

האוניברסיטה העברית בירושלים

בית הספר לחינוך

המגמה לפסיכולוגיה חינוכית וקלינית של הילד

**מבחן השלמת המשפטים של שנון: תיקוף מול בריאות נפשית
בקרב מתבגרים בגילאים 14-18**

Joel Shanan's Sentence Completion Test: Validation
against mental health among adolescents aged 14-18

חיבור זה מוגש כעבודת גמר לקראת תואר

מוסמך בפסיכולוגיה חינוכית וקלינית של הילד

מוגש ע"י יפתח צפריר ת.ז. 066476789

בהדרכת ד"ר אורלי קמפף- שרף

דצמבר, 2014

תודות

ראשית, תודתי נתונה לד"ר אורלי קמפף-שרף על ההנחיה המסורה, התומכת והמלמדת.

שנית, אני מודה לד"ר מיגל שסטצקי, מנהל יחידת המתבגרים בבי"ח פסיכיאטרי "איתנים" וגב' פנינה בלום-ויינברג, פסיכולוגית היחידה, על מוכנותם לאפשר לי לקיים את המחקר בין כותלי היחידה ומאמציהם לקידום מחקר זה.

ולבסוף, תודה למשפחתי היקרה התומכת בי לאורך כל הדרך: אימי חני, אחותי סיון ואבי, אילן, לך אני מאחל רפואה שלמה בהקדם האפשרי.

3	תקציר
5	מבוא
5	התמודדות
10	הנטיה להתמודדות פעילה ובריאות נפשית
12	מטרות והשערות המחקר
14	שיטה
17	תוצאות
27	דיון
35	ביבליוגרפיה
43	נספחים
43	נספח 1 - שאלון השלמת משפטים של יואל שגן (גרסא לבנים)
45	נספח 2 - שאלון ASEBA גרסת YSR (Achenbach, 1991)
47	נספח 3 - היתר המדען הראשי במשרד החינוך
50	נספח 4 - אישור ועדת הלסינקי של המרכז הירושלמי לבריאות הנפש
52	נספח 5 - אישור ועדת אתיקה מחלקתית
53	נספח 6 - טופס הסבר ומתן אפשרות להתנגדות עבור הורי תלמידי ביה"ס
55	נספח 7 - הסבר וטופס הסכמה עבור הורי בני הנוער המאושפזים
59	נספח 8 - טופס הסכמת נבדק בבית הספר
60	נספח 9 - טופס הסכמת נבדק בביה"ח הפסיכיאטרי
62	נספח 10- מדריך ציינון של שגן (כולל דוגמאות מפורטות לכל פריט במבחן)
66	דוגמאות לתשובות עבור פריטי המבחן
92	Abstract

תקציר

מטרת מחקר זה הייתה חיזוק מהימנות ותוקף המבנה של מבחן השלמת המשפטים של שן (Shanan, 1967) בקרב אוכלוסיית בני נוער בכיתות ט'-יב', ואיסוף נתוני נורמות עבור בני הנוער.

מבחן השלמת המשפטים של שן הוא מבחן חצי-השלכתי המודד את הנטיה להתמודדות פעילה, מושג שיסודותיו התיאורטיים בפסיכולוגיית האגו. המבחן הינו מבחן ישראלי, פותח במקור על אוכלוסייה בוגרת ונמצא בשימוש רווח של קלינאים העושים בו שימוש בבני נוער על אף מחסור בנורמות מתאימות, ובעיקר באופן התרשמותי.

המושג התמודדות פעילה של שן (1967) נשען על פסיכולוגיית האגו, ובפרט, על תפיסת האוטונומיה של האגו על פי Rapaport, הגורסת כי אי תלותם היחסית של כוחות האגו בדחפים ובהשלכותיהם על הסופר אגו מאפשרת שימוש באנרגיה נפשית "חופשית" בשירות ההכוונה העצמית או המימוש העצמי. שן מגדיר התמודדות פעילה כנטייה להתמודד באופן פעיל עם דרישות המצב, להבדיל מנטייה להיכנע להן באופן סביל. זוהי נטייה, שלא בהכרח באה לידי ביטוי בהתנהגות גלויה, לגייס אנרגיה נפשית לצורך הכוונה הקשב אל מטרות ומוקדי קושי לשם התמודדות יעילה תוך שימור הערך העצמי, והסתגלות לתנאי הסביבה.

המבחן להשלמת משפטים של שן כולל 40 משפטים בלתי גמורים שעל הנבדק להשלים במהירות. אלו נחלקים לארבע סולמות תוכן, כשבכל אחת עשרה משפטים. כל סולם מייצג נטייה שמהווה חלק מן ההגדרה להתמודדות פעילה: זיהוי מורכבות מבחינת מטרות ושאיפות, זיהוי מקורות של קושי, התמודדות עם מצבים מורכבים או חדשים באופן פעיל ומידת ההערכה העצמית. סכום הציונים של ארבעת הסולמות מבטא את רמת ההתמודדות הפעילה.

במחקר הנוכחי, נבדקו 191 תלמידים בכיתות ט'-יב' משני תיכונים בישראל ו-5 נבדקים בגילאי 14-18 המאושפזים במחלקה פסיכיאטרית לנוער. בני הנוער מילאו את מבחן השלמת המשפטים של שן ואת שאלון ה-ASEBA (שאלון אכנבאך) בגרסה עברית לנוער (גרסת YSR), לשם בחינת תוקף המבנה של המבחן.

המחקר הנוכחי התמקד בתרומה למהימנות המבחן ולתהליך תיקוף המבחן בשימוש בנוער. על מנת להעלות את מהימנות המדידה של מבחן השלמת המשפטים פותח במחקר זה מדריך ציינון מפורט, הכולל דוגמאות המרחיבות את קווי הצייון הכלליים הקיימים במדריך המקורי. תוקף המבחן נבדק על ידי ההשערות כי ציוני המבחן מבחינים בין בני נוער בעלי בריאות נפשית בטווח הנורמה לבין בני נוער בעלי בריאות נפשית בטווחים הקליניים, ובחן את מידת התרומה המובהקת של כל סולם מתוך מבחן השלמת המשפטים לניבוי סיווג הבריאות הנפשית. כמו כן, שוער כי הנטיה להתמודדות פעילה עולה עם שכבת הלימוד.

תוצאות המחקר הראו כי על אף השימוש במדריך ציינון מפורט, בדומה לתוצאות מחקר קודם (שבתאי, 2012), נמצאו מדדי מהימנות פנימית לא מספקים. עם זאת, השימוש במדריך הציינון המפורט הביא לעקביות גבוהה יותר בציונים בין מדגם ממחקר זה למדגם ממחקר קודם עבור אותה שכבת גיל באותה אוכלוסיה.

הממצא המרכזי היה שככל שהנטייה להתמודדות פעילה גבוהה יותר, כך הבריאות הנפשית טובה יותר. עם זאת, רק חלק מהסולמות נמצאו כקשורים לבריאות נפשית. הערכה עצמית נמצאה כמשתנה היחיד בעל תרומה ייחודית מובהקת לניבוי הסיווג הנפשי. בניכוי סולם ההערכה עצמית, סולם אסטרטגיות התמודדות נמצא כבעל תרומה ייחודית מובהקת לניבוי הסיווג הנפשי. ביחס לשכבת הלימוד, נמצאו הבדלים בסולמות אסטרטגיות התמודדות והערכה עצמית בלבד בין השכבות, אך לא באופן שהצביע על מגמה ברורה. תקפות סולם מקורות הקושי נדונה, לאור הממצאים אודות קשרים נמוכים לכל המשתנים במחקר.

לסיכום, על פי ממצאי המחקר יש צורך במחקרים נוספים אשר יבססו את מהימנות המבחן. מידת ההתמודדות הפעילה כפי שהיא התבטאה בציון הכולל במבחן נמצאה במתאם עם קריטריון הבריאות הנפשית. מומלץ להגדיל את המדגם הפסיכיאטרי ולהשוותו למקבלי ציון בטווח הנורמה, ואף לבחון הבדלים בדפוסי התמודדות בין הפרעות נפשיות שונות. כמו כן, מומלץ לבחון את ההשפעה של משתנים דמוגרפיים ומשתני קונטקסט על ממוצעי הסולמות והציון הכולל של מבחן השלמת המשפטים.

מבוא

התמודדות

התמודדות (Coping) הינה חלק מתהליך של ההסתגלות והתאמה (Adjustment). מאסלו הגדיר התמודדות כ"פעולה המאפשרת הסתגלות לנסיבות הסביבתיות" (Maslow, 1954).

קיימת הסכמה בין חוקרים כי יכולת התמודדות היא רכיב חשוב של האישיות, אך ההגדרה התיאורטית מגוונת ואינה אחידה. מאסלו הגדיר אותה כהתנהגות המכוונת לפתרון בעיות. בהיותה כזו היא תכליתית, הסתגלותית, פונקציונאלית, טומנת בחובה כוונה, דורשת מאמץ ונקבעת על ידי דחפים, צרכים, מטרות, כוונות ורצונות (Maslow, 1954). לעומת זאת, אחרים מגדירים התמודדות כויסות הדחק (distress) והגורמים לו, אם בעזרת התנהגות או אם בעזרת מנגנוני הגנה (Katz, 1995).

תיאוריות התמודדות מחולקות לתיאוריות תהליך (Process) וסגנון (Style). בתיאוריות התהליך, שהתפתחו בסוף שנות ה-70 של המאה הקודמת, דרכי ההתמודדות מוגדרות כתלויות בסוג הסיטואציה, וכמשתנות עם הזמן. בנוסף על כך, יעילות צורת ההתמודדות הינה תלויה מצב וצורת ההתמודדות עצמה אינה מוגדרת כבריאה או מזיקה באופן אינהרנטי (Folkman & Lazarus, 1985).

לעומת זאת, תיאוריות הסגנון רואות את הבחירה בדרכי התמודדות מסוימות כיציבה מעבר לקונטקסט הסביבתי שכן היא נתפסת כקשורה למאפייני האישיות של האדם כמו טמפרמנט, מידת הרגשנות וכוחות האגו. סגנונות התמודדות מסוימות מוגדרות כיותר אדפטיביות מאחרות (Porter & Stone, 1996). מחקר זה יתמקד באחד הצירים של סגנון התמודדות: התמודדות פעילה (Active Coping) לפי הגדרתו של שן (1967). היסודות התיאורטיים של מחקר זה נשענים על פסיכולוגיית האגו, הממוקדת בדינמיקה הנפשית הפנימית. התמודדות, במובן זה, היא עם רכיבים פנימיים וחיצוניים של דחק.

שן מבחין בין חקר אסטרטגיות התמודדות לבין סגנון התמודדות. לדידו, אסטרטגיות התמודדות באות לידי ביטוי במצבי דחק מסוימים, ניתנות לצפייה וניתנות לדיווח. לעומתן, סגנון התמודדות מוגדר כמאפיין מבני של מערכת האדם. הוא מייצג מבנים דינמיים בתקשורת בין האדם לשדה, ועל כן מתייחס בעיקר לתהליכים רגשיים-קוגניטיביים פנימיים. ההתנהגות הגלויה היא ביטוי של תהליך שתחילתו בשלב תפיסתו חשיבתי (Shanan, 1990).

פסיכולוגיית האגו, שהיא המסגרת התיאורטית של המחקר הנוכחי, שמה את הדגש על ההיבטים המסתגלים של האישיות ועל התנאים בהם האגו יכול להתמודד עם דרישות פנימיות וחיצוניות. יכולת האגו להתמודד עם דרישות אלו נשען על הנחת קיומה של "ego-autonomy", אי-תלות יחסית של כוחות האגו מהדחפים ומהאני העליון, כך שלפחות חלק מאנרגיית האגו אינה נובעת מאנרגיית הדחפים. האגו אינו מתפתח אך ורק מתוך קונפליקט ויש בו חלקים המתפתחים באופן אוטונומי (למשל, רכישת שפה), כך שהסתגלות (adaptation) אינה מבוססת רק על חלקי האגו המתפתחים מתוך הדחפים (Rapaport, 1951). הרטמן טען כי ככל שהאגו פחות עסוק בקונפליקטים תוך-נפשיים, כך מתאפשרת הסתגלות של האדם לסביבתו, בהיותו בעל משאבים רבים יותר להתמודדות (Hartmann, 1958).

המבנים הדינמיים בקשר בין האדם לשדה אליהם מתייחס שן הס תפקודי האגו. רפפורט הגדיר ציר עליו נעים תפקודי האגו: ציר האקטיביות-פאסיביות (Rapaport, 1953). פאסיביות נתפסת כמצב בו אנרגיית הדחפים אינה תחת פיקוח האגו, בה הפרט מחפש סיפוק ללא מאמץ רצוני ובחוסר אונים לנוכח מתח מתמיד. חוסר בריסון הדחפים מביא לתלות בהם. אקטיביות, לעומת זאת, מוגדרת כמצב בו האגו מפקח על הדחפים, בכמות ובכיוון פריקת היצר, אם בעזרת מנגנוני הגנה או על ידי התנהגות של התמודדות.

למרות זאת, לא כל פעולה בתחום האקטיבי בציר הינה יעילה. השימוש במנגנוני הגנה, למשל, על מנת להגביל דחפים, מביא לכל היותר לסבילות למתח העולה, אך צורך אנרגיית אגו ומפחית את האנרגיה הפנויה הזמינה, והופך אותו לתלוי יותר בסביבה, במיוחד כאשר יש הגבלה מוגזמת על דחפים. בהתמודדות, בשונה משימוש במנגנוני הגנה, יש בחירה בין מטרות או דרכים חלופיות, המובילות למילוי הצרכים היצריים. כך, התנהגות של התמודדות יכולה להיתפס כשימוש באנרגיה נפשית "חופשית" של האגו בשירות ההכוונה העצמית או המימוש העצמי (שן, 1967).

לסיכום, לפי שן, ישנן שלוש אפשרויות להשקעת האנרגיה הנפשית: בפעילות יצרית, בתמרונים התגוננות (מנגנוני הגנה), או בתפקודי ההכוונה וההגשמה העצמית של ה"אני". האפשרות השלישית שימשה לשן נקודת מוצא בחקר ההתמודדות הפעילה (שן, 1967).

התמודדות פעילה: הגדרה

התמודדות פעילה היא נגזרת של תפקודי האגו ומוגדרת על ידי שן כנטייה להתמודד באופן פעיל עם דרישות המצב, להבדיל מנטייה להיכנע להן באופן סביל. זוהי מוכנות של הפרט, שאינה בהכרח מתגלה בהתנהגות גלויה ופעילה, לגייס אנרגיה נפשית עבור שתי מטרות: (1) הכוונת קשב, למטרת זיהוי מורכבות בשדה, כמו מטרות ומקורות קונפליקט או סכנה, רגשית, חברתית או קוגניטיבית. (2) עיבוד השדה (החיצוני והפנימי) לשם הסרת מוקדי הקושי על ידי התמודדות רגשית, קוגניטיבית, או על ידי פעולה בעולם. כל זאת, תוך כדי שמירה על ההערכה העצמית וההסתגלות לדרישות הסביבתיות (שן, 1967; Shanan, 1990). מתוך הגדרה זו נובע שהתמודדות פעילה אינה באה לידי ביטוי בהכרח בפעילות מוטורית גלויה אלא גם בתהליכים קוגניטיביים ורגשיים (Shanan, 1990).

ההגדרה מתבססת על שלושה עקרונות. העקרון הראשון הינו עקרון רמת האנרגיה החופשית, המניח את קיומה של אנרגיה נפשית חופשית אותה ניתן לתעל למטרות התמודדות, לקבל תפקיד ולמלאו. עקרון זה נגזר מהאוטונומיה היחסית של האגו (ego-autonomy). העקרון השני הוא עקרון הפתיחות. עקרון זה גורס כי גבולות האגו חדירים למחצה ומאפשרים תקשורת חופשית למדי אך מבוקרת בין האגו לבין הסביבה, מה שמאפשר קליטת גירויים פנימיים וחיצוניים. שן מציין כי לא מדובר בקליטת גירויים פאסיבית, אלא בפעילות אקטיבית הדורשת משאבים. העקרון השלישי הוא עקרון האקטיביות, שמשמעותו שליטה המאפשרת את עיבוד השדה¹, על ידי דיפרנציאציה ואינטגרציה של הרשמים, קרי, תהליכים קוגניטיביים לצורך פתרון בעיה, המתבססים על המידע שהתקבל בעזרת החושים. לפי שן, אקטיביות היא פועל יוצא של שני עקרונות הראשונים: אנרגיה חופשית ופתיחות הן תנאים הכרחיים לאפשרות קיום עקרון האקטיביות. ללא אנרגיה חופשית או ללא יכולת לקלוט מידע (רשמים), אין אפשרות לבצע דיפרנציאציה ואינטגרציה של הרשמים. כך, בהנחה שיש אנרגיה חופשית זמינה ושהאגו

¹ עיבוד השדה הוא הנוסח העברי בו משתמש שן למושג "articulation of the field", אותו השאיל ממחקרים בתחום התפיסה (ובפרט, גשטאלט) בשנות החמישים. היכולת לתפיסת דמות-רקע תלויה בתהליך קוגניטיבי ה"מעבד את השדה". (Kohler & Adams. 1958. Perception and attention, *American journal of psychology*, 71 pp. 489-503)

בעל תקשורת חופשית למדי עם הסביבה, ניתן להשקיע אנרגיה במקומות נפשיים מובחנים, באופן המקדם התפתחות. הדבר מגיע לידי ביטוי גם בפעולתו של האדם בעולם (שנן, 1967).

