

תקציר

במחקר הנוכחי נבחנה השפעתה של תכנית התערבות חדשה – 'דור האלכוהול – תרבות שתייה' על דפוסי צריכת אלכוהול. מדובר בתכנית הסברה המועברת לבני נוער כהרצאה על ידי שני ברמנים צעירים, שמטרתה ליצור עימם שיח בגובה העיניים ולהגביר את ידיעותיהם על אלכוהול והשלכותיו. במחקר השתתפו 17 בני נוער בגילאים 14-19 מהישוב חד נס בצפון רמת הגולן. טרם תחילת ההרצאה, הועבר למשתתפים סקר הבדק את הרגלי צריכתם. בתום ההרצאה, הועבר סקר נוסף, הבדק את השינוי בעמדות המשתתפים בעקבות שמיעתה. הממצאים מראים כי הייתה השפעה לתכנית ההתערבות, כך שבני הנוער שהשתתפו בה, דיווחו על נכונות לצרוך פחות אלכוהול בהשוואה לעמדותיהם לפני תחילת ההרצאה. כמו כן, נמצא קשר בין מספר שנות הלימוד לבין צריכת אלכוהול, כך שככל שמספר שנות הלימוד רב יותר, צריכת האלכוהול המדווחת היתה גבוהה יותר, ולהיפך. השערה שלישית שבדקה הבדלים בין המינים, לא אוששה. מכאן, שתכנית ההתערבות הינה בעלת פוטנציאל להקניית ידע אודות נזקיו והשלכותיו של האלכוהול. מגבלתו העיקרית של מחקר זה נעוצה בהומוגניות של המשתתפים ובמספרם הנמוך. לאור זאת, מומלץ לבחון את השפעת התכנית בקרב מספר משתתפים גדול והטרוגני יותר.

מבוא

במרוצת השנים הפך האלכוהול לחלק נורמטיבי ובלתי נפרד מהמסורת, התרבות, החברה והדת בעולם ומהווה כיום גורם בעל השפעה על התנהגויות החברה ככלל והיחיד בפרט. אלכוהול הינו סם מדכא המשפיע על המוח ומערכת העצבים המרכזית (לקט, 2006). במילון אבן שושן (2003) אלכוהול מוגדר כך: (מערבית: אלֶכְחֹוּל אבקה דקה) 1. כהל, נוזל נוטל צבע, דליק מאוד, מיוצר על ידי תסיסת חומרים שונים המכילים סוכר (מיץ ענבים, סלק, תפוחי אדמה, ועוד). שימושי האלכוהול מרובים: כחומר חיטוי, כנוזל תמיסה לחומרים שונים, כחומר בערה ועוד. 2. יין שרוף, משקה המכיל אחוז ניכר מחומר זה. קיימים מספר סוגים של משקאות אלכוהוליים: בירה, יין, משקאות חריפים וכו' (לקט, 2006).

צריכת אלכוהול בקרב בני נוער – רקע כללי

אלכוהול נמצא כמעט בכל אירוע חברתי כגון: טקסים, שמחות וכדומה. במפגשים אלה הצרכנים העיקריים הם כמובן המבוגרים, אך זו יכולה להיות הזדמנות עבור בני נוער ואף ילדים להיחשף למשקאות השונים ולתרבות צריכתם (לקט, 2006). מרבית ההתנסויות הראשונות והתחלות הצריכה הן בעיקר בגיל ההתבגרות. גיל זה מאופיין בעיקר בחיפוש אחר ריגושים, צורך במקובלות חברתית, מצבי חרדה ובלבול. השימוש באלכוהול בגיל ההתבגרות, אינו נובע מתהליכים פתולוגיים אבנורמאליים, אלא מתהליכים פסיכולוגיים חברתיים המקושרים להתנהגות קונפורמית או נונקונפורמית (ברנע, רהב וטייכמן, 1990).

תופעת שתיית האלכוהול בקרב בני נוער מתבגרים מתרחבת והיא חלק בלתי נפרד מבילוי הנערים. על מנת להגיע למצבים של שמחה, שחרור וחופש, שותים בני הנוער את המשקה ובמקרים רבים אף בהפרזה יתרה (לקט, 2006). מאפיין המתאר הפרזה זו בקרב בני נוער הוא *בולמוסי שתייה (Bing Drinking)*. בולמוס שתייה (נקרא גם: שתיית יתר), מתאר צריכת כמות גדולה או מספר מנות גדול של אלכוהול תוך זמן קצר. כ – 10% מבני הנוער בכלל וכ – 25% מתלמידי כיתה יב' בפרט, שותים באופן זה (בורד ובראון-אפל, 2010). בהשוואה לאנשים בטווחי גיל אחרים, שגם הם צורכים אלכוהול, מתבגרים הם בעלי נטייה גבוהה ביותר לבולמוסי שתייה (Ferreira&Torgal, 2010).

נתונים סטטיסטיים

נתונים מארצות הברית מראים כי שיעור צריכת האלכוהול ובולמוסי השתייה בקרב בני נוער בארה"ב גבוהים יותר בהשוואה למצב בישראל. במחקר שנערך בקרב בני נוער אמריקאים נמצא כי 73% מהילדים שותים באופן תדיר משקאות משכרים (בורד ובראון-אפל, 2010). באירופה, נראה כי המצב חמור עוד יותר: דנמרק מובילה עם 94%, אחריה בריטניה עם 88%, אחריהן אוקראינה, הולנד, רוסיה, שבדיה ולבסוף ישראל. בהשוואה שנערכה בין בני נוער ילידי הארץ לנוער עולה מחבר העמים, נמצא כי כ- 88% מעולי חבר המדינות שתו אלכוהול בשנה האחרונה והשתכרו לפחות פעם אחת בחודש בו נערך הסקר. נוער יהודי נוטה לשתות לשוכרה פי שניים יותר מאשר נוער ערבי. מבין כלל הנוער, כאלו אשר עזבו מערכת פורמאלית (כמו בתי ספר או מוסד מקצועי) נוטים לשתות יותר מאשר אלה שלומדים או נמצאים במסגרות חינוכיות – תעסוקתיות (שלג מי-עמי, 2009). מנהלי בית ספר, מורים והורים בישראל מביעים דאגה מהחרפת הצריכה בקרב גילאים צעירים אלו, יותר מכל תופעה אחרת (לקט, 2006).

מנתונים של הרשות למלחמה בסמים עולה כי כ- 60% מבני הנוער צרכו אלכוהול לפני גיל 18. במחקרן של בורד ובראון-אפל (2010) השתתפו 322 בני נוער 'בני טובים' מכיתה ח' ועד יא'. נמצא כי כ- 73% מהם צרכו אלכוהול ולא כחלק מטקס קידוש או כל מנהג דתי אחר. עוד נמצא כי אחוז ניכר מהם התנסה בשתיית אלכוהול כבר בגיל 13. רוב בני הנוער אינם מודעים כלל לעובדה, כי ריכוז גבוה של אלכוהול בדם מסוכן, ממכר ויכול לפגוע במספר לא מבוטל של איברים, כמו למשל: מוח, עיניים, אף, לשון, לב, כבד, קיבה, לבלב, כליות, ורידים, עורקים ועוד (לקט, 2006).

ישנם עוד נתונים רבים, אך התמונה הכללית המצטיירת היא כזו: גיל השותים יורד, יש גידול קבוע באחוזים רבים בחשיפה לאלכוהול בקרב בני נוער, כאשר בגילאי 16-17 הנתונים גבוהים עוד יותר. יש בסיס להניח שהנתונים לא ממחישים את גודלה הממשי של התופעה, וכמו כן יש להבין שלא כל בני הנוער מדווחים על הרגלי השתייה שלהם. בשורה התחתונה, אחוז גבוה של בני הנוער שהה בסביבה בה אחרים צרכו אלכוהול (שלג מי-עמי, 2009).

השלכות השתייה על בני נוער

מלבד ההשלכות הגופניות שצוינו קודם, נלוות לתופעת האלכוהול תוצאות הרסניות נוספות כגון: פשע, אלימות, תאונות דרכים, התאבדויות, נשירה מהלימודים ועוד. נראה כי בני

הנוער אינם מבינים היטב את השלכותיו ההרסניות של האלכוהול. חוסר כיסוי מספק בכלי התקשורת ומחסור במאמצי הסברה, הם רק חלק מהסיבות בגללן דרוש מאמץ לאומי לטיפול בבעיה. במחקר שנערך בקרב 715 בני נוער, נמצא כי המתבגרים אינם מכירים בבעיית האלכוהול כבעיה חברתית כלל. חוסר החשיפה של בני הנוער לבעיה היא זו שהופכת את הדבר ללגיטימי מבחינתם. בני נוער רואים כי עניין שתיית האלכוהול אינו נמצא בראש השיח הציבורי, ולא נראה (לדעת בני הנוער) כי בעיית שתיית האלכוהול הינה נר לרגליהם של העוסקים בחינוך, שהרי אם היה כך, היו מופעלות דרכים שונות להנחלת הידע הדרוש להבנת הבעיה ומיגורה (וייס, רונן ומור, 2002).

במחקר שנערך בפורטוגל, ניסו לבדוק את הרגלי צריכת אלכוהול בקרב 680 נערים מתבגרים בגילאים 15-19 כאשר מתוכם 405 בנות ו-275 בנים, מחמישה בתי ספר שונים. נמצא כי - 43% מהמתבגרים דיווחו על שתיית אלכוהול. רובם החלו לשתות בין גילאי 14-16. המשקאות הנצרכים ביותר הינם מזוקקים ואירוועי הצריכה התבצעו לרוב במקומות ציבוריים או בבית. כמו כן, צריכת האלכוהול התבצעה בחיק חבריהם הקרובים. הנתון הגורף ביותר העולה ממחקר זה הוא שכ - 92% מהמתבגרים, אינם מעוניינים להפסיק לשתות אלכוהול. כאשר נשאלו מהן הסיבות לחוסר הרצון להפסיק, ענו את התשובות הבאות: "אני אוהב לשתות", "אני שותה רק לפעמים", "אני לא חושב שלשתות זה רע עבורי", "לשתות מרגיע ומשמח אותי", "אני לא חושב שעלי להפסיק כיוון שאני שותה רק מעט", "אני לא מכור", "אני יודע מהו הגבול שלי" (Ferreira&Torgal, 2010).

