

תהליכים ושינויים באופן התמודדות הסטודנט עם מצבי לחץ ואי ודאות בעריכת עבודת חקר ובשימוש במאגרי מידע : התרומה של סגנון ההתקשרות / טובה גולדמן

תקציר

התקדמות טכנולוגיות המידע והרחבתם של מאגרי המידע האקדמיים ושכלולם מעוררים, פעמים רבות, מצבי לחץ, חרדה ואי ודאות בקרב סטודנטים הנדרשים לערוך עבודת חקר ולהשתמש במאגרי הספרייה (Mellon, 1986).

הספרות המקצועית מצביעה על סגנון ההתקשרות של האדם: בטוח, חרד- אמביוולנטי, נמנע- חרד או נמנע- מבטל, כאחד הגורמים הבולטים המופעלים והבאים לידי ביטוי בהתמודדות האדם במצבי לחץ, חרדה ואי ודאות. לפי תיאוריית ההתקשרות חווית ההתקשרות הראשונית לאם או לאחר משמעותי נוסף יוצרת מודלים פנימיים המהווים ייצוגים של העצמי ושל האחר. התינוק הבטוח בזמינות האם יפתח מודל התקשרות בטוח המתאפיין באמון באחר ובאני כראוי להתייחסות נאותה וזמינה. הוא לא יחשוש להינתק מאמו ומסביבתו הקרובה ולחקור את העולם כי יהיה תמיד בטוח בהיענות האחר המשמעותי בעת הצורך. תינוק שאינו נענה בהתייחסות יציבה מצד האחר המשמעותי יהיה חסר ביטחון בזמינות האם וחסר ביטחון עצמי כראוי לאהבה ויהיה חרד לחקור את העולם ולהינתק מאמו ומהסביבה הקרובה אליו. ילד הגדל ללא תשומת לב וללא היענות נמנע מלבקש אותה שכן אינו רוצה להתאכזב. הוא מעדיף להסתגר בעצמו ויוצר תדמית עצמית שלילית של האחר (Bowlby, 1969, 1973, 1988). ההבחנות הנ"ל יצרו שלושה סגנונות התקשרות: 1. הסגנון הבטוח מתאפיין באמון בזמינותה של דמות ההתקשרות בעת הצורך, באמון באחר, נוחות בקרבה ובסיוע. 2. החרד- אמביוולנטי המראה רצון חזק לקרבה וחוסר בטחון לגבי היענות האחר וחוסר בטחון עצמי כראוי להיענות ואהבה. 3. הנמנע המתאפיין בחוסר בטחון לגבי היענות האחר ורצונו הטוב והעדפה למרחק רגשי (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978). על בסיס ההבחנות לגבי אופן האדם בעצמו ובאחר בנו החוקרים ברתולומיאו והורוביץ (Bartholomew & Horowitz, 1991) ארבע קטיגוריות של סגנונות ההתקשרות: 1. הסגנון הבטוח (secure style) המעריך את עצמו בצורה חיובית וסובר כי הוא ראוי לתשומת לב ולתמיכה ואת האחר כמוכן לעזור ולתמוך. 2. הסגנון החרד- אמביוולנטי (preoccupied style) הסובר כי הוא אינו ראוי להערכה ותמיכה, אך מעריך את האחר באור חיובי. 3. הסגנון הנמנע- חרד (fearful-avoidant style) הרואה את עצמו ואת האחר כאחד באור שלילי. הוא נמנע מתקשורת עם אחרים כהגנה מפני מצב שידחה על ידם. 4. הסגנון הנמנע- מבטל (dismissive-avoidant) המתרחק מיחסים קרובים. הוא בעל הערכה נמוכה לאחרים וגבוהה לעצמו. אדם זה מפתח עצמאות ומגן על עצמו מפני אכזבה על ידי הימנעות מיחסים קרובים. האדם הבטוח לא צריך את אישור האחרים והערכתם כדי לשמור על הערכה עצמית חיובית בעוד שהחרד- אמביוולנטי צריך את אישורם התמידית. הנמנע, לעומת זאת, רואה את האחרים כשליליים ולכן אינו מצפה לתמיכתם ולעידודם (Bartholomew and Horowitz, 1991).

