

נושא המחקר :

**סיפורי הצלחה של אנשים עם מוגבלות- חוסן, תחושת מסוגלות ומשאבי תמיכה**  
**Success Stories of People with Disabilities: Resilience, Self-Efficacy**  
**and Support Resources**

המוסד להכשרת עובדי הוראה שבמסגרתו ייערך המחקר :

המכללה האקדמית אחוה

החוקרים :

ארז ס. מילר, ד"ר

Erez C. Miller, Ph.D

אפרת קס, ד"ר

Efrat Kass, Ph.D

תאריך משוער להתחלת המחקר : 1 בספטמבר 2017

תאריך יעד לסיום המחקר : 31 באוגוסט 2018

המגישים : ד"ר ארז ס. מילר, ד"ר אפרת קס

**הצעת מחקר: סיפורי הצלחה של אנשים עם מוגבלות- חוסן, תחושת מסוגלות ומשאבי תמיכה**

**תוכן**

טופס בקשה לאישור מחקר מוועדת האתיקה של המכללה ..... **שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.**

2... הצעת מחקר : סיפורי הצלחה של אנשים עם מוגבלות- חוסן, תחושת מסוגלות ומשאבי תמיכה

4... תקציר

5... סקירת ספרות

5... הגדרת הצלחה

6... מקורות להצלחה

6... משאבים פנימיים

8... משאבים חיצוניים

9... הצלחה בקרב אנשים עם מוגבלות

10... הקשר המחקר

10... מתודולוגיה

10... גישת המחקר

12... המשתתפים

12... כלי המחקר

13... הליך המחקר

13... קשיים בביצוע המחקר

14... ניתוח הנתונים

14... אמינות

14... היבטים אתיים

14... חשיבות המחקר :

15... גבולות המחקר, המגבלות על הנתונים והסקת המסקנות

16... רשימת מקורות

- 22..... לוח זמנים משוער לביצוע המחקר
- 22..... פירוט הבקשה לתקציב
- קורות חיים של החוקרים..... שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.
- נספחים..... שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.
- נספח א: התחייבות לביצוע המחקר והגשת דוח מסכם ..... שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.
- נספח ב: הבטחת זכויות הנחקרים במוסדות חינוך ..... שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.
- נספח ג: אישור ועדת הלסינקי..... שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.
- נספח ד: טופס הסכמה מדעת..... שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.
- נספח ה- מחוון לראיונות..... שגיאה! הסימניה אינה מוגדרת.

## תקציר

מטרת המחקר הנוכחי היא לבחון את הגורמים הפנימיים והחיצוניים ואת התהליכים שאיפשרו לאנשים עם מוגבלויות שונות להגיע להצלחה, כל אחד בתחומו. לאור המידע שיעלה מהראיונות, ואשר יכלול גם התייחסות לתהליכים מקדמי ומעכבי הצלחה שחווי המרואיינים במהלך שנות לימודיהם במערכת החינוך, המחקר ינסה להסיק מסיפורי הצלחה אישיים אלו מהן ההשתמעויות למערכת זו. במחקר הנוכחי שלוש שאלות מחקר: כיצד אנשים עם מוגבלות מגדירים מהי הצלחה עבורם? מהם המקורות הפנימיים והחיצוניים המעצבים חווית הצלחה בעיני אנשים עם מוגבלות? מהם התהליכים המעצבים חווית הצלחה בעיני מבוגרים עם מוגבלות בראיה רטרוספקטיבית והוליסטית? המדגם יהיה מדגם מכוון של 16 גברים ונשים עם מוגבלויות שונות שהגיעו להישגים בולטים במגוון תחומים: חינוך, עסקים, ספורט, פוליטיקה וממשל, אמנות ומנהיגות במגזר השלישי. הקריטריונים לבחירת המרואיינים ישענו על לפחות ארבעה מתוך חמשת הקריטריונים הבאים להצלחה של אנשים עם מוגבלות: רמת הכנסה, רמת השכלה, הצלחה בתחום העיסוק, שביעות רצון מהעבודה וסיווג של סטטוס מקצועי. גישת המחקר היא הגישה הנרטיבית ומשתתפית המחקר יתבקשו לספר את סיפור החיים שלהם. הנתונים ינותחו בגישה נרטיבית של ניתוח סיפור החיים כמכלול. הדיון יציע, בין היתר, כיצד ניתן ללמוד מממצאי המחקר על חיזוק חוויות ההצלחה של תלמידים ומורים עם מוגבלות במערכת החינוכית.

מילות מפתח: הצלחה, מבוגרים עם מוגבלות, מקורות תמיכה פנימיים וחיצוניים

## סקירת ספרות

כמסגרת תיאורטית למחקר בחרנו את הפסיכולוגיה החיובית. גישה זו מתמקדת בחוזקות האנושיות ובהצלחות של הפרט להתמודד עם אתגרי החיים ולהגיע למצבים נפשיים של אושר, רווחה וסיפוק. הגישה מתמקדת בהדגשת רגשות חיוביים, חוזקות, משאבים פנימיים, כישורים אישיים ותכונות חיוביות (Seligman; 2002). פיתוח מקורות אלו יכולים למנוע התפתחות של מצבים פסיכופתולוגיים (Seligman & Csikszentmihalyi, 2014) ולהביא את הפרט לחיים של הצלחה. לכן יש לחקור אותם וללמוד כיצד מקורות אלו פועלים בהשפעה על החוסן הנפשי של האדם ומאפשרות לו להצליח (Carr, 2011). הדבר נכון במיוחד לגבי אנשים שמצליחים למרות אתגרים וקשיים משמעותיים, כגון אנשים עם מוגבלות פיזית, רגשית, או מוטורית. מקורות אלו ניתנים לחלוקה למשאבים אישיים-פנימיים (הגלומים בפרט עצמו) ולמשאבים חיצוניים-חברתיים הנמצאים בסביבתו. המושג 'משאבים' מגלם את כל הכישורים, התכונות, המיומנויות, הכוחות והאמצעים בפועל שנמצאים בפרט ובמערכות אליהן הוא משתייך (כמו משפחה וקהילה) המסייעים להתמודדותו עם מצבי לחץ (Hobfoll, 2001).