חוקרים מודרניים מתייחסים להתמודדות אקטיבית (Shanan, 1985) כאל מאפיין של מבנה אישיותי בריא, אשר מאפשר סיבולת ללחצים שמתעוררים מגירויים פנימיים או חיצוניים ואשר יכולים להתפס כמאתגרים, מאיימים או מעוררי קונפליקט. יתרה מכך ההתמודדות האקטיבית נתפסת כמאפיין שמאפשר הפעלת אסטרטגיות לפתרון בעיות תוך שמירה על האיזון בין דרישות חיצוניות לאדם לצרכיו הפנימיים (Pratch, 2008).

מבחנים השלכתיים ככלי מדידה להתמודדות פעילה

מבחנים השלכתיים מערבים שימוש בגירויים עמומים, ומטרתם לגלות את הנטיות הלא מודעות של האדם (Murray, 1938) על ידי פירוש התגובות הניתנות לאותם גירויים. מאסלו (Maslow, 1954) הבחין בין התנהגות של התמודדות להתנהגות אקספרסיבית. בעוד שהתנהגות של התמודדות הינה לתפיסתו מכוונת ומודעת ומטרתה לפתור בעיה, התנהגות אקספרסיבית היא שיקוף עולמו של הנבדק ללא כוונה ותכלית מצידו. רוב ההתנהגויות הן שילוב של רכיבי התמודדות ורכיבים אקספרסיביים: במבחנים השלכתיים, כדוגמת אסוציאציות חופשיות ומבחן הרורשאך, העמידה בהוראות המבחן דורשת התמודדות מודעת, אך התכנים שמביא הנבדק הם יותר ביטויים (expressions) של דרך הסתכלותו על העולם מאשר ניסיונות מכוונים לפתור בעיה.

לפיכך, שנן בחר למדוד את מושג ההתמודדות הפעילה בעזרת מבחנים השלכתיים וחצי-השלכתיים. שנן נימק זאת בכך שמבחנים השלכתיים הם מצבים בעלי עמימות חלקית הנובעת ממבנה המבחן, ועל כן דורשים מאמץ אקטיבי על מנת להתמודד עם הדחק הנוצר. עצם המענה כמו גם תוכן התגובות מייצגים רכיבים אינטרא-פסיכיים המשקפים סגנון התמודדות ביום-יום. לטענת שנן, כלים אלו עונים על הדרישה המתודולוגית לזהות בין הנחות התיאוריה להנחות על פי הן נבנה כלי המדידה. על כן, ראה בהם שנן כמתאימים לבחינת התמודדות פעילה (Shanan, 1990).

שנן פיתח שיטות ניתוח למדידת הנטיה להתמודדות פעילה בכלים קיימים: רורשאך (Rorschach, 1942) ו-T.A.T. (Morgan and Murry, 1935). מעבר לכך, חיבר כלי ייעודי למדידת התמודדות פעילה: מבחן השלמת משפטים, מבחן חצי-השלכתי, שמשמש פסיכולוגים בשטח עד היום ובו עוסק המחקר הנוכחי.

מבחני השלמת משפטים

מבחני השלמת משפטים הם מבחנים המורכבים משורשי משפטים אותם הנבדק מתבקש להשלים באופן חופשי. זהו פיתוח של טכניקת האסוציאציות החופשיות, אשר נחשבת לשיטה ההשלכתית הותיקה ביותר, אך לא ענתה על הציפיות ממנה, במיוחד עם ילדים (Forer, 1960). עם זאת, חופש התגובה והתמציתיות המגולמים בה מתקיימים גם בטכניקת השלמת המשפטים (Rabin and Zlotogorski, 1981). מבחני השלמת המשפטים מסווגים כמבחנים חצי-השלכתיים כיוון שפריטיהם הם יותר בבחינת שאלות בלתי ישירות ובכך מאפשרות לנבדק שליטה לא מועטה במצב. בין הכלים עם מידת ההבניה הנמוכה יותר ניתן לכלול את ה-T.A.T. ואת הרורשאך, בעוד ששאלוני דיווח עצמי הם כלים מובנים יותר.

Hanfmann & Getzels (1953) דנים בהשפעת מידת העמימות של הגירויים על התוצר המתקבל. לדידם, ככל שהגירוי הינו עמום יותר, הוא מאפשר העלאת תכנים מרבדים עמוקים יותר, וככל שהוא מובנה יותר, הוא מעלה תכנים קרובים יותר למודעות. כך, נראה כי מבחני השלמת משפטים מפקים תכנים מהרמה הסמוכה למודע. שכן בחר לעשות שימוש בכלי זה על מנת לחקור את הנטייה להתמודדות פעילה שכאמור לתפישתו ראשיתה בתהליכים פנימיים.

מדדת נטייה להתמודדות פעילה: מבחן השלמת המבחנים של שגן

על מנת למדוד את הנטייה להתמודדות הפעילה, עשה שגן אופרציונליזציה לשלושת העקרונות של ההתמודדות הפעילה, המפורטים מעלה. ראה תרשים 1.

א. מדד האנרגיה החופשית. קיומה של אנרגיה חופשית משפרת את היכולת להיות מושקע במטלה המוצגת ומגדילה את הסיכוי להיענות לדרישות המטלה. במבחן השלמת המשפטים רמת האנרגיה החופשית נמדדת לפי מספר הפריטים שהושלמו על ידי הנבדק.

ב. מדד עיבוד השדה (articulation of the perceptual field). המידה בה קיימת תפיסה מובחנת של הסביבה החיצונית. במבחן השלמת המשפטים הדבר נמדד ע"י שני תתי סולמות: מספר ההשלמות המציאותיות אובייקטים חיצוניים או פעילות יוצרת כמקור לסיפוק (סולם 1 - מטרות ושאיפות) או כמקור לקושי (סולם 2 - מקורות קושי).

- סולם 1 - מטרות ושאיפות: מייצג את הנטייה לראות מורכבות, מבחינת זיהוי או ביטוי לשאיפות ומטרות חיוביות/ערכיות. האם האנרגיה מושקעת באובייקטים ואנשים לעומת השקעתה בעצמי. ציון חיובי בסולם זה ניתן להשלמות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה, פעילות בונה, קשר חיובי עם אחרים. ציון שלילי ניתן לתשובות המשקפות השקעה בעצמי, בצרכים ראשוניים, בגוף ובבעיות נפשיות. (Shanan, 1985).

- סולם 2 - מקורות קושי: מייצג את הנכונות לראות מורכבות מבחינת ביטוי למקורות של קשיים, תסכול ואכזבה. האם המיקוד הוא במקורות חיצוניים או בעצמי. ציון חיובי בסולם זה ניתן להשלמות המצביעות על תפישת מקורות קושי כתוצאה מהתנגשות עם גורמים חיצוניים, אובייקטים, בני אדם, גורמי טבע. ציון שלילי ניתן על תפישת מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי, חוסר איזון פנימי, מחושים פיזיים, תכונות גופניות ונפשיות. (Shanan, 1985).

ג. מדד ההתמודדות הפעילה. נטייה להגיב בצורה פעילה למצבים טעוני מורכבות או טעוני סכסוך, תוך שימור ההערכה העצמית, שכן התמודדות פעילה נתמכת על ידי ההערכה עצמית חיובית ויציבה. במבחן השלמת המשפטים מידת ההתמודדות הפעילה נמדדת במספר ההשלמות המבטאות ניסיון להתמודד עם קושי, כנגד אלו המשקפות נסיגה (סולם 3 - אסטרטגיות התמודדות), ובמספר ההשלמות המבטאות תפיסה עצמית חיובית (סולם 4 - הערכה עצמית).

- סולם 3 - אסטרטגיות התמודדות: מייצג את הנטייה להתמודד עם מצבים חדשים ומורכבים באופן פעיל. את מידת האנרגיה המושקעת בחשיבה על הבעיה ופתרונה. אם ההתמודדות היא פעילה או סבילה. ציון חיובי בסולם זה ניתן להשלמות אשר מצביעות על ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות, לפתור אותן, לתכנן לפני פעולה, היסוס מוצדק (כלומר גם אם הפעולה היא סבילה אך הושקע מאמץ תחשב התגובה כמייצגת התמודדות פעילה). ציון שלילי בסולם זה ניתן לתשובות רגשיות המצביעות על תגובה של נסיגה, ויתור

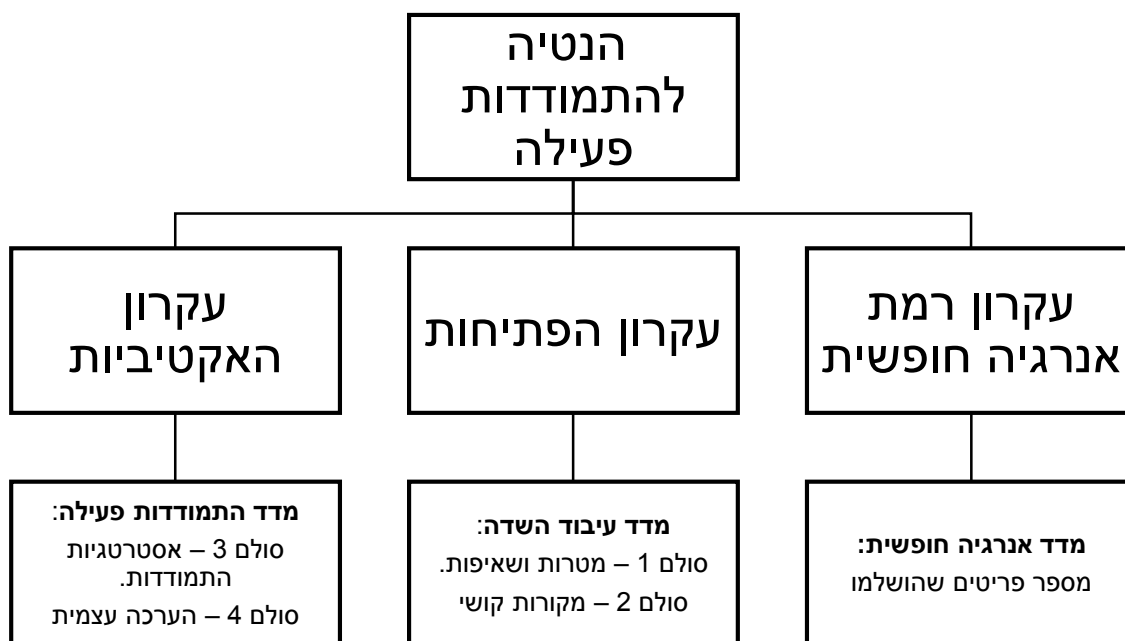
כניעה, אימפולסיביות או לתגובות גופניות, ניסיון התמודדות מוגזם ולא מבוקר (Shanan, 1985).

- **סולם 4 - הערכה עצמית:** מבטא את מידת ההערכה העצמית של האדם. האם היא חיובית או שלילית. ציון חיובי ניתן להשלמות המצביעות על ראייה עצמית חיובית ויחס חיובי לעבר ולעתיד, ללא הפרזה. ציון שלילי יינתן לתשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית או חיובית מוגזמת ויחס שלילי או חיובי מוגזם לגבי העבר והעתיד. (Shanan, 1985).

כאמור, לפי שכן, שני הסולמות הראשונים משתייכים לממד עיבוד השדה, בעוד ששני האחרונים מייצגים את ממד ההתמודדות הפעילה. כל סולם כולל עשרה פריטים, כך שהמבחן כולל 40 פריטים. השלמת משפט מקבלת ציון חיובי או שלילי, בהתאם לקריטריוני הצינון. הציון של כל סולם מורכב מסך הצינונים החיוביים בו.

ציון המבחן הכולל הינו תוצאה של חיבור של הצינונים החיוביים מעבר לארבעת הסולמות והוא משקף את הנטיה להתמודדות פעילה בהקשר רחב יותר של הסתגלות (Shanan, 1976). אמדן נוסף להערכת האנרגיה החופשית מתקבל ממשפטים שנדחים על ידי הנבדק ומקבלים ציון שלילי. דחייה נחשבת באחד מהמקרים הבאים: לא הושלם המשפט; ההשלמה אינה הגיונית, או עמומה; ההשלמה כללית מידי (מדריך הצינון של שכן, 1967).

תרשים 1: אופרציונליזציה של עקרונות ההתמודדות הפעילה



כיום, מרבית הכלים המודדים סגנונות התמודדות הם שאלוני דיווח עצמי (למשל, שאלון COPE של Carver, Scheier & Weintraub (1989)), ומעטים הכלים הבוחנים את יכולת ההתמודדות או מבנים קרובים באופן שאינו מסתמך על שאלוני דיווח עצמי. בין כלים אלו ניתן למנות את סולם Ego Strength ב-MMPI (Baron, 1953), ומדדים מהרורשך המתואמים עם הערכות שופטים אודות Ego strength (Nygren, 2004). על כן, ישנה חשיבות לחיזוק התוקף והמהימנות של כלים מסוג זה, ביניהם נמנה מבחן השלמת המשפטים של שכן.

מרבית המחקרים משני העשורים האחרונים המשתמשים במבחן השלמת המשפטים של שגן עושים שימוש בציון הכולל ובציון סולמות 3 ו-4, ללא התייחסות נפרדת לסולמות 1 ו-2 ולמהימנותם במבחן השלמת המשפטים. מטרת מחקר זה היא לבחון את המהימנות והתוקף של כל אחד מתתי הסולמות של המבחן, על מנת להעריך את תרומתו למבנה הכולל של התמודדות פעילה. כיוון שהתמודדות פעילה גבוהה נחשבת למאפיין של מבנה אישיותי בריא (Pratch, 2008), במחקר הנוכחי, נבדק הקשר בין הביצוע בסולמות מבחן השלמת משפטים לבין מדד בריאות נפשית מוכר ומתוקף (ASEBA, ראה שיטה) בקרב בני נוער.

התמודדות בקרב בני נוער

בגיל ההתבגרות קורים שינויים רבים ביחס לשלבי התפתחות אחרים. תחילת ואמצע גיל הנעורים מאופיינים בשינויים מהירים בשדה הקוגניטיבי, החברתי, הרגשי והפיזי (Forman, 1993). שינויים אלו מאפשרים התפתחות של דרכי התמודדות מורכבות וגמישות יותר (Kavsek and Seiffge-Krenke, 1996).

בסקירה של Skinner & Zimmer-Gembeck (2007) נמצא כי מבחינה התפתחותית, אצל מתבגרים, ביחס לילדים, עולה תפקודה של המטא-קוגניציה, כך שהם מסוגלים לווסת את פעולות ההתמודדות שלהם בהתבסס על שיקולים עתידיים, מטרות ארוכות טווח וההשפעה על אחרים. כמו כן, מגיל ההתבגרות המוקדם עולה היעילות בקביעת מקורות התמיכה המתאימים לבעיות בתחומים שונים. שימוש בפתרון בעיות כאסטרטגיית התמודדות עולה עם הגיל ואינו נפסק בגיל ההתבגרות עד הבגרות המוקדמת. כמו כן, הבניה קוגניטיבית, האשמת האחרים בבעיות, הסתמכות על העצמי, וניהול ההיבטים הרגשיים והפרקטיים של דחק (למשל, בעזרת דיבור עצמי) הן אסטרטגיות התמודדות נוספות שהשימוש בהן עולה מילדות לגיל ההתבגרות.

לצד זאת, ההתפתחות מביאה עימה למתבגרים גם פגיעויות: אימים על התפיסה העצמית, דאגות לגבי יחסים חברתיים, הפנמת חוויות שליליות ורומינציה (Eisenberg et al., 1997), המתבטאות ברמות גבוהות של דחק, היכול להביא לסימפטומים נפשיים אשר בתורם גורמים לדחק נוסף (Seiffge-Krenke, 2000). יכולת ההתמודדות ממתנת את הקשר בין דחק פסיכוסוציאלי לפסיכופתולוגיה, כך שהדרכים בהן בני נוער מתמודדים עם דחק ממתנים את השפעתו על הסתגלותם (Compas et al., 2001).

הנטיה להתמודדות פעילה ובריאות נפשית

שגן טוען כי בריאות נפשית מתואמת בצורה חיובית עם התמודדות נפשית, אם כי לא באופן ליניארי. נמצא כי ציון הנמוך ב-40% מהממוצע, לאורך כל קבוצות הגיל, מצביע על בעיות פסיכולוגיות משמעותיות, גלויות או סמויות (שגן, 1967; הס, 1976; shanan, 1968; Galnour & Shanan, 1979).

כיוון שמבחן השלמת המשפטים של שגן מורכב מארבעה סולמות המודדים מבנים שאינם בחפיפה גבוהה, נסקור את הקשר של כל אחד מהמבנים הללו לבריאות נפשית, ובהתאם לכך נשער השערות תואמות אודות הקשר בין מבחן השלמת המשפטים של שגן לבין מדד בריאות נפשית.

עיבוד השדה ובריאות נפשית (סולמות 1 ו-2)

במחקרים קודמים מדווח כי נבדקים בריאים מקבלים ציונים גבוהים יותר בסולמות המרכיבים מדד זה מאשר נבדקים פסיכיאטריים, ללא פירוט מידת המובהקות או הבדלי הממוצעים. ניכר כי יש חפיפה רבה בין האוכלוסיות במדד זה (שנן, 1967).

בסולם 1, מטרות ושאיפות, מצא שנן כי נבדקים בריאים נוטים להיות מונעים מהישגים בעבודה ומהצורך להגשמה עצמית, המתבטאים בציון חיובי. החולים, מונעים יותר מצרכי תלות ודמיונות של "אושר" המוצגים באופן מופשט, המתבטאים בציון שלילי (שנן, 1967).