סגנונות ההתקשרות השונים באים לידי ביטוי במצבי לחץ. החוקרים לזרוס ופולקמן (Lazarus & Folkman, 1984) מדגישים את תרומת המשאבים האישיים של הפרט במפגשו עם הסביבה. האדם המעריך את משאביו כיעילים מספיק יתמקד בבעיה ויראה את המצב כאתגר ואילו האדם המטיל ספק במשאביו וביכולתו להתמודד יתמקד ברגש ו/או בהימנעות

מהתמודדות ועלול לראות במצב כאיום. בנוסף, אדם המטיל ספק ביכולתו לתת אמון באחר ימנע מלהתמודד בעזרת סיוע. תיאוריית התמודדות זו המתמקדת בהערכת האדם את המצב ואת משאביו קשורה, אם כן, לתיאוריית ההתקשרות המדגישה את משאביו הפנימיים של האדם התלויים רבות במידת האמון שהוא נותן בעצמו ובאחרים. מידת אמון זו משפיעה על הפרשנות והתפיסה של הפרט את המצבים איתם הוא מתמודד. המודלים הפנימיים של האני והאחר משפיעים על התמודדות האדם במצבי לחץ, על ראיית המצב כאיום או כאתגר, על התמקדותו בבעיה, ברגש, בסיוע או בהימנעות, על ההסדרה הרגשית שלו, על אפיוני חשיבה ופעמים גם על הצלחה במשימות החיים (Ainsworth, 1969, 1978; Bowlby, 1969, 1973, 1988; Lopez, Mitchell & Gormley, 2002; Lopez, 1996; Mikulincer, 1997; Mikulincer & Florian, 1998; Mikulincer & Shaver, 2007).

המחקר הנוכחי בודק את השפעת סגנון ההתקשרות על אופן התמודדות הסטודנט בעת אחזור מידע ועריכתו. מחקרים רבים העוסקים בהתנהגות מידע ואחזור מידע מצביעים על מצבי אי ודאות של הסטודנט העורך עבודת חקר. תיאוריית חרדת הספרייה מדגישה את הלחץ בו נתונים הסטודנטים בגלל גודל הספרייה, חוסר ידע לגבי מיקום הספרים, חוסר ידע בשימוש בקטלוגים ובמאגרים, מחסומים רגשיים הגורמים לראות את הספרנים כלא נגישים וכמפחידים, קשיים בשימוש בשפה האנגלית, ועוד (Mellon, 1986; Bostick, 1992; Shoham & Mizrachi, 2001). ההתמודדות בחיפוש מידע ישנם משתנים מקבילים: התמודדות מתוך הרגשת בטחון עצמי, ערך עצמי, מסוגלות עצמית, אופטימיות ותקווה, גמישות קוגניטיבית, חשיבה קונסטרוקטיבית, שליטה רגשית, סקרנות ואקספלורציה וכן נכונות לפנות לעזרה. מטרת מחקר זה היא לבדוק את הקשר בין התמודדות יעילה בחיפוש מידע בספרייה האקדמית (מתוך הרגשת מסוגלות עצמית, בטחון והסדרה רגשית וקוגניטיבית) ובין סגנון התקשרות בטוח לעומת סגנון חרד-אמביוולנטי, נמנע-חרד או נמנע-מבטל.

כמו כן, אנו בודקים כיצד יכולה סביבה לימודית תומכת, מעודדת, מסבירת פנים ויעילה המשלבת הדרכות שיטתיות במאגרי המידע לתרום להצלחתו של הסטודנט העורך עבודת מחקר בספרייה ואף, יתכן, לשנות את דפוסי התנהגותו של החרד-אמביוולנטי/או הנמנע-חרד והנמנע-מבטל ולעצב לסטודנט, השוהה בספרייה האקדמית, דפוסי התנהגות של הסגנון הבטוח הפועל מתוך הסדרה רגשית וחשיבה קונסטרוקטיבית ויוצרת (לפחות בכיתת הקורס ובספרייה האקדמית כשהוא נעזר בספרן/ית או מחפש מידע במאגרים).

