

התנהגות אובדנית בקרב בני נוער להט"ב

ד"ר חנה בר יוסף – הוועדה למניעת התאבדויות
בשיתוף ד"ר יעקב אזרחי - חברת מרטנס הופמן
(ייעוץ מדעי, ביצוע וניתוח)

תקציר מנהלים

1. המחקר שלפנינו מיועד לבחון ידע, עמדות והתנהגות אובדנית בקרב בני נוער להט"ב תוך השוואה לבני נוער באוכלוסיה הכללית.
2. לצורך המחקר הועברו 55 שאלונים לבני נוער בבר נוער בתל אביב ובמועדון חברתי בירושלים. השאלונים מולאו אנונימית לאחר הסבר ובקשה לשיתוף פעולה של המדריכים העובדים מול בני הנוער.
3. התנהגות אובדנית של בני נוער להט"ב קורית בהיקף ובחומרה גבוהים יותר בהשוואה לנוער מאוכלוסיה הכללית ובהשוואה לנוער במצוקה. בספרות המקצועית מעריכים כי בין 20% ל- 42% מבני נוער להט"ב מבצעים ניסיון אובדני. נתוני הסקר הנוכחי נמצאים בקצה העליון של טווח זה.
4. בקרב בני נוער להט"ב מצאנו פוטנציאל לסיכון אובדני יותר גבוה בקרב:
 - בני נוער בכתות י"א ו- י"ב
 - בני נוער מרקע מסורתי או דתי
 - בני נוער עם תפיסה מגדרית יותר נשית
5. רמת הסיכון של בני נוער להט"ב מחייבת למצוא דרכים לשלבה בתוכנית הלאומית למניעת אובדנות.
6. כאשר חברה/ חושבים לפגוע בעצמם, בקרב בני נוער להט"ב יש מודעות לתגובות מומלצות. עם זאת, בהשוואה לנתוני הפיילוט שיעור גבוה יחסית מדווח על תגובות לא מומלצות (אי שיתוף מבוגר ושמירה בסוד).
7. הגורמים העיקריים אליהם אפשר לפנות או פונים בעת מצוקה הינם בעל מקצוע בבית הספר ו/או באגודת להט"ב. המדריך העובד עם בני הנוער, חברה/ טובים ובני משפחה.
8. חשוב לבצע:
 - הכשרות מקצועיות בנושא לבעלי תפקידים באגודת להט"ב
 - תוכנית מניעה לבני הנוער עצמם תוך הדגשת:
 - קווים חמים
 - סימנים מקדימים
 - שילוב מבוגר / בעל מקצוע בעת מצוקה
 - השתלמות שומרי הסף להורים להם ילדים להט"ב.
9. מומלץ לבצע מחקר מקיף בקרב בני נוער להט"ב.

תוכן עניינים

1	1.	כללי
2	2.	מטרות המחקר
2	3.	שיטת ביצוע המחקר
2	3.1	אוכלוסיית המחקר ושיטת הדגימה
2	3.2	השאלון
2	3.3	שלב איסוף הנתונים
2	3.4	השוואה לנתוני בני נוער מהאוכלוסיה הכללית
3	4.	עיקרי הממצאים
3	4.1	התנהגות אובדנית – רקע וחומרת התופעה
6	4.2	איכות חיים
6	4.3	ידע ועמדות בנושא אובדנות
7	4.4	פניה לעזרה בעת מצוקה
9	5.	סיכום ומשמעויות
10		ביבליוגרפיה
11		נספח : השאלון והתפלגות התשובות עמדות והתנהגות בני נוער