## הגדרת הצלחה

מילון מרים-וובסטר (Success, n.d.) מגדיר את המושג החמקמק 'הצלחה' באופנים הבאים: "השגת עושר, כבוד (respect) או תהילה; התוצאה הנכונה או המבוקשת של התנסות; מישהו או משהו שהוא מוצלח או שהצליח; מידת ההצלחה; תוצאה רצויה או מבוקשת." ההגדרה עמומה משום שהמשמעות של הצלחה שונה בהקשרים ובתחומים שונים: הצלחה בקריירה אינה דומה להצלחה בזוגיות או בבחינה. בנוסף, הצלחה יכולה להיות בעלת משמעות מאד שונה בתקופות שונות, במעמדות חברתיים שונים ובקבוצות תרבותיות שונות. תרבויות שונות יכולות לתת דגשים שונים למרכיבים של הצלחה, כגון הצלחה לימודית (למשל, Ryan, Casas, Kelly-Vance, Ryalls, & Nero, 2010).

שאלה משמעותית הקשורה למושג זה היא מי מגדיר מהי הצלחה – האם האדם או הסובבים אותו? בנוסף, ראוי לשאול על פי אילו מדדים נמדדת הצלחה, ובאילו תחומים. האם הצלחה משמעותה השגת מדדים חומריים או חברתיים כפי שנרמז בהגדרת מילון מרים וובסטר, הגדרה שלדעת דייק ומרפי היא הגדרה המתאימה יותר לתהליך החיברות הגברי (Dyke & Murphy, 2006)? חשוב לציין, שאין הסכמה לגבי ההגדרה המדעית של הצלחה, ודיסציפלינות שונות מגדירות באופן שונה מהם המדדים להצלחה וכיצד יש להעריך אותם (למשל, בתחום התיירות, החינוך והשיקום, הרפואה, ועוד; ראו למשל Bornhorst, Ritchie & Sheehan, 2010; Grenier & Keams, 2012; Zheng et

Reiff, Gerber & Ginsberg, (al., 2016). בספרם 'הצלחה מעבר לציפיות', בחנו ריף, גרבר וג'ינזברג, (1997) את סיפורי ההצלחה של אנשים עם לקויות למידה. הם הגדירו הצלחה כהצלחה תעסוקתית. הם הכירו בכך שהצלחה הינה מושג סובייקטיבי ורב-ממדי, וכללו בו חמישה גורמים: רמת הכנסה, רמת השכלה, הצלחה בתחום העיסוק, שביעות רצון מהעבודה וסיווג של סטטוס מקצועי. בקריטריונים אלו נעזר לצורך בחירת המרואיינים במחקר הנוכחי. גישה אחרת רואה את ההצלחה כהשגת יעדים אישיים ופנימיים כשהגדרת הצלחה היא בעיני המתבונן (למשל, Pruchno, Wilson-Genderson & Cartwright, 2010). על פי הגדרה זו, הצלחה סובייקטיבית משמעה שהאדם מודד את הצלחתו על פי קריטריונים אישיים (Dyke & 2006). גורמים שונים משפיעים על הגדרת ההצלחה בעיני האדם, ויכולים לכלול סטטוס, עושר, תרומה לחברה, יחסים משפחתיים, מימוש עצמי, מימוש מקצועי ובטחון (Murphy Parker & Chusmir, 1992) או על פי חוקרים אחרים, תפקיד בעבודה, הצלחה בינאישית, כלכלית, הירארכית ובחיים בכלל (Gattiker & Larwood, 1986). בתחום התעסוקה למשל, אחד מהגורמים הללו הוא מגדר. כך, למשל, במחקר שערכו דייק ומרפי (Dyke & Murphy, 2006) על בסיס ראיונות עם 40 גברים ונשים בעלי הישגים תעסוקתיים דומים הם מצאו הבדלים מגדריים, שבאו לידי ביטוי אצל נשים בחשיבות של איזון ומערכות יחסים, ואצל גברים בהצלחה חומרית. חלק מהסיבות לכך תלויות בתהליכי הסוציאליזציה שעוברים גברים ונשים במהלך התפתחותם, אולם הם תלויים גם בגורמים מעמדיים ותרבותיים.

במחקר הנוכחי ייעשה שימוש בהגדרה של ריף, גרבר וג'ינזברג (Reiff, Gerber & Ginsberg, 1997) מכיוון שהיא ההגדרה היותר אובייקטיבית ואופרטיבית מבין ההגדרות שצוינו לעיל (ראו להלן פירוט בנוגע לקריטריונים לשימוש בהגדרה זו לבחירת המרואיינים בפרק השיטה).

## [מקורות להצלחה](#)

### משאבים פנימיים

סקירת הספרות בהקשר למשאבים פנימיים תתמקד בשני מושגי יסוד מרכזיים החיוניים להגעה להצלחה: חוסן נפשי ותחושת מסוגלות עצמית.

### חוסן נפשי

מקור המונח 'חוסן' במלה הלטינית Resilire אשר פירושה לקפוץ חזרה ומשמעותו היא: יכולת עמידות ושרידות מול מצבי דחק קשים, היכולת של האדם לעמוד במצבים קשים או להתאושש מהם (Oxford, 2013). לאחר ההתמודדות האדם יכול לצאת מהמצב מחוזק ובעל תובנות חדשות

(Gilligan, 2000). להד (2006) הגדיר 'חוסן נפשי' כסך כל המאמצים שהאדם עושה כדי לפגוש את החיים. הגדרה אחרת רואה את החוסן כיכולת להתפתחות תקינה לנוכח איום ממשי על ההתפתחות הנורמטיבית (Masten, 2001). קונור (Connor, 2003) מגדיר חוסן כתכונת אישיות יציבה אשר מאופיינת ביכולת להתגבר, למצוא באופן גמיש דרכי התמודדות חדשות ולשוב לתפקוד רגיל לאחר התמודדות עם מצוקה. החוסן הנפשי של אנשים מבוגרים הוגדר כיכולת אישית לשמור על איזון ויציבות רגשית גם לנוכח סכנות וחוויות קשות ולנוכח אירועים בעלי פוטנציאל גבוה להפריע את שגרת החיים (Bonnano, 2004) ומידת החוסן תשפיע על היכולת של הפרט להתמודד עם קשיים פיזיים ונפשיים (McLarnon & Rothstein, 2013). בספרות האקולוגית מוגדר החוסן כיכולת של מערכת או ארגון להתנסות באירועים קשים ומטלטלים ויחד עם זאת לשמור על התפקוד, המבנה והזהות (King, Newman & Luthans, 2015).

ולבסוף- ארגון הפסיכולוגיה האמריקאי הגדיר את החוסן כתהליך של הסתגלות טובה לנוכח איום, טרגדיה, מצוקה, טראומה או מקור של לחץ כמו משפחה וקשיים במערכות יחסים, קשיי בריאות חמורים ולחצים כלכליים (APA, n.d).