כדי לבחון היבטים אילו השתלב החוקר/הספרן בקורס "הדרכה ביבליוגרפית" המיועד לסטודנטים של שנה א' ובקורס "שיטות מחקר" המיועד לסטודנטים של שנה ב' בפקולטה למדעי החברה באחת האוניברסיטאות בארץ והעביר הדרכות באסטרטגיות חיפוש מידע במאגרי מידע ובעריכת עבודות חקר בכיתה בה כל סטודנט יושב מול מחשב כדי לתרגל שיטות אחזור מידע ולמורה מחשב לשם הדגמת דרכי שימוש יעיל במאגרים. החוקר/הספרן ניסה למצוא "נוסחה" מתאימה שתגדיל את נינוחות הלומד בספרייה ובשימוש במאגריה ותתרום רבות לקדום הלומד והעולם המחקרי כתוצאה מהתמצאות החוקר/סטודנט בשבילים הרבים של עולם הידע והטכנולוגיה וכתוצאה מביטחון בהתייחסות נאותה ותקשורת בונה אותם הוא יקבל בסביבת הלמידה של הקורס "הדרכה ביבליוגרפית" והקורס "שיטות מחקר". מטרת המחקר היא חקר ופיתוח כאחד (Research and Development) - חקר על השפעת סגנון ההתקשרות על התמודדות במצבי לחץ ואי ודאות בעת

עריכת עבודת חקר בספרייה האקדמית ופיתוח הדרכות יעילות להכשרת לומד מיומן היטב בחיפוש מידע במאגרים ובעריכת עבודת חקר מובנית היטב. בנוסף לכך, יישום מערך ההדרכות שנבנה בקורסים "הדרכה ביבליוגרפית" ו"שיטות מחקר" אפשר את בדיקת השפעתן על התנהלותו של הסטודנט בעל הסגנון החדר- אמביוולנטי והנמנע- חרד והנמנע- מבטל וכן גם את השפעתן על דפוסי חיפוש המידע ועריכת עבודת חקר (Research and Implementation).

במהלך עריכת המחקר בדקנו היבטים שונים של אפיוני הסטודנט והתמודדותו: האם הסטודנט הוא בעל סגנון התקשרות בטוח, חרד- אמביוולנטי, נמנע- חרד, או נמנע- מבטל? האם סגנון ההתקשרות של הסטודנט משפיע על הערכתו את תהליך אחזור המידע כמצב של איום או אתגר? האם יש קשר בין סגנון ההתקשרות ובין התמודדותו ואופן התמקדותו בבעיה, ברגש, בסיוע או בהימנעות? האם יש קשר בין סגנון ההתקשרות ובין חרדת ספרייה המתבטאת במחסום עם הצוות, בקשיי התמצאות ובקשיים עם השפה האנגלית? האם סגנון ההתקשרות משפיע גם על יעילות ומסוגלות באחזור המידע ועריכתו? יתר על כן, בדקנו כיצד הדרכה רציפה ושיטתית גורמת לתהליכים ושינויים בהערכת הסטודנט את המצב בו הוא עורך עבודת חקר: האם הוא מעריך מצב זה כאיום או כאתגר? כיצד הוא מתמודד- האם הוא מתמודד בבעיה, ברגש, בחיפוש תמיכה או בהימנעות? האם הרגשת מסוגלות העצמית של הסטודנט גבוהה? האם הוא משתמש במאגרי מידע ובאסטרטגיות חיפוש יעילות? האם הוא משלב מידע חדש בישן? האם הוא מעריך את הפריטים המאוחרים בצורה מבוקרת ושיטתית מתוך הסדרה רגשית ומחשבתית? האם הוא יודע כיצד ליצור התמקדות ולהבהיר את הנושא העיקרי בעבודה? האם הוא בעל גמישות מחשבתית ומשנה את מילות החיפוש והרעיונות בהתאם לחומר העדכני שאוחזר בחיפוש?

התהליכים והשינויים החלים בהערכות הסטודנט ובאופן התמודדותו נבדקו כשבועיים לאחר תחילת השנה אחרי שהסטודנטים התבקשו לאחזר מידע בנושא מסוים, כחודש לאחר תחילת השנה אחרי שהסטודנטים קבלו הדרכה של שעה וחצי בחדר היעץ של הספרייה והתבקשו שוב לאחזר מידע, וכשבועיים לפני סוף השנה אחרי הדרכה רציפה ושיטתית בכיתת הקורס/כיתת המחשבים בה הקנה הספרן/החוקר אסטרטגיות למידה וחיפוש מידע בעריכת עבודת חקר, ובנה סביבה לימודית נינוחה בה הוא הוכיח זמינות באמצעות משוב מידי, תמיכה, עידוד ואכפתיות כהרגלו של האדם המהווה בסיס ועוגן בטוח.

