

## **תרומתם של תחושת חוסר שייכות ותחושת נטל נתפס לחשיבה אובדנית בקרב בני הגיל השלישי בישראל.**

**רקע:** התאבדות היא בין הגורמים העיקריים המובילים למקרי מוות ברחבי העולם. שיעורי ההתאבדות הגבוהים ביותר ברחבי העולם, ביחס לקבוצות הגיל השונות, הם בקרב בני הגיל השלישי. עם זאת, חסרים מחקרים הנוגעים לגורמי סיכון להתאבדות בקרב קבוצת אוכלוסייה זו. לאור הממצאים שהראו כי בדידות וניתוק חברתי הינם מאפיינים מרכזיים בתחושת כאב נפשי בקרב בני הגיל השלישי, שיערנו כי תחושות נטל וחוסר שייכות, מתוך התיאוריה הבין-אישית לאובדנות, עשויות לתרום להבנת התפתחותן של מחשבות אובדניות בקרב קבוצת אוכלוסייה זו. לפיכך, מטרת המחקר הייתה לבחון את תרומתם של משתנים אלו למחשבות אובדניות בקרב בני הגיל השלישי בישראל.

**שיטה:** 160 משתתפים בני הגיל השלישי (בגילאי 65-91) השיבו על שאלונים המודדים רמת סיכון אובדני, תחושת נטל ותחושת חוסר ומדדי כאב נפשי; תחושת חוסר תקווה ודיכאון.

**תוצאות:** משתתפים שדיווחו על מחשבות אובדניות אופיינו ברמות גבוהות יותר של תחושת נטל, תחושת חוסר שייכות, תחושת חוסר תקווה ודיכאון בהשוואה לאלו שלא דיווחו על מחשבות אובדניות. באמצעות שימוש בניתוח רגרסיה היררכית, מצאנו שמשנתני התיאוריה הבין אישית לאובדנות היוו 9.8% מהשונות בניבוי מחשבות אובדניות. יתרה מזאת, בשלב האחרון של הרגרסיה מצאנו כי האינטראקציה בין תחושת חוסר שייכות ותחושת נטל הייתה בעלת תרומה ייחודית משמעותית לחשיבה אובדנית בקרב בני הגיל השלישי בישראל, מעבר להשפעה של כל גורם בנפרד ושל גורמים פסיכולוגיים ודמוגרפים אחרים.

**מסקנות:** ממצאי המחקר מדגישים את תרומתם של משתנים בין אישיים לחשיבה אובדנית בקרב בני הגיל השלישי. באופן ספציפי, התוצאות מראות כי לתחושת חוסר שייכות ותחושת נטל תרומה ייחודית משמעותית לבינוי מחשבות אובדניות, מעבר לגורמי הסיכון הידועים- דיכאון וחוסר תקווה. תוצאותינו הדגישו כי התיאוריה הבין אישית לאובדנות משמעותית גם עבור בני הגיל השלישי. לפיכך, ישנה חשיבות כי קלינאים יהיו מודעים לגורמי סיכון אלה ויעריכו אותם, בנוסף לגורמי סיכון אחרים, על מנת לזהות מחשבות אובדניות ולמנוע התנהגות אובדנית. יתרה מזאת, פרוטוקולים טיפוליים שנועד להפחית תחושת חוסר שייכות ותחושת נטל עשויים לשמש כאסטרטגיות התערבות להפחתת חשיבה והתנהגות אובדנית בקרב בני הגיל השלישי.