



משרד החינוך  
לשכת המדען הראשי

# סקירת מחקר יומית

## לפניכם סקירה של מחקרים נבחרים ועדכניים על חינוך

הרלוונטיים לתקופה זו שביצעה לשכת המדען הראשי של משרד החינוך

### << תקציר הסקירה במבט רחב

למשבר האקלים, בהווה ובעתיד, יש השפעה החורגת מתנאי המחיה הפיזיים על פני כדור הארץ. לידיעה אודות המשבר ולחרדה המתלווה לחשיפה לתוצאות הרוח האסון האפשריות של המשבר, יש גם מחיר פסיכולוגי. מחיר זה מודגש בקרב ילדים ונוער.

הסקירה היומית של לשכת המדען הראשי במשרד החינוך מציגה שני מאמרים העוסקים בהיבט הפסיכולוגי והחברתי של משבר האקלים ואסונות טבע. **המאמר הראשון**, סוקר את הידוע עד כה במחקר על חוויתם של ילדים ונוער בעקבות חשיפה למשבר האקלים. נראה שלפעולה אקטיבית בנושא יש תרומה חיובית לשלומותם של ילדים ונוער. **המאמר השני**, בוחן כיצד מושפעות קהילות שעברו אסון טבע, מה הן ההשפעות על בני נוער בקהילות אלה, וכיצד ניתן לסייע לקהילות במצבים שכאלו.

#### 1. ההשפעות הפסיכולוגיות של משבר האקלים על ילדים

למשבר האקלים, בהווה ובעתיד, השפעה פסיכולוגית על ילדים ונוער. תופעות של חרדה ודחק בעקבות חשיפה למשבר עשויות להתרחש. סקירת ספרות זו מצאה קשר בין פעילות של ילדים ונוער ביחס למשבר ושלומותם הנפשית.

#### 2. אסונות אקולוגיים ובריאות נפשית: גורמים, תוצאות והתערבויות

קהילות שנפגעות מאסון טבע חשופות לפגיעה חברתית ופסיכולוגית מתמשכת. במאמר מוצגים השלבים שקהילה עוברת בעקבות אסון טבע, הסכנות שילדים ונוער חשופים אליהן בשלבים השונים, והמלצות לסיוע לקהילות.

שותפים בכתיבה: בושריאן, ע., קפלן, ר., בוברובסקי, ע.



לסקירות  
קודמות



הרשמה  
לתפוצה בוואטסאפ



הרשמה  
לתפוצה במייל



משרד הבריאות  
לשכת המדען הראשי

## השפעות הפסיכולוגיות של משבר האקלים על ילדים<sup>1</sup>

**<< תקציר:** למשבר האקלים, בהווה ובעתיד, השפעה פסיכולוגית על ילדים ונוער. תופעות של חרדה ודחק בעקבות חשיפה למשבר עשויות להתרחש. סקירת ספרות זו מצאה קשר בין פעילות של ילדים ונוער ביחס למשבר ושלומותם הנפשית.

בין יתר מופעיו של משבר האקלים, הולכת ועולה התכיפות של אירועי מזג אוויר קיצוני. הקונצנזוס בקרב מדעני אקלים הוא כי אירועים מסוג זה יהפכו לתכופים יותר ככל שתמשך מגמת ההתחממות הגלובאלית. מחקרים קודמים קבעו כי, מעבר להשפעה המיידית שיש לאסונות טבע על חייהם ורווחתם של בני אדם, קיימת השפעה פסיכולוגית שלילית לחשיפה אליהם. השפעה זו מודגשת בכל הנוגע לרווחתם של ילדים. במאמר שהתפרסם בשנת 2018 בכתב עת המוקדש לרפואת הנפש, הוצגה סקירה של הספרות המחקרית אודות השפעה זו ואודות הדרכים להתמודד עימה.

על פי הסקירה, ילדים שנחשפים לאירועי מזג אוויר קיצוני נמצאים בסיכון לשלל השפעות פסיכולוגיות שליליות. ראשית – הם בסיכון של בין 15%–30% לפתח פוסט טראומה (PTSD). הם גם בסיכון לפיתוח שלל התמודדויות נפשיות אחרות – חרדה, פוביה, הפרעות שינה, בעיות בהתקשרות, דיכאון ושימוש בחומרים ממכרים. גם ילדים שלא ילקו בתופעה חמורה, עשויים לסבול מהתפתחות לקויה שמובילה למחלות כרוניות כגון אסטמה. ילדים אלו פגיעים יותר לזיהומים ומחלות ויראליות. הורים שנחשפו לאסונות עשויים לפתח גם הם קשיים נפשיים – ואלו בתורם ישפיעו לרעה על בריאותם הנפשית של ילדיהם. זאת משום שאחד מהמנבאים הטובים ביותר לבריאות נפשית של ילד הוא בריאותם הנפשית של הוריו.