דאגה נוספת הנוגעת לשימוש באלכוהול בקרב מתבגרים הינה העובדה כי שימוש מוקדם באלכוהול עלול להוות שלב מקדים לאלכוהוליזם ו/או שער כניסה לשימוש בסמים ופעילות לא חוקית (Farhat, Simons-Morton, Kokkevi, Van der Sluijs, Fotiou & Kuntsche, 2011).

הסברים תיאורטיים לצריכת אלכוהול בקרב בני נוער

הסברים פסיכו-סוציאליים

מבחינה פסיכולוגית אנו למדים כי עצם הציפייה שאלכוהול יכול לשפר את התפקוד האישי ו/או החברתי מובילה לדפוסי שתייה קבועים ובעייתיים. הפרט לומד במהרה כי ישנן תכונות רצויות שניתנות להפעלה (ממש כמו הפעלתן של מכוונות), בעזרת חומרים פסיכו-אקטיביים (ביניהם האלכוהול), ומתוך כך נוצר ייחוס תכונות חיוביות למשקה (גריין, 2001).

עמדותיהם של הנערים והנורמות כפי שהם תופסים אותן, מהווים את אחד ההסברים לתופעת שתיית האלכוהול בקרב בני נוער. בני הנוער מפרשים לעצמם בצורה סובייקטיבית את הדרך בה הם חושבים שאחרים חושבים עליהם. כתוצאה ממחשבה זו, הם פועלים בהתאם למצופה מהם מקבוצת השווים ובכך מחזיקים עמדות חיוביות בכל הנוגע למשקה. הנער מבין ששתיית אלכוהול, גם באופן מופרז, הינה חלק מההנאה החברתית, השחרור והמקובלות הסוציאלית ולכן ימשיך לעשות כך (בורד ובראון-אפל, 2010).

אחת התיאוריות שניסו להסביר את נושא העבריינות והגורמים לה, היא תיאוריית ההתחברות הדיפרנציאלית (*Differential Association*) של סאתירלנד. נקודת המוצא של התיאוריה נעוצה בכך שהאדם מושפע מסביבתו החברתית. לפרטים המרכיבים קבוצה יש יכולת השפעה רבה יותר על הפרט כאשר הם בעלי מאפיינים דומים, יותר מאשר לגורמים חוץ קבוצתיים. סאתירלנד מעביר את כובד המשקל בהתנהגות עבריינית ללמידה. משמע אין בסיס גנטי לעבריינות, אלא היא דבר נלמד, כמו כל דבר אחר בחיי האדם. לפי גישה זו, גם הסברים ביולוגיים או פסיכולוגיים מקבלים חשיבות מועטה ועשויים להתאים במקרים בודדים בלבד. כלומר, בשורה התחתונה, העבריינות הינה תופעה חברתית גרידא (Adler, Mueller & Laufer, 2007).

נקודות מרכזיות נוספות בתיאוריה עוסקות בכך שהתנהגות עבריינית נלמדת במהלך יחסי גומלין ותקשורת עם הסביבה, כאשר החלק הארי של למידת התנהגות עבריינית נעשה לרוב בקבוצות מצומצמות ואינטימיות. יש חשיבות להקשר החברתי בו נלמדת העבריינות, וכמו כן מושם דגש על היחסים הקרובים במהלכן היא מועברת. כמובן שלא כל מגע עם סביבה עבריינית, יביא את הפרט לכדי עבריינות. הקירבה אינה גורם מספק, אלא מה שקובע הוא סוג האינטראקציה והיכולת להזדהות באופן אישי. משמעות הדבר היא שלהתחברות הדיפרנציאלית ישנה השפעה גדולה יותר ככל שהמגע עימה תכוף יותר, מתרחש בגיל צעיר, וככל שהיא עוצמתית יותר. כך לדוגמא, מחקרו של טק מ-1972 בו נמצא כי נערים המעשנים חשיש, הושפעו באופן ישיר ממספר חבריהם המעשנים, ועובדה זו התעצמה כאשר הנערים ראו בקשריהם עם חבריהם האחרים כקשרים בעלי חשיבות רבה (שוהם, אדד ורהב, 2004).

במחקרם של פרהאט ועמיתיו (Farhat et al., 2011) נערך סקר בתיאום ארגון הבריאות העולמי (WHO), אשר כלל שאלוני דיווח עצמי של מתבגרים צעירים מארה"ב וממדינות שונות

באירופה. השערת המחקר הייתה כי ימצא קשר בין תפיסת קבוצת בני השווים בנוגע לאלכוהול לבין שימוש בקרב מתבגרים צעירים. השערה זו אוששה, ונומקה בכך שגיל זה מאופיין כשלב התפתחותי המאופיין במעבר כובד המשקל וההתייחסות אותם מייחסים בני הנוער לאנשים הסובבים אותם. כלומר, הזמן איתם מבליס בני הנוער עם בני גילם הולך וגדל, בעוד הזמן אותו הם מבליס עם הוריהם פוחת. במחקר נמצא כי שכיחות השימוש באלכוהול גבוהה יותר בקרב בניס מאשר בנות, כך שבניס תופסים את שתיית האלכוהול כיותר נורמטיבית וחברים לעוד קבוצות בניס הצורכים אלכוהול, וכך נוצר מעגל המנציח ומעצים את תופעת שתיית האלכוהול. על אותו משקל, כיוון ששכיחות השימוש בקרב בנות נמוכה יותר, אלו אשר כן שותות, יעדיפו לחבור לבנות גילן בעלות הרגלי שתייה דומים. בהתאם לכך, נמצא במדינות האירופיות במחקר, קשר חיובי בין חברויות בקבוצת השווים לבין שימוש באלכוהול, כאשר קשר זה נמצא חזק יותר אצל בנות מאשר בניס. הקשר החזק בין תפיסת קבוצת השווים והשימוש באלכוהול עבור בנות יכול להיות מוסבר על ידי כך שבנות מבלות זמן רב יותר עם חברותיהן, מעורבות יותר בפעילות הקבוצתית של בנות מינן מאשר בניס, ולרוב תופסות את מערכות היחסים החבריות שלהן כיותר אינטימיות, בלעדיות ומועילות. אפשרות אחרת היא שמעצם העובדה שמלכתחילה השימוש באלכוהול בקרב בנות נמוך באופן משמעותי מאשר בקרב בניס בגילאים אלו, התנהגות זו נתפסת כחריגה, ועל כן בנות הרוצות לשתות, יחפשו בנות עם הרגלי שתייה דומים. זאת בניגוד למתרחש אצל בניס, אשר בקרבם שימוש באלכוהול נתפס כנורמטיבי יותר, ועל כן לא בהכרח חייב להתרחש בהקשר של מערכת יחסים חברית בקבוצת השווים (Farhat et al, 2011).

הסברים משפחתיים וחברתיים

ההשפעה החברתית והמשפחתית ניכרת בכל הנוגע לשתיית אלכוהול. לדוגמא, ככל שהמשפחה מלוכדת, כך יורד הסיכוי לשימוש באלכוהול. תא משפחתי לא מאורגן, רועש ואף הורות אדישה עלולים להעיד על חוסר תפקוד תקין של המשפחה ולהוות גורמים לצריכה של סמים פסיכו אקטיביים וביניהם אלכוהול, כבר בגיל מוקדם. זאת ועוד, הורות מתירנית וחוסר השגחה עלולים גם הם להוות פרצה לשימוש בסם (רונן, 2001).

הסביבה החברתית והשפעותיה יוצרות כוח מרכזי המניע לצריכת המשקה או לאי צריכה שלו. למשל, זמינות פיזית וכלכלית, חוקים ונורמות, הם חלק מהגורמים המקיפים את כלל תרבות הצריכה הזו (בורד ובראון-אפל, 2010). גם חוקי המדינה, ההבדלים התרבותיים ואורח החיים הנהוג בה תורמים את חלקם לאופן בו נתפס השימוש באלכוהול. כך לדוגמא, במדינות

מסוימות גיל המינימום לרכישת אלכוהול יכול להיות 16, 18 או 21. גם רמת האכיפה בנושא משתנה ויכולה להיות מוגברת או חלשה. נהוג לקטלג מדינות כבעלי אופי 'רטוב' או 'יבש' של שתייה. במדינות בהן תרבות השתייה היא 'רטובה', בעיקר מדינות ים תיכוניות כמו יוון, אלכוהול מתמזג בחיי היום יום ונצרך במהלך ארוחות כחלק מהשגרה, כאשר יין ברוב הפעמים מהווה חלופה למשקה קל מועדף. בניגוד לכך, במדינות בהן תרבות השתייה היא 'יבשה', בעיקר במדינות צפון אירופה וצפון אמריקה, השימוש באלכוהול מוגבל יותר כחלק מהמדיניות הכללית, והוא אינו מהווה חלק בארוחות היום יומיות. במדינות 'יבשות' אלו, תופעת בולמוסי השתייה נפוצה יותר, וצרכני האלכוהול נוטים לייחס לרוב את ההשלכות השליליות (כגון פציעות, איבוד שליטה על השתייה) שלו עליהם בעצם השתייה עצמה, יותר מאשר מקביליהם במדינות ה'רטובות' (Farhat et al, 2011).

תיאוריית הפיקוח החברתי (Social Bonding Theory) של הירשי טוענת שעבריינות היא אקט תוצאתי, לאחר שהפרט חובר לחברה 'חלשה' או 'מקולקלת'. ישנם כמה אלמנטים המהווים בסיס לחיברות זו. אלמנטים אלו הם: התקשרות, מחויבות, מעורבות ואמונה. ככל שאלו יהיו חזקים יותר בסביבת הפרט, הכוללת הורים, אחים, מבוגרים, בית הספר, התנהגות הפרט תהיה מבוקרת יותר וקונפורמית יותר. היחלשות של אחד מהאלמנטים מספיקה כדי להחליש אלמנטים אחרים, ובכך לסלול את דרכו של הפרט לחיברות נונקונפורמיסטית (Akers, 1997).