1. כללי

- האגודה – השירות הפסיכו-סוציאלי הציגה בפני הוועדה הבין משרדית לטיפול באובדנות סקירה מחקרית ותיאורטית על אובדנות בקרב בני נוער להט"ב.
- להלן מספר נקודות שעלו מהסקירה:
 - ❖ במטא אנליזה בה נבדקו מאות מחקרים, נמצא כי הסיכון להפרעות חרדה ודיכאון היה גבוה פי 1.5 בלסביות, הומואים וביסקסואלים בשני המגדרים, וכך גם תלות באלכוהול ובחומרים אחרים. נמצא כי גברים הומוסקסואלים או ביסקסואלים ביצעו פי 2 ניסיונות אובדניים בשנה שקדמה למחקר וכן שקבוצה זו נמצאת בסיכון הגדול פי 4 להתאבדות במשך החיים לעומת האוכלוסיה הכללית. נשים לסביות וביסקסואליות היו בסיכון גבוה יותר לתלות בחומרים ואירועים של דיכאון וחרדה (King, M. et al, 2008).
 - ❖ ב- 1989 דווח כי בני נוער להט"ב היו בסיכון גדול יותר של פי 3-2 להתאבדות והיו כ- 30% מכלל ההתאבדויות של בני הנוער (Gibson, 1989). במחקרים מעודכנים יותר דווח על שיעור תוכניות אובדניות הגדול ב- 50%, סיכון כפול לבצע ניסיון אובדני אחד, וסיכון שהוא פי 8 לבצע 4 או יותר ניסיונות אובדניים אצל בני נוער להט"ב, לעומת עמיתיהם ההטרוסקסואלים (Faulkner & Cranston, 1998). ההערכה היא כי 20%-42% מבני נוער אלו מבצעים ניסיון אובדני (Remafedi, French, Story, Resnick & Blum, 1998).
 - ❖ קרוב למחצית בני הנוער ה- להט"ב ששקלו התאבדות, קישרו מחשבות אלו לנטייתם המינית (D'Augelli, Hershberger & Pilkington, 2001).
 - ❖ במהלך שנת 2011 טופלו במסגרת השירות הפסיכו-סוציאלי של אגודת להט"ב 14 מקרי אובדנות: 3 מקרי אובדנות מוגמרת ו- 11 ניסיונות אובדניים שכללו איומים קונקרטיים וניסיונות קונקרטיים.
 - ❖ במהלך חודש ספטמבר 2011 דווחו לשירות הפסיכו-סוציאלי של אגודת שבעה מקרי התאבדות מוגמרים, מחציתם מתבגרים ומחציתם בגירים, ברוב המקרים לא היה כל קשר בין המתאבדים.
 - ❖ בשנת 2011 בוצעו 885 שיחות לקו התמיכה והמידע לקהילה הגאה (יש עם מי לדבר – הקו הלבן). 14% מהשיחות עסקו במצוקה נפשית מסוג דיכאון, חרדה ואובדנות.
 - ❖ בשנת 2011 היו 109 פניות לשירות טיפול ישיר (שט"י) מתוכן, 16 איש (15%) פנו בהקשר של אובדנות (בשנת 2010 רק 4% פנו בהקשר זה).
 - ❖ מוסטקי ואחרים (2010) מדווח כי 31% בקרב בני נוער להט"ב בגילאי 16-20 בצעו ניסיון התאבדות אי פעם בחייהם.
 - ❖ סקירת הספרות ונתוני שנת 2011, מעידים כי לפנינו קבוצה בעלת פוטנציאל סיכון גבוה להתנהגות אובדנית.

❖ לאור האמור יזמה ד"ר חנה בר יוסף בשיתוף עם ד"ר אזרחי מחברת מרטנס – הופמן את המחקר שלפנינו.

2. מטרות המחקר

1. לבחון בקרב בני נוער להט"ב את:
 - היקף התנהגות אובדנית
 - רמת הידע בנושא אובדנות
 - מקורות התמיכה והסיוע
2. להשוות את נתוני בני נוער להט"ב לבני נוער באוכלוסיה הכללית.

3. שיטת ביצוע המחקר

3.1 אוכלוסיית המחקר ושיטת הדגימה

אוכלוסיית המחקר כללה את בני הנוער להט"ב הנמצאים בקשר עם מוקדי פעילות של האגודה. (בר נוער בת"א, מועדון חברתי בירושלים וכד'). מדריכים העובדים מול בני הנוער במקומות המפגש השונים פנו אליהם בבקשה לשיתוף פעולה עם המחקר. מתוך כ- 150 שאלונים שתוכנו נאספו בפועל 55 שאלונים (כ-40%). מרבית השאלונים מולאו בקרב בני נוער מבר נוער בת"א ומיעוטם ממועדון חברתי בירושלים. כ 36% בשכבת גיל ח', ט' ו- י' ואילו 64% בגילאי י"א ו- י"ב.

3.2 השאלון

נבנה שאלון שיענה על מטרות המחקר ויאפשר השוואה לנתונים של בני נוער באוכלוסיה הכללית. השאלון והתפלגות התשובות מוצג בנספח א'.

3.3 שלב איסוף הנתונים

כאמור, המדריכים העובדים מול בני הנוער פנו לבני הנוער כדי לקבל את הסכמתם להשתתף במחקר. הוסברה מטרת המחקר, אנונימיות התשובות והחשיבות של שיתוף הפעולה. לאחר ההסבר, השאלון מולא בצורה אנונימית בידי הנער/ה כאשר בשעת הצורך המדריך היה זמין למענה על שאלות.