במחקר הנוכחי נעסוק בחוסן לא בהקשר לאירוע טראומתי חד פעמי אלא למוגבלות שהשפיעה על חייו של הפרט והיותה אתגר מתמשך שיש להתמודד איתו. אנשים בעלי חוסן נפשי מאופיינים בתחושת שליטה על אירועים בחייהם, ומגלים תחושות של מעורבות ומשמעות. הם מגלים גמישות, יכולת הסתגלות ויזומה ורגשות חיוביים (Ong, Bergman, Bisconti & Wallace, 2006). כמו כן נמצא במחקרים קשר חיובי בין חוסן לבין בריאות נפשית ופיזית (Braun-Lewensohn, Sagy & Roth, 2011). לכן המחקר הנוכחי יתמקד בניסיון להבין מה היו התהליכים והגורמים שאפשרו לאנשים עם מוגבלות לפתח חוסן אישי ותחושת מסוגלות ובכך להגיע להצלחה, כל אחד בתחומו.

### **תחושת מסוגלות עצמית**

תחושת מסוגלות עצמית של הפרט (Bandura, 1997) היא מידת האמונה שחש האדם ביכולתו להתמודד בהצלחה עם משימות חדשות או מאיימות כך ששיג את מטרותיו ולפיכך היא אחד התנאים המרכזיים ביכולת של הפרט להגיע להצלחה (Bandura, 1997). בעזרתה הסביר בנדורה כיצד אנשים מרגישים, חושבים, מונעים ומתנהגים (Althausser, 2015).

כדי שהתנהגות מסוימת תתרחש, על הפרט להאמין ביכולתו לבצע בהצלחה את ההתנהגות או את מכלול ההתנהגויות הנדרשות, ואמונה זו גם משפיעה על היכולת שלו להתמודד עם הקשיים שנקרים בדרכו בעת ביצוע אותה התנהגות. כלומר, עיצוב תחושת המסוגלות העצמית הוא תהליך של הערכה ושיפוט שמוביל להחלטה האם אותו אדם יתמודד עם המשימה ובאיזה אופן ולכן היא מרכיב משמעותי במוטיבציה שלו להשיג הישגים (קס, 2012). בעלי תפיסת מסוגלות עצמית גבוהה

לוקחים על עצמם תפקידים רבים יותר, מתמידים ומשקיעים, מתמודדים עם אתגרים ונוטים להצליח יותר מאשר בעלי תחושת מסוגלות עצמית נמוכה (Wu, Wing & Liu, 2009). המחקר מצא קשר ברור בין תחושת מסוגלות והגעה להישגים רצויים (Feldman & Kubota, 2015; Wilson & Kim, 2016).

תחושת מסוגלות נמדדת בהתייחס לתפקיד, תחום או מקצוע. כשלאדם יש תחושת מסוגלות נמוכה בהקשר למשימה מסוימת הוא ימנע מפעולות שהוא תופס אותן כנמצאות מעבר ליכולתו אך יקבל על עצמו ביצוע של פעולות שהוא מעריך כי יוכל לבצען בהצלחה. אדם כזה יקדיש תשומת לב מרובה לאי יכולתו וידמיין שהסיטואציה המצופה הרבה יותר קשה ומאיימת מכפי שהיא באמת. בעקבות תחושת האיום הזו הוא ירגיש מתוח ויתקשה להתרכז במשימה ולכן גם רמת הביצוע שלו תרד. לעומתו, אדם בעל תחושת מסוגלות גבוהה יציב לעצמו אתגרים, ימשיך להתמודד למרות כישלונות חוזרים, ייתן יחס סיבתי לכישלון וייגש באופן רגוע למשימות מאיימות (Bandura, 2006; 2011). אנשים המאמינים שיכולת אפשר לפתח יבחרו להתמודד באופן פעיל לעומת אנשים התופסים את יכולתם כקבועה ובלתי ניתנת לשינוי ללא קשר האם חוו מצבי הצלחה או כישלון (שם). יש לזכור שתחושת מסוגלות בלבד איננה מאפשרת השגת תוצאות ביצועיות אם לא מתלווים אליה כישורים ומיומנויות הנחוצים לביצוע המשימה. כמו כן לפיתוח תחושת מסוגלות אישית בתקופת הילדות והנערות יש חשיבות מכרעת על חייו של האדם הבוגר (קס, 2012).

#### משאבים היצוניים

#### תמיכה חברתית

תמיכה חברתית מוגדרת כתפיסה של אדם כמי שמקבל אהבה ודאגה על ידי אחרים, כמייצרת תחושת ערך המתקבלת מאחרים, וכהרגשה של הפרט שהוא מהווה חלק מרשת חברתית של תמיכה ומחויבות הדדית (Taylor, 2011). תמיכה חברתית מספקת עזרה פיסית, רגשית וחומרית, נותנת לפרט מידע על הסביבה ומשאביה, מסייעת בפיתוח קשרים חברתיים ומעבירה תחושות של דאגה ואכפתיות (House, 1981; Knoll & Rieckmann, 2004). היא מנבאת מצב בריאותי, איכות חיים ורווחה פיזית ונפשית, חלקה באופן ישיר וחלקה באופן עקיף (Helgeson, 2003; Thoits, 2011). למשל, בארתי ועמיתיו מצאו שיעור תמותה גבוה יותר בקרב אנשים עם מחלות לב שלא קיבלו תמיכה חברתית (Barth, Schneider & von Kanel, 2010). אחרים מצאו שיעורי תמותה נמוכים יותר בקרב חולי סרטן שקיבלו תמיכה כזו (Pinquart M, Duberstein, 2010). בתחום האקדמי נמצא שמערכות יחסים ותמיכה חברתיות יכולים להשפיע באופן חיובי על ההתנסויות של סטודנטים עם מוגבלות (Lombardi, Murray & Kowitt, 2016).



### הצלחה בקרב אנשים עם מוגבלות

המושג 'מוגבלות' כולל בתוכו מגוון רחב מאד של דרכים שבאמצעותן אנשים נמצאים באינטראקציה עם העולם, החל מלקות שמיעה וראיה דרך קשיים קוגניטיביים, מוגבלות מוטורית ועד לקשיים נפשיים. יש לקחת בחשבון שאנשים עם אותה הגדרה רפואית של מוגבלות יכולים להגדיר באופן מאד שונה עד כמה המוגבלות היא חלק משמעותי מתפיסת העצמי שלהם וכן לגבי האופן שבו המוגבלות שלהם באה לידי ביטוי בקונטקסט מסוים (Dunn & Burcaw, 2013; Kimball, Wells, Ostiguy, Manly & Lauterbach, 2016). הגיוון הקיים בקרב אנשים עם מוגבלות בא אף יותר לידי ביטוי כאשר לוקחים בחשבון שמוגבלות היא רק אחת מהזהויות החברתיות שיכולות להיות לאדם (Kimball, Friedensen & Silva, in press). הקריטריונים להצלחה, חמקמקים ועמומים ככל שיהיו, מתייחסים על פי רוב לתרבות הרוב, ובד"כ לאנשים עם בריאות תקינה. מכאן עולה השאלה האם החברה מציבה קריטריונים כאלו גם כלפי אנשים עם מוגבלות, או שמא הקריטריונים להצלחה של אנשים אלו שונים מאלו המיוחסים לאנשים בעלי תפקוד גופני תקין.