תיאוריה נוספת שמסבירה את ההשפעות החברתיות על ההתנהגות, היא **תיאוריית הלמידה החברתית (Social Learning Theory)**. לפי התיאוריה, למעט רפלקסים בסיסיים, בני אדם אינם מגיעים לעולם עם רפרטואר נרחב של התנהגויות. הם חייבים ללמוד התנהגויות אלו. דפוסי תגובה חדשים יכולים להירכש על ידי התנסות או על ידי צפייה (Bandura, 1977). תיאוריית הלמידה החברתית טוענת שהתנהגות עבריינית נלמדת באמצעות אותם תהליכים פסיכולוגיים המתרחשים בכל תהליך למידה של כל התנהגות אחרת. התנהגות נלמדת כאשר היא מתחזקת או מתוגמלת, ולהפך – ללא חיזוק או תגמול, לא תילמד ההתנהגות. אנו לומדים לרכוש התנהגות בדרכים שונות: התבוננות באחר, התנסות ישירה וחיזוק דיפרנציאלי (Adler et al, 2007).

במחקר שנערך בדרום קוריאה נמצאו שני גורמים עיקריים המקושרים לשימוש בחומרים ממכרים (ואלכוהול בראשם) בקרב בני נוער: הורים אלכוהוליסטים ושימוש בקרב קבוצת

השווים. הורים אלכוהוליסטים - מהווים מודל התנהגותי עבור המתבגר. נמצא כי מתבגרים להורים כאלו, הם בעלי סבירות גבוהה יותר לשימוש בחומרים ממכרים. שימוש בקרב קבוצת השווים – מספר מחקרים הראו שמתבגרים להם חברים הצורכים אלכוהול, הם בעלי סבירות גבוהה יותר לצריכה בעצמם. למעשה, קרבה למתבגר עבריין מקבוצת השווים מאפשרת למתבגר להיחשף לנקודת מבט מתירנית בנוגע לשימוש בחומרים ממכרים, אשר יכולה להפוך בהדרגה לקבלה והשתתפות בהתנהגויות בעלות סיכון. מחקרים רבים דיווחו שלחץ קבוצתי הינו מנבא חזק להתנהגויות בעלות סיכון כמו שימוש בחומרים ממכרים, עבריינות וביצועים נמוכים בבית הספר (Park, Kim & Kim, 2009).

תכניות התערבות

ידע וטיפול בכל הנוגע להתקדמות ההתפתחותית של השימוש בחומרים ממכרים במהלך ההתבגרות חשוב ומהותי, כיוון שהוא יכול לעזור במיקוד ותזמון קיום תכנית התערבות. לתכניות המתמקדות בשלבי ההתקדמות הראשונים של השימוש, יש את הפוטנציאל למנוע או להפחית את השימוש אצל הפרט ואף אצל סביבתו (Botvin & Griffin, 2007).

במשך שנים רבות, ההתייחסות למניעה הייתה במונחים של מניעה ראשונית, שניונית ושלישונית. השלב הנפוץ ביותר היה מניעה ראשונית – מניעה התחלתית של השימוש. מניעה שניונית – התייחסה למאמצים המפחיתים את שכיחות השימוש על ידי זיהוי מוקדם של הורים בעלי גורמי סיכון רלוונטיים. השלב הפחות נפוץ, מניעה שלישונית – מתייחס להפחתת הלקוויות הנגרמות עקב שימוש במצב קיים. כיוון שקשה להבדיל בין השלב השלישי לשלב הטיפול, הופחת בהדרגה השימוש במונחים אלו, והם הוחלפו במונחים תיאוריים יותר (Botvin & Griffin, 2007).

בדו"ח של המכון האמריקאי לרפואה (Institute of Medicine), משנת 1994 הוצעה טרמינולוגיה חדשה לסיווג תכניות התערבות כחלק מרצף של פיקוח המתחיל במניעה, ממשיך בטיפול ומסתיים בהשגחה ומעקב. במסגרת עבודה זו, המושג 'מניעה' שמור רק להתערבויות המתרחשות לפני תחילת השימוש. למניעה זו שלושה סוגים: 1. מניעה אוניברסלית (Universal prevention) - תכניות מניעה אוניברסליות מתמקדות בכלל האוכלוסייה שכוונתן להרתיע או לעכב את התחלת השימוש. 2. מניעה בררנית (Selective prevention) – תכניות מניעה המכוונות

לתת קבוצה באוכלוסייה הנמצאת בסיכון גבוה בשל חברות בקבוצת סיכון מסוימת. 3. מניעה מציינת (Indicated prevention) - תכניות מניעה המיועדות לכאלו שכבר מראים התנהגויות בעלות סיכון גבוה. כך למעשה, פונות תכניות המניעה האוניברסליות והבררניות לחברי אוכלוסייה מסוימת, ותכניות המניעה המציינות פונות לפרטים בהתבסס על סימני אזהרה מוקדמים (Botvin & Griffin, 2007).

על מנת להוריד את שיעורי השתייה הגבוהים ולנסות למזער נזקים כאלו ואחרים כמה שיותר, הופכות תכניות ההתערבות בשנים האחרונות למוקד מרכזי להתמודדות עם תופעה זו, ותשומת הלב בכל הנוגע לתופעת שתיית האלכוהול בקרב בני נוער, מקבלת ביטוי מעשי. מניתוח מחקר מטה אנליטי שנערך בקרב 33 תכניות התערבות במערכת החינוך הפורמאלי, נמצא כי ל- 51% מהן היו תוצאות חיוביות בהשפעתן על בני הנוער. תכניות התערבות אלה התייחסו בעיקר לנזקים גופניים, חברתיים וחוקיים בתופעה. הן ניסו להקנות מיומנויות בלחץ חברתי, דיונים בנושא 'הלשנה', נהיגה, יכולת לבקש עזרה וחלופות לסיפוק צרכים. מעבירי התכניות היו צוותי מורים ויועצים שהוכשרו לנושא בסמינרים שונים וקיבלו הדרכה לפני פגישתם עם בני הנוער (פלג, נוימן, פריגר, פלג וספרבר, 2002).

בשנת 2000, יצאה לדרך תכנית שגובשה במדור הנוער במשטרת ישראל להתמודדות עם אלכוהול, סמים ואלימות (אס"א). תכנית אס"א מקיפה כ-100 ישובים ברחבי הארץ ומתקיימת בשיתוף פעולה בין כלל הגופים העוסקים בנוער. שיתוף הפעולה נפרש ממערכות החינוך השונות, דרך עמותת 'אל סס' ועד מערכות אכיפת החוק. מטרות ושאיפות התכנית הן זיהוי מועדות לפשיעת אס"א, טיפול בנוער בסיכון, יצירת תחושת ביטחון ושילוב התושבים דרך התנדבות ומעורבות (<http://www.makif.org/vb/showthread.php?t=2329>).

בפיניקס אריזונה שבארצות הברית, נערכה תכנית התערבות בשם KIR (Keeping It Real) ל- 7,000 סטודנטים מהחינוך האלטרנטיבי. חינוך אלטרנטיבי כולל בתוכו בני נוער שעזבו מרצונם או הועזבו ממערכת החינוך הסטנדרטית ממסדית. בנוסף, מכיל סוג חינוך זה בני נוער מסורתיים – דתיים. מטרתה העיקרית של תכנית זו היא להתמקד בארבע טכניקות עיקריות אשר ישמשו את המתבגר במפגש הבא שלו עם האלכוהול: 1. Refuse (סירוב). 2. Explain (הסבר). 3. Avoid (הימנעות). 4. Leave (עזיבה). על מנת להעביר את המסר באופן היעיל ביותר, יצרו הוגי התכנית סימולציות יומיומיות בהן נתקלים בני הנוער בסביבתם הטבעית ושיחזרו אותן בתנאי

כיתה. כמו כן, הוקרנו סרטי וידיאו לכיתה והם נותחו יחד עם מנחי התכנית. הנחתם של הוגי התכנית הייתה, שכשאר יילמדו ארבע הטכניקות שלהלן, יוכלו בני הנוער למזער את השימוש באלכוהול ואף להפחית מפגשים מרובי שתייה בעתיד. באמצעות לימודן של ארבעת הטכניקות הללו, הצליחו להפחית באופן מובהק את שימוש באלכוהול בקרב משתתפי המחקר (Hopson & Holleran - Steiker, 2010).

נראה כי ניתן להתמודד עם תופעת השתייה. במחקר שבדק אינטראקציה של תכנית התערבות וחינוך של הורים להתמודדות נכונה עם ילדיהם, נמצא באופן מובהק כי התערבות וחינוך נכון בסביבה הטבעית, מובילים להפחתה של שימוש באלכוהול והתנהגויות סיכוניות הנובעות מעצם השתייה (Fernandez, Wood, Laforge & Black, 2011).

התכנית הנוכחית: דור האלכוהול – תרבות שתייה

ראשית יצוין, כי התכנית הנוכחית המשמשת אותנו לצורכי המחקר, כבר מועברת על ידי אחד מכותבי המחקר. תכנית התערבות זו, הינה תכנית אינטגרטיבית המשלבת בתוכנה שני סוגי מניעה של שימוש באלכוהול (ראשוני ושניוני – לפי הטרמינולוגיה הישנה). עיקר התמקדותה הוא מניעה בררנית (Selective prevention) ומניעה מציינת (Indicated prevention), כפי שהוצע על ידי המכון האמריקאי לרפואה (Institute of Medicine). התכנית יוצאת מתוך הבנה כי תופעת שתיית אלכוהול בקרב צעירים, גוררת עמה בעיות הנראות לתפיסתם כ'לגיטימיות', כמו למשל, הקאה, עילפון, כאב ראש או בטן, חמרמורת, אגרסיה וכו'. ההנחה היא כי לצעירים בארץ אין מספיק ידע לגבי אלכוהול ואין בידיהם כלים לקבל החלטה מושכלת לגבי האם לשתות, מה לשתות ואיך לשתות.