3.4 השוואה לנתוני בני נוער מהאוכלוסיה הכללית

מקורות המידע להשוואה עם נתוני ממצאי נוער להט"ב היו:

- מחקר הערכה שבצעה חברת מרטנס – הופמן על הפיילוט של התוכנית הלאומית למניעת אובדנות והתאבדויות (2012).
- המחקר כלל 490 תלמידים מכתות ט' בחט"ב ברחובות וברמלה ו-160 תלמידים מכפר כנא.
- מחקר של פרופ' אפטר על כ- 1200 תלמידים בגילאי 15-17 במדגם כלל ארצי (2012).
- נתונים שנאספו בקרב נוער בסיכון הנמצא במוסדות של משרד הרווחה

4. עיקרי הממצאים

4.1 התנהגות אובדנית – היקף וחומרת התופעה

1. בחנו את ההתנהגות האובדנית בקרב נוער להט"ב לעומת נתוני מחקר על בני נוער מהאוכלוסיה הכללית. להלן הנתונים:

לוח מס' 1: התנהגות אובדנית בקרב בני נוער

נוער במצוקה	נתוני פרופ' אפטר	פיילוט רמלה- רחובות	כלל המשיבים נוער להט"ב	
בשנה האחרונה האם				
26%		12.1%	42%	חשבת ברצינות לנסות להתאבד?
11%		3.2%	30%	הכנת תוכנית על האופן בו תנסה להתאבד?
18.5%		3.5%	20%	ממש ניסית להתאבד?
האם אי פעם				
26%	7.1%	10.5%	38%	ניסית להרוג את עצמך?
27	637	428	55	סה"כ שאלונים

2. מהלוח עולות הנקודות הבאות:

- אחוז גבוה מבני נוער להט"ב מדווחים על ביצוע ניסיון התאבדות אי פעם. כמחציתם בצעו את הניסיון בשנה האחרונה.
- נתוני ההתנהגות האובדנית של בני נוער להט"ב גבוהים יותר נתוני נוער במצוקה (הנמצא במוסדות של משרד הרווחה) וכמובן גם מנתוני הפיילוט ונתוני פרופ' אפטר.

3. 21 בני נוער להט"ב בצעו ניסיון התאבדות אי פעם ועוד 9 בני נוער חשבו ברצינות או תכננו להתאבד במהלך השנה האחרונה. סה"כ כ-55% המהווים פוטנציאל לניסיון אובדנות.

4. בדקנו את היקף התופעה בחתך משתני רקע שונים, להלן הנתונים:

לוח מס' 2: התנהגות אובדנית בקרב בני נוער להט"ב

דתיות	תפיסה מגדרית		מגדר		נטייה מינית		כתות		כלל המשיבים		
	מסורתי/דתי	חילוני	יותר נשי	יותר גברי	אישה	גבר	ביסקסואל	הומוסקסואל			ח',ט',י'
בשנה האחרונה האם											
78%	35%	52%	27%	41%	41%	58%	32%	53%	24%	42%	חשבת ברצינות לנסות להתאבד?
63%	24%	32%	24%	29%	27%	17%	24%	41%	12%	30%	הכנת תוכנית על האופן בו תנסה להתאבד?
56%	13%	16%	23%	18%	18%	25%	12%	23%	18%	20%	ממש ניסית להתאבד?
האם אי פעם											
56%	35%	39%	36%	35%	35%	25%	36%	37%	35%	38%	ניסית להרוג את עצמך?
9	46	31	22	17	34	12	25	30	17	55	סה"כ שאלונים

5. מהלוח עולות הנקודות הבאות:

- בני נוער להט"ב מכתות י"א ו-י"ב מדווחים בשיעור גבוה יותר על התנהגות אובדנית (חשיבה ברצינות והכנת תוכניות קונקרטיות) בהשוואה לבני נוער בשכבות הגיל הצעירות יותר. לגבי ניסיונות התאבדות בשנה האחרונה ואי פעם. ההבדלים בין קבוצות הגיל לא משמעותיים.
- בני נוער להט"ב מרקע מסורתי או דתי מדווחים בשיעור גבוה יותר על התנהגות אובדנית יחסית לנוער חילוני.
- תפיסה מגדרית יותר נשית קשורה ליותר מחשבות רציניות והכנת תוכניות להתאבדות.
- אין הבדל בחתך המגדר (גבר- אישה) בהתנהגות אובדנית.

6. בחנו בקרב המבצעים ניסיון התאבדות (אי פעם) את מאפייני הפגיעה העצמית. להלן הנתונים:

לוח מס' 3: מאפייני הפגיעה העצמית

פיילוט רמלה רחובות		נוער להט"ב		
מס' המשיבים	אחוז המשיבים	מס' המשיבים	אחוז המשיבים	
4	9.3%	5	25%	ניסיתי ברצינות להרוג את עצמי ורק במקרה לא הצלחתי
4	9.3%	4	20%	ניסיתי להרוג את עצמי אבל ידעתי שלא בטוח שהשיטה תצליח
17	39.5%	7	35%	הניסיון שלי היה צעקה לעזרה, לא התכוונתי למות
18	41.9%	4	20%	לא יודעת
43	100%	20	100%	סה"כ

7. מהלוח עולה כי:

- ניסיונות התאבדות של נוער להט"ב היו יותר רציניים. כ-45% רצו להרוג את עצמם לעומת כ-19% בפיילוט ברמלה וברחובות.