העברנו בכל אחד מהשלבים הנ"ל את השאלונים: שאלון התמודדות (ראה נספח 2), שאלון איום או אתגר (ראה נספח 3), שאלון חרדת ספרייה (ראה נספח 4), ושאלון מסוגלות עצמית, מיומנות וגמישות מחשבתית בניהול עבודת חקר (ראה נספח 5). בשלב האחרון כשבועיים לפני סוף שנת הלימודים העברנו גם את שאלון תרומת ההדרכה בקורס (ראה נספח 6). את השאלון הבדוק את סגנון ההתקשרות (ראה נספח 1) העברנו רק בפעם הראשונה, כלומר כשבועיים לאחר תחילת השנה- הסטודנטים טענו כי אין שינוי בתשובות לשאלון זה. העברת שאלון ההתקשרות בתחילת השנה אפשר לאבחן את סגנון ההתקשרות של הסטודנט ואת הקשר בין סגנון ההתקשרות לבין הערכת המצב כאיום או כאתגר, דרכי ההתמודדות, חרדת הספרייה, מסוגלות אחזור מידע ועריכתו בהתאם לשאלונים 2, 3, 4, 5.

השוואת התשובות לשאלונים 2, 3, 4, 5, בשלושת המצבים הנזכרים לעיל, אפשרה לנו לבדוק את התקדמות הסטודנטים, את התהליכים והשינויים בהתמודדותם ובמיומנות החיפוש שלהם. בדקנו כיצד השפיעה סביבת למידה נינוחה ומעודדת המקנה אסטרטגיות חיפוש מידע ולמידה והמקנה כלים לעריכת עבודת חקר- על ההסדרה הרגשית והקוגניטיבית של

הסטודנטים, על גמישותם הקוגניטיבית, על המסוגלות העצמית שלהם ועל השתלבותם היעילה באחזור מידע בכיתת הקורס ובספרייה.

כדי לתפוס את המציאות "כשלמות שאיננה ניתנת לפירוק, ולכן כל נתונה נאספים ומתועדים, וגם תוצאות לא טיפוסיות נידונות לפרטיהן" (צבר, 1990, עמ' 19), שלבנו גם תצפיות, ראיונות, משוברים ונרטיבים. הראיונות נערכו בשלושת השלבים המוזכרים לעיל; שולבו בעלי סגנון התקשרות בטוח, חרד- אמביוולנטי, נמנע- חרד ונמנע- מבטל כאחד. במחקר שערכנו החוקר/הספרן היה מעורב בצופה משתתף בקורס ובתהליכי הקניית אוריינות מידע וחיפושי מידע. החוקר חווה את עולמם של הסטודנטים כדי לזהות את הקשיים ודרכי התמודדותם. מצד אחר, נסה החוקר להפריד את עצמו מהסיטואציה הנחקרת כדי לחשוב מחדש על המשמעויות של ההתנסות. ההשתתפות בסיטואציה יצרה נגישות אל הנחקרים, אמון ופתיחות החשובים ביותר לאיכות התשובות לשאלונים ולראיונות. באמצעות התצפית נתגלה ידע סמוי מעיני הנחקרים ולא מודע על ידם והבא לידי ביטוי באופן שבו הם מבצעים את המשימות. לאחר התצפית ניתן היה לראיין את הנחקרים כדי להבין את התופעה דרך נקודת המבט שלהם. הראיון הווה אמצעי לעזור לאנשים להפוך לגלויים ומודעים דברים שהיו עבורם סמויים, כלומר לבטא את תפיסותיהם, מחשבותיהם והבנותיהם הסמויות והבלתי מודעות ולהפכם למודעות (שקדי, 2004).

תרגילי אחזור המידע היוו אמצעי נוסף שאפשר להדגיש את המעבר מחוסר ישע במציאת פריטים רלבנטיים לשאלות שנתנו למצב של שליטה ומיומנויות אחזור מידע יעילות. ניתן היה להתרשם היטב מהתקדמות הסטודנטים גם לפי הנרטיבים והתיאורים שלהם.