אין ציפייה מהתכנית למנוע את הבעיה כליל, אלא נלקח בחשבון כי בסופו של דבר, נוער מתבגר אשר ירצה לשתות אלכוהול, ימצא את הדרך לכך. ועל כן, תכניות התערבות מתאימות בעיקר לנוער בתקופת המעבר מהילדות לבגרות, גיל המאופיין בחיפוש אחר ריגושים וחוסר יציבות בכל הנוגע לעמדות (Fernandez et al, 2011). כידוע, אלכוהול הינו מוצר שצריכתו מותרת וחוקית (מעל גיל 18), ולפני חוק איסור מכירת האלכוהול לאחר השעה 23:00, ניתן היה למצוא ילדים משתכרים גם בלילות. מתוך כך, נזיפות או איסורים מצד מורים, הורים או מבוגרים אחרים, עלולים לעזור רק עד לשלב בו המתבגר רוצה למרוד ולפרוץ גבולות, אך כאמור

אם וכאשר יחליט שברצונו לשתות, הוא יוותר לבדו (או עם חברים) כדי לקבל החלטה של האם לשתות? מה לשתות? וכמה לשתות?

ידע הוא כוח, תכנית זו סוברת כי בורות בני הנוער בכל הנוגע לצריכת אלכוהול והשלכותיו הינה מצב שלא מאפשר להם לשלוט בתופעה. כמו כן, לפי ראייה זו גם למבוגרים אין ידע נרחב בנושא, מלבד התפיסה שאלכוהול אינו טוב. יחד עם זאת, הם עלולים להוות דוגמא רעה בעצמם כאשר הם שותים אלכוהול בצורה מופרזת באירועים שונים, שמחות, בבית, בחגים שונים וכו'. אחד המניעים המרכזיים המובילים את התכנית הוא שלמבוגרים אין יכולת להגיע לבני הנוער מנקודה בה הם יקשיבו ויפנימו, תוך שימוש בשפה שלהם ובגובה עיניהם. יש צורך לדבר איתם ולא להטיף להם, להגיע למסקנות משותפות ולא להכתיב להם איך לחיות. מטרת התכנית היא להקנות ידע והבנה של מהו אלכוהול, מה קורה כששותים אותו, איזה סוגים יש, מה הן התחושות הפיסיולוגיות ומה הוא גורם לנו ברמה הקוגניטיבית וההתנהגותית. בנוסף, מספקת התכנית הסברים ודוגמאות אמיתיות (מתוך עולם הברים הישראלי והעולמי) להשלכות שעלולות לבוא בעקבות שתיית אלכוהול.

הוגי התכנית

הוגי התכנית הינם שני סטודנטים (אחד מהם הוא ממבצעי המחקר הנוכחי) באמצע שנות העשרים לחייהם, העובדים במשך שנים רבות כברמנים וכמדריכים בבית ספר לברמנים, ומכירים היטב את חיי הלילה ותרבות צריכת האלכוהול. באין ספור לילות מזגו מאות אלפי ליטרים של כל סוג אלכוהול שקיים. במהלך עבודתם השוטפת, נחשפו לחוסר המודעות לנזקי האלכוהול מחד, אך מנגד העבירו ידע מקצועי לברמנים לעתיד, תוך הפיכתם למבינים בתחום, וחשוב מכל השרישו בהם את "תרבות השתייה הנכונה". מתוך כך התעורר הרצון לעורר שינוי וליצור מצב שבו ניתן יהיה להגיע לכמה שיותר בני נוער על מנת למגר את התופעה השלילית של צריכת האלכוהול, רגע לפני שהם יעלו על מדים או גרוע מכך על ההגה.

לבני נוער קשה להפנים מסרים בנושאים שכאלה המועברים על ידי אנשים שהם לא רואים בהם "מביני עניין". הכוונה היא לא ברמה המחקרית אלא ברמת היכולת של אותם אנשים להבין את המצב או המקום בו הם נמצאים ושם הם צורכים את האלכוהול (עולם הברים, עולם היציאות, רצון להתגבר על ביישנות ועכבות, הצלחה עם בני המין השני, הרצון לקבלה בחברה, מוסיקה, תנאי מועדון וכו'). לכן, נושאים כמו שתיית אלכוהול, מין, אלימות ופשע, המועברים על ידי דמויות בוגרות וסמכותיות כדוגמת הורים, מורים או דמויות חינוכיות אחרות, תוך שימוש

באמצעי הפחדה והצגת נתונים או ממצאים על מה עלול לקרות לך באם תשתמש לא נכון, אינה תמיד יעילה. שיטה זו אולי עובדת במקרים מסוימים, אך במבט על הנתונים כנראה שאין זה מספיק. לפיכך, הנחתם של הוגי התוכנית היא שכחורים צעירים, המבינים את המקום ממנו מגיעים בני הנוער, ובעצמם נמצאים במקום דומה בחייהם, לפחות בחלק מההיבטים, יצליחו להתחבר לבני הנוער ולדבר אליהם 'בשפתם'.

יתרונם של הוגי התוכנית על פני המבוגר האחראי ה'רגיל' והמוכר, הוא בעצם היותם ברמנים מנוסים הנמצאים יום יום בסביבת האלכוהול, מחלקים אותו ונפגשים עם מי ששותה אותו ורואים את תוצאות השתייה ובמה הדברים אמורים הלכה למעשה. אותם צעירים המגיעים ללא ידע אמיתי על האלכוהול והשלכותיו, ועל כן עלולים לסיים ערבי שתייה בנזקים אפשריים. יתרה מכך, הוגי התוכנית מדריכים ברמנים, ומקנים את אותו ידע לכל אותם ברמנים מתלמדים שעוד כמה שבועות יהיו בברים השונים.

העברת המידע היא שליחות עבורם, מעין סוג של תיקון, כיוון שמחד הם מתפרנסים מאלכוהול, ומאידך מודעים לסכנות שהוא טומן בחובו ועל כן מנסים להביא לשינוי בצריכתו, כך שתהיה מודעות לאותן סכנות. תקוותם היא שעם ידע ותרבות שתייה נכונה המתחילה אצל המבוגרים ומועברת לבני נוער, אפשר למנוע או לפחות לצמצם חלק מאותם נזקים שקשורים לאלכוהול ובלבד שיודעים מה לעשות עם הנוזל הזה ואיך להתנהג איתו כאשר כבר שתינו.

הסיבות ליצירת התוכנית הנוכחית

ההבנה שיש צורך בתוכנית שכזו, צמחה תוך שלושה גורמים:

1. שאלות ותובנות שהועלו כחלק מההרצאות של תלמידיהם של הוגי התוכנית: בבית הספר לברמנים לומדים בכל קורס כ - 20 תלמידים, גילם הממוצע נע בין 18-25. כלומר, מתבגרים אלה היו לא מזמן בני נוער בעצמם. שאלות בנוגע לנזקי האלכוהול ודרכים לשתייה נכונה הולידו בעצמן את רעיון תכנית ההתערבות. בנוסף, נוצרה הבנה כי יש להנחיל ידע אודות תרבות שתייה כבר בגיל מוקדם. בסקר שנערך בקרב תלמידי בית הספר לברמנים, נשאלה השאלה האם הרצאה בגיל

מוקדם הייתה עלולה לשנות את תפיסתם בנוגע לשתיית אלכוהול ואת הרגלי הצריכה, התשובה הייתה כמעט חד משמעית - כן.

2. נתונים סטטיסטיים: העלייה המדאיגה בשיעור בני הנוער הצורכים אלכוהול, ללא כל ידע ומודעות אמיתית שלהם להשפעות השליליות של צריכת האלכוהול, כפי שפורט לעיל.

3. ניסיונם המעשי של הוגי התוכנית: במהלך עבודתם כברמנים, נחשפו להתנהגויות לא ראויות ולשימוש לרעה בחומר האלכוהולי. מתוך כך הבינו, כי על מנת להמשיך לשתות אלכוהול עליהם לעצור את כדור השלג המצטבר ולהקנות ידע אודותיו והשלכותיו לקהל המתבגר. ישנם עוד נתונים רבים, אך התמונה הכללית שהצטיירה היא זו: גיל השותים יורד, ישנו גידול קבוע בכמות השתייה באחוזים רבים ובחשיפה לאלכוהול בקרב בני נוער. בשורה התחתונה, אחוז ניכר מבני הנוער שהו בסביבה של אחרים שצורכים אלכוהול.

לאור הנתונים המדאיגים בדבר העלייה בצריכת האלכוהול בקרב בני נוער והירידה בגיל צרכני האלכוהול בישראל, מנסה התכנית ליצור שיח מושכל עם בני הנוער לגבי צריכת אלכוהול ולהקנות כלים להתמודדות בצורה נכונה יותר בפעם הבאה שייחשפו באופן ישיר או עקיף לאלכוהול. כאמור, אין ציפייה לבלום לחלוטין את שתיית אלכוהול, אך אם יועבר ידע אודות שתייה נכונה, ניתן יהיה למזער הרבה מתוצרי הלוואי השליליים של שתיית האלכוהול. השאיפה היא ליצור מודעות לנושא בקרב בני נוער, כדי שיוכלו לקבל החלטות מושכלות יותר בחשיפתם הבאה לאלכוהול. 'מודעות' תתבטא ברמות שונות- האם לשתות? מה לשתות? כמה לשתות? אם שתיתי, מה כדאי לעשות? איך להתמודד עם חבר שיכור? מה אוכלים לפני? אחרי? ערבובי משקאות שונים, כדורים ועוד.

מבנה התכנית

ההרצאה מחולקת ל - 3 חלקים:

1. הסבר על דרכו של האלכוהול בגוף, הסבר על סוגי אלכוהול, אחוזי אלכוהול, דרך עשייה, משקאות אנרגיה, מצבי שיכרות, סיפורים מעולם הבארים, סיפורים של תלמידים (ברמנים לעתיד) ועוד.