8. בחנו מה היו תוצאות ניסיון ההתאבדות מבחינת חומרת הפגיעה.

לוח מס' 4: תוצאות ניסיון ההתאבדות

פיילוט רמלה רחובות		נוער להט"ב		
מס' המשיבים	אחוז המשיבים	מס' המשיבים	אחוז המשיבים	
41	22.5%	20	65%	הסתיים בפגיעה או בהרעלה
41	17.1%	21	48%	דרש טיפול של רופא, חובש או אחות
41	4.1%	21	43%	חייב אשפוז בבית החולים של יום אחד או יותר

9. מהלוח עולה כי ניסיונות ההתאבדות של בני נוער להט"ב מסתיימים בצורה חמורה יותר. שיעור גבוה מהניסיונות הסתיים בהיבטים שנבדקו בצורה חמורה יותר בהשוואה לבני נוער מהפיילוט. מהנתונים גם עולה כי בקרב בני נוער להט"ב שיעור גבוה יחסית מהניסיונות מדווח במיון (עקב אשפוז בעקבות ניסיון ההתאבדות ע"פ הדיווח של הצעירים).

10. לסיכום, ההתנהגות האובדנית של בני נוער להט"ב קורית בהיקף ובחומרה גבוהים יותר בהשוואה לאוכלוסיה הכללית.

4.2 איכות חיים

1. בחנו את ציוני נוער להט"ב במדד איכות חיים. השאלון בוחן שכיחות של הרגשות שונות במהלך השבועיים האחרונים (מלא מרץ, הרגשתי שלווה ורוגע וכד'). סולם התשובות מ 0 עד 5 (כלל לא – כל הזמן). טווח הציונים 0-25. סכום של 12 ומטה נחשב בעייתי בהיבט של דיכאון ומחייב אבחון מעמיק יותר. להלן הנתונים:

לוח מס' 5: מדד איכות חיים

פיילוט רמלה רחובות	נוער להט"ב	
ממוצע	ממוצע	
3.47	3.00	הרגשתי שמח ובמצב רוח טוב
3.49	2.91	חיי היום – יום שלי היו מלאים בדברים שמעניינים אותי
3.20	2.84	הרגשתי מלא מרץ
3.03	2.75	הרגשתי שלווה ורוגע
2.87	2.27	התעוררתי בבוקר והרגשתי רענן
16.1	13.8	מדד סכום התשובות
22%	40%	מדד אחוז העונים 12 או פחות

2. נוער להט"ב מדווח על איכות חיים נמוכה יותר בהשוואה לנוער במסגרת הפיילוט. אחוז המקבלים ציון 12 או פחות גבוה כמעט פי שניים בהשוואה לנתוני הפיילוט.

4.3 ידע ועמדות בנושא אובדנות

1. בחנו את הידע שיש לבני הנוער בנושא אובדנות. להלן אחוז התשובות הנכונות ("הנורמטיביות") תוך השוואה לנתוני הפיילוט:

לוח מס' 6: ידע בנושא אובדנות (אחוז העונים "נורמטיבית")

פיילוט רמלה רחובות	נוער להט"ב	
אחוז העונים "נורמטיבית"	אחוז העונים "נורמטיבית"	
63%	89%	אנשים אמורים להיות מסוגלים להתמודד עם הבעיות שלהם ללא עזרה חיצונית
88%	89%	סמים ואלכוהול הם דרכים טובות בכדי לעזור למישהו להפסיק להרגיש מדוכא
89%	87%	סמים ואלכוהול יכולים לגרום לאדם עם דיכאון להגיע למצב חמור מאד עד שינסה לפגוע בעצמו או להתאבד
70%	80%	אם הנך מדוכא/ת, כדאי לשמור רגשות אלו לעצמך
64%	67%	אנשים שמדברים על אובדנות לא מתאבדים

2. בני נוער להט"ב מבטאים ידע טוב יותר בנושא אובדנות בהשוואה לנתוני הפיילוט ברמלה וברחובות (בו ענו תלמידים צעירים יותר יחסית למדגם הנוכחי). עם זאת, לחלק מבני נוער להט"ב חסר ידע בנושא. (כ- 20% כדאי

לשמור רגשות לעצמנו אם מרגישים דיכאון 33% מי שמדבר על התאבדות
לא מתאבד וכד"י).