תוצאות המחקר הכמותי והאיכותני כאחד הוכיחו כי אמנם יש הבדל בין הסגנונות השונים בדרכי ההתמודדות ובאסטרטגיות אחזור מידע בעבודת חקר, אך הדרכות שיטתיות ויסודיות תוך מתן עידוד ותמיכה משפרות מיומנויות אילו,

מעלות את הרגשת המסוגלות העצמית, ההסדרה הרגשית, ההתמקדות בבעיה ובסיוע והרגשת האתגר שבמשימה עולה.

השערות המחקר אכן אוששו. נמצא קשר בין סגנון ההתקשרות לבין מסוגלות באחזור מידע ושימוש באסטרטגיות חיפוש מתקדמות בקטלוג הספרייה ובמאגרים באנגלית, הימנעות משטחיות, שילוב תיאוריות חדשות בישנות, הערכת המידע, שליטה ברגשות ובמחשבות, מיקוד הרעיונות המועלים בפריטים שאוחזרו, גמישות מחשבתית וגמישות בשימוש במילות חיפוש מגוונות. בעלי סגנון ההתקשרות הבטוח השתמשו במגוון רחב של מילות חיפוש וטכניקות חיפוש והרגישו מסוגלות באחזור מידע רלבנטי לנושא החקר. תוצאות המחקר הנוכחי תואמות את מסקנותיו של החוקר מיקולינסר (Mikulincer, 1997) אשר בדק רבות את השפעת סגנון ההתקשרות על עיבוד מידע והסיק כי אנשים בטוחים יכולים לחקור את העולם כי יש בקרבם "דגם עבודה" של "בסיס הבטוח" המאפשר להם לקחת סיכונים בחקירה, הם סקרנים ללמוד וחוקרים גם במצב של אי ודאות. החרד- אמביוולנטי מטיל ספק ביכולתו לטפל באיומים/הפתעות לא צפויות כמו מידע סותר שאינו משתלב במידע הקיים. הנמנע- חרד והנמנע- מבטל עלולים מצד אחד להימנע מחקירה שיש בה סיכון וליצור מחיצה בינם לבין העולם, ומצד אחר, ההישענות העצמית והשליטה שלהם (במיוחד של הנמנע- מבטל) עשויים לגרום להם לחפש מידע כדי להבין ולתפעל את הסביבה ולהימנע מתלות באחרים. זהו חיפוש מידע עצמאי המאפשר הימנעות מאינטראקציה עם אחרים (Mikulincer, 1997).

השוואת התשובות לשאלונים בשלושת המצבים: שבועיים לאחר תחילת השנה, חודש לאחר תחילת השנה ושבועיים לפני סוף השנה הוכיחה את יעילות ההדרכות שניתנו במהלך השנה. ההתמקדות בבעיה ובסיוע עלתה בקרב כל סגנונות ההתקשרות, הרגשת האיום ירדה והרגשת האתגר עלתה, קשיי ההתמצאות והמחסומים עם הצוות פחתו. נמצא קשר בין מתן הדרכות שיטתיות בכיתת הקורס ובין התמודדות יעילה בחיפוש מידע בספרייה והרגשת מסוגלות עצמית בשימוש בקטלוג הספרייה, במאגרי המידע ובאסטרטגיות חיפוש מתקדמות המאפשרות אחזור מידע רלבנטי, מדויק ומקיף, בשילוב מידע חדש בישן ובמיקוד הרעיונות. ניתן לומר כי בכל משתני המחקר בולטת העובדה כי ההדרכה בכיתת הקורס שיפרה את התמודדות הסטודנטים בעת בקורס בספרייה, באחזור המידע ועריכתו. גם במקרים בהם נשמרו הבדלים בין הסגנונות בלטה ההתקדמות של הסטודנטים כולם. תשובותיהם לשאלון הנוסף שניתן בסוף השנה: תרומת ההדרכה בקורס (ראה נספח 6), הראיונות והנרטיבים הוכיחו את חשיבות הקורס השנתי באחזור מידע. תרגילי אחזור המידע עליהם ענו הסטודנטים במהלך השנה כולה הוכיחו כי הערכתם העצמית את התקדמותם אכן נכונה. שליטת הסטודנטים בקטלוגים ובמאגרים עלתה לאין ערוך והתקדמותם בלטה מעל לכל ספק.