בחינה של ספרות המחקר העוסקת בהצלחה של אנשים עם מוגבלות העלתה נושאים שונים, שרובם עוסקים בהצלחה של שינוי עמדות של החברה או של ארגונים כלפי שילוב של אנשים עם מוגבלות, או של הצלחת שיקומם (למשל Robertson et al., 2007; Luecking, 2008; Brittain, 2004), אם כי בשנים האחרונות פורסמו מחקרים שבחנו היבטים שונים של הצלחה של אנשים עם לקויות למידה (למשל, Troiano, Liefeld & Trachtenberg, 2010; Field, Sarver & Shaw, 2003). לסיכום, הסקירה התייחסה להגדרות של הצלחה, וכן למשאבים פנימיים וחיצוניים שנמצאו כקשורים להצלחה באופן כללי. בנוסף, הסקירה התייחסה באופן ספציפי גם להצלחה של אנשים עם מוגבלות. לא מצאנו בארץ ספרות מחקרית העוסקת בהבנת הגורמים והתהליכים שסייעו לאנשים עם מוגבלות להגיע להצלחה, מנקודת המבט הרטרוספקטיבית של אותם אנשים ובראייה הוליסטית. לפיכך, מטרת המחקר הנוכחי היא לבחון את הגורמים והתהליכים שאפשרו לאנשים עם מוגבלויות שונות להגיע להצלחה, כל אחד בתחומו, ולנסות ללמוד מהן ההשתמעויות של תובנות אלו למערכת החינוכית.

לפיכך, שאלות המחקר הן :

1. כיצד אנשים עם מוגבלות מגדירים מהי הצלחה עבורם?
2. מהם המקורות הפנימיים והחיצוניים המעצבים חווית הצלחה בעיני אנשים עם מוגבלות? (נבחן את המושגים תחושת מסוגלות, חוסן נפשי, ותמיכה חברתית, במיקוד על המערכת החינוכית, בנוסף לגורמים נוספים שיעלו מתוך הראיונות)
3. מהם התהליכים המעצבים חווית הצלחה בעיני מבוגרים עם מוגבלות בראיה רטרוספקטיבית והוליסטית (במיקוד על המערכת החינוכית)? החלטנו לא להתמקד רק בתחום התעסוקתי מכיוון שאנשים שונים (ממגדר ומגילאים שונים) יכולים להגדיר הצלחה בתחומי חיים שונים.

#### הקשר המחקר

לכל חברה יש עניין בהצלחה של חבריה, ובדרכים שיאפשרו לפרטיה להגיע להצלחה. מערכת החינוך מתמקדת באופן מתמיד ואינטנסיבי בתנאים ובדרכים אשר יאפשרו ללומדים בה הצלחה – לימודית, חברתית, רגשית ובהמשך גם תעסוקתית. כאשר מדובר באנשים עם מוגבלות סוגיה זו מקבלת משנה תוקף. המחקר הנוכחי מנסה ללמוד מתוך סיפורי החיים של אנשים עם מוגבלות שהגיעו להצלחה על המקורות והתהליכים שאפשרו להם להצליח, ומכך ללמוד כיצד ניתן ליישם תובנות אלו לתוך מערכת החינוך והכשרת מורים. לאור יעד ההכלה (תשע"ג) שקבע משרד החינוך, הבנות אלו יסייעו לכוון את הכשרת המורים לעתיד ולגבי כאלו שכבר עובדים במערכת החינוך - לתמיכה מיטבית בתלמידים עם מוגבלות בכל המסגרות החינוכיות. בנוסף, בזכות התמיכה מהמוסד לביטוח לאומי ועקב חקיקת חוק זכויות תלמידים עם לקויות למידה (כנסת ישראל, 2014), מספר הולך וגובר של מורים עם מוגבלות עובדים ויעבדו במערכת החינוך. ממצאי המחקר הנוכחי יוכלו לסייע להבין מהן התמיכות שמורים עם מוגבלות אלו זקוקים להם כדי להצליח בעבודתם. שני החוקרים חוקרים שנים רבות סיפורי חיים של אנשים בתחומים שונים. אחד משני החוקרים הוא פסיכולוג חינוכי מומחה המתמקד בסיפורי חיים של אנשים עם מוגבלות ודרכי ההתמודדות שלהם. החוקרת הנוספת חוקרת בעשורים האחרונים את נושאי פיתוח המסוגלות וההגעה להצלחה במערכת החינוכית בקרב מבוגרים (סטודנטים, מורים, מדריכים פדגוגיים וכד').

#### מתודולוגיה

#### גישת המחקר

המחקר הנוכחי הוא מחקר במתודולוגיה האיכותנית על פי הגישה הנרטיבית. גישה זו עוסקת בניחות מובנה של סיפורי חיים (Holley & Colyar, 2009). על פי מקאדמס, "בני אדם הם מספרי-סיפורים מטבעם" (McAdams, 1996, p. 27). סיפור החיים האישי של כל אדם הוא ייחודי ומאפשר

לו לבטא את עצמו על מחשבותיו, רגשותיו, שאיפותיו ותקוותיו, וכן על חוויותיו כפי שהוא זוכר ומספר אותן. לסיפור יש תפקיד- לשרת מטרה של המספר, ולכן הסיפור משתנה ונבנה מחדש (שלסקי ואלפרט, 2007). העלילה הסיפורית שאנו יוצרים לעצמנו מאפשרת לנו להבין את עצמנו ואת העולם שמסביבנו. זו עלילה שגורמת לנו להבין את המציאות הפנימית והחיצונית אך גם מכוננת אותה (ספקטור-מרזל, 2010; Gubrium, & Holstein, 2009). זאת מכיוון שחוויות החיים של האדם מהוות מקור מרכזי לידע וליצירת משמעות של המציאות (Polkinghorne, 2005). בכוחו של הסיפור לחבר את העבר וההווה ולכן גם ליצור ציפייה והתכוונות כלפי העתיד (עומר ואלון, 1997). הסיפור יוצר תחושה של תכלית, משמעות ואחדות (Adler & McAdams, 2007) ומסייע לגבש זהות למרות השינויים הרבים שקורים במרוצת הזמן החולף (Habermas & Bluck, 2000). גם בתחום של אנשים עם מוגבלות נעשה שימוש בגישה הנרטיבית. כך, למשל, ריף, גרבר וגינזברג בחרו לראיין מבוגרים עם לקויות למידה כדי "לאפשר למשתתפים את החופש לבחון, להרחיב ולהבהיר סוגיות שהם חשו כחשובות" (Reiff et al., 1997, p.9). מאלהוטרה ורואו (Malhotra & Rowe, 2014) בחרו לנתח נרטיבים של צעירים עם מוגבלות פיזית ובכך לאפשר להם להשמיע את סיפוריהם בקולם האותנטי. דאן וברקו בחרו לנתח סיפורים כתובים של אנשים עם מוגבלות כדי לבחון היבטים שונים של מוגבלות וזהות כפי שהן עולות מתוך הסיפורים הללו (Dunn & Burcaw, 2013).