3. בחנו מה תהיה התגובה אם חבר או חברה יאמרו לחבר/ה שהם רוצים לפגוע
בעצמם. להלן הנתונים בנושא :

לוח מס' 7: תגובות לחבר/ה שחושב לפגוע בעצמו

פיילוט רמלה רחובות	נוער להט"ב	תגובות	
59%	71%	אומר לחברי / חברתי להתייעץ עם איש מקצוע	מומלצות
24%	38%	אומר לחברי/ חברתי להתקשר ל"קו החם"	
44%	33%	אדבר עם מבוגר על חברי / חברתי	
17%	31%	אבקש עצה מחבר אחר	
64%	29%	אומר לחברי / חברתי לדבר עם ההורים	
31%	49%	אדבר עם חברי / חברתי ללא עזרה ושיתוף של אף אחד	לא מומלצות
9%	24%	אשמור זאת בסוד	
2%	2%	לא אתייחס לזה ברצינות	
35%	53%	מדד שיעור הנוקטים לפחות תגובה לא הסתגלותית אחת	

4. נוער להט"ב מודע לתגובות המומלצות. עם זאת, בהשוואה לנתוני הפיילוט שיעור גבוה מבני הנוער מדווח על תגובות לא מומלצות.

4.4 פניה לעזרה בעת מצוקה

1. בחנו למי אפשר לפנות במקרה ומרגישים מצוקה נפשית (דיכאון, חוסר אונים, חוסר תקווה), ולמי פנו בפועל בשלושה חודשים האחרונים. מעניין לציין כי 54% מנוער להט"ב מדווח על פנייה לעזרה בעקבות מצוקה לעומת 9% בנתוני הפיילוט. להלן הנתונים לגבי הגורמים אליהם ניתן לפנות ואליהם פונים בפועל.

לוח מס' 7: השוואה בין גורמים אליהם ניתן לפנות לעזרה לבין גורמים אשר פנו אליהם לעזרה

למי מבין הגורמים פנית לקבלת עזרה			למי אפשר לפנות לעזרה בעת מצוקה		
דרוג	אחוז		דרוג	אחוז	
2.5	39%	יועץ/ פסיכולוג/ עובד סוציאלי בבית הספר	1	51%	יועץ/ פסיכולוג/ עובד סוציאלי בבית הספר
1	61%	חבר טוב / חברה טובה	2.5	45%	חבר טוב / חברה טובה
4	35%	מדריך/ה במקום בו אני נמצאת	2.5	45%	מדריך/ה במקום בו אני נמצאת
7.5	23%	פסיכולוג/ עובד סוציאלי של אגודת להטי"ב	4	42%	פסיכולוג/ עובד סוציאלי של אגודת להטי"ב
2.5	39%	בני משפחה	5	29%	בני משפחה
9.5	6%	פנייה לקו חרום ("קו חס") של אגודת להטי"ב	6	25%	פנייה לקו חרום ("קו חס") של אגודת להטי"ב
5.5	29%	מורה /מחנך בבית הספר	7	23%	מורה /מחנך בבית הספר
9.5	6%	בית דרור – מקלט חרום לנוער להטי"בי	8	22%	בית דרור – מקלט חרום לנוער להטי"בי
7.5	23%	Facebook	9	18%	Facebook
5.5	29%	מבוגרים אחרים שאינם בני משפחה	10	16%	מבוגרים אחרים שאינם בני משפחה
11.5	3%	פנייה לקו חרום ("קו חס") אחר בטל. או באינטרנט	11.5	13%	פנייה לקו חרום ("קו חס") אחר בטל. או באינטרנט
13.5	0	עמותת נוער – מרכז טיפול להורים ילדים להטי"בי	11.5	13%	עמותת נוער – מרכז טיפול להורים ילדים להטי"בי
13.5	0	הרופא שלי	13	7%	הרופא שלי
11.5	3%	רב	14	2%	רב
		לא יודעת		11%	לא יודעת

2. מהלוח עולים הממצאים הבאים"

- הגורמים העיקריים אליהם אפשר לפנות בעת מצוקה הינם בעל מקצוע בבית הספר או/ו באגודת להטי"ב. המדריך העובד עם בני הנוער וחברה/ה טובים. בפועל פנו ל-3 מתוך 4 גורמים הללו כאשר במקום לבעל מקצוע באגודת להטי"ב פנו בשכיחות גבוהה יותר לבני משפחה.
- קו חס של אגודת להטי"ב נתפס כגורם שאליו אפשר לפנות בעת מצוקה יותר מאשר לקו החרום הכללי (כמו ער"ן). בפועל פנו בשיעור

נמוך יחסית ל- 2 מקורות עזרה אלו.