2. סרטון קצר המתאר ערב של שתיית אלכוהול בבר, דרך מצבי השיכרות שהוזכרו בתחילת ההרצאה. באמצעות הסרטון, מושגת תשומת הלב של בני הנוער דרך מוסיקה עדכנית, חווית בילוי והשלכות האלכוהול.

3. שיח משותף בקרב בני הנוער על שתיית האלכוהול והפיכת רכישת התובנות לרצויה ולא כפויה. סך הכל משך ההרצאה הינו שעה וחצי, והיא מיועדת לבני נוער, הורים לילדים בגיל ההתבגרות, מחנכים, סיירות הורים, עובדים סוציאליים ועוד.

מטרת המחקר הנוכחי היא לבדוק האם תכנית ההתערבות 'דור האלכוהול – תרבות שתייה' שהוצגה לעיל, משפיעה על שינוי דפוסי צריכת האלכוהול בקרב בני נוער שנחשפו לתכנית. בהתאם לכך, השערות המחקר הן:

1. תימצא השפעה לתכנית ההתערבות על בני הנוער בנושא הרגלי צריכת אלכוהול, כך שבני נוער שישתתפו בתכנית, ידווחו על נכונותם לצרוך פחות אלכוהול ביחס לעמדותיהם תחילה.

2. יימצא קשר בין מספר שנות הלימוד של בני הנוער לבין הרגלי צריכת אלכוהול, כך שככל שמספר שנות הלימוד רב יותר, כך גוברת צריכת אלכוהול, ולהיפך.

3. יימצאו הבדלים בין בני הנוער שישתתפו בתכנית על בסיס מין, כך שבנות יושפעו יותר מתכנית ההתערבות בהשוואה לבנים.

שיטה

משתתפים

במחקר השתתפו 17 בני נוער, חילונים, בגילאי 14 - 19. מתוכם 12 בנים ו- 5 בנות. גילם הממוצע היה 16.18. יצוין כי מבחינת מאפייניהם הסוציו דמוגרפיים המשתתפים היו הומוגניים. התכנית הועברה בישוב חד נס שברמת הגולן במסגרת פעילות בלתי פורמאלית (לא במסגרת בית

ספרית) של 'הרשות למלחמה בסמים ואלכוהול', מועצת קצרין וועד הישוב חד נס. גיוס הנבדקים בפועל נערך על ידי מדריך הנוער בישוב.

כלי המחקר

לצורך המחקר נעשה שימוש בכלים הבאים:

1. שאלון נתונים אישיים: שאלון נתונים סוציו – דמוגרפים שמטרתו לאסוף את נתונייהם האישיים של משתתפי המחקר במשתנים של: גיל, מין, כיתה, מקום מגורים, מצב משפחתי של ההורים ומצב תעסוקתי של משתתפי המחקר. (ראהנספח 1).

2. סקר לפני ההשתתפות בתכנית ההתערבות, הבודק את הרגלי צריכת האלכוהול בקרב בני נוער. סקר זה כולל היגדים אותם צריכים משתתפי המחקר לדרג בסולם של 1 – 4: (1) 'אף פעם' (4) 'רוב הזמן'. מספר היגדים לדוגמא: "באיזו תדירות הינך צורך אלכוהול?", "מתי לאחרונה, אם בכלל, צרכת וודקה?", "מה היה גילך כאשר צרכת לראשונה אלכוהול?" בבדיקת המהימנות לסקר נמצא אלפא של קרונבך = 0.95. (ראה סקר לפני בנספח מס' 2 ואלפא של סקר זה בנספח מס' 3).

3. סקר לאחר ההשתתפות בתכנית ההתערבות, הבודק את השינוי בעמדותיהם של משתתפי המחקר ביחס לאלכוהול ונכונותם להפחית בצריכתו, בעקבות שמיעת תכנית ההתערבות. סקר זה כולל היגדים אותם צריכים משתתפי המחקר לדרג בסולם של 1 – 4: (1) 'ממש לא' (4) 'בהחלט כן'. היגדים לדוגמא: "האם בעקבות ההרצאה השתנתה דעתך בנוגע לשימוש באלכוהול?", "במידה והיית שומע/ת הרצאה זו לפני ששתית לראשונה, היית נמנע מאלכוהול?", "האם הדרך שבו הועברה ההרצאה השפיעה על היחס שלך כלפי אלכוהול?". בבדיקת המהימנות לסקר נמצא אלפא של קרונבך = 0.81. (ראה סקר אחרי בנספח מס' 4 ואלפא של סקר זה בנספח מס' 5).

הליך

לפני תחילת ההרצאה, חולק על ידי מעבירי ההרצאה הסקר הראשון לידיהם של הנערים, כאשר כולם ישובים. במהלך ההרצאה הוצגו כל אותם נושאים שהוזכרו לעיל, ובנוסף, הוקרן סרטון של ארבע וחצי דקות. לקראת סופה של ההרצאה חולקו עזות להתמודדות עם מצבי שיכרות שונים וניתן זמן לשאלות. בתום ההרצאה, חולק הסקר השני. בסיום מילוי הסקרים, הם נאספו על ידי מעבירי ההרצאה אשר הודו למשתתפים.

ממצאים

השערה מספר 1

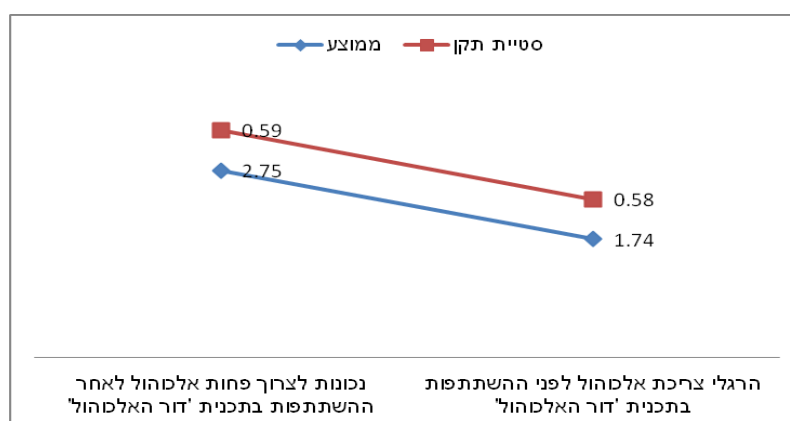
לבדיקת ההשערה כי תהיה השפעה לתכנית ההתערבות על בני הנוער בנושא הרגלי צריכת אלכוהול, כך שבני נוער שהשתתפו בתכנית, ידווחו על נכונותם לצרוך פחות אלכוהול ביחס לעמדותיהם תחילה, נערך מבחן t למזווגים. נמצא הבדל מובהק בין הרגלי צריכת אלכוהול לפני החשיפה לתכנית ההתערבות בנושא צריכת אלכוהול לבין נכונותם לצרוך פחות אלכוהול לאחריה $[t_{(16)}=19.37, P<0.001]$, כך שהממוצע של הרגלי הצריכה מבית ($M=1.74, SD=0.58$) היה נמוך יותר יחסית לממוצע של עמדותיהם לאחר החשיפה לתכנית ההתערבות ($M=2.75, SD=0.59$).

מכאן, שהשערה אוששה. לוח 1 מציג את ההבדלים בממוצעי הסקר לפני ואחרי העברת ההרצאה:

לוח מספר 1: ממוצעי צריכת אלכוהול לפני ואחרי ההשתתפות בתכנית

סטיית תקן	ממוצע	יחס לאלכוהול
0.58	1.74	הרגלי צריכת אלכוהול לפני ההשתתפות בתכנית 'דור האלכוהול'
0.59	2.75	נכונות לצרוך פחות אלכוהול לאחר ההשתתפות בתכנית 'דור האלכוהול'

גרף מספר 1: נכונות לצריכת אלכוהול מופחתת כפונקציה של השתתפות בתכנית



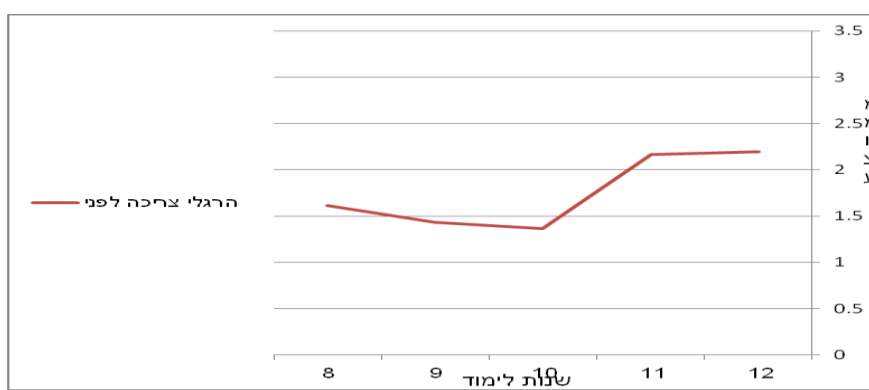
(ראה ניתוחים סטטיסטיים בנספח מספר 6)

השערה מספר 2

לשם בדיקת השערה כי ימצא קשר בין מספר שנות הלימוד של בני הנוער לבין הרגלי צריכת אלכוהול, כך שכל שמספר שנות הלימוד רב יותר, כך גוברת צריכת האלכוהול, ולהיפך, נערך מבחן ספירמן. נמצא קשר חיובי, חזק ומובהק בין המשתנים $[r=0.63, P < 0.05]$, כך שכל שמספר שנות הלימוד עולה, כך גוברת צריכת האלכוהול, ולהיפך. מכאן, שהשערה אוששה.