בסולם 2, מקורות הקושי, מצא שנן כי נבדקים בריאים נוטים למקם את קשייהם סביב מצבים חברתיים בלתי רגילים או סביב קבלת החלטות, בכשלון במאמץ מכוון, ובתוקפנות מופרזת של אנשים אחרים (ציון חיובי). לעומת זאת, חולים נוטים למקם את קשייהם בחוויית הכשלון, מתסכול מעצמם וברגשי הנחיתות (ציון שלילי) (שנן, 1967).

על כן, נשער כי בסולמות 1 ו-2, מטרות ושאיפות, עליה בציון תמצא בקשר עם בריאות נפשית טובה יותר.

התמודדות פעילה ובריאות נפשית (סולמות 3 ו-4)

בשני הסולמות המרכיבים את מדד ההתמודדות הפעילה נמצאו הבדלים משמעותיים בין בריאים לחולים כאשר הבריאים אופיינו בציונים גבוהים יותר (שנן, 1967).

ביחס לסולם 3, אסטרטגיות התמודדות, הבודק את המידה בה הנבדק משקיע מאמץ בהתמודדות פעילה עם מצב מורכב, ניתן למצוא ממצאים עדכניים בספרות המחקרית, בנוגע לקשר בין סגנונות התמודדות avoidant-ו approach, אשר מייצגים פעילות קוגניטיבית ורגשית ביחס לאיום: גישה אליו או המנעות ממנו.

סגנון התמודדות approach מוגדר כ"משקף מאמצים קוגניטיביים והתנהגותיים להגדיר ולהבין את הסיטואציה, ולפתור או לשלוט בגורם הדחק על ידי חיפוש הכוונה או בעזרת התנהגות של פתרון בעיות" (Ebata & Moos, 1991, p.36). לעומת זאת, סגנון התמודדות avoidant מוגדר כדרכים עקיפות ו"משקף ניסיונות קוגניטיביים או התנהגותיים להמנע מלחשוב על גורם הדחק או השלכותיו, לקבל את הסיטואציה הנוכחית, לחפש אחר חיזוקים חלופיים, או ניסיון לנהל את המתח על ידי ביטוי" (p. 36). לפיכך, נראה כי התמודדות פעילה כפי שנמדדת בסולם 3, הינה בעלת דמיון לסגנון התמודדות approach.

מחקרי אורך מצאו קשר בין סגנונות התמודדות אלו לבריאות נפשית. נמצא כי דכאון בבני נוער נובא על ידי רמות גבוהות של סגנון התמודדות avoidant ורמות נמוכות של סגנון התמודדות approach, בעוד רמות גבוהות של סגנון התמודדות approach נמצאו כקשורות לפחות סימפטומים דיכאוניים (Herman-Seiffge-Krenke & Klessinger, 2000; Stabl et al., 1995).

הערכה עצמית, הנמדדת בסולם הרביעי, נמצאה קשורה לבריאות נפשית. הערכה עצמית היא ההערכה הכוללת של אדם לגבי שוויו בתפקידים ובתחומים שונים בחיים (Rogers, 1951). הערכה עצמית נמוכה נמצאה כקשורה להפרעות נפשיות כגון דכאון (Patterson and Capaldi, 1992), בעוד הערכה עצמית

גבוהה נמצאה כבעלת השפעות מגנות מפני התפתחות דכאון כאשר מתקיים גורם דחק (למשל, מחלה כרונית) (Penninx et al., 1998).

הערכה עצמית נמצאה קשורה גם לסגנונות התמודדות. הערכה עצמית גבוהה איפיינה נבדקים אשר סווגו כבעלי סגנון התמודדות פעיל (Active copers) בעוד שההערכה עצמית נמוכה איפיינה נבדקים שסווגו כבעלי סגנון התמודדות נמנע. על כן, נראה כי ההערכה עצמית קשורה לבריאות נפשית גם דרך סגנונות ההתמודדות המאפיינים אותה (Seiffe-Krenke, 1990).

על כן, נשער כי עליה במדדי ההתמודדות הפעילה, כפי שיתבטאו בציוני סולמות 3 ו-4 יימצאו בקשר עם בריאות נפשית טובה יותר.

מטרות והשערות המחקר

המחקר הנוכחי מתקיים כחלק מסדרה של מחקרים, שמטרתם התאמת מבחן השלמת המשפטים של שגן לבני נוער בישראל. במחקר הנוכחי הוצבו שתי מטרות. האחת, בדיקת תוקף המבנה של מבחן השלמת משפטים של שגן על ידי השוואה של ציוניו למדד מוכר ומתוקף של בריאות נפשית בקרב בני נוער מקבוצות גיל שונות. השניה, שיפור והרחבה של מדריך הצינון המקורי של שגן על מנת לתרום להעלאת מהימנות בין שופטים של המבחן.

מטרה ראשונה: בדיקת תוקף המבנה של מבחן השלמת המשפטים של שגן

עבור המטרה ראשונה, בדיקת תוקף המבנה, שוערו ההשערות הבאות:

1. משוער כי יימצא קשר שלילי בין הנטיה להתמודדות פעילה, כפי שנמדדת בציון הכולל במבחן השלמת המשפטים, לבין בריאות נפשית, כפי שנמדדת בשאלון ה-YSR (ASEBA) על ידי ציון ה-T.
2. משוער כי יימצא קשר שלילי בין מרכיבי הנטיה להתמודדות הפעילה, כפי שנמדדים בציוני כל אחד מארבעת הסולמות במבחן השלמת המשפטים, לבין בריאות נפשית, כפי שנמדדת בשאלון ה-YSR (ASEBA), על ידי ציון ה-T.
3. נשאל אודות התרומה הייחודית של כל סולם במבחן השלמת המשפטים לניבוי סיווג בריאות נפשית, כפי שמוגדרת לפי שאלון ה-YSR (ASEBA), כנורמאלית לעומת חריגה (חריגה – טווח גבולי או קליני).
4. משוער כי נבדקים הנבדלים בסיווג הבריאות הנפשית שלהם (נורמאלית / חריגה) ייבדלו בנטיה להתמודדות פעילה ובכל אחד מהסולמות שלה, כך שקבוצת הנורמה תהיה בעלת ציונים גבוהים יותר בכל אחד מהמדדים.
5. משוער כי הנטיה להתמודדות פעילה עולה עם הגיל ולכן שיימצאו הבדלים בין ארבע שכבות הגיל השונות (ט-יב) בסולמות המבחן, ובציון הכולל, באופן שילמד על עלייה בנטיה להתמודדות פעילה עם העלייה בגיל.

מטרה שנייה: שיפור והרחבת מדריך הצינון המקורי של שגן

לאור הנסיון המצטבר בציון שאלוני השלמת משפטים, בלטה העובדה שלעיתים מהימנות בין שופטים נפגעת כתוצאה מכך שניסוח הוראות הצינון על-ידי שגן אינן די ברורות ועלולות להביא לפירוש שאינו

חד משמעי על-ידי בודקים שונים ואפילו על-ידי אותו בודק בבדיקות חוזרות. לפיכך, נוסחו הוראות הציינון לצורך ציינון במחקר הנוכחי ביתר דיוק באופן שהרחיב את הדוגמאות שנתן שן, וכללו כמה שיותר השלמות משפטים שאופייניות לעת הזו. כדי לבדוק האם יש צורך בשיפור ובהרחבה מעין זו הוחלט לציין מחדש שאלונים ממחקר קודם (שבתאי, 2012), ולהשוות את הציונים המתקבלים לציוני המקור :

6. משוער כי החלת קריטריונים מדוייקים יותר בציינון לפי המדריך החדש תביא להבדלים בממוצעי הסולמות ובציון הכולל ביחס למדגם ממחקרה של שבתאי.

7. תבדק השפעת הציינון החדש על ההבדלים בין כיתות ט' מהמדגם הנוכחי לכיתות ט' מהמדגם במחקרה של שבתאי (2012). משוער כי תימצא עקביות גבוהה יותר בין המדגמים לאחר החלת הציינון החדש במדגם ממחקרה של שבתאי.

נבדקים

נדגמו 196 נבדקים בסך-הכל, מבתי ספר וממחלקה פסיכיאטרית. 191 נבדקים הם תלמידים בכיתות ט' עד יב' הלומד בבת ספר ממלכתיים. הדגימה מבתי הספר הייתה דגימת מתנדבים: פנינו ל-20 חטיבות עליונות ברחבי הארץ ומתוכן הסכימו להשתתף במחקר שתיים, מאזור השרון ומירושלים. כיתות י' ו-י"א נדגמו מתיכון באזור השרון וכיתות ט' ו-י"ב נדגמו מתיכון באזור ירושלים. הגיל הממוצע היה 16 וחודש ($SD=1.1$) וטווח הגילאים היה 14 וחמישה חודשים עד 18 ותשעה חודשים. נדגמו 45 תלמידים מכיתות ט', 63 תלמידים מכיתות י', 49 תלמידים מכיתות י"א ו-35 תלמידים מכיתות י"ב. 102 בנים, ו-89 בנות.

בנוסף, כדי להגדיל את כמות הנבדקים המסווגים כנבדקים קליניים (לאור ממצאיה של שבתאי, 2012), וכמחקר גישוש לתיקוף מבנה המבחן, גוייסו נערים ונערות המאושפזים במחלקה פסיכיאטרית לנוער. הקריטריונים להכללה במחקר היו עברית ברמת שפת אם, בגילאי 14-18, לא במצב פסיכוכי חריף ולא בעלי פיגור או אוטיזם. מתוך 46 מאושפזים בשנת 2014 ענו על דרישות אלו 15. מתוכם, התקבלו הסכמות הורים ונבדקים עבור שמונה. נבדקת אחת הפסיקה את מילוי השאלונים במהלך ההעברה, ושני מאושפזים שוחררו לפני שסיימו למלא את השאלונים. סה"כ התקבלו נתונים מלאים עבור 5 נבדקים, כולן בנות, בגיל ממוצע של 16 וחודש ($SD=1.4$).

כלי המחקר

מבחן השלמת המבחנים של שני לאיתור נטיה להתמודדות פעילה (ראה נספח 1). כאמור במבוא, מבחן השלמת המשפטים בנוי מארבעים פריטים, התחלות משפטים, אותם מתבקש הנבדק להשלים במספר מילים העולות על דעתו, או לפחות במילה אחת. 40 פריטים אלו מחולקים ל-4 סולמות של 10 משפטים, ומסודרים בצורה Counterbalanced לאורך המבחן. ישנן שתי גרסאות, אחת בלשון זכר ואחת בלשון נקבה. כל השלמת משפט מקבלת מקבלת ציון של 1, 0, או דחיה, בהתאם לאופן בו מצויין הסולם. כל סולם מקבל ציון לפי מספר התגובות שצויינו כ-1, וכן מתקבל ציון כללי, שהינו סכום ציוני ארבעת הסולמות.

הופקו המשתנים הבאים מכלי זה: ציון מטרות ושאיפות (סולם 1), ציון מקורות קושי (סולם 2), ציון אסטרטגיות התמודדות (סולם 3), וציון ההערכה עצמית (סולם 4). ציוני הסולמות נעו בין 0 ל-10. כמו כן הופקו ציון מדד עיבוד השדה – סך ציוני סולמות 1 ו-2, וציון מדד התמודדות פעילה – סך ציוני סולמות 3 ו-4. ציוני המדדים נעו בין 0 ל-20. לבסוף, הופק ציון כולל – סך ציוני כל הסולמות, מייצג את הנטיה להתמודד פעילה, הנע בין 0 ל-40.

במבחן הוכנסו שינויי ניסוח קלים מהגרסא המקורית של יואל שני, לאור ממצאיה של שבתאי (2012) והמלצותיה, על מנת להעלות את מהימנות הפריטים שהסתברו כפחות מובנים עבור בני הנוער: בפריט 13, הוחלף הביטוי "מרגיש שהוא אובד עצות" ב"מרגיש שהוא לא יודע מה לעשות". בפריט 26, הוחלף

הביטוי "יעלה על כוחותיו" ב"יהיה קשה מידי עבורו". בפריט 34, הוחלפה המילה "הסתייגו" ב"התרחקו".

מהימנות

מהימנות המבחן הכוללת נעה בין 0.63 ל-0.84 באוכלוסיות שונות. מהימנות בין שופטים נעה בין 82% ל-91%, מקדמי היציבות לאורך חצי שנה ושנה היו 0.56 (Shanan, 1990).

מתוך העובדה כי כלי זה משמש פסיכולוגיים קליניים וחינוכיים בשדה, וההבנה כי תחום התשובות המורכבות לצייון הינו נרחב, נבנה במסגרת מחקר זה מדריך הכולל דוגמאות ספציפיות, המציג את הצייון המתאים ונימוק, על מנת להעלות את המהימנות בין השופטים, במיוחד עבור סולם 1, אשר נמצא במחקרה של שבתאי (2012) כסולם בעל כמות אי ההסכמות הגדולה ביותר בין שופטים (ראה נספח 10).

תוקף

תוקף המבנה של התמודדות פעילה דווח כמתוקף מול בריאות נפשית, הזדקנות, השתלבות במסגרות חברתיות, מין (gender) והפרשה הורמונאלית (שנן, 1967).

המבחן תוקף בקרב מבוגרים, על ידי תוקף קריטריון מקביל ותוקף מעשי בתחומים הבאים: הסתגלות לעבודה ולימודים (שנן, אדלר ואדלר, 1975; Shanan et al., 1970), הסתגלות לאחר הגירה (שנן ושרון, 1974) והסתגלות לדחק של השירות הצבאי (נודלמן, 1973). מחקרים אלו מצאו דפוסים שונים של התמודדות בין קבוצות שונות, כאשר מדדים גבוהים יותר אך לא קיצוניים הופיעו עם תוצאות הסתגלותיות טובות יותר.

מחקרים אודות תוקף הניבוי של מבחן זה הוצאו לפועל בעיקר בתנאים רפואיים וצבאיים. בתנאים רפואיים, נובאה מידת ההסתגלות לעדשות מגע ולעזרי שמיעה (Mor, Shanan & Levinson, 1973), נובאו הסתגלות להמודיאליזה (Shanan, DeNour & Garty, 1976) ונבדקים אשר היו בעלי מחלות מעי דלקתיות (קרוהן, למשל) הציגו ציונים נמוכים יותר במבחן מאשר בריאים (Weil, 1988).

סולם תסמונת מתוך שאלון YSR למילוי עצמי מתוך ASEBA (Achenbach System of Empirically Based Assessment) (ראה נספח 2). גרסה זו מיועדת לנוער בטווח הגילים 11-18. בשאלון מוצגים לנבדק 112 היגדים. על הנבדק לדרג עד כמה כל היגד מתאר אותו כיום או במשך 6 החודשים האחרונים בסולם של 0 עד 2 כאשר 0 = המשפט אינו נכון, 1 = נכון לפעמים או במידת מה, 2 = נכון מאוד או לעיתים קרובות. מן השאלון מופק ציון תסמונת. ציון התסמונת מופק משמונה מדדים של פסיכופתולוגיה: חרדה/דיכאון, הסתגרות/דיכאון, תלונות סומטיות, בעיות חברתיות, בעיות בחשיבה, בעיות קשב, הפרת כללים והתנהגות תוקפנית. סיכום הסולמות מפיך ציון תסמונת כללי. ציוני כל סולמות התסמונות מפוזרים על שלושה טווחים: נורמאלי ($T < 65$), המונה 93% מההתפלגות הנורמלית, גבולי ($65 < T < 70$), כ-5%, וקליני ($T > 70$), כ-2% בלבד.

הופקו 2 משתנים מכלי זה: (1) ציון T – משתנה רציף המייצג מיקום על ההתפלגות הנורמאלית באוכלוסיה, ציוניו נעים בין 26 ל-100. ציון גבוה יותר מסמן סימפטומים רבים יותר. (2) סיווג קליני – משתנה בדיד, בעל 3 רמות: טווח נורמאלי, טווח גבולי וטווח קליני. במחקר זה אוחדו הטווח הגבולי והקליני מטעמים סטטיסטיים לכדי קבוצה אחת, "בריאות נפשית חריגה".

מהימנות פנימית של סולמות התסמונת היא (0.71-0.95). מהימנות מבחן חוזר של סולמות התסמונות 0.82 (מדריך המבחן, Achenbach, 1991).

תוקף תוכן נתמך על ידי ארבעה עשורים של מחקרים שמצאו שהפריטים במבחן מבחינים בין אוכלוסייה קלינית (הנמצאת במגע עם גורמי בריאות הנפש) לבין אוכלוסייה רגילה (מדריך המבחן, Achenbach, 1991).

תוקף קריטריון: השוואה של ציוני ה-T של ה-YSR, בין שתי קבוצות, אוכלוסיה קלינית ואוכלוסיה נורמטיבית הראתה ששכל שציון ה-T בסולם התסמונות גבוה יותר הסבירות שהנבדק שייך לאוכלוסייה הקלינית גבוה יותר (מדריך המבחן, Achenbach, 1991).

תוקף מבנה: בנוסף למחקרים שנעשו בתיקוף ראשוני של המבחן על דוברי אנגלית (ארה"ב ואנגליה), נערכו מחקרים נוספים על אוכלוסיה הולנדית, סינית וישראלית (DeGroot, Koot, & Verhulst, 1994; Leung et al., 2006; Zilber, Auerbach & Lerner, 1994). התוצאות באוכלוסיות אלו היו דומות לתוצאות שהתקבלו באוכלוסיה דוברת אנגלית. תמיכה נוספת לתוקף המבנה התקבלה ממחקרי אורך שנערכו בהולנד ובארה"ב ומצאו מתאם בציוני סולמות התסמונות במרווח של 6 שנים מההעברה הקודמת וכן נמצא אצל נבדקים צעירים, שציונים בטווח הקליני בסולמות התסמונות נבאו בבגרות שימוש בסמים, התנגשויות עם החוק, התנהגות אובדנית ופנייה לשירותי בריאות הנפש (מדריך המבחן, Achenbach, 1991).