- רב, רופא עמותת נוער - מרכזי טיפול הורים לילדים להט"ב ופניה ל"קו חם" (כמו ער"ן) הינם הגורמים שפחות נתפסים כגרומי סיוע ופחות פונים אליהם בפועל.

5. סיכום ומשמעויות

1. התנהגות אובדנית של בני נוער להט"ב קורית בהיקף ובחומרה גבוהים יותר בהשוואה לנוער מאוכלוסייה הכללית ובהשוואה לנוער במצוקה. בספרות המקצועית מעריכים כי בין 20% ל- 42% מבני נוער להט"ב מבצעים ניסיון אובדני. נתוני הסקר הנוכחי נמצאים בקצה העליון של טווח זה.
2. בקרב בני נוער להט"ב מצאנו פוטנציאל לסיכון אובדני יותר גבוה בקרב:
 - בני נוער בכתות י"א ו- י"ב
 - בני נוער מרקע מסורתי או דתי
 - בני נוער עם תפיסה מגדרית יותר נשית
3. רמת הסיכון של בני נוער להט"ב מחייבת למצוא דרכים לשלבה בתוכנית הלאומית למניעת אובדנות.
4. כאשר חברה/ חושבים לפגוע בעצמם, בקרב בני נוער להט"ב יש מודעות לתגובות מומלצות. עם זאת, בהשוואה לנתוני הפיילוט שיעור גבוה יחסית מדווח על תגובות לא מומלצות (אי שיתוף מבוגר ושמירה בסוד).
5. הגורמים העיקריים אליהם אפשר לפנות או פונים בעת מצוקה הינם בעל מקצוע בבית הספר ו/או באגודת להט"ב. המדריך העובד עם בני הנוער, חברה/ טובים ובני משפחה.
6. חשוב לבצע:
 - הכשרות מקצועיות בנושא לבעלי תפקידים באגודת להט"ב
 - תוכנית מניעה לבני הנוער עצמם תוך הדגשת:
 - קווים חמים
 - סימנים מקדימים
 - שילוב מבוגר / בעל מקצוע בעת מצוקה
 - השתלמות שומרי הסף להורים להם ילדים להט"ב.
7. מומלץ לבצע מחקר מקיף בקרב בני נוער להט"ב.

ביבליוגרפיה:

אזרחי. י, רוזינר. א, הנלה – אהרוני. ב, לוי. ל. (2012). התוכנית הלאומית למניעת אובדנות והתאבדויות. דו"ח מסכם. מרטנס הופמן.

אפטר, א., ברזילי, ש., פלדמן, ד., שניר, א. (2012). אובדנות והתנהגויות מסכנות בקרב בני נוער ישראליים. אוניברסיטת בר-אילן, טרם פורסם.

בר יוסף. ח, ואזרחי. י. (2012). סקר ניסיונות אובדנות שאינם מגיעים למיון. מרטנס הופמן.

אובדנות בקרב להט"ב. הצגה בפני הועדה הבין משרדית לטיפול באובדנות. האגודה השירות הפסיכו-סוציאלי. 2012.

King. M., Semlyen, J., Tai, S. S, Killapsy, H., Osborn, D. Popelyuk, D. and Nazareth , I., (2008). A Systematic review of mental disorder, suicide, and deliberate self harm in lesbian, gay and bisexual people. *BMC. Psychiatry* 8:70.

Moustaki et al, (2010)

נספח: השאלון והתפלגות התשובות באחוזים

עמדות והתנהגות בני נוער

N=55

שלום רב,
נודה לכם אם תענו לכל השאלות (אלא אם בגוף השאלון רשומה הוראה אחרת).
השאלון איננו מבחן, ואין תשובות נכונות ולא נכונות. ענו את התשובה המתאימה ביותר עבורכם.
על מנת שתרגישו חופשיים לתת תשובות כנות ומלאות, אנו מבקשים שלא תרשמו את שמכם או כל פרט
מזהה אחר בשאלון.

נודה מאד על שיתוף הפעולה

א. כיצד הרגשת בתקופה האחרונה?

ב. לפניך חמישה משפטים המתארים הרגשות שונות. לגבי כל משפט נא לסמן עד כמה הרגשת את המתואר בו בשבועיים האחרונים. מספרים גבוהים פירושים הרגשה יותר טובה.