המחקר יתבצע במתודה של חקר מקרים מרובים (Multiple case study) בכך שיבחן מקרים רבים של הצלחות אצל אנשים שונים עם מוגבלות. ההנחה העומדת בבסיס גישה זו היא, כי מהמקרה הבודד אפשר להסיק על האוניברסאלי שבהתנהגות האנושית ושל התהליכים המתרחשים במקום הנחקר (Stake, 1995) ושאינן מציאות אובייקטיבית אחת אלא ריבוי של מציאויות סובייקטיביות (McLeod, 2011). כלומר: חקר מקרים מרובים נערך מתוך רצון לעמוד על המאפיינים המשותפים לבני אדם ועל השונות ביניהם. יין (Yin, 2003) מדגיש שנכון ומוצדק לפעול במתודה זו רק כשכל מקרה תורם תרומה ייחודית למחקר הכולל. כלומר, יש להתייחס לחקר המקרים הרבים כביצוע של מספר רב של מחקרים חוזרים מסוג חקר מקרה, ולא כדגימות. לכן החלטנו על שונות רבה של משתתפי המחקר הן מבחינת מגדר, והן מבחינת תחומי עיסוק וגיל, כדי שנוכל לראות את המשותף מעבר לשונות.

### המשתתפים

שני עקרונות ינחו את בחירת המשתתפים במדגם :

1. מלאות (adequacy)-מספר מספיק גדול של משתתפים שיספקו מספיק חומר שיאפשר לתאר באופן מלא ועשיר את החוויה הנחקרת (Morse, 1994).

2. תואמות (appropriateness)-איתור ובחירת המרואיינים המתאימים למתן תשובות לשאלות המחקר כלומר : אנשים עם מוגבלות שהגיעו להישגים ולהצלחה.

זאת ניתן להשיג במדגמים שגודלם נע בין 8 ל-20 משתתפים (Hill, Thompson & Williams, 1997). המדגם יהיה מדגם מכוון של 16 גברים ונשים עם מוגבלויות שונות שהגיעו להישגים בולטים במגוון תחומים : חינוך, עסקים, ספורט, פוליטיקה וממשל, אמנות, ומנהיגות במגזר השלישי. לדוגמה, חברת כנסת, איש עסקים מצליח, שחקן טלוויזיה ידוע, ועוד. המרואיינים יהיו בגילאי 30-60, כשכבר הגיעו לשלב של ביסוס תעסוקתי ולהכרה ציבורית.

במחקר הנוכחי בחרנו להשתמש בהגדרה של ריף, גרבר וגינזברג (Reiff, Gerber & Ginsberg, 1997) שהגדירו הצלחה כהצלחה תעסוקתית בדרגות שונות, כשהגבוהה ביותר כללה לפחות ארבעה מתוך חמישה קריטריונים : רמת הכנסה, רמת השכלה, הצלחה בתחום העיסוק, שביעות רצון מהעבודה וסטטוס מקצועי. במחקר הנוכחי, נבחר מרואיינים שעונים על לפחות שלושה מתוך חמשת הקריטריונים הנ"ל. אלו אנשים שזכו להכרה ציבורית בתפקידם או בתחום העיסוק שלהם.

### כלי המחקר

כלי המחקר : ראיון עומק פתוח. השאלה הפותחת : "ספר/י לי את סיפור החיים שלך".

ראיון הוא אסטרטגיה אטרקטיבית לעומת אסטרטגיות אחרות של עבודת שדה משום שהוא מאפשר לקבל מידע רב שהחוקר מעוניין בו בזמן קצר (Briggs, 1986). בראיון פתוח המראיין מכיר בעובדה שהוא חלק מהדיאלוג ומהווה גורם משפיע ולכן מנסה להיות מודע לתהליכי ההשפעה שלו, לשתף בהם את הקורא ולהתמודד אתם בצורה פתוחה (בנבנישתי, 1984 ; ליבליך, 1993). כמו כן מאופיין הראיון הפתוח בכך שלחוקרים ברורה השאלה המחקרית, תכנים מרכזיים ושילובם כללים בראיון. יחד עם זאת נשמר חופש המאפשר דינמיקה ייחודית לכל ראיון (גיוסלסון, 2015 ; לומסקי פדר, 1994). החוקר נדרש להיות קשוב לדינמיקה הייחודית המתפתחת בראיון כשמספר השאלות, סדר הופעתן, אופן ניסוחן ואף תוכנן משתנה מראיון לראיון בהתאם לאינטראקציה המתפתחת בין המראיין למרואיין (Mishler, 1986), ובהתאם לגישת הראיון. מכיוון שמטרתנו לקבל תמונה רחבה ככל האפשר על תפיסותיהם של המשתתפים לגבי מקורות שסייעו להם והתהליכים שהם עברו בדרך להצלחה, ניתן להם לספר את סיפורם באופן פתוח וחופשי ככל האפשר וההתערבויות שלנו

יהיו לצורך קבלת הבהרות או הרחבות. יחד עם זאת, במטרה ללמוד במיוחד כיצד מערכת החינוך על שלביה השונים תרמה או עיכבה את התהליכים שאיפשרו למרואיינים להגיע להצלחה, חלק מרכזי בראיונות יתייחס להתנסויותיהם במערכת החינוך ולאנשי מפתח שהשפיעו עליהם. גם אם חלק מהסיפורים הללו סופרו בעבר, סיפור שנוצר תוך כדי ראיון בנקודת זמן מסוימת עם המראיין המסוים מושפע על ידי הסיטואציה, המראיין והאינטראקציה איתו, האופן שבו המרואיין הבין את מטרת המחקר, וממטרתו לספר לחוקר את סיפורו (Spector-Mersel, 2010). כמו כן, כל מרואיין ימלא דף פרטי רקע.