גרף מספר 2:

הקשר בין
שנות לימוד

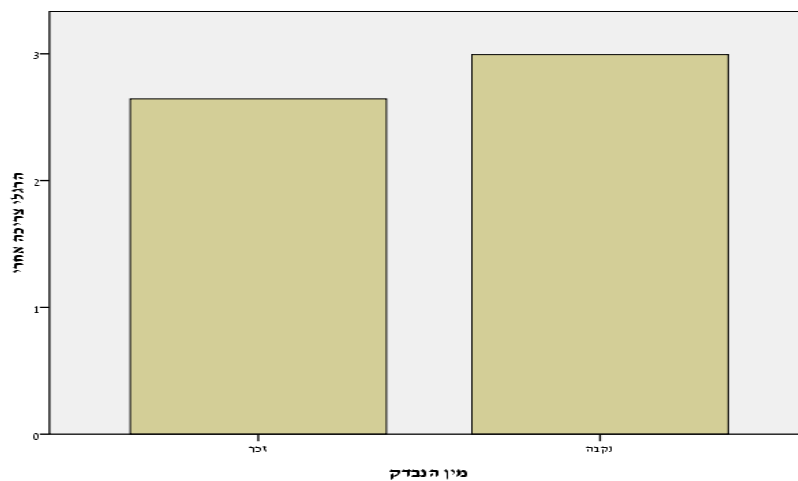


(ראה ניתוחים סטטיסטיים בנספח מספר 7)

השערה מספר 3

לצורך בדיקת ההשערה כי יימצאו הבדלים בין בני הנוער שהשתתפו בתכנית על בסיס מינם, כך שבנות יושפעו יותר מתכנית ההתערבות, בהשוואה לבנים, נערך מבחן t למדגמים בלתי תלויים. לא נמצא הבדל מובהק בין הרמות [$t_{(16)} = -1.13, n.s.$].

גרף מספר 3: הבדלים בין בנים לבנות



(ראה ניתוחים סטטיסטיים בנספח מספר 8)

על מנת לתאר את קבוצת המחקר באופן נרחב, נאספו נתונים המראים כי: 82% ממשתתפי המחקר הנוכחי העידו כי לפחות חצי מחברייהם הקרובים שותים אלכוהול בתדירות כלשהי. 64% דירגו את מידת השגתו של אלכוהול כקלה עד בינונית. ולעומת זאת, 11% בלבד ענו כי בלתי אפשרי עבורם להשיג אלכוהול במידה והיו מעוניינים. כ-53% נחשפו לראשונה לשתיית אלכוהול על ידי חבריהם, ואחוז דומה מכלל הנשאלים צרך אלכוהול לראשונה בגיל הצעיר מ-15.

88% מהמשתתפים חושבים כי שתיית אלכוהול בגילם מסוכנת במידה בינונית או למעלה מכך. בנוסף, 76% חושבים כי הוריהם מתנגדים במידה כזו או אחרת לכך שילדיהם שותים אלכוהול. 59% העידו כי במידה והייתה להם בעיית אלכוהול, היו פונים להורים/משפחה, בעוד ש-31% היו פונים לבקש עזרה מחבר קרוב. כאשר נשאלו משתתפי המחקר, האם לפני תכנית ההתערבות קיבלו מידע ממקור כלשהו אודות השימוש באלכוהול, השיבו 35% כי קיבלו מידע מההורים/חברים, 41% קיבלו את המידע בבית הספר.

לסיכום, בהשערה מספר 1 נמצא קשר מובהק בין המשתנה הבלתי תלוי – השתתפות בתכנית ההתערבות, לבין המשתנה התלוי – מידת הנכונות לצרוך פחות אלכוהול בעתיד. וכן, נמצא בהשערה מספר 2 קשר מובהק בין מספר שנות הלימוד לבין מידת צריכת האלכוהול לפני התכנית. השערה מספר 3 לא אוששה, לא נמצאו הבדלים על בסיס מינם של בני נוער שהשתתפו בתכנית.

דיון

מטרת המחקר הייתה לבדוק את ההשפעה של היחשפות לתכנית התערבות בשם 'דור האלכוהול – תרבות שתייה' על שינוי דפוסי צריכת האלכוהול בקרב בני נוער. שוער כי יימצאו הבדלים בהרגלי צריכתם של בני הנוער, לפני ואחרי החשיפה לתכנית (הרצאה בנושא אלכוהול),

כך שעצם החשיפה תביא לנכונות לצריכה פחותה של אלכוהול בעתיד. כמו כן שוער כי ימצא קשר בין מספר שנות הלימוד של בני הנוער שהשתתפו בתכנית לבין צריכת אלכוהול, כך שככל שמספר שנות הלימוד יהיה רב יותר, כך תגבר צריכת האלכוהול, ולהיפך. שתי ההשערות הראשונות אוששו. ההשערה השלישית, לפיה יימצאו הבדלים בין בנים לבנות, כך שתכנית ההתערבות תשפיע על בנות יותר מאשר על בנים, לא אוששה.

בהתאם לסקירת הספרות ולתכניות התערבות מהארץ ומהעולם, נמצא כי חשיפה לתכנית הסברה בנושא צריכת אלכוהול, מובילה לשינוי בנכונות לצריכת אלכוהול בעתיד בקרב בני נוער. הסבר לכך ניתן למצוא בעובדה ששני מעבירי התכנית הינם ברמנים מנוסים ומדריכי אלכוהול אשר מהווים 'סוכנים בעלי השפעה' בכל הנוגע להעברה של מידע בנושא האלכוהול בקרב בני נוער. ניתן לראות כי כאשר מועברים תכנים על ידי דמויות סמכות (לדוגמה: רופא, ברמן, מדריך, מורה, פרופ', ד"ר ועוד), לקהל המאזינים/צופים יש נטייה לנסות ולהתרצות. 'התרצות' - כוללת אימוץ דרישות סוכן ההשפעה בתקווה להשיג תגובה רצויה. בנוסף, כאשר מועבר מידע על ידי סוכנים בעלי השפעה, לפרט ישנה נטייה נוספת והיא 'הזדהות' - תהליך במהלכו הפרט מאמץ את אופן ההתנהגות של סוכן ההשפעה ואת עמדותיו מתוך רצון להידמות לו. לבסוף, ישנה 'הפנמה' - תהליך בו הפרט אינו מושפע מסוכן ההשפעה מתוך הערצה והזדהות, אלא מהרצון שלו להיות צודק ומציאותי. הפרט מבין שתפיסותיו של סוכן ההשפעה מתאימות לתפיסת המציאות שלו ונראות לו צודקות על פי ערכיו. יצוין כי שלושת תהליכי ההשפעה (התרצות, הזדהות והפנמה) יכולים לשמש כקווים מנחים בעת ניסיון להעביר מסרים משכנעים כמו אלה המועברים בתכנית ההתערבות, ולכן, ניטה להאמין לדמויות סמכות יותר מאשר לאנשים ללא התמחות בתחום כלשהו (שורצולד, 2000).

ההשערה כי ימצא קשר בין מספר שנות הלימוד של בני הנוער שהשתתפו בתכנית לבין הרגלי צריכת אלכוהול, כך שככל שמספר שנות הלימוד רב יותר, כך גוברת צריכת האלכוהול ולהיפך, אוששה. הסבר אפשרי לפיחות שתייה בגילאים צעירים ועלייה בכמויות השתייה בכיתות גבוהות יותר יכול להיות נעוץ בגורמים התפתחותיים (שינויים גופניים ומנטאליים) וחברתיים (חברויות חדשות - התקרבות לקבוצות השווים) המצביעים על עלייה כללית בשימוש כאשר מתבגרים צעירים (18 - 16) מקבלים על עצמם חוקים חברתיים חדשים ונושאים בסוגי אחריות שונים. נראה כי השימוש המועט יחסית נפוץ בעיקר בקרב מתבגרים צעירים יותר (15 - 12), אשר להם מעט חברים המשתמשים בחומרים ממכרים. כמו כן, שלבי ההתנסות הראשוניים מתרחשים בהקשר של מצבים חברתיים בהם מעורבים מתבגרים בני אותה שכבת גיל, או כאלו המבוגרים

במעט. השימוש בחומר הינו התנהגות אחת מני רבות המהווה התנסות של המתבגר כחלק מביסוס זהות עצמית והעצמת האוטונומיה והעצמאות של המתבגר מהוריו כחלק מהשינויים ההתפתחותיים והחברתיים שהוא עובר (Botvin & Griffin, 2007).

היבט אחר הקשור לשתיית אלכוהול רבה יותר כפונקציה של גיל אשר יכול להוות הסבר להשערה הוא תיאוריית ההתקשרות של ג'ון בולבי, המדגישה את חשיבות איכות הקשר של התינוק - ילד עם דמויות ההתקשרות הראשוניות שלו, המשפיע על התפתחותו התקינה של הפרט ועיצוב אישיותו - לחיוב או לשלילה. אינסוורת' הרחיבה תיאוריה זו והציעה שלושה טיפוסים התקשרות: 1. בעלי התקשרות בטוחה. 2. בעלי התקשרות נמנעת. 3. בעלי התקשרות חרדה-אמביוולנטית. טיפוסים אלו, הם חלק מההבדלים האינדיבידואליים המייחדים כל פרט ופרט, וניכרים בעוצמת התנהגויות ההתקשרות ובשליטתן. על רקע ההבדלים האינדיבידואליים, משתנה שכיחות ועוצמת ההבדל ממצב למצב. מצוקה, עייפות, חרדה, מצבים חברתיים, כאב וגיל, שינויים חברתיים והיעדרות של דמויות בטחון יחד עם דפוסי התקשרות חרדים-אמביוולנטיים, עלולים להוביל להתנהגויות קצה כמו סמים, אלכוהול, זנות ועוד. כלומר, דפוסי אלה משפיעים על ההתנהגות הן בחודשי החיים הראשונים והן בשנות הברות (בן-צבי, 2008).