ממוצע	כלל לא	<u>בשבועיים האחרונים</u>					כל הזמן	רוב הזמן	יותר מחצי מהזמן	פחות מחצי מהזמן	חלק מהזמן
		0	1	2	3	4					
3.0	5.5%	14.5%	16.4%	18.2%	29.1%	16.4%	1. הרגשתי שמח ובמצב רוח טוב.....				
2.75	—	23.6%	18.2%	27.3%	21.8%	9.1%	2. הרגשתי שלוה ורוגע.....				
2.84	3.6%	18.2%	20.0%	18.2%	29.1%	10.9%	3. הרגשתי מלא מרץ.....				
2.27	18.2%	12.7%	23.6%	23.6%	12.7%	9.1%	4. התעוררתי בבוקר והרגשתי רענן.....				
2.91	—	23.6%	16.4%	20.0%	25.5%	14.5%	5. חיי היום-יום שלי היו מלאים בדברים שמעניינים אותי.....				
	0	1	2	3	4	5					

לדוגמא: אם הרגשת שלוה ורוגע רוב הזמן בשבועיים האחרונים, נא לסמן X במשבצת מספר 4.

ג. התנהגות ועמדות בנושא אובדנות

לא	כן	האם את/ה מסכים/מסכימה עם המשפטים הבאים:
2	1	
67%	33%	6. אנשים שמדברים על התאבדות לא מתאבדים.
89%	11%	7. אנשים אמורים להיות מסוגלים להתמודד עם הבעיות שלהם ללא עזרה חיצונית.
89%	11%	8. סמים ואלכוהול הם דרכים טובות בכדי לעזור למישהו להפסיק להרגיש מדוכא.
80%	20%	9. אם הינך מדוכא/ת, כדאי לשמור רגשות אלו לעצמך.
13%	87%	10. סמים ואלכוהול יכולים לגרום לאדם עם דיכאון להגיע למצב מאוד חמור, עד שהוא ינסה לפגוע בעצמו או להתאבד.

11. מה תעשה/תעשי אם חבר או חברה אומרים לך שהם חושבים להתאבד? (ניתן לסמן יותר מתשובה אחת).

- 1 אומר לחברי/חברתי להתייעץ עם איש מקצוע (פסיכולוג, פסיכיאטר, עובד סוציאלי, יועץ). 71%
- 2 אומר לחברי/חברתי להתקשר ל"קו החם" (שירות עזרה ראשונה נפשית בטלפון או באינטרנט) 38%
- 3 אומר לחברי/חברתי לדבר עם ההורים. 29%
- 4 אדבר עם חברי/חברתי ללא עזרה ושיתוף של אף אחד אחר. 49%
- 5 אדבר עם מבוגר על חברי/חברתי. 33%
- 6 אבקש עצה מחבר/חברה אחרים. 31%
- 7 לא אתיחס לזה ברצינות. 2%
- 8 אשמור זאת בסוד. 24%
- 9 אחר. נא לפרט: _____.

12. ב- 12 החודשים האחרונים, האם חשבת ברצינות לנסות להתאבד?

- 1 כן 42% 2 לא 58%

13. ב- 12 החודשים האחרונים, האם הכנת תכנית על האופן שבו תנסה/תנסי להתאבד?

- 1 כן 30% 2 לא 70%

14. האם ניסית אי פעם להרוג את עצמך?

- 1 כן 38% ← המשך/המשיכי לשאלה הבאה.

2 לא 62% ← עבור/עברי לנושא ג' – שאלה 20 (למי אפשר לפנות לעזרה בעת מצוקה).

15. ב- 12 חודשים האחרונים האם ממש ניסית להתאבד? N=25

- 1 כן 44% 2 לא 56%

16. כאשר את/ה חושב/ת על הפעם האחרונה (או היחידה) בה ניסית ממש להתאבד איזה מהמשפטים הבאים מתאר את המצב בצורה המתאימה ביותר?

N=20

- 1 ניסיתי ברצינות להרוג את עצמי ורק במקרה לא הצלחתי. 25%
- 2 ניסיתי להרוג את עצמי אבל ידעתי שלא בטוח שהשיטה תצליח. 20%
- 3 הניסיון שלי היה צעקה לעזרה לא התכוונתי למות. 35%
- 4 לא יודע/ת. 20%

בפעם האחרונה (או היחידה) בה ניסית ממש להתאבד, האם הניסיון:

	לא 2	כן 1	
N=20	35%	65%	17. הסתיים בפגיעה או בהרעלה.....
N=21	52%	48%	18. דרש טיפול של רופא, חובש או אחות.....
N=21	57%	43%	19. חייב אשפוז בבית חולים של יום אחד או יותר.....

ד. למי אפשר לפנות לעזרה בעת מצוקה?