### הליך המחקר

בשלב הראשון נפנה לאנשים המוכרים בתחומם שיש לגביהם הכרה ציבורית והתפרסמו בכלל הציבור או בתחום העיסוק שלהם כמי שהצליחו להגיע להישגים. בשלב השני ניתן לכל אחד מהם הסבר על המחקר שעוסק באנשים בולטים עם מוגבלות שהגיעו להצלחה בתחומם בחברה הישראלית. במידה ויסיכמו להתראיין, נקבע פגישה בהתאם לנוחות של המרואיין מבחינת מקום וזמן, כל עוד הם מאפשרים זמן מספיק של כשעה-שעתיים, ומקום בו ניתן לקיים שיחה אינטימית. בפגישה נבקש מהם לחתום על טופס הסכמה מדעת. בעקבות סיפור החיים יישאלו המשתתפים שאלות יותר ממוקדות להבהרה או להרחבה, או באותו מפגש או במועד אחר. הראיונות ישוקלטו ע"י חברה מקצועית המתמחה בתחום זה, המעסיקה אנשים עם מוגבלות.

### קשיים בביצוע המחקר

-נגישות למרואיינים: מכיוון שמדובר באנשים מוצלחים ומפורסמים בתחומם, ייתכן שיהיה מורכב להשיג את הסכמתם ואת הפניות שלהם לקיום ראיון, או לראיון המשך להשלמת איסוף המידע. ננסה להתגבר על הקושי במסר שהצלחה שלהם יכולה לשמש השראה לאנשים אחרים, וכן להגיע אליהם באמצעות קשרים אישיים ומקצועיים.

-הגדרה מהי הצלחה: כפי שראינו בפרק אין הגדרה אחת מוסכמת מהי הצלחה והיא נמדדת בכל תחום באופן אחר. כדי להתמודד עם קושי זה בחרנו להשתמש בקריטריונים של ריף ועמיתיו שבחנו את גורמי ותהליכי ההצלחה של אנשים עם לקויות למידה.

חשיפת המרואיינים: משום שרוב האנשים שישתתפו במחקר מוכרים בציבור, יתכן שיחששו מחשיפה של פרטיהם המזהים, ולכן נאפשר לכל אחד מהם לבחור איזו מידה של חשיפה של פרטיו האישיים תופיע במחקר.

### ניתוח הנתונים

ניתוח נתונים על פי הגישה הנרטיבית מתבסס על ראייה הוליסטית בארבעה תחומים מרכזיים (Spector-Mersel, 2010):

- א) שימוש בהסתכלות רב ממדית ואינטרדיסציפלינרית.
- ב) התייחסות לסיפור כאל יחידה אחת (ניתוח הוליסטי, בשונה מניתוח קטגוריאלי המזהה ומבודד חלקים מתוך הסיפור הכולל).
- ג) התייחסות לצורה (למשל, כינויי גוף, פעלים פעילים או סבילים) ולתוכן. השילוב בין השניים יאפשר הבנה טובה ועמוקה יותר של תוכן הסיפור והאופן בו סופר.
- ד) התייחסות להקשרים שבו סופר הסיפור ע"י המספר והתקבל ע"י החוקר. התייחסות להקשרים אלו וכיצד יכלו להשפיע על הנרטיב.

### אמינות

אחת הדרכים להשגת אמינות של המחקר (Trustworthiness) היא להציג בפני הקוראים ציטוטים מדויקים של המרואיינים המבהירים את הממצא, בצד הפרשנות של החוקרים וכך לאפשר לקוראים להעריך את הפרשנויות שניתנו, את האופן בו גובשו התמות המרכזיות ואת המסגרת המושגית שלו (Maxwell, 2005). לכן נספק בפרק הממצאים ציטוטים מדויקים של המרואיינים בהתייחס לכל קטגוריה שנציג.

### היבטים אתיים

באשר וגיימס (Busher & James, 2007) (מצביעים על מספר עקרונות חשובים בהתנהלות אתית של חוקרים: הסכמה מדעת (Informed Consent) של משתתפי המחקר להתראיין, הקפדה על כבודם ושמירה על פרטיותם. יחד עם זאת המחקר הנוכחי עוסק בסיפורי הצלחה ולכן תינתן האפשרות למרואיינים להיחשף בשמם במידה וירצו, שהרי הסיפור שלהם הוא סיפור שאפשר להתגאות בו ושיכול לשמש השראה לאנשים אחרים. מכיוון שיכול להיות מצב בו לא כל הראיונות יתפרסמו בדו"ח הסופי, נבהיר זאת מראש למרואיינים כדי למנוע אי נעימות בהמשך. מניסיונו הרב כמרואיינים יש תרומה הדדית הן למראיין, המשיג את החומרים הנחוצים למחקרו, והן למרואיין שבראיון טוב ומעמיק יכול להגיע מתוך דבריו והשאלות המנחות לתובנות חשובות לגבי חייו.

### חשיבות המחקר:

• החידוש במחקר הנוכחי: לאור בדיקה של ספרות המחקר בארץ ובעולם, נראה שמעט מאד מחקרים בחנו את הגורמים והתהליכים להצלחה של אנשים עם מוגבלויות שונות, בוודאי מנקודת

המבט האוטנטית שלהם. לאור ההתפתחות הרבה הן בתחום החקיקה והן בתחום השילוב, ולאור השינוי הפרדיגמטי מהמודל הרפואי לחינוכי-הומניסטי, חשוב ללמוד מה יוכל להגביר את סיכויי הצלחה של אנשים עם מוגבלות לממש את עצמם ולהגיע להישגים בולטים בתחומים שונים. מחקר ההצלחות האלו ניתן יהיה ללמוד כיצד ניתן לחזק את סיכויי הצלחה של תלמידים עם מוגבלות ומוריהם במערכת החינוכית. למשל, מורים ומנהלים יוכלו ללמוד מהמחקר מי היו גורמי התמיכה החברתית בתוך המערכת החינוכית שחזקו את תחושת המסוגלות והחוסן של אותם מבוגרים במהלך לימודיהם. בעקבות זאת, הם יוכלו ליישם זאת בתהליכי החינוך של תלמידים עם מוגבלות במסגרות מכילות ושל החינוך המיוחד.

לאור ההתפתחות ההולכת וגוברת של ספרות המחקר המתבססת על פסיכולוגיה חיובית, על תחושת מסוגלות עצמית ועל פיתוח חוסן בקרב אוכלוסיות שונות, המחקר הנוכחי יוכל לשמש נדבך חשוב גם עבור חוקרים המתמקדים בחינוך של תלמידים עם מוגבלות ובהכשרת מורים.