בניתוח הנתונים שנעשה באמצעות תוכנת AMOS ושדק את מודל המחקר נתגלו ממצאים המאששים את הקשר בין המשתנים הבלתי תלויים: סגנון ההתקשרות וההדרכה בקורס במאגרי מידע ובין המשתנים התלויים: התמודדות הממוקדת בבעיה, ברגש, בסיוע או בהימנעות, תפיסת המצב כאיום או כאתגר, חרדת ספרייה המתבטאת בקשיים בהתמצאות, מחסום עם הצוות וקשיים בשפה האנגלית, ומסוגלות עצמית ויעילות באחזור מידע ועריכתו. הקשר הרגרסיבי בין מדדי ההתקשרות: חרדה והימנעות/קירבה ומשתני המחקר התלויים הוכח בשלושת שלבי המחקר: שבועיים לאחר תחילת השנה, חודש לאחר תחילת השנה ושבועיים לפני סוף השנה. בשלבים א' וב' נוספו קשרים רגרסיביים נוספים, כלומר משתנים נוספים מלבד משתני סגנון ההתקשרות היוו גורם המסביר את המשתנים התלויים. בשלב א' המשתנה חרדת ספרייה היווה משתנה בלתי תלוי נוסף. בשלב א' יש קשר רגרסיבי בין חרדת ספרייה- הסיבה לבין מסוגלות אחזור מידע ועריכתו- התוצאה. ככל שחרדת הספרייה גדולה יותר כך המסוגלות באחזור מידע ועריכתו קטנה יותר. בשלב ב' נוצר קשר רגרסיבי נוסף בין איום וחרדת ספרייה וזאת בנוסף לקשר הרגרסיבי בין חרדת ספרייה ומסוגלות ויעילות אחזור מידע ועריכתו. הערכת הסטודנט כי דרישות הסביבה עולות על הידע והיכולת לאחזור מידע גורמות להרגשת איום המשפיעה בין היתר על חרדת ספרייה שהינה הגורם המשפיע הנוסף על מידת מסוגלות אחזור המידע ועריכתו. כל אחד מהמשתנים התלויים מושפע מממדי סגנון ההתקשרות. אופן ההתמודדות: התמודדות הממוקדת בבעיה, התמודדות הממוקדת בסיוע, הימנעות או ברגש והרגשת איום או אתגר מושפע בעיקר מממדי ההתקשרות, אך התמצאות בספרייה ומסוגלות אחזור המידע הדורשים ידע וניסיון הם תוצאה גם של הפירוש שהאדם/סטודנט נותן למצב: האם יש לו מספיק כלים להתמודד. הפירוש בשלבים א' וב' מושפע ונגרם לא רק מסגנון ההתקשרות אלא גם מידע ומשאבים הנקנים על ידי חינוך ((רוג'רס, 1973; 1992; Rogers, 1956; Mikulincer & Shaver, 2007). בשלב ב' נוצר גם קשר קורלטיבי שלילי בין התמקדות בבעיה והרגשת האיום, בין התמקדות בבעיה וחרדת ספרייה ובין איום ומסוגלות באחזור מידע. ככל שהסטודנט מרגיש יותר איום וחרדת ספרייה כתוצאה מהמצב כך גם הוא פחות מתמודד באמצעות התמקדות בבעיה וכך גם נמוכה יותר מסוגלות אחזור המידע שלו.

בשלב ג' בו חרדת הספרייה והרגשת האיום יורדים כתוצאה מההדרכה נשארים ממדי ההתקשרות: ממד החרדה ו/או ממד הקרבה/ הימנעות עקרי המשתנים הבלתי תלויים המשפיעים על התמודדות הסטודנטים. **שינויים אילו בין שלבים א', ב' וג' ממחישים את העובדה כי למודל שני משתנים בלתי תלויים: ממדי ההתקשרות שהם ממד החרדה וממד הקרבה/הימנעות וכן גם גורם הזמן וההדרכה.** אפקט ההדרכה בא לידי ביטוי במודל בעובדה שבשלב א' וב' האיום וחרדת הספרייה הינם גורם המשפיע על מסוגלות אחזור המידע ועריכתו בנוסף לממדי ההתקשרות. העובדה כי סטודנטים לא קבלו מספיק תרגול במיומנויות האחזור משפיעה על המסוגלות בנוסף לממדי ההתקשרות. לאחר ההדרכה שנתנה במהלך השנה נשארים ממדי ההתקשרות כגורמים היחידים באופן התמודדות הסטודנטים.