20. במקרה ותרגיש/י מצוקה נפשית (דיכאון, חוסר אוניס, חוסר תקווה וכו') איזה מבין הגורמים הבאים נראה לך מתאים לקבלת עזרה? (מותר לסמן יותר מתשובה אחת) N=55

- 1 51% יועץ / פסיכולוג / עובד סוציאלי בבית הספר.
- 2 42% פסיכולוג / עובד סוציאלי של אגודת הלהט"ב.
- 3 23% מורה / מחנך בבית הספר.
- 4 7% הרופא שלי.
- 5 2% רב
- 6 25% פנייה לקו חירום ("קו חס") של אגודת הלהט"ב – "יש עם מי לדבר"
- 7 13% פנייה לקו חירום ("קו חס") אחר, בטלפון או באינטרנט (כמו ער"ן או סה"ר)
- 8 29% בני משפחה.
- 9 16% מבוגרים אחרים שאינם בני משפחה.
- 10 45% חבר טוב/ חברה טובה.
- 11 18% Facebook
- 12 45% מדריך/ה במקום בו אני נמצאת/ת (מדריך בבר-נוער, בפרויקט ברק, באיגי)
- 13 22% בית-דרור – מקלט חירום לנוער להט"בי
- 14 13% עמותת נוער-מרכז טיפול הורים ילדים להט"בי
- 15 5% אחר. נא פרטי: _____.
- 16 11% לא יודעת.

21. בשלושה חודשים האחרונים האם פנית לקבלת עזרה בעקבות מצוקה נפשית?

- 1 כן 54% 2 לא 46% (עבור לפרטי רקע, שאלה 23)

22. למי מבין הגורמים הבאים פנית לקבלת עזרה (מותר לסמן יותר מתשובה אחת) N=31

- 1 39% יועץ / פסיכולוג / עובד סוציאלי בבית הספר.
- 2 23% פסיכולוג / עובד סוציאלי של אגודת הלהט"ב.
- 3 29% מורה / מחנך בבית הספר.
- 4 הרופא שלי.
- 5 3% רב
- 6 6% פנייה לקו חירום ("קו חס") של אגודת הלהט"ב – "יש עם מי לדבר"
- 7 3% פנייה לקו חירום ("קו חס") אחר, בטלפון או באינטרנט (כמו ער"ן או סה"ר)
- 8 39% בני משפחה.
- 9 29% מבוגרים אחרים שאינם בני משפחה.
- 10 61% חבר טוב/ חברה טובה.
- 11 23% Facebook
- 12 35% מדריך/ה במקום בו אני נמצאת/ת (מדריך בבר-נוער, בפרויקט ברק, באיגי)
- 13 6% בית-דרור – מקלט חירום לנוער להט"בי
- 14 עמותת נוער-מרכז טיפול הורים ילדים להט"בי
- 15 13% אחר. נא פרטי: _____.

ה. ועכשיו כמה פרטי רקע הנחוצים לנו לצורך ניתוחים סטטיסטיים

23. האם אתה/לומד/ת כיום?

1 □ כן, בבית ספר	2 □ כן, בפרויקט ברק	3 □ לא לומד/ת
(עבור/עברי לשאלה 25)	(עבור/עברי לשאלה 25)	(עבור/עברי לשאלה 25)
85.5%	3.6%	10.9%
(47)	(2)	(6)

24. ללומדים בבית ספר: באיזו כיתה אתה/לומד/ת?

1 □ ח'י	2 □ ט'י	3 □ י'י	4 □ י'א	5 □ י'ב	6 □ אחר
6.4%	12.8%	17%	40.4%	23.4%	
(3)	(6)	(8)	(19)	(11)	

25. מהי נטייתך המינית?

1 □ הומוסקסואל	2 □ לסבית	3 □ ביסקסואל/ית	4 □ סטרייט/ית (הטרסקסואל/ית)	5 □ מתלבט/ת
47.2%	15.1%	22.6%	11.3%	3.8%
(2)	(6)	(25)	(8)	(12)

26. מהו המגדר שלך?

1 □ גבר	2 □ אישה	3 □ טרנסגינדר מגבר לאישה	4 □ טרנסגינדר מאישה לגבר	5 □ גינדר קוויר
63%	31.5%		1.9%	3.7%
(34)	(17)		(1)	(2)

27. כיצד אתה/תופס/ת את עצמך?

1 □ גבר/ית	2 □ יותר גבר/ית	3 □ גבר/ית ונשי/ית	4 □ יותר נשי/ית	5 □ נשי/ית
17%	24.5%	41.5%	11.3%	5.7%
(9)	(13)	(22)	(6)	(3)

28. כיצד אתה/לומד/ת מגדיר/ת את עצמך מבחינת היחס לדת?

1 □ חילונית	2 □ לא דתי/ה	3 □ מסורתית	4 □ דתי/ה	5 □ דתי/ה מאוד / חרדית
74.5%	3.6%	9.1%	12.7%	—
(41)	(5)	(7)		(2)

ושוב תודה על שיתוף הפעולה