#### [גבולות המחקר, המגבלות על הנתונים והסקת המסקנות](#)

מחקר איכותני זה בוחן לעומק את סיפורי החיים של אנשים עם מוגבלות אשר הגיעו להצלחה. עם זאת, כל סיפור מתאר מקרה ייחודי, ומציאת התמות המקשרות בין סיפורי החיים הללו, וכמובן השלכה מהם אל כלל האנשים עם מוגבלות בחברה הישראלית תהיה מוגבלת. בנוסף, הדגימה אינה דגימה מייצגת אלא דגימת נוחות אם כי נשתדל לבחור אנשים מגילאים שונים, בני שני המינים ומתחומי עיסוק ופעילות שונים. זאת בניסיון להגיע למסקנות משותפות מעבר לשונות.

מגבלה נוספת, שסיפורי החיים של האנשים שישתתפו במחקר משקפים את הראיה והתובנות הרטרואספקטיביות שלהם לגבי הגורמים והתהליכים שאפשרו את הצלחתם הייחודית, ויתכן ששחזור תנאים כאלו במערכת החינוך יהיה מורכב.

לבסוף, החלטנו לבחור אנשים שענו על שלושה מתוך חמשת הקריטריונים של ריף ועמיתיו שצוינו לעיל, בהנחה מראש שהקריטריונים הללו לא ייבדקו באופן אובייקטיבי ומדיד, אלא על בסיס ההכרה הציבורית בהישגיהם או בפועלם. לדוגמה, לא יהיו לנו נתונים לגבי הכנסותיו של איש עסקים מוצלח אולם ההכרה הציבורית בו היא כזו שהגיע להצלחה מבחינה כלכלית ועסקית.

## רשימת מקורות

- גיוסלסון, ר' (2015). *כיצד לראיין למחקר איכותני- גישה התייחסותית*. תל אביב: מכון מופ"ת.
- כנסת ישראל. (2014). חוק זכויות תלמידים עם לקות למידה במוסדות על-תיכוניים (תיקון), התשע"ד-2014. נדלה בתאריך 6.11.2016 מהאתר: <http://main.knesset.gov.il/Activity/Legislation/Laws/Pages/LawSecondary.aspx?lawitemid=550047>
- להד, מ' (2006). *מציאות פנטסטית. הדרכה יצירתית בתרפיה*. הוצאת נורד, טבעון.
- עומר, ח' ואלון, נ' (1997). *מעשה הסיפור הטיפולי*. הוצאת מודן.
- קס, א' (2012). *לא לפחד מהפחד - תחושת מסוגלות אישית ומקצועית בהוראה*. הוצאת הספרים של מכון מופ"ת, תל אביב.
- שלסקי, ש' ואלפרט, ב' (2007) דרכים בכתיבת מחקר איכותני- מפירוק המציאות להבנייתה כטקסט. תל אביב: מכון מופ"ת.
- Althaus, K. (2015). Job-embedded professional development: its impact on teacher self-efficacy and student performance. *Teacher Development, 19*(2), 210-225.
- American Psychological Association (n.d.). *The road to resilience*. Retrieved 3 March, 2015 from: <http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx>.
- Bandura, A (1997) *Self efficacy - The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *Adolescence and education, Vol. 5: Self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 307-337). Greenwich, CT: Information Age.
- Bandura, A. (2011). A social cognitive perspective on positive psychology. *Revista de Psicologia Social, 26*, 7-20.
- Barth, J., Schneider, S., & von Kanel, R. (2010). Lack of social support in the etiology and prognosis of coronary heart disease: A systematic review and meta-analysis. *Psychosomatic Medicine, 72*, 229-238.
- Bonnano, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychology, 59*, 20-28.



- Bornhorst, T., Ritchie, J. B., & Sheehan, L. (2010). Determinants of tourism success for DMOs & destinations: An empirical examination of stakeholders' perspectives. *Tourism management, 31*(5), 572-589.
- Braun-Lewensohn, O., Sagy, S., & Roth, G. (2011). Adolescents under missile attacks: sense of coherence as a mediator between exposure and stress related reactions. *Journal of Adolescence, 34*, 195-197.
- Brittain, I. (2004). Perceptions of disability and their impact upon involvement in sport for people with disabilities at all levels. *Journal of Sport & Social Issues, 28*(4), 429-452.
- Busher, H., & James, N. (2007). Ethics of Research in Education. In Briggs, A., & Coleman, M. (Eds.), *Research Methods in Educational Leadership and Management*. (pp.106-122). London: Sage Publications.
- Carr, A. (2011). Positive psychology: The science of happiness and human strengths. UK, Oxford: Routledge.
- Connor, K, M., & Davidson, J, R, T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression & Anxiety, 18* (2), 76-82.
- Dunn, D. S., & Burcaw, S. (2013). Disability identity: Exploring narrative accounts of disability. *Rehabilitation Psychology, 58*(2), 148-157.
- Dyke, L. S., & Murphy, S. A. (2006). How we define success: A qualitative study of what matters most to women and men. *Sex Roles, 55*(5-6), 357-371.
- Feldman, D. B., & Kubota, M. (2015). Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences, 37*, 210-216.
- Gattiker, U., & Larwood, L. (1986). Subjective career success: A study of managers and support personnel. *Journal of Business and Psychology, 1*, 78-94.
- Gilligan, R. (2000). Adversity, resilience and young people: the protective value of positive school and spare time experiences. *Children & Society, 14*(1), 37-47.

- Grenier, M., & Kearns, C. (2012). The benefits of implementing disability sports in physical education: A model for success. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 83*(4), 23-27.
- Gubrium, J. F., & Holstein, J. A. (2009). *Analyzing narrative reality*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Helgeson, V. S. (2003). Social support and quality of life. *Quality of life research, 12*, 25-31.
- Hill, C. E., Thompson, B. J., & Williams, E. N. (1997). A guide to conducting consensual qualitative research. *The Counseling Psychologist, 25*(4), 517-572.
- Holley, K. A., & Colyar, J. (2009). Rethinking texts: Narrative and the construction of qualitative research. *Educational Researcher, 38*(9), 680-686.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Kimball, E. W., Wells, R. S., Ostiguy, B. J., Manly, C. A., & Lauterbach, A. A. (2016). Students with disabilities in higher education: A review of the literature and an agenda for future research. *In Higher Education: Handbook of Theory and Research* (pp. 91-156). Springer International Publishing.
- Kimball, E., Friedensen, R., & Silva, E. (2017). "Engaging disability: Trajectories of involvement for college students with disabilities". *Disability as Diversity in Higher Education: Policies and Practices to Enhance Student Success*. Retrieved on Nov. 6, 2016 from: [https://works.bepress.com/ezekiel\\_kimball/1/](https://works.bepress.com/ezekiel_kimball/1/)
- King, D. D., Newman, A., & Luthans, F. (2015). Not if, but when we need resilience in the workplace. *Journal of Organizational Behavior, 37*, 782-786.
- Lombardi, A., Murray, C., & Kowitt, J. (2016). Social support and academic success for college students with disabilities: Do relationship types matter?. *Journal of Vocational Rehabilitation, 44*(1), 1-13.
- Luecking, R. G. (2008). Emerging employer views of people with disabilities and the future of job development. *Journal of Vocational Rehabilitation, 29*(1), 3-13.
- Malhotra, R., & Rowe, M. (2014). Exploring disability identity and disability rights through narratives. Reino Unido: Routledge.

- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychology, 56*, 227–38.
- Maxwell, I. A. (2005). *Qualitative research design: An interactive approach*. Thousand Oak. CA: Sage Publications, Inc.
- McLarnon, M. J., & Rothstein, M. G. (2013). Development and initial validation of the workplace resilience inventory. *Journal of Personnel Psychology, 12*(2), 63.
- McLeod, J. (2011). *Qualitative research in counseling and psychotherapy*. Thousand Oak. CA: Sage. Publications, Inc.
- Morse, J. M. (1994). Designing funded qualitative. In N. K. Dezin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research*. Thousand Oak. CA: Sage.
- Ong, A. D., Bergman, C, S., Bisconti, T, L., & Wallace, K, A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*(4), 730-749.
- Parker, B., & Chusmir, L. H. (1992). A comparison of men and women managers' and nonmanagers' perceptions of success. *Human Resource Development Quarterly, 3*, 73–84.
- Pinquart, M., & Duberstein, P. R. (2010). Associations of social networks with cancer mortality: A meta-analysis. *Critical Reviews in Oncology/Hematology, 75*, 122–137.
- Polkinghorne, D. E. (2005). Language and meaning: Data collection in qualitative research. *Journal of Counseling Psychology, 52*, 137-145.
- Pruchno, R. A., Wilson-Genderson, M., & Cartwright, F. (2010). A two-factor model of successful aging. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 65*(6), 671-679.
- Reiff, H. B., Gerber, P. J., & Ginsberg, R. (1997). *Exceeding expectations: Successful adults with learning disabilities*. Austin, Texas: Pro-Ed.
- Robertson, J., Emerson, E., Hatton, C., Elliott, J., McIntosh, B., Swift, P., Krinjen-Kemp, E., Towers, C., Romeo, R., Knapp, M., Sanderson, H. Routledge, M., Oakes, P., & Joyce, T. (2007). Person-centred planning: factors associated with

- successful outcomes for people with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51(3), 232-243.
- Ryan, C. S., Casas, J. F., Kelly-Vance, L., Ryalls, B. O., & Nero, C. (2010). Parent involvement and views of school success: the role of parents' Latino and White American cultural orientations. *Psychology in the Schools*, 47(4), 391-405.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In M. Csikszentmihalyi (Ed.), *Flow and the Foundations of Positive Psychology* (pp. 279-298). Netherlands: Springer.
- Spector-Mersel, G. (2010). Narrative research: Time for a paradigm. *Narrative Inquiry*, 20(1), 204-224.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Success. *Merriam-Webster.com*, n.d. Web. 6 Nov. 2016, from <http://www.merriam-webster.com/dictionary/success>.
- Taylor, S. E. (2011). Social support: A review. In H. S. Friedman (Ed.), *The handbook of health psychology*, pp. 189-214. UK, Oxford: Oxford University Press.
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of health and social behavior*, 52(2), 145-161.
- Troiano, P. F., Liefeld, J. A., & Trachtenberg, J. V. (2010). Academic support and college success for postsecondary students with learning disabilities. *Journal of College Reading and Learning*, 40(2), 35-44.
- Wilson, A., & Kim, W. (2016). The effects of concept mapping and academic self-efficacy on mastery goals and reading comprehension achievement. *International Education Studies*, 9(3), 12.
- Wu, J., Wing Lo, T., & Liu, E. S. (2009). Psychometric properties of the volunteer functions inventory with Chinese students. *Journal of Community Psychology*, 37(6), 769-780.

Yin, R. K. (2003). *Case study research: designs and methods* (3rd ed). Thousand Oaks, CA: Sage.

Zhang, S., Yao, Y. C., Sun, C. L., Yu, H. F., Wan, Z., Chen, C., Zeng, Z., & Cao, Y. (2016). Effect of high-energy defibrillation on success rate of defibrillation and cardiac trauma in ventricular fibrillation pig model. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 9(2), 3909-3916.

**לוח זמנים משוער לביצוע המחקר**

| מועד סיום |      | מועד התחלה |      | פעילויות מחקר                                      |
|-----------|------|------------|------|----------------------------------------------------|
| שנה       | חודש | שנה        | חודש |                                                    |
| 2017      | נוב' | 2017       | ספט' | 1. איתור פריטים ביבליוגרפיים וכתובת סקירת הספרות.  |
| 2017      | נוב' | 2017       | ספט' | 2. איתור המרואיינים, פנייה אליהם וקבלת הסכמה מדעת. |
| 2017      | דצב' | 2017       | אוק' | 3. ביצוע הראיונות.                                 |
| 2018      | פבר' | 2018       | ינו' | 4. השלמת ראיונות.                                  |
| 2018      | מרץ  | 2018       | פבר' | 5. שיקלוט הראיונות.                                |
| 2018      | יוני | 2018       | אפר' | 6. ניתוח הראיונות.                                 |
| 2018      | יולי | 2018       | יוני | 7. כתיבת פרק הממצאים.                              |
| 2018      | אוק' | 2018       | אוג' | 8. כתיבת הדו"ח הסופי.                              |

**פירוט הבקשה לתקציב**

| פריט                        | עלות                    | סה"כ       |
|-----------------------------|-------------------------|------------|
| נסיעות לביצוע הראיונות      | 70 ק"מ*1.4 ש"ח לק"מ*16  | 1,568 ש"ח  |
| שקלוט                       | 250 ש"ח לראיון*16       | 4,000 ש"ח  |
| עוזר/ת מחקר לניתוח הראיונות |                         | 5,000 ש"ח  |
| שכר לחוקרים                 | 1 ש"ש לכל חוקר * 14,000 | 28,000 ש"ח |
| סה"כ                        |                         | 38,568 ש"ח |