מהלך המחקר

אתיקה. בבתי הספר הממלכתיים המחקר נערך בכפוף להוראות המדען הראשי של משרד החינוך (ראה נספח 3), בביה"ח הפסיכיאטרי בכפוף לדרישות ועדת הלסינקי (ראה נספח 4) ובהתאם לדרישות ועדת האתיקה של בית-הספר לחינוך באוניברסיטה העברית (ראה נספח 5).

בתי ספר. בהתאם להוראות המדען הראשי במשרד החינוך, מחנכי הכיתות מסרו להורים מסמך הכולל את תיאור המחקר וטופס המאפשר להורים להתנגד להשתתפות בנם או ביתם (ראה אישור הורים בנספח 6).

הנסיין נכח בכיתה עם נוכחות מורה שלא התערב בהליך המחקר. הנסיין העביר לתלמידי הכיתה טופס הסכמה להשתתפות במחקר (נספח 10). ניתן הסבר לפי דרישות המדען הראשי, בנוגע לאי חובת השתתפותם וזכות התלמידים להפסיק את ההשתתפות בכל עת ובנוגע לשמירה על סודיות. בנוסף, ניתנו לתלמידים הוראות למילוי השאלונים: "בשאלון הראשון עליכם להשלים התחלות משפטים לפי העולה על דעתכם בכמה מילים, ובשני – לסמן עד כמה ההיגדים הכתובים נכונים עבורכם." לבסוף, יידע את התלמידים אודות האפשרות לדבר עם יועצת במידה שיתעורר אצלם צורך לדון בנושא רגשי עימה. לאחר

סיום ההסבר, חולקו טפסי השלמת המשפטים של שגן (בהתאם למין הנבדק). כל תלמיד שסיים את מילוי שאלון השלמת המשפטים קיבל את שאלון ה-YSR למילוי עצמי. סדר ההעברה נועד למנוע מהתלמידים להעלות השערות אודות מטרת מבחן השלמת המשפטים.

מחלקה אשפוזית לנוער. ניתן הסבר אודות המחקר להורים ולנערה/ה בהתאם לדרישות ועדת הלסינקי (נספחים 7 ו-9). לאחר קבלת הסכמתם בכתב, הועברו השאלונים באופן פרטני, בחדר שקט במחלקה הפסיכיאטרית. בסוף ההעברה נאמר לנבדקים כי הם מוזמנים לפנות לצוות המחלקה באם מילוי השאלון העלה אצלם צורך לכך.

תוצאות

פסילת שאלונים. בקרב מדגם ביה"ס, מתוך 191 נבדקים, נפסלו שאלונים של 10 נבדקים: 3 טפסי השלמת משפטים ו-7 טפסי YSR. סיבות הפסילה: 4 טפסים נפסלו בעקבות מילוי חלקי, ו-6 טפסים בעקבות מילוי לא אמין. פיזור הפסילות בין השכבות: ט-2, י-4, י"א-4. בקרב המאושפזים לא נפסלו שאלונים.

בניתוחים שלהלן, משמש מדגם בתי הספר ביחד עם נתוני המאושפזים בהשערות של קשר בין מדדים של בריאות הנפש לבין מדד ההתמודדות הפעילה. בניתוחים שמיועדים לתיאור האוכלוסיה הנורמטיבית, שימש מדגם בתי הספר בלבד.

ציון השאלונים. YSR צויין בהתאם למדריך המבחן (Achenbach, 1991). מבחן השלמת משפטים של שגן צויין בתחילה לפי המדריך המקורי של שגן אשר מנוסח בקוים כלליים ומביא מספר דוגמאות קטן לכל פריט. עם זאת, לאור ריבוי התגובות שנמצאו חסרות במדריך, ואשר ציון לא אחיד שלהן פגע במהימנות בין שופטים וגם במהימנות ציון חוזר של אותו בודק, הוחלט להרחיב את התשובות לדוגמא עבור כל פריט, על מנת להביא להאחדה לאורך תהליך הציון. למדריך המורחב, ראה נספח 10. בנוסף, במטרה להמנע מהשפעה התרשמותית על ציון הפריט הבודד, התשובות שנתנו הנבדקים במבחן השלמת משפטים צוינו לרוחב (כלומר כל פריט צויין מעבר לנבדקים).

נתונים תיאוריים של המשתתפים במחקר

השלמת משפטים של שגן

הממוצעים וסטיות התקן במבחן השלמת המשפטים של שגן בבתי הספר לעומת מחלקה אישפוזית מוצגים בטבלה 1. בטבלה ניתן לראות כי ציוני מדגם המאושפזים נמוכים מציוני המדגם הנורמטיבי, מה שמצביע על אפשרות להבדלים מובהקים בהנחן מדגם גדול יותר של מאושפזים. ממוצעים וסטיות התקן במבחן השלמת המשפטים של שגן לפי סיווג YSR מוצגים בטבלה 2, בה ניתן לראות כי ציוני הנבדקים בטווח החרג נמוכים מציוני הנבדקים בטווח הנורמה מלבד סולם מקורות הקושי. ממוצעים וסטיות תקן במבחן השלמת המשפטים של שגן לפי כיתה מוצגים בטבלה 3, בה ניתן לראות הבדלים בממוצעים, אך ללא כיוון עקבי.

טבלה 1: ממוצעים וסטיות תקן של ארבעת הסולמות והציון הכולל במבחן השלמת המשפטים של שגן
לפי מדגם

מאושפזים (N=5)		נורמטיביים (N=188)		
SD	M	SD	M	
1.58	2.00	1.90	3.62	1 - מטרות ושאיפות
1.82	4.60	2.06	5.04	2- מקורות קושי
1.00	2.00	2.01	2.76	3- אסטרטגיות התמודדות
1.41	1.00	1.78	3.50	4- הערכה עצמית
2.51	9.60	4.87	14.92	ציון כולל

טבלה 2: ממוצעים וסטיות תקן של ארבעת הסולמות והציון הכולל במבחן השלמת המשפטים של שגן
לפי סיווג YSR

טווח חריג (N=37)		טווח נורמאלי (N=154)		
SD	M	SD	M	
1.72	3.22	1.95	3.67	1- מטרות ושאיפות
2.01	5.30	2.07	4.95	2- מקורות קושי
1.67	1.97	2.02	2.95	3- אסטרטגיות התמודדות
1.57	2.16	1.74	3.75	4- הערכה עצמית
4.40	12.65	4.91	15.32	ציון כולל

כיתה		ט' (N= 43)		י' (N= 60)		יא' (N=46)		יב' (N=35)	
		SD	M	SD	M	SD	M	SD	M
1- מטרות ושאיפות		(1.93)	3.70	(1.83)	3.57	(1.95)	3.31	(1.91)	4.00
2- מקורות הקושי		(2.11)	5.49	(2.13)	4.87	(1.96)	4.69	(1.99)	5.26
3- אסטרטגיות התמודדות		(1.60)	2.95	(1.76)	2.27	(1.75)	2.44	(2.73)	3.77
4- הערכה עצמית		(1.50)	2.86	(2.01)	3.83	(1.71)	3.87	(1.55)	3.23
ציון כולל		(4.81)	15.00	(5.00)	14.53	(4.23)	14.31	(5.41)	16.26

YSR

בסולם הסימפטומים בשאלון ה-YSR, 149 נבדקים (79.3%) סווגו בטווח הנורמה, 22 נבדקים (11.7%) סווגו בטווח הגבולי, מתוכם מאושפז אחד, ו-15 נבדקים סווגו בטווח הקליני (8.0%), מתוכם 4 מאושפזים. בכך יש אישוש כי כל הנבדקים המאושפזים אינם בטווח הנורמה לפי סיווג ה-YSR.

ציון ה-T הממוצע של כלל המדגם (N=186) ב-YSR הוא 51.30 (SD=8.72), וטווח הציונים נע בין 30 ל-77. הציונים 45, 50, ו-57 מייצגים את האחוזונים ה-25, 50 ו-75 בהתאמה. עבור המאושפזים בלבד, ציון ה-T הממוצע היה 66.80 (SD=3.42), וטווח הציונים נע בין 62 ל-70.

מהימנות מבחן השלמת המשפטים של שגן במחקר הנוכחי

מהימנות בין שופטים. נדגמו אקראית 20 מהשאלונים להשלמת משפטים מהמחקר הנוכחי שצויינו ונבדקו על ידי מעריך נוסף, שהשתמש במדריך המורחב של שגן, שכאמור נבנה לצורך ציון המדגם הנוכחי. נערך מבחן מתאם מסוג פירסון, ונמצאה מהימנות ממוצעת של 0.91 עבור הסולמות השונים.

מהימנות פנימית. לפני חישובי המהימנות הפנימית, חישבנו טבלת מתאמי פירסון בין הסולמות ובין כל סולם לסכום ציוני שלושת הסולמות האחרים (ראה טבלה 4), על מנת לבחון האם לבצע בדיקת מהימנות עבור הציון הכולל בלבד או שמא עבור כל סולם בנפרד. כפי שנמצא במחקרה של שבתאי (2012), גם במחקר הנוכחי נמצאו מתאמים נמוכים, מלבד סולמות 1 ו-2, בהם נמצא מתאם בעוצמה בינונית, מה שמרמז על כך שסולמות אלו מודדים מבנה דומה. עם זאת, מכיוון שהם אינם מתואמים באותו אופן עם סולמות 3 ו-4, נבדקה המהימנות הפנימית של כל אחד מהם בנפרד.

טבלה 4: לוח מתאמים בין הסולמות במבחן השלמת המשפטים של שגן

מטרות ושאיפות	מקורות הקושי	אסטרטגיות התמודדות	הערכה עצמית
1			
מטרות ושאיפות	1		
מקורות הקושי	.45***		
אסטרטגיות התמודדות	.29***	1	
הערכה עצמית	.22**	.27***	1

הערה: $p < .001$, $**p < .01$, $*p < .05$

נערכו בדיקות מהימנות פנימית באופן נפרד עבור כל סולם, ועבור הציון הכולל. חושבו שני מדדי מהימנות פנימית (ראה טבלה 5):

1. Split-Half בעזרת מקדם המתאם ספירמן-בראון. נוסחא זו מתחשבת בירידה במתאם בין החצאים בעקבות החלוקה לשתי קבוצות המכילות כל אחת מחצית מהפריטים. בשל ההטרוגניות הגבוהה של פריטים בתוך כל סולם, ועל מנת לדמות מצב של מבחנים מקבילים, הפריטים חולקו לקבוצות על פי תוכנם, כך שעבור כל פריט בחצי אחד נמצא פריט בעל תוכן דומה בחצי השני.

2. עקיבות פנימית (α Cronbach's). נוסחא זו שוות ערך מבחינה מתמטית לממוצע מהימנויות ה-Split Half עם תיקון ספירמן-בראון.

טבלה 5: מדדי מהימנות פנימית של ארבעת הסולמות והציון הכולל במבחן השלמת המשפטים של שגן, לפני ואחרי הסרת פריטים הפוגעים במהימנות ($N=186$)

מטרות ושאיפות	Spearman-Brown Split-Half	Cronbach's α	פריטים שהסרתם משפרת מהימנות	Cronbach's α לאחר הסרת הפריטים
מטרות ושאיפות	0.552	0.482	38, 23	0.511
מקורות קושי	0.444	0.493	33	0.528
התמודדות פעילה	0.648	0.626	3	0.627
ערך עצמי	0.526	0.466	35, 17	0.502
ציון כולל	0.698	0.681		

בניתוח העקיבות הפנימית נמצאו חמישה פריטים אשר פוגעים במהימנות הפנימית של הסולם אליו הם משתייכים. בטבלה 6 ניתן לראות כי פריטים רבים במבחן הם בעלי מתאם הנמוך מ-0.3 עם שאר פריטי הסולם אליו הם משתייכים. אחד הפריטים (פריט 33) אף מתואם באופן שלילי. הפריטים שפגעו בפועל במהימנות הפנימית של הסולם אליו הם משתייכים היו בעלי מתאם הנמוך מ-0.1.

טבלה 6: Item total correlations לפי סולם במבחן השלמת המשפטים של שגן

מטרות ושאיפות	Corrected Item-Total Correlation	מקורות קושי	Corrected Item-Total Correlation	אסטרטגיות התמודדות	Corrected Item-Total Correlation	הערכה עצמית	Corrected Item-Total Correlation
פריט 1	.173	פריט 2	.239	פריט 3	.133	פריט 4	.221
פריט 8	.206	פריט 5	.152	פריט 7	.398	פריט 6	.238
פריט 11	.182	פריט 12	.205	פריט 9	.385	פריט 10	.180
פריט 16	.255	פריט 13	.216	פריט 14	.221	פריט 15	.220
פריט 18	.232	פריט 20	.296	פריט 19	.341	פריט 17	.011
פריט 23	.018	פריט 22	.221	פריט 21	.287	פריט 24	.140
פריט 28	.310	פריט 27	.240	פריט 26	.270	פריט 25	.349
פריט 29	.211	פריט 32	.169	פריט 31	.337	פריט 30	.148
פריט 36	.271	פריט 33	-.027	פריט 34	.350	פריט 35	.051
פריט 38	.081	פריט 39	.316	פריט 37	.219	פריט 40	.290

הערה: מודגשים פריטים אשר הינם בעלי Item-total correlation קטן מ-0.1

תוקף מבנה אל מול בריאות נפשית

ההשערה הראשונה, הייתה כי ימצא קשר שלילי ומובהק בין הציון הכללי במבחן השלמת המשפטים לבין ציון ה-T של סולם התסמונת הכולל ב-YSR. חושב מתאם פירסון עבור כלל המדגם ונמצא כי הציון הכולל במבחן השלמת המשפטים ($M=14.78$, $SD=4.90$) וציון ה-YSR ($M=51.30$, $SD=8.72$) מתואמים באופן בינוני ומובהק, $r(188)=-.31$, $p<.001$. כלומר, בהתאם להשערת המחקר, ככל שציון השלמת המשפטים היה גבוה יותר, כך נמדדו פחות סימפטומים נפשיים (ראה טבלה 7).

ההשערה השנייה, הייתה כי ימצא קשר שלילי ומובהק בין כל אחד מהסולמות בהשלמת המשפטים לבין ציון ה-T של סולם התסמונת ב-YSR. ההשערה אוששה חלקית. נמצא קשר שלילי בין ציון ה-YSR ($M=51.30$, $SD=8.72$) לבין סולם הערכה עצמית ($M=3.43$, $SD=1.81$), אסטרטגיות התמודדות ($M=2.74$, $SD=1.99$) ומטרות ושאיפות ($M=3.57$, $SD=1.91$), אך לא עם סולם מקורות הקושי (ראה טבלה 7). כלומר, בהתאם להשערה, ככל שציון סולמות מטרות ושאיפות, אסטרטגיות התמודדות והערכה עצמית היו גבוהים יותר, כך נמדדו פחות סימפטומים נפשיים. לעומת זאת, מיקום מקורות הקושי לא היה קשור לכמות הסימפטומים הנפשיים.

בנוסף נבדקה הקורלציה בין מדד עיבוד השדה (סך סולמות 1 ו-2) ומדד ההתמודדות הפעילה (סך סולמות 3 ו-4) עם ה-YSR, ונמצא כי מדד ההתמודדות הפעילה ($M=6.17$, $SD=3.04$) קשור בקשר שלילי בעוצמה בינונית ל-YSR בעוד מדד עיבוד השדה ($M=8.60$, $SD=3.37$) הינו בעל מתאם חלש ולא מובהק ל-YSR.

טבלה 7: מקדמי מתאם פירסון ורמת מובהקות עבור הקשר בין ציון YSR לבין ציוני הסולמות, המדדים והציון הכולל במבחן השלמת המשפטים של שגן

מטרות ושאיפות	מקורות קושי	אסטרטגיות התמודדות	הערכה עצמית
-.16* - (.03)	-.01 - (.01)	-.23** - (.13)	-.40** - (.35**)
מדד עיבוד השדה	מדד התמודדות פעילה		
-0.10 - (.03)		-.39** - (.38**)	
ציון כולל			
-.31**			

הערה: בסוגריים מופיעים המתאמים החלקיים ; $p < .05$, $p < .001$;

ההשערה השלישית הייתה כי ימצאו הבדלים בין קבוצות הסיווג לפי ה-YSR, בציוני השלמת המשפטים (בציון הכללי ובציון כל אחד מארבעת הסולמות), כך שהמסווגים בטווח החריג יהיו בעלי ציונים נמוכים יותר מהמסווגים בטווח הנורמאלי (לממוצעים וס"ת ראה טבלה 2).

בהשוואה הראשונה, הושווה הציון הכולל במבחן השלמת המשפטים בין הקבוצה בטווח החריג לקבוצה בטווח הנורמאלי. נמצא הבדל מובהק עם גודל אפקט בינוני לטובת קבוצת הטווח הנורמאלי. בהשוואות הבאות, כיוון שמרבית המתאמים בין הסולמות השונים היו נמוכים, לא היה צורך בשימוש בניתוח MANOVA, המתחשב בשונות המשותפת. על כן, נערכו סדרה של מבחני t חד-זנביים למדגמים בלתי-תלויים, עם תיקון בונפרוני $\alpha = .01$ (שהתחשב גם בהשוואה הראשונה). הציונים בסולמות השלמת המשפטים הושוו בין קבוצות הסיווג. כפי שניתן לראות בטבלה 8, בסולם ההתמודדות הפעילה, ההבדלים בין קבוצת הטווח החריג לקבוצת הטווח הנורמאלי נמצאו כמובהקים עם גודל אפקט קטן. בסולם הערכה עצמית, ההבדלים בין קבוצת הטווח החריג לקבוצת הטווח הנורמאלי נמצאו מובהקים עם גודל אפקט בינוני. ההשערה לא אוששה עבור סולם מטרות ושאיפות, ובסולם מקורות הקושי כיוון הממוצעים היה הפוך מהמשוער.

