

**פציעה עצמית ללא כוונה אובדנית בקרב  
בני נוער בקהילה**

# **Non-Suicidal Self-Injury Among Adolescents in the Community**

**עבודת גמר בהנחיית ד"ר סמי חמדאן  
המכללה האקדמית ת"א-יפו**

## **הגדרה:**

- **פגיעה מכוונת וישירה ברקמות הגוף, אך ללא כוונה למות מהפגיעה**
- **שונה מצורות מקובלות חברתית של פגיעה ברקמות הגוף, כגון: פירסינג, קעקועים וכו'.**
- **שונה מפגיעה עצמית לא ישירה, כגון: עישון, נהיגה תחת השפעת אלכוהול וכו'.**





נ.ב.

חתכתי תצמי... שוב...!!



ביי

## מתוך בלוגים:

- "...ישבתי על המיטה... עם סכין ביד. אף פעם לא חתכתי את עצמי, אף פעם לא חשתי צורך. והיום, כן. הרגשתי כל כך רע... ואז התחלתי ללטף את היד עם הסכין, והכאב נעלם. אני נשבעת שזה עזר... זאת הפעם הראשונה שאני חותכת, אבל לא האחרונה. די, באמת, זה לא מזיק. רק כמה שריטות. וזה מעלים את הכאב, ואת הדאגות."

## **שיטות נפוצות:**

**חיתוך •**

**חריטה •**

**נשיכה •**

**שריטה •**

**הכאה •**

**התעסקות עם פצעים •**

# **פציעה עצמית ללא כוונה אובדנית**

- **מתחילה לרוב בגילאי 16-13**

- **הבדלים בין המינים?**

**בשכיחות לא**

**בשיטות כן**



# גורמי סיכון

דיכאון ●

חרדה ●

אימפולסיביות ●

בידוד חברתי ●

הערכה עצמית נמוכה ●

# פציעה עצמית $\neq$ אובדנות

- בשכיחות באוכלוסיה

- במטרה

- באמצעים

- בתפיסת האדם את ההתנהגות

# סיבות לפציעה עצמית

- ויסות רגשי
- הענשה עצמית
- תקשורת בינאישית
- תחושת שליטה
- השפעה על אחרים
- שייכות חברתית

## **רקע למחקר:**

- **נחשבה לתופעה המוגבלת רק לאונ' פסיכיאטריות  
(בעיקר הפרעת אישיות גבולית)**
- **כיום מוכרת כתופעה שכיחה באוכלוסיה הכללית**

## **מטרות המחקר:**

- **שכיחות התופעה בקרב מתבגרים בישראל**
- **מאפיינים של פציעה עצמית**
- **סיבות לפציעה עצמית**
- **גורמי סיכון**

# מהלך המחקר

● 275 בני נוער מרעננה, ת"א, סביון ופתח-תקוה

● 14 כיתות: ז' – י"א

● 4 שאלוני דיווח עצמי:

1. Demographic Questionnaire

2. OSI-F: Ottawa Self Injury Inventory – Functions (Cloutier & Nixon, 2003)

3. BIS-II: Barratt Impulsivity Scale (Patton et al., 1995)

4. CDI: The Children Depression Inventory (Kovacs, 1992)

# שאלון – Ottawa Self Injury Inventory

## Functions (Cloutier & Nixon, 2003)

● האם חתכת בכוונה את פרק כף היד, זרוע או אזורים

אחרים בגופך, או תקעת חפצים חדים בעור שלך?

● האם שרפת את גופך בכוונה עם סיגריה, מצית או

גפרור?

● האם חרטת בכוונה מילים, תמונות, סמלים או סימנים

אחרים על העור שלך, או שרטת את עצמך עד כדי

דימום או צלקת?

# שאלון Barratt Impulsivity Scale

(Patton et al., 1995)

● "אני מקבל החלטות במהרה"

● "המחשבות שלי מתחלפות במהירות"

● "אני אומר דברים מבלי לחשוב"

● "אני חסר מנוחה בזמן הרצאות או שיחות"



# שאלון The Children Depression Inventory

(Kovacs, 1992)

- אני עצוב לפעמים / אני עצוב הרבה פעמים / אני עצוב כל הזמן
- אני נהנה מהרבה דברים / אני נהנה מכמה דברים / אני לא נהנה משום דבר
- אני לא מרגיש בודד / אני מרגיש בודד הרבה פעמים / אני מרגיש בודד כל הזמן
- אני שונא את עצמי / אני לא מחבב את עצמי / אני מחבב את עצמי

## תוצאות – שכיחויות ושיטות

● 20.7% פצעו עצמם לפחות פעם אחת בשנה האחרונה

● 42.1% מתוכם פוצעים עצמם גם בהווה

● 8.8% מתוכם נזקקו לטיפול רפואי

● שיטות נפוצות:

הכאה עצמית / חביטת הראש / מניעת החלמה של

פצעים

## תוצאות – סיבות לפגיעה העצמית

- 41.5% - "אין סיבה, זה סתם קורה לפעמים"
- 35.7% - "כדי לשחרר לחץ בלתי נסבל"
- 30.9% - "כדי לשחרר כעס"

# תוצאות – משתנים קליניים ודמוגרפיים

- הבדלים מובהקים:

סימפטומים דכאוניים  
התנהגות אימפולסיבית  
חשיבה אובדנית

- אין הבדלים:

מין  
מצב סוציואקונומי  
מצב מגורים  
השכלת ההורים

## **תוצאות – חשיבה אובדנית**

**9.3% מכלל המדגם חשבו להרוג את עצמם**

**בשבועיים האחרונים!**

**44% מתוכם פצעו את עצמם**

## **תוצאות - מה מנבא פציעה עצמית**

● סימפטומים דכאוניים – כן

● אימפולסיביות – לא

● חשיבה אובדנית – לא

## סיכום

- אחוזים גבוהים של פגיעה עצמית בקרב מתבגרים באוכלוסיה הכללית (1 מתוך 5)
- פגיעה כדרך לויסות רגשי
- פגיעה עצמית קשורה לחשיבה אובדנית, סימפטומים דכאוניים ואימפולסיביות
- סימפטומים דכאוניים מנבאים פגיעה עצמית

**תודה רבה**