במחקר שבדק את הקשר בין דפוסי התקשרות ושתיית אלכוהול בגיל ההתבגרות המוקדם, נמצא כי התקשרות בלתי בטוחה-אמביוולנטית, במיוחד מסוג נמנע, עשויה לבוא לידי ביטוי ברמות נמוכות של תמיכה חברתית, מה שבהמשך עלול להוביל לבעיות שתייה בגיל ההתבגרות המוקדם (Reis, Curtis & Reid, 2012). במחקרה של להב (2010) מתואר הקשר בין דפוסי התקשרות וחיברות לבין קבוצת השווים. במחקר השתתפו 93 תלמידים, כאשר בתוכם בוצעה חלוקה לבני נוער הנושרים ישירות ממערכת החינוך (לא מגיעים כלל לבית הספר) או הנושרים בצורה סמויה. נשירה סמויה כוללת בני נוער הנעדרים לעיתים תכופות מהלימודים או שנוכחותם בכיתה הינה פאסיבית. נמצא כי קשר שלילי עם דמויות ההתקשרות במערכת החינוך (בעיקר מורים) בגילאים שונים קשור להתקשרות בלתי בטוחה אמביוולנטית ומתארת את נשירתם של בני הנוער ונטייה להתנהגויות התואמות את אלה של בני קבוצת השווים להם שייכים. תלמידים בעלי נשירה סמויה והתקשרות לא בטוחה-אמביוולנטית הראו זיקה גדולה יותר לבני קבוצת השווים ואימוץ נורמות התנהגות בהתאם. כלומר, כשל בדפוסי ההתקשרות עלול להוביל לנשירה סמויה ומכאן חבירה לבני קבוצת השווים בעלי התנהגויות לא מסתגלות וסוטות (להב, 2010).

תיאוריה התפתחותיות נוספת שיכולה להסביר שתיית אלכוהול כפונקציה של גיל היא תיאוריית התפתחות הזרות העצמית של אריקסון. לפי התיאוריה, בגיל ההתבגרות מתנסה הפרט בתפקידים חברתיים שונים, באמצעות ניסוי וטעייה, קבלה או דחייה וניתוח סופי עד לכדי קבלת זהות מגובשת, איתה הוא יכול לייצר החלטות מתאימות. אריקסון רואה בגיבוש הזהות משימה פסיכולוגית קריטית, שהשגתה כרוכה ב'משבר זהות'. כישלון בפתירת משבר הזהות, יכול לייצר התנהגויות שליליות. על כן, התיאוריה של אריקסון יכולה להיות רלוונטית לשתייה מרובה בקרב בני נוער וסטודנטים, אשר עלולים להתקשות בחיפוש אחר זהות, וכתוצאה מכך לנקוט בהתנהגויות שאינן בוגרות ופוגעניות, כמו שתייה מוגברת. במחקר שבדק 322 מתבגרים הנמצאים בתהליכי גיבוש זהותם, נמצא שמשבר גדול יותר בגיל ההתבגרות וגיל הכניסה למכללות ואוניברסיטאות, יכול להוביל להתנהגויות של 'בולמוסי שתייה' (Lewis, 2006). בהתאם לכך, ניתן לראות במחקר שבדק מתבגרים אמריקאים שעזבו את בית הוריהם ועברו למגורי מעונות במכללות. נמצא כי אותם מתבגרים היו בעלי צריכה גבוהה וזאת כיוון שסטודנטים יוצאים לבלות יותר עם חבריהם וחולקים תפיסות דומות בנוגע לסיכון המועט ולמוסכמות הרבה שיש לשימוש בחומרים ממכרים (Botvin & Griffin, 2007).

הסברים נוספים לשינויים בצריכה בגילאים שונים, עשויים לנבוע מטיב האינטראקציות החברתיות כפי שהציעו הירשי וסאת'רלנד. הירשי גרס שהתנהגות קונפורמית היא תוצאה של קשרים המתפתחים בין הפרט לחברה. הדגש בתיאוריות למידה חברתית מושם בעיקרו על שימוש בחומרים ממכרים בקרב מתבגרים, אשר מושפע בעיקר מיחסם להגדרות או דפוסי התנהגות אשר אוכפים או מענישים התנהגויות שכאלה. קבלה של הגדרות הנוטות להפר את החוק, מגדילה את הסבירות להתנהגות סוטה. מחקרים על שימוש בחומרים ממכרים הראו כי קיים קשר חיובי בין חברים המשתמשים בסמים לבין שימוש עצמי של הפרט. נמצא שכאשר דפוסי ההתקשרות עם ההורים תקינים והתפקוד המשפחתי מוצלח, למתבגרים יש פחות חופש להתרועע וללמוד מבני גילם אשר פונים להתנהגויות סוטות חברתית (Link, 2008).

סאת'רלנד טען כי השפעת בני קבוצת השווים נראית כמוגברת בגיל ההתבגרות ויש לה השפעה מכרעת על ההתנהגות. חשיפה לגישות והתנהגויות חריגות מגבירה את הסבירות שהפרט יאמץ לעצמו את אותם דפוסיים. בני קבוצת השווים יכולים להשפיע על הפרט באופן ישיר (למשל על ידי הצעת משקה או הפעלת לחץ כזה או אחר) או עקיף (למשל עיצוב נורמות של שתייה, חיקוי ורצון להתקבל חברתית) (Link, 2008). לחץ חברתי אינו בהכרח מוביל להתנהגויות חריגות

שליליות. דוגמא להשפעת בני קבוצת השווים על התנהגות חיובית דרך הפעלת לחץ חברתי עקיף ניתן לראות במחקר שבדק את הקשר בין לחץ דרך רשתות חברתיות לבין המוטיבציה להשתתף בטיפול. המחקר הראה כי לחברים בקבוצת השווים יש תפקיד מכריע בעידוד בני גילם לחפש טיפול עבור בעיות השימוש בחומרים ממכרים, והם יכולים להוות דוגמא לאי שימוש בחומרים אלו. לחץ מצד חברים להיכנס לקבוצת טיפול הינו גורם מנבא חשוב למוטיבציה פנימית בקרב משתמשים. מלבד החשיבות הרבה אותה מייחסים בני הנוער לקבלה מצד חברים בקבוצת הגיל, ישנה השפעה נוספת בדמות תחושות של אשמה ובושה הנגרמות למשתמשים בקרב חברים שאינם משתמשים. לתחושות אלו הייתה משמעות גדולה יותר כאשר הגיעו מצד חברים, אפילו יותר מאשר מצד משפחה. (Goodman, Peterson-Badali & Henderson, 2011).

כאשר בני נוער חשופים למספר מועט של חברים הסוטים חברתית, מספר ההגדרות הפרו-סוציאליות והסולדות מסמים אליהן הם נחשפים יהיה גדול יותר מההגדרות מעודדות הסמים. כאשר ישנה חשיפה רבה לבני קבוצת השווים המשתמשים בחומרים ממכרים, קשרים חברתיים מאבדים מחשיבותם. בני נוער כאלה יהיו חשופים לריבוי הגדרות המעודדות שימוש בחומרים ממכרים, וההשפעות המגוננות של הקשרים החברתיים יאבדו את כוחן. במחקר שהשווה בין בני נוער בארה"ב ובגרמניה, נמצא כי על אף פערים תרבותיים בין הארצות, נראה כי תפקידם החברתי של בני קבוצת השווים הוא אוניברסאלי. בגיל ההתבגרות משמעותם של הקשרים עם קבוצת השווים מקבלת משנה תוקף, דבר היכול להסביר את העלייה בצריכה כפונקציה של גיל וחוזקם של הקשרים החברתיים (Link, 2008).

ההשערה השלישית בה שוער כי יימצאו הבדלים במידת ההשפעה בין בנים ובנות, כך שבנות יושפעו יותר מאשר בנים, לא אוששה. הסבר אפשרי לכך היא העובדה שבשנים האחרונות, גוברות העדויות להתלכדות מגדרית בקרב מבוגרים במדינות מערביות. במדינות אלו, שכיחות השימוש באלכוהול בקרב נשים גברה ונראה שהולכת ומתקרבת לשכיחות השימוש בקרב גברים, ככל הנראה כחלק משינויים בתפקידי מגדר. יש לשים לב כי בארבעת העשורים האחרונים, תפקידי מגדר נהיו פחות מובחנים כתוצאה מעלייה בהשתתפותן של נשים בכוח העבודה ושינויים נוספים באורח חייהן. חיזוק לכך ניתן למצוא במחקר שכלל 77,586 מתבגרים מארצות אירופה וצפון אמריקה, בו נערכה השוואה בין נתונים מהשנים 1997-1998 לשנים 2005-2006, ונמצא באופן מובהק כי חל פיחות משמעותי בהבדלי השתייה בין המינים (Kuntsche, Kuntsche, Knibbe, Simons-Morton, Farhat, Hublet, Bendtsen, Godeau & Demetrovics, 2011).

לסיכום, מחקר זה עסק בהשפעת תכנית ההתערבות 'דור האלכוהול – תרבות שתייה' על הרגלי צריכה בקרב בני נוער. מתבגרים מתחילים לרוב להתנסות בסמים הנחשבים חוקיים כמו אלכוהול וטבק (סיגריות), בסביבות מוכרות. לחץ מצד קבוצת השווים יכול במקרים רבים לנבא את השימוש. מחקרים מדעיים העוסקים בצריכת אלכוהול וטבק בקרב מתבגרים, נחשבים לבעלי עדיפות עליונה על ידי המגזר הציבורי בשל הקשר הישיר והבלתי ישיר שיש להתנהגויות אלה עם גורמים כגון: דיכאון, עצב, אלימות, עבריינות, תמותה ועוד. מתוך כך, עולה הצורך להכיר בעדויות מדעיות נוספות עבור פיתוח מדיניות של בריאות לחינוך, קידום הבריאות ופיתוח תכניות והתערבויות המתמקדות במתבגרים. מומלץ לנסות ולהשתמש בתכנית זו כדי להגיע לאוכלוסיות מועדות פוטנציאליות וכך להעלות את המודעות והסיכונים הכרוכים בצריכת אלכוהול ללא ידע מקדים.