טבלה 8: ערכי מבחן t, מובהקותם וגודל אפקט עבור השוואות בין קבוצת טווח נורמאלי לקבוצת טווח חריג

COHEN'S D	P	T (DF=184)	
-	.196	1.30	מטרות ושאיפות
-	.355	-0.93	מקורות קושי
0.40	.007	2.72	אסטרטגיות התמודדות
0.75	<.001	5.06	הערכה עצמית
0.48	.003	3.31	ציון כולל

ההשערה הרביעית הייתה כי לכל הסולמות במבחן השלמת המשפטים תהיה תרומה ייחודית מובהקת לניבוי סיווג הבריאות הנפשית. על מנת לבחון זאת, נערכה רגרסיה לוגיסטית. המשתנה התלוי, סיווג הבריאות הנפשית, הינו משתנה דיכוטומי. עבור קבוצת הטווח החריג ניתן הערך 0, ועבור קבוצת הטווח הנורמאלי ניתן הערך 1. מתוך 186 נבדקים, 149 (80.1%) היו מסווגים בטווח הנורמאלי ו-37 נבדקים (19.9%) היו מסווגים בטווח החריג לפי ה-YSR.

נבחנו שני מודלים. במודל הראשון נכללו סולמות 1, 2, ו-3, ובמודל השני הוכנס גם סולם 4. המודל הראשון לעומת מודל ללא משתנים (קבוע בלבד) נמצא מובהק סטטיסטית, והסביר 8.2% מהשונות בבריאות הנפשית ($Nagelkerke's R^2 = .082$). כאשר הכנסנו את סולם 4 למודל, הוסברה 22.7% מהשונות ($Nagelkerke's R^2 = .227$).

טבלה 9 מציגה את מקדמי המתאם של הרגרסיה הלוגיסטית, מבחן Wald והיחס הצולב (odds ratio) עבור כל אחד מהמנבאים. בשימוש בקריטריון של 0.05. למובהקות סטטיסטית, במודל הראשון קריטריון ה-Wald הצביע על כך כי רק הסולם השלישי, אסטרטגיות התמודדות, תרם באופן מובהק לניבוי ($p < .05$). במודל השני, שכלל גם את הסולם הרביעי, הערכה עצמית, קריטריון ה-Wald היה מובהק עבור סולם זה בלבד ($p < .001$), בעוד סולם אסטרטגיות התמודדות לא היה מובהק. היחס הצולב (odds ratio) של של סולם הערכה עצמית מצביע על כך שעבור כל ירידה בנקודה בסולם הרביעי (בסולם של 0-10), הסיכוי להשתייך לקבוצה הקלינית עולה פי 1.71. ההשערה נבדקה גם על ידי רגרסיה ליניארית עם ציון ה-T של ה-YSR כמשתנה תלוי, ונמצאו בה ממצאים דומים.

בטבלה 10 מוצג הסיווג של המודל. החלק היחסי של קבוצת הטווח החריג ביחס לכלל המדגם הוא 19.9%, ועל כן קבענו נקודת חתך של 0.199. הרגישות של המודל לפי נקודת חתך זו הינה 73.0% והספציפיות הינה 70.5%.

טבלה 9 : ניתוח רגרסיה לוגיסטית של 186 סיווגי בריאות נפשית של בני נוער

מנבא	מודל ראשון					מודל שני				
	β	S.E	χ^2 Wald	P	e^β	β	S.E β	χ^2 Wald	P	e^β
			(df=1)					(df=1)		
(קבוע)	1.01	.567	3.15	.076	2.736	-.259	.640	.164	.685	-
מטרות ושאיפות	.127	.118	1.17	.279	1.136	.012	.130	.009	.925	1.012
מקורות קושי	-.130	.101	1.65	.199	.878	-.088	.106	.692	.405	0.915
אסטרטגיות התמודדות	.252	.114	4.85	.028	1.286	.189	.126	2.268	.132	1.208
הערכה עצמית	-	-	-	-	-	.540	.138	15.325	.000	1.716

הערה: מודל ראשון כלל את הסולמות מטרות ושאיפות, מקורות קושי, אסטרטגיות התמודדות וקבוע. מודל שני כלל את הסולמות מטרות ושאיפות, מקורות קושי, אסטרטגיות התמודדות, הערכה עצמית וקבוע. ערכים מספריים מודגשים נמצאו כמובהקים.

טבלה 10: תדירויות נצפות ומנובאות עבור סיווג נפשי על ידי רגרסיה לוגיסטית עם חתך של 0.199

נצפה	מנובא		אחוז ניבוי
	חריג	נורמאלי	
נורמאלי	44	105	70.5%
חריג	27	10	73.0%
סה"כ % ניבוי			71.0%

הערה: רגישות = 73.0% ; ספציפיות = 70.5%

הנטיה להתמודדות פעילה ושכבת לימוד

בהשערה החמישית שיערנו כי ימצאו הבדלים בין ארבע שכבות הלימוד השונות ביכולת ההתמודדות הפעילה, כפי שנמדדת במבחן השלמת המשפטים, באופן שילמד על עליה בנטיה להתמודדות פעילה עם העליה בשכבת הלימוד (לממוצעים וס"ת ראה טבלה 3).

לשם כך, ערכנו סדרה של מבחני שונות חד-כיווניים (one-way ANOVA) בהם המשתנה הבלתי-תלוי היה הכיתה (בעל ארבע רמות: ט', י', י"א, י"ב), והמשתנים התלויים היו הציון הכללי וציוני ארבעת הסולמות של מבחן השלמת המשפטים של שגן (מבחן נפרד לכל סולם). ההשערה אוששה באופן חלקי. נבדקים משכבות לימוד שונות נבדלו ביניהם בסולמות אסטרטגיות התמודדות ($F(3,179)=4.95, p=.003$) והערכה עצמית ($F(3,179)=3.60, p=.015$). לא נמצאו הבדלים מובהקים בין שכבות הגיל השונות בסולמות מטרות ושאיפות ($F(3,179)=0.90, ns$) ומקורות קושי ($F(3,179)=1.39, ns$). כמו כן, לא נמצא הבדל מובהק בין שכבות הלימוד בציון הכולל במבחן השלמת המשפטים ($F(3,179)=1.25, ns$).

על מנת לאתר את מקור ההבדלים בין שכבות הלימוד בסולמות אסטרטגיות התמודדות והערכה עצמית, נערך ניתוח המשך מסוג בונפרוני. בסולם אסטרטגיות התמודדות, מצאנו כי תלמידי כיתות יב' אופיינו ברמה גבוהה יותר של אסטרטגיות התמודדות מאשר כיתות יא' ($p=.017$) ו-י' ($p=.002$), שלא נבדלו אחת מהשניה. תלמידי ט', שממוצע ציוניהם היה בין יב' ל-י' ו-יא', לא נבדלו משאר השכבות בסולם זה.

בסולם הערכה עצמית, מצאנו כי תלמידי ט' אופיינו ברמה נמוכה יותר של הערכה עצמית מאשר כיתות י' ($p=.035$) ו-יא' ($p=.045$), אשר לא נבדלו ביניהן. תלמידי יב', שממוצע ציוניהם היה בין ט' ל-י' ו-יא', לא נבדלו מאף אחת מהשכבות האחרות בסולם זה.

הערכת השפעת הצינון לפי המדריך החדש על ממוצעי הסולמות והציון הכולל

בהשערה השישית שיערנו כי החלת קריטריונים מדויקים יותר בצינון לפי המדריך החדש מביאה להבדלים בממוצעי הסולמות ובציון הכולל ביחס למדגמים ממחקרים קודמים. לשם כך, נדגמו 20 מתוך 30 שאלוני השלמת משפטים של תלמידי כיתות ט' ממחקרה של שבתאי (2012), אשר צוינו על-ידה,

וצוייננו מחדש במחקר זה לפי הקריטריונים מהמדריך המחדש. נערך מבחן t דו-זנבי למדגמים מזווגים לבחינת מובהקות הפרשי הממוצעים. נמצאו הבדלים מובהקים בין שיטות הציון עבור מטרות ושאיפות, אסטרטגיות התמודדות, הערכה עצמית והציון הכולל, כך שהציון על פי המדריך המחדש הניב ציונים נמוכים יותר במדדים אלו. הממצאים מפורטים בטבלה 11.

טבלה 11: מבחן t למדגמים מזווגים להשוואה בין ציון מקורי וציון לפי מדריך חדש עבור 20 נבדקים בכיתות ט' ממחלקה של שבתאי (2012)

CI[95%] of difference	T (DF=19)	SD	Mean Difference	SD	ט' 1(2012)	SD	ט' (2012)	
0.32-0.88	4.485**	0.598	0.6	2.20	4.65	1.97	5.25	מטרות ושאיפות
	0.295	0.759	0.05	1.63	5.40	1.73	5.45	מקורות קושי
0.32-1.17	3.684*	0.910	0.75	2.07	3.70	2.01	4.45	אסטרטגיות התמודדות
0.17-0.82	3.249*	0.688	0.5	2.11	4.05	1.98	4.55	הערכה עצמית
1.24-2.46	6.321**	1.30	1.85	4.52	17.80	4.29	19.65	ציון כולל

הערה: * $p < .01$, ** $p < .001$

¹ לאחר ציון לפי מדריך חדש

בהשערה השביעית נבחנה השפעת הציון החדש על ההבדלים בין שני המדגמים: כיתות ט' מהמחקר הנוכחי (לממוצעים וס"ת ראה טבלה 3) וכיתות ט' משבתאי (2012) (לממוצעים וס"ת ראה טבלה 11). בוצעו שתי השוואות בעזרת מבחני t דו-זנביים לב"ת. בהשוואה הראשונה, שכבה ט' מהמדגם הנוכחי הושוותה לשכבה ט' מהמדגם של שבתאי (2012) בחמשת המדדים (ארבעת הסולמות והציון הכולל). בהשוואה השנייה, שכבה ט' מהמדגם הנוכחי הושוותה לשכבה ט' מהמדגם של שבתאי, אשר צויינה מחדש לפי המדריך, בחמשת המדדים. בשתי ההשוואות נמצאו הבדלים מובהקים בין המדגמים בסולם הערכה העצמית ובציון הכולל, אך גודל האפקט היה קטן יותר עבור ההשוואה השנייה. בסולמות מטרות ושאיפות ואסטרטגיות התמודדות ההבדלים בין המדגמים היו מובהקים בהשוואה הראשונה, אך לא בהשוואה השנייה, ובהתאם לכך גודל האפקט היה קטן משמעותית בהשוואה השנייה. בסולם מקורות הקושי ההבדלים לא נמצאו מובהקים בשתי ההשוואות. כך, בסולמות מטרות ושאיפות, אסטרטגיות התמודדות, הערכה עצמית ובציון הכולל, ציון לפי המדריך החדש הקטין את המרחקים בין הממוצעים ואת גודל האפקט. הממצאים מפורטים בטבלה 12.

טבלה 12: מבחני t ב"ת להשוואה בין כיתות ט' מהמחקר הנוכחי לבין: (1) כיתות ט' (2012) עם ציינון מקורי (2) כיתות ט' (2012) עם ציינון חדש

השוואה שנייה ²			השוואה ראשונה ¹			
COHEN'S D	P	T (DF=61)	COHEN'S D	P	T (DF=61)	
0.44	.08	1.73	0.75	.004	2.94	מטרות ושאיפות
-	.87	0.17	-	.94	0.07	מקורות קושי
0.40	.12	1.57	0.81	.002	3.18	אסטרטגיות התמודדות
0.65	.01	2.56	0.96	<.001	3.76	הערכה עצמית
0.56	.03	2.18	0.94	<.001	3.69	ציון כולל

¹ השוואה בין ט' מהמדגם הנוכחי עם ציינון לפי מדריך חדש ל-ט' (2012) עם ציינון מקורי.

² השוואה בין ט' מהמדגם הנוכחי עם ציינון לפי מדריך חדש ל-ט' (2012) עם ציינון לפי מדריך חדש.

דיון

המחקר הנוכחי מתקיים כחלק מסדרה של מחקרים, שמטרתם התאמת מבחן השלמת המשפטים של שגן למדידת הנטיה להתמודדות פעילה לאוכלוסיית בני הנוער. המבחן פותח במקור עבור אוכלוסיית המבוגרים, וכיום נעשה בו שימוש על ידי פסיכולוגים בשטח עבור אוכלוסיית בני הנוער, לרוב באופן התרשמותי, וללא גיבוי מספק של ממצאים המעידים על מהימנות ותוקף המבחן עבור אוכלוסייה זו.

בהמשך לתיקוף המבחן עבור בני נוער בכיתות ז'-ט' (שבתאי, 2012), מחקר זה שם לעצמו לתקף את המבחן עבור בני נוער בכיתות ט'-יב'. בעקבות נתוני המהימנות הלא-מספקים שנמצאו במחקר קודם, המהווים חסם לתקפותו, מטרה אחת במחקר זה הייתה צמצום הטעויות המקריות במדידת המשתנים במבחן השלמת המשפטים על מנת להעלות את מידת מהימנותו. הדבר נעשה דרך יצירת מדריך צינור מפורט יותר מהמקורי.

מטרה נוספת הייתה תיקוף מבנה המבחן מול קריטריון חיצוני, מדד בריאות נפשית, כפי שנמדדה בעזרת שאלון ASEBA בגרסת YSR למילוי עצמי.

לבסוף, שאלנו האם הציונים במבחן השלמת המשפטים של שגן ישקפו את השינויים המשוערים לאורך גיל ההתבגרות (מכיתה ט' ועד יב') במטרות ושאיפות, בייחוס מקורות קושי, ביכולת להתמודד באופן פעיל עם מצב מורכב, ובהערכה העצמית.

מהימנות מבחן השלמת המשפטים

המהימנות בין שופטים של המבחן נמצאה כטובה במחקר הנוכחי. לעומת זאת, המהימנות החצויה ומדד העקיבות הפנימית נמצאו בטווח של 0.6-0.7 עבור סולם אסטרטגיות התמודדות והציון הכולל, ובטווח של 0.4-0.6 עבור סולמות מטרות ושאיפות, מקורות קושי והערכה עצמית. לפי הספרות המחקרית, על מנת שמבחן ייחשב כבעל עקיבות פנימית מספיק טובה, נדרש ערך α של Cronbach's של 0.7 ומעלה (Kline, 2000). עם זאת, הסולמות, המודדים משתנים רחבים בהגדרתם, מורכבים מפריטים הטרוגניים, המפחיתים מהעקיבות הפנימית של המבחן.

כמו כן, אנו מעריכים כי יש גורמים נוספים אשר השפיעו במחקר זה על מקדמי המהימנות. ראשית, העברה באופן קבוצתי מחייבת את הנבדק במידה נמוכה יותר ביחס להעברה פרטנית, מה שיתכן שהתבטא במילוי פחות מדויק של הטפסים. נעשה מאמץ לסנן טפסים בהם נראה כי היה מילוי לא רציני, אך יש לשער כי זהו גורם המוסיף שונות בלתי מוסברת לנתונים, מה שפוגע במהימנות המבחן.

בנוסף על כך, גורם אשר אנו משערים כי הוסיף שונות של טעות הינה האופן בו מוגדרות ומצויינות דחיות. לפי הוראות המבחן, דינה של כל דחיה לקבל ציון שלילי. עם זאת, אנו משערים כי תשובות כלליות (27/2: "הוא נוטה להתלונן על... מצבו הקשה"), או שאינן נופלות תחת קריטריוני הצינון (17/4: "לעיתים אני... מטייל עם הכלב"), ומצויינות כדחיה מסוג שלישי (R3), אינן בהכרח מעידות על חוסר במטרות ושאיפות (בסולם 1), אי מיקום מקורות קושי כחיצוניים (סולם 2), התמודדות פאסיבית (סולם 3), או הערכה עצמית נמוכה (סולם 4). על כן, הגדלת רגישות הכלי למצבים מעין אלו תוכל לתרום למהימנותו. הדבר יכול להתבצע על ידי המנעות מצינון תשובות אלו, ושיקלול ציון הסולם ביחס למספר התשובות שקיבלו ציון בלבד.

ניתוח פריטים. בבדיקות עקיבות פנימיות, חמישה פריטים נמצאו כפוגעים בעקיבות הפנימית של הסולמות אליהם משתייכים, וכבעלי Item-total correlation נמוך במיוחד (קורלציה מתחת ל-0.1 בין הפריט לציון הסולם שאליו שייך). המשמעות היא כי ציון חיובי בפריטים אלו לא היה קשור לציון חיובי

בפריטים אחרים בסולם. בסולם 1 מטרות ושאירות, היו אלה פריט 23 ופריט 38 אשר פגעו במהימנות. בפריט 23, "מפתח לחשוב על...", ניתן להעריך כי כמות התשובות אשר זכו לצינון חיובי (8% בלבד), הנגזרות מנוסח הפריט, צמצמו מאוד את השונות ולכן את הקשר בין פריט זה לאחרים. מניתוח תוכן התרשמותי נראה כי נבדקים שקיבלו ציון כולל מאוד נמוך התאפיינו בתשובות פתולוגיות באופיין לפריט זה ("...חיתוך בשר", "...לפגוע באחרים"), אך נבדקים אשר קיבלו ציון גבוה לא התאפיינו ביותר תשובות חיוביות.