הכותבים מציינים כי ילדים כיום חשופים לידיעות חדשותיות ולמידע אודות משבר האקלים המתקרב. חשיפה זו חשובה משום שהם יהיו אלו שייתגייסו להתמודד עם משבר האקלים בהמשך, אולם היא גם מגבירה את החרדה והלחץ הנפשי שלהם. סקרים וראיונות שנערכו בעשור האחרון מצביעים על כך שגם ילדים במדינות מפותחות, שלא נחשפו לאירועי אקלים קיצוני, מדווחים על חששות וחרדות מהעתיד שיביא עימו משבר האקלים.

הכותבים מציינים מספר דרכים שבהן ילדים מתמודדים עם החששות והחרדות הקשורים למשבר האקלים. חלק מדרכי ההתמודדות קשורות בהימנעות ממידע, הדחקה וכיו"ב. עם זאת, נמצאו עדויות הקושרות בין פעולה אקטיבית של ילדים ונוער ביחס לנושא האקלים, תוך מציאת משמעות בעשייה ובפעולה, ובין שלומותם הנפשית (Well-being) של הילדים.

<sup>1</sup> Burke, S. E., Sanson, A. V., & Van Hoorn, J. (2018). [The psychological effects of climate change on children](#). *Current psychiatry reports*, 20(5), 1–8.



משרד החינוך  
לשכת המדען הראשי

## אסונות אקולוגיים ובריאות נפשית: גורמים, תוצאות והתערבויות<sup>2</sup>

**<<תקציר:** קהילות שנפגעות מאסון טבע חשופות לפגיעה חברתית ופסיכולוגית מתמשכת. במאמר מוצגים השלבים שקהילה עוברת בעקבות אסון טבע, הסכנות שילדים ונוער חשופים אליהן בשלבים השונים, והמלצות לסיוע לקהילות.

לפגיעה הפיזית, הנראית לעין, של אסונות טבע בקהילות הנחשפות אליהם, יש להוסיף גם את הנזקים הפסיכולוגיים והחברתיים. החוקרים מורגנשטיין ואורסנו סקרו את הידוע מהספרות המחקרית על הסכנות בעקבות אסונות אקלימיים, ועל ההתמודדות של קהילות עימם.

ניתן לחלק את ההשפעות הפסיכולוגיות והחברתיות של אסונות טבע לשלושה חלקים: (1) פגיעה תפקודית, כגון קשיי שינה, עצבנות, התבודדות והמנעות מחברה ותחושת חוסר בטיחות. (2) התנהגויות סיכון: עישון, צריכת אלכוהול מוגזמת וכיו"ב, (3) פגיעות נפשיות: פוסט טראומה, דיכאון, חרדה ועוד.

פגיעות אלו עלולות להופיע באופן חמור יותר אצל ילדים ובני נוער. ילדים ובני נוער חשופים גם לרגרסיה לגיל או רמת בגרות קודמת, פגיעה בהישגים האקדמיים, תוקפנות והאשמה עצמית. לעיתים, מציינים החוקרים, תגובות מופנמות של ילדים ובני נוער לא זכות לתשומת לב, ואילו תגובות מוחצנות ואגרסיביות מביאות לצעדי ענישה שרק מחמירים את המצב. נקודה נוספת הנוגעת לילדים ובני נוער, היא תפקידה של המדיה החברתית. החוקרים מציעים להתייחס לנעשה במרחב הוירטואלי שבו נמצאים ילדים ובני נוער, כדי לסייע להם גם שם בהתמודדות בעקבות אסונות.

מורגנשטיין ואורסנו מתארים ארבעה שלבים בהתמודדות של קהילות עם אסונות: (1) **שלב הגבורה:** בשלב זה מתגייסים כולם להתמודדות עם האסון. (2) **שלב "ירח הדבש":** בשלב זה הלכידות החברתית רבה וההשלכות המיידיות של האסון כבר חלפו. (3) **שלב ההתפכחות:** בשלב זה מבינים אנשי הקהילה שההשלכות ארוכות טווח של האסון יוותרו איתם לאורך זמן, ובמקביל מתפוגגת תחושת ההירתמות עם החזרה לשגרה. (4) **שלב הבניה מחדש:** בשלב זה נבנית מחדש השגרה שלאחר האסון והחיים חוזרים אט אט למסלולם הטבעי.

מורגנשטיין ואורסנו מדגישים כי ישנן התערבויות שונות העשויות לסייע לקהילות להתמודד עם אסונות. מודגש, שיש לסייע לקהילות בצורה מותאמת, בכל אחד משלבי ההתמודדות עם האסון. הנטייה הרווחת היא להעניק סיוע משמעותי בשלב ההתמודדות הראשוני אבל לא להמשיך בשלב ההתפכחות והבנייה מחדש. נטייה זו פוגעת בסיכוי לחזור לשגרה בצורה בריאה.

<sup>2</sup> Morganstein, J. C., & Ursano, R. J. (2020). [Ecological disasters and mental health: causes, consequences, and interventions](#). *Frontiers in psychiatry*, 11, 1.