ההשערה כי אין הבדל בדרכי ההתמודדות של שנה א' וב' אוששה בחלקה. בשלבים א' וב' סטודנטים של שנה ב' הרגישו פער רב בין הדרישות שהציבו בפניהם ובין המשאבים האישיים שלהם. הם ראו במצב איום באופן מובהק יותר מסטודנטים של שנה א', שנה שבה ההדרכות הותאמו מיד לדרישות, והתמודדו בהתמקדות ברגש ופחות בבעיה וזאת בהבדל מובהק מסטודנטים של שנה א'. אוששה ההשערה כי אין הבדל בין שנה א' וב' לגבי מחסום עם הצוות, ואילו לגבי ההתמצאות בספרייה ובמאגריה דיווחו סטודנטים של שנה ב' על יותר קשיים מאשר סטודנטים של שנה א', יתכן בגלל הפער הרב יותר בין הדרישות והידע שעלה במיוחד לאחר כחודש מתחילת השנה. ההשערה כי אין הבדל בין שנה א' וב' במיומנויות אחזור מידע ועריכתו אכן אוששה. המיומנות הרבה באופן מובהק יותר בקרב סטודנטים של שנה ב' התגלתה ברצון להימנע משטחיות וכן בגמישות רעיונית. להבדל זה יש בסוס גם ממחקרים קודמים המוכיחים כי היכולת האנליטית של הסטודנטים, הגמישות הרעיונית עולה בשנים ב' וג' בה הם מתבוננים בתיאוריות השונות הנלמדות מתוך פרספקטיבה רחבה יותר המאפשרת קבלת דעות שונות ויכולות שילוב בין רעיונות (Whitmire, 2003). עובדות אילו אומנם לא מאששות את העובדה כי אין הבדל בין סטודנטים של שנה א' לבין סטודנטים של שנה ב', אך הן מאששות את ההשערה כי להדרכות יש חשיבות רבה ביכולת התמודדות נאותה של סטודנטים בעת עריכת עבודת חקר. היעדר קורס אחזור מידע ועריכת עבודת חקר בשנה ראשונה מגביר את הפער בין הדרישות האקדמיות והמיומנויות של הסטודנטים, גורם ללחץ, הרגשת איום, התמודדות לא יעילה ובצוע לקוי.

מסקנה בעלת חשיבות הינה העובדה כי הסטודנטים כולם בשנה א' וב' כאחד מגלים קשיים בשליטה בשפה האנגלית. אין הבדל בין הסגנונות השונים בקרב סטודנטים של שנה א'. הנמנע מבטל מדווח על פחות קשיים בקרב סטודנטים של שנה ב' וזאת כנראה בגלל הערכה עצמית גבוהה. ישנו הבדל בין שנה א' וב'. סטודנטים של שנה ב' מדווחים על יותר קשיים בתחילת השנה כי בשלבים אילו עדיין לא נדרשים סטודנטים של שנה א' לקרוא ספרים/מאמרים באנגלית. ממוצעי הסטודנטים הן של שנה א' והן של שנה ב' נשארו גבוהים גם בסוף השנה (שנה א' - 2.63, שנה ב' - 2.83) והם אכן מצביעים על קושי רב בהתמודדות עם שפה זו. יש לציין כי ספרים רבים ומאמרים של חוקרים מובילים כתובים בשפה האנגלית ולכן יש לתת דגש על שיפור מצב זה כדי להקל על הסטודנטים באחזור מידע במאגרים באנגלית ובקריאת ספרים ומאמרים (Shoham & Mizrachi, 2001).