בפריט 38, "הוא היה מוכן לסבול למען...", עלה כי הגורם המרכזי לקורלציה נמוכה היה כי מרבית הנבדקים, בין אם ציוניהם היו נמוכים או גבוהים, הזכירו חברים ובני משפחה, וקיבלו על כך ציון חיובי. למרות זאת, נצפו הבדלים בין בעלי ציונים נמוכים לגבוהים. בעלי ציונים נמוכים הראו יותר דחיות של אי השלמת הפריט, וכמעט ולא התייחסו להשגת מטרות וערכים, בעוד נבדקים בעלי ציונים גבוהים התייחסו יותר למטרות וערכים. כך, נראה שרק תשובות מאוד קיצוניות ("אף אחד" / "עצמה" / "רווח") או אי השלמת הפריט, קשורות לציון כולל נמוך.

בסולם 2, מקורות הקושי, פריט 33, "הוא התרגז מאוד כאשר...", פגע במהימנות הסולם. אנו משערים כי נוסח הפריט מביא לאחוז תשובות גבוה מאוד המצוינות באופן חיובי (80%) ולכן להקטנת השונות. בניתוח התוכן, רוב הנבדקים התייחסו למקורות קושי חיצוניים. בעוד שנבדקים שקיבלו ציון כולל גבוה התייחסו יותר לכשלון בהשגת מטרות ובמאבקי כח מול הסביבה, נבדקים שקיבלו ציון נמוך התייחסו יותר לדחיה חברתית. ייתכן כי התייחסות להיבטים אלו בציון פריט זה בעתיד תעלה את הקורלציה של הפריט עם ציון הסולם.

בסולם ההערכה העצמית, פריטים 17 ו-35 נמצאו כפוגעים במהימנות הסולם. בפריט 17, "לעיתים אני...", רק 8.5% מהתשובות קיבלו ציון חיובי, דבר אשר הקטין את השונות ועל כן פגע במתאם. כמו כן, פריט זה אופיין, יותר מפריטים אחרים, בדחיות שנבעו מתוכן שאינו נופל תחת הקריטריונים של הצינון, אך לא מעיד בהכרח על מידת ההערכה העצמית (למשל, "לעיתים אני... מצליח להבין אותו / כותבת שירים / נמצאת בדילמה"). בפריט 35, "הוא חשב שעתידי...", תשובות המעידות על הגזמה (מובטח, זוהר) היו תשובות נפוצות. תשובות אלו צוינו גם תשובות אודות עתיד רע, באופן שלילי. הצינון של תשובות מוגזמות כשליליות נעשה לפי המדריך המקורי לצינון המבחן, שהתבסס על תאוריות דינאמיות ועל תפיסת ההגזמה (או "ניפוח", "אידיאליזציה") כסוג של הגנה שמחפה על ביטוי של קושי. למרות זאת, בבדיקת תוכן נמצא כי ציון לפי הגוון הרגשי בלבד (חיובי/שלילי), ללא התחשבות בהגזמות, מביא לעליה משמעותית במהימנות הסולם, והתחזקות במתאם בין פריט זה לבין ציון הבריאות הנפשית. על כן, נראה כי מתקיימת סתירה בין הנחות התיאוריה לבין הממצאים בפועל. ניתן להסביר זאת בעזרת ממצאיהם של Murstein & Wolf (1970). הם מצאו כי נבדקים בריאים נפשיים נוטים לענות תשובות בהתאם לרמזי הפריט, בעוד נבדקים חולים נטים לענות יותר תשובות אידיאליסטיות. העובדה כי בעברית קיים מטבע הלשון "עתידי זוהר / מובטח" יכולה להסביר מדוע תשובה זו הייתה נפוצה, ומדוע נמצא קשר בינה לבריאות נפשית טובה. על כן, מומלץ לנסח מחדש את הפריט כך שלא יעלה אסוציאציה הקשורה למטבע לשון זה.

כיוון שחמשת פריטים אלו נמצאו חריגים במתאם עם הסולם שלהם במחקר זה בלבד, מומלץ לעקוב אחריהם כמו גם על פריטים אחרים כדי לבדוק האם מדובר בתופעה עקבית או אקראית למדגם הנוכחי בלבד.

תיקוף מול בריאות נפשית

ארבע השערות התייחסו לתיקוף מבנה המבחן על ידי הקריטריון החיצוני בריאות נפשית, כפי שנמדדה בסולם התסמונת של ה-YSR. עקב העובדה שנתוני מהימנות מספקים נמצאו רק עבור הציון הכולל של מבחן השלמת משפטים ועבור סולם 3, אסטרטגיות התמודדות, המהימנות מהווה חסם לתוקף, ועוצמת הקשר האפשרית לקריטריון נמוכה מהרצוי מבחינה תיאורטית.

בהשערה הראשונה שיערנו כי עליה בציון הכולל במבחן השלמת המשפטים תהיה קשורה לבריאות נפשית טובה יותר, כלומר ציון סולם תסמונת (YSR) נמוך יותר, המייצג פחות סימפטומים נפשיים. ההשערה אוששה, עם עוצמת קשר בינונית. **בהשערה השנייה** שיערנו כי עליה בציון כל אחד מסולמות השלמת המשפטים תהיה קשורה לפחות סימפטומים נפשיים, כפי שנמדדים בציון סולם התסמונת בשאלון ה-YSR. סולמות השלמת המשפטים מדדו את המידה בה בני נוער הם בעלי מטרות ושאיפות בשטחי בניה ויצירה (סולם 1); המידה בה הם מייחסים מקורות קושי לגורמים חיצוניים (סולם 2); המידה בה הם מפיקים תשובות המעידות על מאמצי התמודדות טובים עם מצבים מורכבים (סולם 3); ובעלי תפיסה עצמית חיובית תוך כדי התמודדות זו (סולם 4). ההשערה אוששה עבור סולמות 1, 3 ו-4, ובניגוד להשערה, לא נמצא קשר בין מדד הבריאות הנפשית לסולם 2. **בהשערה השלישית**, שיערנו כי יימצאו הבדלים בין שתי קבוצות סיווג הבריאות הנפשית (נורמאלית או חריגה) לפי ה-YSR בציון הכולל ובציוני כל אחת מארבעת הסולמות במבחן השלמת המשפטים, כך שקבוצת הבריאות הנפשית החריגה תהיה בעלת ציונים נמוכים יותר מקבוצת הנורמה. ההשערה אוששה עבור סולמות אסטרטגיות התמודדות (3), הערכה עצמית (4) והציון הכולל, ולא אוששה עבור סולמות מטרות ושאיפות (1) ומקורות קושי (2). **בהשערה הרביעית**, שאלנו אילו מדדים הם בעלי תרומה ייחודית מובהקת לניבוי סיווג בריאות נפשית. נמצא כי סולם הערכה עצמית (4) הוא בעל תרומה ייחודית מובהקת. בניכוי סולם זה, סולם אסטרטגיות התמודדות (3) נמצא כבעל תרומה ייחודית מובהקת.

דיון בממצאים בהשערות 1-4

הנטיה להתמודדות פעילה: הציון הכולל של מבחן השלמת המשפטים

בהתאם להשערה נמצא כי מדד מוכר ומתוקף של בריאות נפשית, ממבחן שנשען על דיווח עצמי לגבי סימפטומים (ASEBA), אכן מתקף את הציון הכולל של מבחן השלמת המשפטים בהשערות 1-4, כולל בהשוואה ראשונית בין בני נוער מבתי ספר ממלכתיים למדגם קטן של בני נוער המאושפזים בבית פסיכיאטרי (כפי שמוצג בתחילת פרק התוצאות). ממצא זה עולה בקנה אחד עם מחקרים קודמים שמצאו הבדלים מובהקים בין בריאים נפשית לחולים בקרב מבוגרים (Shanan, 1990) ובין בני נוער בכיתות ז'-ט' שסווגו בקבוצות נורמה קלינית שונות (שבתאי, 2012), ומוסיף לספרות המחקרית בכך שמראה שהתוצאות תקפות גם עבור בני נוער בכיתות ט'-יב'.

עוצמת הקשר הליניארי בין הציון הכולל של מבחן השלמת המשפטים לבריאות הנפשית נמצאה כבינונית. נראה כי לגורמים הקשורים למגבלות המחקר השפעה על חוזק הקשר, אך מעבר לכך, אנו סבורים כי באוכלוסייה לא מתקיים קשר חד-חד ערכי (בממוצע) בין הנטיה להתמודדות פעילה לבריאות נפשית. הנתונים במחקר זה מראים כי בעוד שמבריאות נפשית חריגה נובעת רמה נמוכה של נטיה להתמודדות פעילה, מרמה נמוכה של הנטיה להתמודדות פעילה לא נובעת בריאות נפשית חריגה. ממצא זה מרמז כי ההתמודדות הפעילה, כפי שנמדדת ע"י המבחן של שן, הינה חיונית להשגת בריאות נפשית אך אינה הגורם היחיד המאפשר השגת בריאות נפשית נורמטיבית.

ביחס לקשר בין סולמות מבחן השלמת המשפטים למדד הבריאות הנפשית נמצאו ממצאים סותרים. סולם אסטרטגיות התמודדות (3) וסולם הערכה עצמית (4) נמצאו גבוהים יותר בקרב בעלי בריאות נפשית נורמאלית מאשר בעלי בריאות נפשית חריגה (השערה 4), בעוד שבסולמות מטרות ושאיפות (1) ובמקורות קושי (2) קבוצות הבריאות הנפשית לא נבדלו אחת מהשניה. הדבר מחליש את התרומה של סולמות אלו למושג הנטיה להתמודדות פעילה כפי שהומשגה על ידי שכן (1967).

במאמר סקירה מציע Kashdan (2010) להתייחס לגמישות פסיכולוגית כרכיב מהותי של בריאות נפשית. במבחן השלמת המשפטים הדבר אמור להתבטא במתן מקום להשלמות חיוביות ושליטות באופן מאוזן. על כן, אפשרי כי ציונים גבוהים לא מתואמים עם בריאות נפשית טובה יותר לעומת ציונים הקרובים לממוצע, מכיוון שציונים גבוהים מעידים על חוסר גמישות מסוים. על מנת לבדוק השערה זו מומלץ לדגום מספיק נבדקים קיצוניים בנטיה להתמודדות הפעילה על מנת להשוותם לנבדקים המקבלים ציון בטווח הממוצע מול קריטריונים חיצוניים.

להלן דיון אודות תרומתו של כל סולם למבנה ההתמודדות הפעילה ולניבוי הבריאות הנפשית, לפי מידת התרומה בסדר יורד.

סולם 4 : הערכה עצמית

כשבחנו את התרומה הייחודית של כל סולם, נמצאה תרומה ייחודית מובהקת רק עבור הערכה עצמית. התרומה הייחודית המובהקת של הערכה עצמית עולה בקנה אחד עם הממצאים אודות הקשר בין הערכה עצמית נמוכה לדכאון ואודות הערכה עצמית גבוהה כגורם חוסן לדכאון (Patterson and Capaldi, 1992; Pennix et al., 1998). חשיבות הממצא עולה כאשר נלקחת בחשבון מהימנות הסולם הנמוכה, מה שמצביע על האפשרות כי במידה ובמחקרים הבאים תשופר מהימנות הסולם, יימצא קשר בעוצמה חזקה בין הערכה עצמית ובריאות נפשית. כמו כן, מעניין לציין כי מבין כל הפריטים במבחן, הפריט שהיה בעל הקשר החזק ביותר לציון הבריאות הנפשית היה פריט 40 ("בדרך כלל אני מרגישה..."). אפשרי כי מבחינה מתודולוגית, אופי הסולם הינו ישיר יותר בניסוחו ופשוט יותר מבחינת קריטריוני הצינון.

סולם 3 : אסטרטגיות התמודדות

כאמור, בסולם זה, המייצג אימוץ גישה אקטיבית מול מצבים מורכבים, קבוצת הנורמה הייתה בעלת ממוצע גבוה מקבוצת הבריאות הנפשית החריגה. עם זאת, התרומה הייחודית של הסולם לא הייתה מובהקת לאחר הכנסת הערכה עצמית למשוואה. הממצא עולה בקנה אחד עם ממצאים קודמים אודות קשר חיובי בין סגנון התמודדות של התקרבות להערכה עצמית (Seiffe-Krenke, 1990), והקשר של שניהם לבריאות הנפשית (Herman-Stabl et al., 1995; Seiffe-Krenke & Klessinger, 2000; Patterson and Capaldi, 1992). כך, נראה ששניהם חולקים חלק מסוים משותף בשונות של מידת הבריאות הנפשית. מעניין יהיה לראות את מידת התרומה הייחודית של סולמות 3 ו-4 למשתנים אחרים הקשורים לנטיה להתמודדות פעילה, כמו הצלחה תעסוקתית או התמודדות עם מצבי דחק מסוימים.

סולם 1 : מטרות ושאיפות

כאמור, קבוצת הסיווג הנפשי לא נבדלו באופן מובהק בסולם זה, על אף שכיוון הממוצעים היה כצפוי. ממצא זה יכול לנבוע ממספר מקורות אפשריים. ראשית, מהימנות הסולם הנמוכה, שהביאה לשונות לא מוסברת רבה, ועל כן הקשתה על השגת מובהקות. שנית, אפשרי שההבדלים בקרב האוכלוסייה בין בני נוער בטווח הנורמה לבין בני נוער בטווח החורג מהנורמה (הגבולי או הקליני), שרובם משתייכים לאותה

מסגרת לימודית, הינם קטנים יחסית במשתנה תיאורטי זה. על כן, על מנת להציג הבדל מובהק יש צורך בהגדלת המדגם, בהגדלת רגישות הסולם או החזקת משתנים קבועים כמו מצב סוציו-אקונומי, גיל ומין.

סולם 2: מקורות קושי

מתוך בדיקת ההשערות עולים ממצאים המעמידים את מהימנותו ותקפותו של סולם מקורות הקושי בספק רב. סולם זה הציג מתאמים אפסיים לכל המשתנים במחקר זה, מלבד עם סולם מטרות ושאיפות, כמצופה מהכללתם לפי מחקרי העבר תחת מדד משותף (עיבוד שדה). לא נמצאה עדות סטטיסטית לאפשרות של קשר curvilinear. סולם מקורות הקושי אמור למדוד חלק מהמשתנה התיאורטי "מדד עיבוד השדה". כפי שהוצג במבוא, מדד עיבוד השדה בודק עד כמה האדם מפנה קשב אל השדה, כאשר ההנחה היא שהיכולת לקלוט רשמים בצורה יעילה תלויה במוכוונות כלפי חוץ, הדורשת אנרגיה חופשית זמינה. אם מתקבלת ההנחה כי סולמות ההתמודדות הפעילה (3 ו-4) תלויים ביכולת לעבד את השדה, אז היינו מצפים לקשר כלשהו בין סולם 2, מקורות הקושי לסולמות 3 ו-4. עם זאת, נמצא מתאמים אפסיים. ממצא זה מחליש את הטענה כי סולם מקורות הקושי מודד את עיבוד השדה לפי עקרון הפתיחות.

כמו כן, בניגוד להשערה, קבוצת הבריאות הנפשית החריגה הציגה ממוצע גבוה מהקבוצה הנורמאלית במדד זה, בהפרש לא מובהק. ממצא זה מצטרף לממצאים קודמים בספרות: מעוז וגבאי (2006) מצאו כי נבדקים עם סימפטומים של PTSD נטו לייחס את מקורות הקושי לסביבה יותר מאשר נבדקים ללא PTSD. גם במחקרה של שבתאי (2012), על אף שלא נמצא הבדל מובהק, הייתה עליה עקבית בציוני סולם זה עם הירידה בציוני בריאות הנפשית.

נראה איפוא כי הסיבה המרכזית לממצאים אלו הוא בכשל במעבר מההגדרה התיאורטית של מדד עיבוד השדה אל המשתנה האופרציונלי סולם מקורות הקושי. נראה שסולם מקורות הקושי מודד בפועל משתנים רבים הנעים על ציר דו-קוטבי של פנים וחוץ, הקשורים בכיוונים שאינם אחידים לבריאות נפשית. להלן מספר משתנים שיכולים להסביר את המבנה התיאורטי של סולם זה:

א. מידת הקשיים החיצוניים המציאותיים. אנו סבורים כי מתקיים ערבוב בין תשובות המייצגות מציאות קונקרטית לבין תשובות המייצגות נטיה. להערכתנו, המדד אינו מודד בהכרח רק את השקעת האנרגיה בזיהוי מקורות קושי חיצוניים אלא את המידה בה מקורות קושי מציאותיים מתקיימים. פריט 39/2 מדגים זאת בצורה טובה: "הדבר הנורא בחיי היה...". כך, חלק מהשונות של הסולם מוסברת במציאות חיי הקונקרטית של הנבדק, מה שבמחקרים אחרים נמדד כ"דחק נתפס" (Aldwin & Revenson, 1987), הערכה של מידת הדחק (Plancherel & Bolognini, 1995), וזיהוי סוגים של גורמי דחק (APES, Compas et al., 1987). מידת גורמי הדחק נמצאה קשורה בקשר חיובי בעוצמה בינונית לכמות הסימפטומים הנפשיים (Seiffge-Krenke, 2000). כך, הסולם אינו מודד רק את המידה בה מושקעת אנרגיה לזיהוי מקורות קושי בסביבה, אלא גם מושפע מכמות מקורות הקושי האובייקטיביים המתקיימים בסביבה.