מגבלות המחקר

במחקר זה שתי מגבלות. ראשית, על אף שהניתוח הסטטיסטי מצא השפעה לתכנית ההתערבות, מספר המשתתפים הנמוך ($N=17$) אינו מייצג דיו את אוכלוסיית בני הנוער ואינו עומד בדרישה הסטטיסטית המינימאלית. במסגרת הזמן המצומצמת של מחקר זה, נמצא קושי לאתר משתתפים אשר ענו על הקריטריונים הדרושים וזאת בשל מספר סיבות: כאשר היה מדובר בנוער בסיכון, המוטיבציה להשתתף במחקר לא אפשרה את העברת השאלונים. בנוסף, התכנית הנוכחית נמצאת בראשית דרכה, ומספר ההרצאות שהועברו בעת עריכת המחקר לא היה רב. כמו כן, התכנית אינה מועברת נכון לזמן זה במסגרות חינוכיות פורמאליות, ועל כן, רוב ההרצאות בוצעו במסגרת הלא פורמאלית, בה כמות הפעילות בנושא סמים ואלכוהול הינה מועטת לעומת החינוך הפורמאלי. מגבלה נוספת היא בתוקף החיצוני – נדגמה אוכלוסייה מישוב אחד, פריפריאלי וקטן בצפון רמת הגולן שבישראל, ועל כן קשה להקיש ממדגם זה לגבי אוכלוסיות נוספות.

לעניות דעתנו, על מחקרי המשך לבצע תכנית התערבות זו על מספר רב יותר של משתתפים ממספר אזורים שונים, אוכלוסיות מגוונות ובמידת האפשר, גם בחינוך הפורמאלי, תוך השוואה עם החינוך הבלתי פורמאלי. באופן דומה, ניתן לבצע בחלוף זמן מה, בדיקה חוזרת של הרגלי הצריכה של אותם בני נוער שהשתתפו בתכנית הנוכחית, על מנת להעמיד במבחן הזמן את השלכותיה ארוכות הטווח של התכנית מעבר להשפעתה המיידית המוכחת.

במחקר זה, בדקנו את השפעתה של החשיפה לתכנית ההתערבות 'דור האלכוהול - תרבות שתייה' על הנכונות של בני נוער לצרוך פחות אלכוהול בעתיד. במהלך העברת התכנית, גילינו כי בני הנוער נכונים לשמוע וללמוד על הנזקים וההשלכות שבשתיית אלכוהול, ואף לשנות את דפוסי השתייה הקיימים. לדעתנו, תכנית זו הכרחית, חשובה ותורמת לפיתוח דו שיח עם בני הנוער בנושא, ממקום שונה אליו הם מורגלים (בית הספר, הורים, מכורים וכדומה). תקוותנו היא כי עצם העברת התכנית ברוח אחרת, צעירה, רעננה, "בגובה העיניים", לא מטיפה, חברית והומוריסטית, תצליח לייצר תמונה בולטת בנוף הקיים של תכניות ההתערבות המוכרות בנושא. כפי שהצגנו בדיון, במחקרם של גודמן ואחרים (2011), ניתן לתעל לחץ חברתי בגיל ההתבגרות למטרות חיוביות. ייתכן כי מנוכח מאפייניה הייחודיים של התכנית, היא תצליח להעביר את המסר דרך הרשתות החברתיות ושיחות של בני הנוער בינם לבין עצמם, כך שהשפעתה תקבל משנה תוקף. כלומר, במצב הרצוי, הנער המתבגר שייצא מהתכנית, יספר לחבריו על רשמיו החיוביים וסגנון ההעברה האטרקטיבי של התכנית ותכניה, מה שיעורר את סקרנותם ורצונם להשתתף בתכנית. על מנת לנסות ולהידבר עם כמה שיותר בני נוער, אנו מקווים כי מערכות החינוך השונות יאמצו לחיקן תכנית זו ויגבירו כל חשיפה אפשרית לנזקים, השלכות והרס שזורע האלכוהול בקרב מתבגרים.

מקורות

אבן שושן, א'. (2003). אלכוהול. בתוך מילון אבן שושן: מחודש ומעודכן לשנות האלפיים (כרך א', עמ' 75). ח"מ, המילון החדש בע"מ.

אוח – אתר משרד החינוך (11.2.2011). תמר - אס"א: תוכניות מניעה רשותיות. נדלה מ-

<http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Noar/KatalogPirsumim/Tochnioth/Meniya-MenitukLeshiluv/TochnithAsa.htm>

בורד, ש' ובראון-אפל, א' (2010). שתיית משקאות אלכוהוליים בקרב בני נוער "בני טובים".
קידום בריאות בישראל, 3, 32-39.

בן-צבי, ד' (2008). פרויד בעיני אריסטו: ההתכוונות והשלכותיה בפסיכולוגיה ההתפתחותית.
עולש: הוצאה עצמית.

ברנע, ד', רהב, ג' וטייכמן, מ' (1990). הסבר לשימוש בסמים ובאלכוהול בקרב מתבגרים: מחקר-
אורך. מגמות, ל"ג (1), 5-28.

גרין, ד' (2001). מקראה על אלכוהול: מהרצאות ימי העיון השנתיים של היחידה לטיפול בנפגעי
אלכוהול לשנים 1997-2000 ומאמרים נוספים. בתוך מיכאלי נ', ומיכאלי א' (עורכים). מניעים
פסיכולוגיים להתנהגות אלכוהולית אצל מתבגרים (עמ' 183-190). רמת גן: עמותת אפשר.

וייס, ש', רונן, ב' ומור, מ' (2002). כיצד תופס הנוער את בעיות השימוש באלכוהול, בסיגריות,
ובסמים אחרים ואת בעיית ההימורים במסגרת הבעיות החברתיות/בריאותיות בישראל?
אלכוהול בישראל, ב' (1), 32-39.

להב, י' (2010). קשר בין דפוס ההתקשרות לאם, למחנכת ולקבוצת השווים לבין נשירתם הסמויה
של בני נוער מבית הספר. דברים, 3, 195-196.

לקט, ר' (2006). טיפ-טיפה: אלכוהול במידה נכונה. ירושלים: משרד החינוך התרבות והספורט.

פלג, א', נוימן ל', פריגר מ', פלג ר' וספרבר, ע' (2002). תוצאות תכנית התערבות קצרת-מועד
למניעה של אלכוהול בקרב תלמידי תיכון בדרום הארץ. אלכוהול בישראל, א' (4), 252-263.
רונן, ב' (2001). השפעת הורים על שתיית אלכוהול אצל ילדים בשנתיים האחרונות ללימודיהם
בתיכון. אלכוהול בישראל, א' (3), 196-213.

שוהם, ש"ג', אדד, מ' ורהב, ג' (2004). קרימינולוגיה. ירושלים ותל אביב: שוקן.

שורצולד, י' (2000). עמדות. בתוך: ס' רוקס, י' שורצולד (עורך הסדרה), פסיכולוגיה חברתית: כרך
ב' יחידה 4. תהליכי השפעה (עמ' 187 - 194). תל-אביב: הוצאת האוניברסיטה הפתוחה.

שלג מי-עמי, נ' (2009). צריכת אלכוהול בקרב ילדים ובני נוער. הכנסת: מערך המקר והמידע.

- Adler, F., Mueller, O.W., & Laufer, W.S. (2007). *Criminology and the criminal justice*. Maidenhead, UK : McGraw-Hill Education.
- Akers, R.L (1997). *Criminological theories : introduction and evaluation*. Los Angeles, Ca. : Roxbury Publishing Company.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ : Prentice Hall.
- Botvin, G.J., & Griffin, K.W. (2007). School-based programmes to prevent alcohol, tobacco and other drug use. *International Review of Psychiatry, 19(6)*, 607-615.
- Todd, F.L. (2006). Discriminating Among Levels of College Student Drinking Through an Eriksonian Theoretical Framework. *Journal of Addictions & Offender Counseling ,27 (1)*, 28-45. DOI: 10.1002/j.2161-1874.2006.tb00016.x
- Faraht, T., Simmons-Morton, B.G., Kokkevi, A., Van der Sluijs, W., Fotiou, A & Kuntsche, E. (2011). Early adolescent and peer drinking homogeneity: similarities and differences among European and north American countries. *Journal of Early Adolescence ,32 (1)*, 81-103. doi: 10.1177/0272431611419511.
- Fernandez, A.C., Wood, M.D., Laforge, R., & Black, J.T. (2011). Randomized trials of alcohol-use interventions with college students and their parents: lessons from the Transitions Project. *Clinical Trials ,8 (2)*, 205-213.
- Ferreira, M.M.S.R., & Torgal, M.C.L.F. (2010). Tobacco and alcohol consumption among adolescents. *Revista Latino – Americana de Enfermagem, 18(2)*, 255-261.
- Goodman, I., Peterson-Badali, M., & Henderson, J. (2011). Understanding motivation for substance use treatment: the role of social pressure during the transition to adulthood. *Addictive Behaviors, 36(6)*, 660-668. doi: org/10.1016/j.bbr.2011.03.

Hopson, L.M., & Holleran Steiker, L.K. (2010). The effectiveness of adapted versions of an evidence-base prevention program in reducing alcohol use among alternative school students. *Children&Schools*, 32(2), 81-92.

Kuntsche, E., Kuntsche, S., Knibbe, R., Simons-Morton, B., Farhat, T., Hublet, A., Bendtsen, P., Godeau, E & Demetrovics, Z. (2011). Cultural and gender convergence in adolescent drunkenness: evidence from 23 European and North American countries. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine* ,165 (2), 152-158. doi: 10.1001/archpediatrics.2010.191.

Link, T.C. (2008). Adolescent substance use in Germany and the United States: a cross-cultural test of the applicability and generalizability of theoretical indicators. *European Journal of Criminology*,5 (4), 453-480. doi : 10.1177/1477370808095126.

Park, S., Kim, H., & Kim, H. (2009). Relationships between parental alcohol abuse and social support, peer substance abuse risk and social support, and substance abuse risk among south Korean adolescents. *Adolescence*, 44(173), 87-99.

Reis, S., Curtis, J., & Reid ,A. (2012). Attachment styles and alcohol problems in emerging adulthood: a pilot test of an integrative model. *Mental Health and Substance Use*, 5 (2), 115-131. doi: 10.1080/17523281.2011.619503.

Tuttle, J. (1995). Family support, adolescent individuation, and drug and alcohol involvement. *Journal of Family Nursing* ,1 (3), 303-326. doi: 10.1177/107484079500100305.