חשיבות המחקר באה לידי ביטוי בכך כי המחקר בוחן לראשונה את השפעת סגנון ההתקשרות על תהליך אחזור המידע. המחקר מבליט את הנושאים והמשתנים השווים לתיאורית ההתקשרות ולתיאוריות בנושא אוריינות מידע: בקשת סיוע ותקשורת עם הצוות, יכולת להתמודד עם בעיית המחקר מתוך הרגשת אתגר, הסדרה רגשית וגמישות מחשבתית, ביקור

בספרייה ושימוש במאגרים לעומת הימנעות, חרדת ספרייה והתמקדות ברגש מתוך תפיסת עבודת החקר והמאגרים כגורם מאיים וחוסר גמישות והסדרה רגשית ומחשבתית במהלך אחזור המידע. כמו כן, מתבטאת ייחודיות המחקר בחקירת השפעת ההתערבות המעשית במהלך השנה כולה במתן הדרכות בכיתת מחשבים המשלבות הוראת טקטיקות אחזור וכתובה ועידוד על הסדרה רגשית, התמקדות בבעיה ובסיוע מתוך אתגר ומוטיבציה. הוכח גם כי הסטודנט הממעיט ביכולותיו והמטיל ספק בכישוריו כדוגמת החרד- אמביוולנטי והנמנע- חרד מתקדם ומשפר ביטחון ומיומנויות בסביבת לימוד נאותה ומעודדת היוצרת "בסיס בטוח". גם הנמנע- מבטל, חסר האמון באחר, המגזים פעמים בהערכת כישוריו באופן הגנתי יכול להסיר מחסום בתקשורת עם ה"אחר" אשר יוכיח זמינות והיענות. מחקרים מובילים רבים מדגישים כי תמיכה של הורים וחברים ללימודים מחזקת מסוגלות אישית ומאפשרת התמודדות עם גורמי לחץ בכלל ועם לחץ בסביבה אקדמית בפרט (Bandura, 1997). התקשרות בטוחה עם הורים ומורים קשורה לרצון חזק יותר להישגיות ופחד חלש יותר מכישלון

(רוג'רס, 1973; Mikulincer & Shaver, 2007).

לסיכום, ניתן לומר כי שתי השערות מרכזיות אוששו במחקר הנוכחי: 1. אוששה ההשערה כי ישנו קשר בין סגנון ההתקשרות לבין האופן בו מתמודד הסטודנט בעת אחזור מידע ועריכת עבודת חקר. 2. אוששה ההשערה כי ישנה השפעה רבה ומיטיבה לסביבת למידה בה כל סטודנט יושב מול מחשב בכיתת מחשבים ומתרגל אסטרטגיות אחזור מידע ועריכתו באופן שיטתי עם מרצה/ספרן תומך וזמין המהווה עוגן ובסיס בטוח. הסטודנטים כולם שיפרו את דרכי ההתמודדות, את ההסדרה הרגשית שלהם, את רמת המסוגלות העצמית ואת הצלחתם האקדמית. כתוצאה מכך, הוסקו במחקר מסקנות בעלות חשיבות ומשמעות רבה: 1. הקניית אוריינות מידע הינה תהליך החייב להיות בנוי באופן יסודי בכיתה בה כל סטודנט יושב מול מחשב ומתרגל בשיטתיות במהלך שנת לימודים ולא במהלך שעת הרצאה. 2. הדרכת הסטודנט צריכה לכלול גם כישורים מטה-קוגניטיביים. יש לאמן את אסטרטגיות החיפוש תוך כדי ניהול מחשבות ורגשות הכוללות חשיבה חיובית (positive self talk) המחזקת מסוגלות עצמית, תקווה, אופטימיות ותפיסת המשימה כהזדמנות להצלחה (Beck, 1976; Meichenbaum, 1985; Selye, 1976). כמו כן, יש לתת תשומת לב למחשבות, רגשות ופעולות של המשתמש ביחס לתהליך אחזור המידע ועריכת עבודת החקר בשלבים השונים (Kuhlthau, 2004), להכיר בצורך במידע מתוך הבעיה והפער במידע שנוצר במהלך אסוף חומר רלבנטי למחקר (Dervin, 1999), לתרגם את הבעיה לשאלתה (Vakkari, 2000, 2002, 2003), ולהכיר בצורך במעברים בחשיבה ושינויים במצב של בעיות המידע (Spink, 2002, 2007).

3. מצב מיטבי זה של נינוחות הסטודנט הלומד באופן אופטימאלי מתאפשר רק על ידי פיתוח גמישות מחשבתית מתוך אווירה של ביטחון וחופש לימוד על בסיס של הוראה תומכת וחקר מתוך עוגן בטוח שאליו אפשר לחזור בעת מצוקה (Rogers, 1956, 1959, 1965; Mikulincer, 1997).

מספר מיון בספרייה:

155.9042 גול.תה תשע"ג

מספר מערכת בספרייה:

002364458