ב. מיקוד שליטה (Locus of control). Rotter (1966) הגדיר מיקוד שליטה פנימי וחיצוני כ"מידה בה אדם מצפה כי חיזוק או תוצאה של ההתנהגות שלו תלוי בהתנהגותו או באישיותו, לעומת המידה בה אדם מצפה שחיזוק או תוצאה הוא תולדה של הסתברות, מזל, גורל, או תחת השפעה של אחרים בעלי עוצמה" (p. 489). כלומר, מיקוד שליטה פנימי משמעו אמונה בקשר בין התוצאות להתנהגות, ומיקוד שליטה חיצוני משמעו אמונה כי התוצאות אינן בשליטת האדם. יתכן, כי נבדקים אשר נוטים למיקוד שליטה חיצוני נטו לענות תשובות אשר ממקמות את מקור הקושי באחרים או באובייקטים,

ונבדקים אשר נטו למיקוד שליטה פנימי נטו יותר למקם את מקור הקושי בעצמם. הממצאים בספרות מראים קשר חיובי בין מיקוד שליטה חיצוני לדכאון וחרדה (Cheng & Cheung, 2012) וסימפטומים נפשיים באופן כולל (Devin et al., 2013). כך, היינו מצפים לקשר חיובי בין סולם מקורות הקושי לכמות הסימפטומים הנפשיים.

ג. Self-focused attention (Ingram, 1990). מדובר בהטיה קוגניטיבית, אשר מתבטאת במיקוד קשב במקורות מידע עצמיים יותר מאשר במקורות מידע חיצוניים לעצמי. אנו סבורים כי הטיה זו מתבטאת בזיהוי פחות של מקורות קושי כחיצוניים בסולם מקורות הקושי. בסקירה מקיפה של Mor & Winquist (2002), נמצא כי Negative Self-Focus, מיקוד במקורות מידע שליליים בעצמי, קשור בצורה מתונה לדכאון והפרעת חרדה מוכללת. בסולם מקורות הקושי, הדבר אמור להתבטא בקשר שלילי בין ציון הסולם לכמות הסימפטומים הנפשיים.

כמו כן, יתכן כי שימוש במנגנון הגנה של השלכה, והנטיה להאשמה עצמית הם משתנים נוספים שמשפיעים על שונות סולם זה. כך, נראה כי המתאמים האפסיים הם תולדה של ריבוי גורמים מתערבים בסולם מקורות הקושי. על כן תקפות מדד זה נפגעת באופן משמעותי. לא פלא, אם כך, שבמחקרים אמפיריים משני העשורים האחרונים ישנו שימוש בעיקר בסולמות ממדד ההתמודדות הפעילה (סולמות 3 ו-4) (למשל, Bachar & Shanan, 2004; Shefler, dasberg & ben-shakhar, 1997).

לסיכום חלק זה, הבדלים בבריאות הנפשית מוסברים בעיקר על ידי הערכה עצמית, שהינה משאב להתמודדות, אך אינה משקפת את ההתמודדות עצמה. ללא מדד זה, הקשר בין שאר המדדים לבריאות נפשית חלש משמעותית.

הנטיה להתמודדות פעילה ושכבת לימוד

בהשערה החמישית בחנו האם תלמידים בשכבות גיל שונות (ט', י', יא', יב') יבדלו בנטיה להתמודדות פעילה, באופן שילמד על עליה בנטיה להתמודדות פעילה עם העליה בשכבת הגיל. נמצאו הבדלים מובהקים בסולמות אסטרטגיות התמודדות והערכה עצמית, אך לא באופן שהצביע על מגמה ברורה.

גם בציון הכולל, כמו בסולמות מטרות ושאיפות ומקורות קושי, לא נמצאו הבדלים מובהקים בין השכבות השונות. אפשרי כי טווח שכבות הגיל הינו מצומצם מידי ביחס לשינוי של הנטיה להתמודדות פעילה ותתי סולמות אלו מהילדות לבגרות. אפשרי שהשוואה בין התבגרות מוקדמת, התבגרות האמצעית ומאוחרת תפיק ממצאים שיאפשרו להבין טוב יותר את התפתחות הנטיה להתמודדות פעילה בגיל ההתבגרות עד הבגרות המוקדמת.

כמו כן, לא נבדקו השפעות השונות הרבה בהתפתחות, בין בנים לבנות ובתוך כל מין, שאפשרי שמסבירות טוב יותר את ההבדלים בציונים. על כן, שימוש במדדים התפתחותיים נוספים יכולים לשפוך אור על הקשר בין גדילה לנטיה להתמודדות פעילה.

הערכת השפעת הציון לפי המדריך החדש על ממוצעי הסולמות והציון הכולל

במהלך מחקר זה הושקע מאמץ רב ביצירת סטנדרטים אחידים לציון ויצירת מדריך מקיף יותר, בנקודות בהן המדריך המקורי נתן הוראות חלקיות בלבד. **בהשערה השישית** בדקנו את האם ציון על פי המדריך החדש מביא להבדלים מובהקים בין ממוצעים של אותו מדגם, שנלקח מתוך כיתות ט' של מחקר קודם (שבתאי, 2012). ההשערה אוששה, ומצאנו כי הציון הכולל ושלוש מתוך ארבע סולמות (1, 3, 4) היו בעלי ממוצעים נמוכים יותר באופן מובהק. **מבדיקה וניתוח של השערה השביעית** נמצא כי

שימוש במדריך החדש לציון כיתות ט' ממחקרה של שבתאי (2012) מביא להבדלים קטנים יותר בהשוואה בין כיתות ט' מהמדגם של שבתאי (2012) לכיתות ט' מהמדגם הנוכחי, אשר משתייכים לאותה אוכלוסייה. על כן, במחקרים עתידיים מומלץ להשתמש במדריך זה כבסיס לציון.

גם לאחר הציון לפי המדריך החדש, התגלו הבדלים מובהקים בין מדגמי כיתות ט', בסולם הערכה העצמית ובציון הכולל. שני עצמו, במאמר מקיף מ-1990, בו הציג ממצאיהם של מחקרי אורך במחצית השנייה של החיים, סיכם כ"הממצאים שלנו מצביעים על העובדה שהיציבות היחסית של המדדים בסגנון התמודדות מחביאים הבדלים רבים במגוון תתי הקבוצות של האוכלוסייה", כאשר הגורמים המשפיעים היו שנות לימוד, מגדר, מוצא ותרבות (Shanan, 1990). על כן, מומלץ ליצור פילוחים לפי משתנים נוספים.

מגבלות המחקר והצעות למחקרי המשך

בראש ובראשונה, בעיית המהימנות בחלק מסולמות המבחן פוגעת בתקפותו וכתוצאה מכך מקטינה את המידה בה ניתן להשתמש במדדים הכמותניים של מבחן זה בקרב בני נוער. אנו סבורים כי ניתוח פריטים אשר יבחן בצורה מדוקדקת את התאמתו של כל פריט למשתנה התיאורטי הנמדד יאפשר את הגדלת המהימנות המבחן. בנוסף, מומלץ לבחון את הגדלת רגישות המבחן על ידי הוספת ציוני ביניים וכן מומלץ לבחון מהימנות מבחן חוזר.

שנית, המדגם נלקח ברובו מקרב אוכלוסייה נורמטיבית. משום כך, מספר הנבדקים שנמצאו בכל אחד מהטווחים החורגים מהנורמה (הגבולי והקליני) היה נמוך, מה שחייב איחודם לקבוצת סיווג אחת. בנוסף, התאפשרה רק הוספת נבדקים מצומצמת מביה"ח הפסיכיאטרי למדגם משותף. צפוי שהגדלת המדגם הפסיכיאטרי והשוואתו למקבלי ציון בטווח הנורמה ממדגם נורמטיבי תחדד את הממצאים לגבי תוקף המבחן.

שלישית, במחקר זה לא התייחסנו לקשר בין הנטיה להתמודדות פעילה לבין הפרעות נפשיות ספציפיות. סביר כי בעלי הפרעות שונות מתאפיינים בפרופיל שונה של הנטיה להתמודדות פעילה. למשל, בנות שסבלו מהפסקת וסת זמנית בעקבות משברים פסיכולוגיים הציגו כושר התמודדות גבוה מהממוצע במבחן השלמת המשפטים (Shanan, Brezezinsky, Sulman and Sharon, 1965 in Shanan, 1990). על כן, מומלץ להתייחס לקשר בין הנטיה להתמודדות פעילה להפרעות מסוימות, כמו הפרעות אכילה, דכאון וחרדה ו-OCD.

רביעית, אפשרי כי מידת המחויבות למילוי המבחן והשאלון הושפעו מאופן ההעברה הקבוצתי ואורך הזמן הנדרש למילוי השאלונים, אשר היה כ-35 דקות, מה שיכל להפחית ממידת המחויבות של הנבדקים (Check & Schutt, 2011). אנו משערים כי מחויבות נמוכה השפיעה באופן דיפרנציאלי על השאלונים השונים: בעוד שמחויבות נמוכה במבחן השלמת המשפטים יכלה להביא לאחוז גבוה יותר של דחיות ומכך נגזר ציון כולל נמוך יותר, מחויבות נמוכה במילוי ה-YSR יכלה להתבטא במילוי אחיד המכחיש סימפטומים (סימון אפסים רבים), כלומר, ציון בריאות נפשית טוב יותר. ההשפעה הדיפרנציאלית היוותה איום על עוצמת הקשר בין הנטיה להתמודדות פעילה ובריאות נפשית. על כן, מומלץ להעביר את המבחן בקבוצות קטנות או באופן יחידני.

חמישית, יכולת ההכללה לשטח מוגבלת, כיוון שבשטח המבחן מועבר באופן יחידני וגלוי (לא אנונימי), כאשר המוטיבציה של הנבדקים היא קבלת עזרה. כמו כן, יש להזהר בהכללת הממצאים לסיטואציות שאינן אבחוניות-טיפוליות, כמו למשל למיונים תעסוקתיים או צבאיים, שם הקונטקסט הוא הישגי והשפעת הרצייה החברתית רבה יותר.

בנוסף, מומלץ לבחון מה מידת השפעת הקונטקסט על ציוני הנבדקים, כאשר מושווה קונטקסט לא הישגי מול קונטקסט הישגי, תוך בדיקת השפעת הריצוי החברתי על ציוני הנבדקים (למשל, בעזרת שאלון BIDR - Balanced Inventory of Desirable Responding הבודק שני מימדים של רצייה חברתית). כמו כן, מומלץ לבחון עד כמה מטרת המבחן שקופה לנבדקים ואילו אסטרטגיות הם מאמצים בהתמודדות עם המבחן.

ביבליוגרפיה

הס, נ' (1976). סגנונות התמודדות וסגנונות התגוננות כמרכיבים בבריאות וחולי נפש. עבודת גמר לקבלת תואר מוסמך, האוניברסיטה העברית.

נודלמן, מ' (1973). תגובות התמודדות במצב דחק צבאי, כמשתנה אישיותי. עבודת גמר לקבלת תואר מוסמך, אוניברסיטת בר-אילן, רמת גן.

שבתאי, ל' (2012). התאמת השימוש במבחן לאיתור התמודדות פעילה, של יואל שן, לבני נוער. עבודת גמר לקבלת תואר מוסמך, האוניברסיטה העברית.

שן, י' (1967). הנטייה להתמודדות פעילה: יסוד לבריאות הנפש. מגמות ט"ו, אב תשכ"ז, עמ' 188-196.
שן, י', אדלר, ח., ואדלר, א' (1975). סגנון התמודדות ושיקום. ביטחון סוציאלי, טבת תשל"ו, עמ' 53-66.

שן, י' ושרון, מ' (1974). סטודנטים בשנה הראשונה לאחר העלייה, תהליכי הסתגלות לתנאי חיים חדשים. האוניברסיטה העברית, המחלקה לפסיכולוגיה, המכון לפסיכולוגיה התפתחותית.

Achenbach, T.M. (1991). *Manual for the Youth Self-Report Form and Profile*. University of Vermont, Department of Psychiatry, Burlington.

Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337-347.

Bachar, E., Canetti, L., Yonah, I., & Bonne, O. (2004). Group versus individual supportive-expressive psychotherapy for chronic, symptomatically stabilized outpatients. *Psychotherapy Research*, 14(2), 244-251.

Barron, F. (1953). An ego-strength scale which predicts response to psychotherapy. *Journal of Consulting Psychology*, 17(5), 327-333.

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social psychology*, 56(2), 267-283.
- Check, J. W., & Schutt, R. K. (2012). Chapter 8: Survey Research. *Research Methods in Education*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Cheng, C., Cheung, S. F., Chio, J. H. M., & Chan, M. P. S. (2013). Cultural meaning of perceived control: a meta-analysis of locus of control and psychological symptoms across 18 cultural regions. *Psychological Bulletin*, 139(1), 152-188.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87-127.
- Compas, B. E., Davis, G. E., Forsythe, C. J., & Wagner, B. M. (1987). Assessment of major and daily stressful events during adolescence: the Adolescent Perceived Events Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(4), 534-541.
- De Groot, A., Koot, H. M., & Verhulst, F. C. (1994). Cross-cultural generalizability of the Child Behavior Checklist cross-informant syndromes. *Psychological Assessment*, 6(3), 225-230.
- De Groot, A., Koot, H. M., & Verhulst, F. C. (1996). Cross-cultural generalizability of the Youth Self-Report and Teacher's Report Form cross-informant syndromes. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 24(5), 651-664.
- Devin, H. F., Farbod, D., Asadi, N., Basirat, M. (2013). Comparative and correlative study of locus of control, assertiveness, mental health status in active and non-active

elderly people. *Bulletin of the Georgian National Academy of Sciences*, 7(3), 112-119.

Ebata, A. T., & Moos, R. H. (1991). Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 12(1), 33-54.

Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Guthrie, I. K. (1997). Coping with stress: The roles of regulation and development. in S.A Wolchik & I. N. Sandler (Eds.), *Handbook of children's coping: Linking theory and intervention*. pp. 41-70. NY, US: Plenum Press.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150-170.

Forer, B. R. (1960). Word association and sentence completion methods. In I.A Rabin & M. R. Haworth (Eds.), *Projective Techniques With Children*. New York: Grune & Stratton.

Forman, S. G. (1993). *Coping skills interventions for children and adolescents*. CA, US: Jossey-Bass.

Galnour, D., & Shanan, J. (1979). Coping Style and need structure as determinants of mental health in an Israeli student population. Jerusalem: World Congress of School Health.

Hartmann, H. (1958). *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*. New York : International Universities Press.

- Hanfmann, E., & Getzels, J. W. (1953). Studies of the sentence completion test. *Journal of Projective Techniques*, 17(3), 280-294.
- Herman-Stabl, M. A., Stemmler, M., & Petersen, A. C. (1995). Approach and avoidant coping: Implications for adolescent mental health. *Journal of Youth and Adolescence*, 24(6), 649-665.
- Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*, 107(2), 156-176.
- Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865-878.
- Kline, P. (2000). *Handbook of psychological testing*. London: Routledge.
- Katz, A. (1995). Intellectual functioning and mental health during the second half of life (Order No. 9536952). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (304217299). Retrieved from <http://search.proquest.com/docview/304217299?accountid=14546>
- Kavsek, M. J. (1996). The differentiation of coping traits in adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 19(3), 651-668.
- Köhler, W., & Adams, P. A. (1958). Perception and attention. *The American Journal of Psychology*, 71(3), 489-503.
- Leung, P. W., Kwong, S. L., Tang, C. P., Ho, T. P., Hung, S. F., Lee, C. C., & Liu, W. S. (2006). Test–retest reliability and criterion validity of the Chinese version of CBCL, TRF, and YSR. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(9), 970-973.

- Maslow, A. H. (1954). *Personality and motivation*. Harlow, England: Longman ,1987.
- Mor, E., Shanan, J., & Levinson, A. (1973). Motivation and coping behavior in adaptation to contact lenses. *Journal of Personality Assessment*, 37(2), 136-143.
- Mor, N., & Winkquist, J. (2002). Self-focused attention and negative affect: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 128(4), 638.
- Morgan, C.D., & Murray, H. A. A. (1935). Method for investigating fantasies: The Thematic Apperception Test. *Archives of Neurology and Psychiatry*, 34, 289–306.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. Oxford, England: Oxford University Press.
- Murstein, B. I., & Wolf, S.R. (1970). Empirical test of the “levels” hypothesis with five Projective techniques. *Journal of Abnormal Psychology*, 75, 38-45.
- Nygren, M. (2004). Rorschach comprehensive system variables in relation to assessing dynamic capacity and ego strength for psychodynamic psychotherapy. *Journal of Personality Assessment*, 83(3), 277-292
- Plancherel, B., & Bolognini, M. (1995). Coping and mental health in early adolescence. *Journal of Adolescence*, 18(4), 459-474.
- Patterson, G.R. and Capaldi, D.M. (1992) Mediational model for boys depressed mood. In J. Rolf, A.S. Masten, D. Cicchetti, K.H. Nuechterlein, and S. Weintraub, (Eds.), *Risk and Protective Factors in Development of Psychopathology* (pp. 141–163). Cambridge University Press: Cambridge.

- Penninx, B. W., Van Tilburg, T., Boeke, A. J. P., Deeg, D. J., Kriegsman, D. M. and van Eijk, J. T. (1998). Effects of social support and personal coping resources on depressive symptoms: different for various chronic diseases? *Health Psychology*, 17, 551–558.
- Porter, L., Stone, A. (1996). An approach to assessing daily coping. In M. Zeidner & N. S. Endler (Eds.), *Handbook of coping: Theory, research, applications* (pp. 133-150). Oxford, England: John Wiley & Sons.
- Pratch, L. (2008). The Use of a clinical psychology method of assessment to predict management performance. *Journal Of Private Equity*, 12(1), 6-30.
- Rabin, A. I., & Zlotogorski, Z. (1981). Completion Methods: word association, sentence and story completion. in Rabin, A. I. (ed.) *Assessment with Projective Techniques : A Concise Introduction*. New York : Springer Pub.
- Rapaport, D. (1951). *Organization and Pathology of Thought*. New York: Columbia University Press.
- Rapaport, D. (1953). Some Metapsychological Considerations Concerning Activity and Passivity. In Gill. M. M. (Ed.) (1967), *The Collected Papers of David Rapaport*, 530-568. New York: Basic Books.
- Rogers , C. R. (1951). *Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton-Mifflin.
- Rorschach, H. (1942). *Psychodiagnostik* (Hans Huber, Trans.). Oxford, England: Grune and Stratton.

