ערס, דחוי, מסכן...), אם תהיו במסיבה, וכולם ישתו אלכוהול, כיצד אתם חושבים שתנהגו? מה תגידו? מה תעשו?

תפיסות התלמידים את התוכנית גדולים ולא שותים

מה דעתכם על שם התוכנית "גדולים ולא שותים" מה זה אומר מבחינתכם? מה אהבתם בתוכנית?

לאיזה חלק מהמרכזים התחברתם? (דילמות, ניתוח פרסומות, הסרט, פעילות עם ההורים?) האם היה משהו בתוכנית שלא אהבתם?

על איזה נושאים מהתוכנית הייתם מעוניינים להמשיך לשוחח.

האם הרגשתם שהיה חלק בתוכנית שלא התאים לגיל שלכם?

איך החברים שלכם הרגישו בתוכנית? כמוכם? אחרת?

הערכת התוכנית

מה אתם חושבים על מרכזי הלמידה של התוכנית? באיזה מרכז הרגשתם סקרנים, מתעניינים?

האם הרגשתם שהתוכנית גרמה לכם להתלבט בנושא של שתיית אלכוהול? באיזה אופן?

האם הרגשתם שהתוכנית לימדה אתכם נושאים חדשים שלא ידעתם? מידע חדש?

האם חשתם שהתוכנית גרמה לכם לרצות להתנסות בשתיית אלכוהול?

האם הרגשתם שהתוכנית גדולים ולא שותים גרמה לכם לרגשות מסוימים? אילו?

הכנה לקראת התוכנית

האם שוחחתם בכיתה על התוכנית לפני שהתחילה? איך הרגשתם שהמחנכת העלתה את הנושא?

לחץ? מבוכה? שמחה? הקלה? אילו רגשות עלו?

מעבירי התוכנית

מי העבירה את התוכנית בכיתתכם?

האם אתם חושבים שהדמות מתאימה להעביר את התוכנית או שהייתם חושבים על דמות אחרת שמתאימה יותר?

מעורבות הורים

באיזו מידה אתם חושבים שההורים צריכים להיות מעורבים בנושא?

האם הייתה לכם פעילות עם ההורים?

האם ההורים הגיעו למפגש?

מה הרגשתם בפעילות עם ההורים?

האם שוחחתם עם הוריהם על הנושא בעקבות הפעילות ?

תדירות התוכנית

בכמה שיעורים הועברה התוכנית? לדעתכם זה הרבה מידי? מעט מידי?

כמה שיעורים אתם חושבים שכדאי להקדיש לנושא?

פוטנציאל להשפעה

האם לדעתכם בעקבות התוכנית יחול שינוי בהתנהגות התלמידים בנוגע לשתיית האלכוהול?

מה לגבי החברים שלכם? אתם חושבים שיחול שינוי אצלם? באיזה אופן?

איזה תוכנית לדעתכם תשפיע על בני נוער שלא לשתות אלכוהול? מה צריך להיות בה?

נגיד והייתה ניתנת לכם הזדמנות לבנות תוכנית למניעת שתיית אלכוהול , מה הייתם מתכננים בה?

איך לדעתכם אפשר לבדוק הצלחה של תוכנית כמו גדולים ולא שותים?