- Rotter, J.B.(1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs General and Applied*, 80(1), 1-28.
- Seiffge-Krenke, I. (1990). Developmental processes in self-concept and coping behaviour. In S. Jackson & H. Bosma (Eds.), *Coping and self-concept in adolescence* (pp. 49-68). Springer Berlin Heidelberg.
- Seiffge-Krenke, I. (2000). Causal links between stressful events, coping style, and adolescent symptomatology. *Journal of adolescence*, 23(6), 675-691.
- Seiffge-Krenke, I., & Klessinger, N. (2000). Long-term effects of avoidant coping on adolescents' depressive symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(6), 617-630.
- Shanan, J. (1968). *Psychological Changes During the Middle Years*. Jerusalem: Gon and Grafica.
- Shanan, J. (1976). Levels and patterns of social engagement and disengagement from adolescence to middle adulthood. In K.F Riegel & J.A Meachem, (Eds.), *The Developing Individual in a Developing World*, vol. 2, (pp. 601-610). The Hague: Mouton & Co.
- Shanan, J. (1985). *Personality Types and Culture in Later Adulthood*. Basel: Karger.
- Shanan, J. (1990). Coping styles and coping strategies in later life. in M. Berenger & S. Finkle. *Clinical and Scientific Psychogeriatrics*, Vol. 1 (pp. 76-112). New York: Springer.

- Shanan, J., Kaplan-De-Nour, A., & Garty, I. (1976). Effects of prolonged stress on coping style in terminal renal failure patients. *Journal of Human Stress*, 2, 19-27.
- Shanan, J., Kedar, H., Eliakim, M., Oster, Z. H., & Prywes, M. (1970). Evolution of selection methods for admission to medical school. III. Psychological tests in the selection of medical students. *Israel journal of medical sciences*, 6(1), 132-144.
- Shefler, G., Dasberg, H., & Ben-Shakhar, G. (1995). A randomized controlled outcome and follow-up study of Mann's time-limited psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63(4), 585-593.
- Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2007). The development of coping. *Annual Review of Psychology*, 58, 119-144.
- Weil, A. (1988). Coping behavior and need structure in inflammatory bowel disease. Unpublished master's thesis, The Hebrew University of Jerusalem, Israel.
- Zilber, N., Auerbach, J., & Lerner, Y. (1994). Israeli norms for the Achenbach Child Behavior Checklist: Comparison of clinically-referred and non-referred children. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 31(1), 5-12.

נספחים

נספח 1 - שאלון השלמת משפטים של יואל שני (גרסא לבנים)

- להלן שורה של משפטים בלתי שלמים.
- הנך מתבקש להשלים במהירות האפשרית על-ידי הדבר הראשון שעולה בדעתך.
- אנו מעדיפים שתשלים במשפט קצר
- אם תראה שאינך יכול לחשוב אלא על מילה אחת, אזי גם מילה זו תספיק.

1/1 הוא לא אהב דבר יותר מאשר _____

2/2 שום דבר לא מאכזב יותר מ _____

3/3 הכישלון עורר בו _____

4/4 ברוב העניינים אני _____

5/2 הוא היה מבולבל מ _____

6/4 אנשים חושבים שאני _____

7/3 כאשר ראה שאחרים מצליחים יותר ממנו, הוא _____

8/1 שאיפתו החזקה ביותר הייתה _____

9/3 כשלא מצא איש שיעזור לו, הוא _____

10/4 לעיתים קרובות הוא רואה עצמו כ _____

11/1 אני מתפעל מ _____

12/2 הוא מרגיש שהוא סובל בעיקר מ _____

13/2 הוא לעיתים מרגיש שהוא לא יודע מה לעשות כאשר _____

14/3 כשאמרו שהדבר מסוכן הוא _____

15/4 אחרים חושבים ששאיפותיו הן _____

16/1 השתדלתי מאוד _____

17/4 לעיתים אני _____

18/1 תמיד רציתי להיות _____

19/3 כאשר הוא נכשל בלימודיו, הוא _____

20/2 הוא השתגע כאשר _____

21/3 כשתקפו אותו הוא _____

22/2 הוא מפחד מ _____

23/1 מפתה לחשוב על _____

- 24/4 רוב האנשים אינם יודעים שאני _____
- 25/4 רוב הדברים שאני עושה _____
- 26/3 כשאמר לו שהתפקיד יהיה קשה מידי בשבילו, הוא _____
- 27/2 הוא נוטה להתלונן על _____
- 28/1 הדבר החשוב ביותר בחיי הוא _____
- 29/1 אני נהנה מ _____
- 30/4 כאשר חשב על עברו, הרגיש _____
- 31/3 כשסירבו לתת לו את התפקיד, הוא _____
- 32/2 דאגתי הגדולה ביותר היא _____
- 33/2 הוא התרגז מאוד כאשר _____
- 34/3 כאשר אחרים התרחקו ממנו, הוא _____
- 35/4 הוא חשב שעתידו _____
- 36/1 הייתי מאושר ביותר כאשר _____
- 37/3 כשחשב שהסיכויים קלושים _____
- 38/1 הוא היה מוכן לסבול למען _____
- 39/2 הדבר הנורא ביותר בחיי היה _____
- 40/4 בדרך כלל אני מרגיש _____



שאלון התנהגות לילדים ובני נוער בגילאים 11-18
שאלון לתלמיד - YSR



שם חמלא	פרטי	משפחה	מקצוע ההורים, גם אם אינם עובדים כעת. (נא לציין מקום עבודה ספציפי - למשל, מכונאית רכב, מורה בבית ספר, עקרת בית, פועלת, מפעילת מחסנית, מוכרת - נעיים, איש/אשת צבא.)
מנחם	גילד:	לאום/דת:	מקצוע האב מקצוע האם
זכר ☐ נקבה ☐	התאריך היום הוא:	תאריך הלידה של:	אנא מלא/י מופט זה כך שישקף את הדעה שלך על התנהגותך, גם אם אנשים אחרים לא יסכימו לדעה זו. ניתן להוסיף הערות ליד כל פריט, כמו גם בחלק המוקדש להערות בעמוד 2. נא להקפיד לענות על כל הפריטים
שנה _____ חודש _____ יום בחודש _____	שנה _____ חודש _____ יום בחודש _____	אם את/ה עובד/ת, נא לציין את סוג העבודה:	
אני לומד/ת בכיתה _____	לא מבקש ☐		
I. אנא מלא/י את ענפי המידע הבאים על הילד/ה או הילדה/ה. למשל: שחיה, כדורסל, גלידה, "סקטבורד", רכיבה על אופניים וכו'.	אין ☐	בהשוואה לילדים בני גילך, כמה זמן את/ה מבלה בכל פעילות אלה?	באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐
א. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	ב. _____
ב. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	ג. _____
ג. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	
II. אנא מלא/י את התחביבים שלך, פעילויות ומשחקים מלבד ספורט. למשל: בולים, כובות, שירה, פסנתר, מלאכת יד, מחשבים, מיטנאות, מכונות, וכו'. (אל תכלול האונה לרדיו או צפייה בטלוויזיה.)	אין ☐	בהשוואה לילדים אחרים בני גילך, באיזו מידה את/ה מצליח/ה בפעילויות אלה?	באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐
א. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	ב. _____
ב. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	ג. _____
ג. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	
III. אנא מלא/י ארגונים, מועדונים, תנועות נוער או קבוצות אחרות אשר את/ה חבר/ה בהם.	אין ☐	בהשוואה לילדים אחרים בני אותו גיל, באיזו מידה את/ה מצליח/ה בעיסוקים ומסלות אלה?	באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐
א. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	ב. _____
ב. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	ג. _____
ג. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	
IV. אנא מלא/י עיסוקים, מסלות או עבודות שאת/ה לוקח/ת בהם חלק. למשל: חלוקת עיתונים, שמרטפות, ניקיון, טיזור החדר, עבודה בחנות, וכו'. (יש לציין עיסוקים ומסלות בתשלום ושלא בתשלום.)	אין ☐	בהשוואה לילדים אחרים בני אותו גיל, באיזו מידה את/ה מצליח/ה בעיסוקים ומסלות אלה?	באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐
א. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	ב. _____
ב. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	ג. _____
ג. _____		באופן ממוצע ☐ יותר מן הממוצע ☐ פחות מן הממוצע ☐	

וודאו שעניתם על כל הפריטים, ועיברו לצדו השני של חדף.

V. 1. כמה חברים או חברות קרובים יש לך? (לא כולל אחים ואחיות)

☐ אין ☐ 1 ☐ 2 או 3 ☐ 4 או יותר

2. כמה פעמים בשבוע, בערך, את/ה עושה דברים עם חבריך מחוץ לשעות הלימודים? (לא כולל אחים ואחיות)

☐ פחות מפעם אחת ☐ פעם פעמיים ☐ 3 או יותר

VI. בהשוואה לילדים אחרים בני גילך, כמה טוב את/ה:

פחות טוב מאחרים	כמו אחרים	יותר טוב מאחרים	
☐	☐	☐	א. מסתדר/ת עם אחיך ואחיותיך?
☐	☐	☐	ב. מסתדר/ת עם ילדים אחרים?
☐	☐	☐	ג. מסו
☐	☐	☐	ד. עושה דברים לבדך?

☐ אין לי אחים או אחיות

VII. 1. הישגי לימודים.

נכשל	למחצית	ממוצע	מעל לממוצע	
☐	☐	☐	☐	סמן X במקום המתאים עבור כל מקצוע שאת/ה משתתף/ת בו.
☐	☐	☐	☐	א. קריאה, כתיבה, דקדוק, הבעה
☐	☐	☐	☐	ב. תנ"ך, היסטוריה או מדעי החברה
☐	☐	☐	☐	ג. חשבון או מתמטיקה
☐	☐	☐	☐	ד. מדעים (מכניקה, גוף האדם, פיזיקה, וכ')
☐	☐	☐	☐	תחומים עיוניים אחרים (למשל: מחשבים, שפה זרה, גאוגרפיה, ספרות וכ').
☐	☐	☐	☐	שם המקצוע:
☐	☐	☐	☐	ה.
☐	☐	☐	☐	ו.
☐	☐	☐	☐	ז.

האם את/ה טובלת/ת ממחלה, מוגבלות, או נכות?

☐ לא ☐ כן, אנא תאר/י:

אנא תאר/י בעיות או דאגות שיש לך בקשר לבית הספר:

אנא תאר/י בעיות או דאגות אחרות שיש לך:

אנא תאר/י את הדברים הטובים ביותר לגבי עצמך.

וודאו שעניתם על כל הפריטים.

אנא ענה/י על כל הפריטים.

להלן רשימת פריטים המתארים ילדים ובני נוער. לגבי כל פריט המתאר אותך כיום או במהלך 6 החודשים האחרונים, נא להקיף בעיגול את הספרה 2 אם הפריט נכון מאד או נכון לעתים קרובות, לגביך. אם הפריט נכון לפעמים או במידת מה לגביך נא להקיף את הספרה 1. אם הפריט אינו נכון (עד כמה שידוע לך) =0 לא נכון (עד כמה שידוע לך) =1 נכון לפעמים או במידת מה =2 נכון מאד או לעתים קרובות

0 = לא נכון (עד כמה שידוע לך)				1 = נכון לפעמים או במידת מה				2 = נכון מאוד או לעתים קרובות																																																																																																																																																																																																																																																											
1	0	1	2	אני מתנהג/ת מוחזק לגילי.	2	0	1	אני שותה אלכוהול ללא אישור ההורים (תאריך):	3	0	1	אני מרבה להתווכח.	4	0	1	אני לא מסיים/ת דברים שהתחלתי.	5	0	1	יש רק מעט דברים מהם אני נהנה/ת.	6	0	1	אני משהיציאה מהמרב/ב/ו.	7	0	1	אני לא לי להחזיק או למקד תשומת ליב לזמן.	8	0	1	אני לא לי להוציא מהראש שבות מסוימות (תאריך):	9	0	1	קשה לי לשבת בשקט. אני חסרת/ת מנוחה.	10	0	1	אני יותר מדי תלוי/ה במבוגרים.	11	0	1	אני מרגיש/ה בודד/ה.	12	0	1	אני מרגיש/ה מבודד/ה/ת מעורפל/ת.	13	0	1	אני מרבה לבכות.	14	0	1	אני אדם ישר.	15	0	1	אני מרושע כלפי אחרים.	16	0	1	אני חוזק/ת בהקיץ או שקוע/ה במחשבות.	17	0	1	אני מדיק/ה לעצמי במתכוון או מנסה להתאבד.	18	0	1	אני מנסה למשוך תשומת לב רבה.	19	0	1	אני הורס/ת חפצים השייכים לי.	20	0	1	אני הורס/ת חפצים השייכים לאחרים.	21	0	1	אני בלתי ממושמע/ת בבית.	22	0	1	אני בלתי ממושמע/ת בבית ספר.	23	0	1	אני אוכל/ת טוב.	24	0	1	אני לא מסתדר/ת עם ילדים אחרים.	25	0	1	אני לא מרגיש/ה רגשות אשמה אחרי שעשיתי משהו לא בסדר.	26	0	1	אני מקנא/ה באחרים.	27	0	1	אני עובר על הכללים בבית, בבי"ס, או במקומות אחרים.	28	0	1	אני פוזר/ת מבעלי חיים, ממקומות או ממציבים מסוימים מלבד בית הספר (תאריך):	29	0	1	אני פוזר/ת ללכת לבית הספר.	30	0	1	אני פוזר/ת שמא אחשוב או אעשה משהו רע.	31	0	1	אני מרגיש/ה שעלי להיות מושלם/ת.	32	0	1	אני מרגיש/ה שאיש אינו אוהב אותי.	33	0	1	אני חושב/ת שדוברים להתנצל לי.	34	0	1	אני חושב/ת שאני לא "שווה הרבה", שאני חסרת/ת ערך, נחות/ה.	35	0	1	אני מרבה להיפצע, נוסה לתאונות.	36	0	1	אני מרבה להתקוטט.	37	0	1	אחרים מרבים להתגרות בי או להציק לי.	38	0	1	אני מסתובב/ת עם ילדים המרבים להסתבך בצרות.	39	0	1	אני מרגיש/ה שאני לא צלילים שאני לא צלילים.	40	0	1	אני פועל/ת בלי לעצור ולחשוב על מה שאני עושה.	41	0	1	אני מעדיף/ה להיות לבד מאשר עם אחרים.	42	0	1	אני משקר/ת או מרמה.	43	0	1	אני כוסס/ת ציפורניים. ("אוכל/ת ציפורניים")	44	0	1	אני עצבני/ת, מתחזק/ה.	45	0	1	יש לי תנועות פתאומיות קטנות ("טיקים") או תנועות עצבניות (תאריך):	46	0	1	יש לי טיפים בליזה.	47	0	1	אני לא אוהב/ה על ידי ילדים אחרים.	48	0	1	אני יכול/ה לעשות דברים מסוימים טוב יותר מילדים אחרים.	49	0	1	אני פוזר/ת מדי, חרד/ה מדי.	50	0	1	אני חש/ה סחחורות.	51	0	1	יש לי יותר מדי רגשות אשם.	52	0	1	אני אוכל/ת יותר מדי.	53	0	1	אני טובל/ת מעיפות יותר.	54	0	1	אני טובל/ת מעודף משקל.	55	0	1	בעיות גופניות ללא סיבה רפואית ידועה:	56	0	1	א. כאבים או מיהושים (לא כאבי ראש או בטן)	0	1	2	ב. כאבי ראש	0	1	2	ג. בחילות	0	1	2	ד. בעיות עם העיניים (לא את תוקנו עיי משקפיים)	0	1	2	(תאריך):	0	1	2	ה. פריחות או בעיות אחרות בעור	0	1	2	ו. כאבי בטן	0	1	2	ז. הקאות	0	1	2	ח. בעיות אחרות (תאריך):	0	1	2

אנא ענו על כל הפריטים.

=0 לא נכון (עד כמה שידוע לך)					=1 נכון לפעמים או במידת מה					=2 נכון מאד או לעתים קרובות				
0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
57	0	1	2	3	84	0	1	2	3	84	0	1	2	3
אני תוקף/ת אנשים אחרים גופנית או מתנפל עליהם.					אני עושה דברים שאנשים אחרים חושבים שהם מזויזים (תאר/י):									
58	0	1	2	3										
אני מחסמ/ת בענר או במקומות אחרים בגוף (תאר/י):														
59	0	1	2	3	85	0	1	2	3	85	0	1	2	3
אני יכול/ה להיות ידידותי/ת.					יש לי מחשבות שאנשים אחרים יחשבו שהן מזוהות (תאר/י):									
60	0	1	2	3	86	0	1	2	3	86	0	1	2	3
אני אוהב/ת לנסות דברים חדשים.					אני עקשני/ת.									
61	0	1	2	3	87	0	1	2	3	87	0	1	2	3
אני חלש/ה בלימודים בבית הספר.					יש לי שינויים פתאומיים במצב הרוח או ברגשות.									
62	0	1	2	3	88	0	1	2	3	88	0	1	2	3
אני מגושמ/ת, מסורבל/ת או חסר/ת קואורדינציה.					אני נהנה/ת להיות עם אנשים.									
63	0	1	2	3	89	0	1	2	3	89	0	1	2	3
אני מעדיף/ה לבלות זמן עם ילדים יותר מבוגרים ממני.					אני חשדני/ת.									
64	0	1	2	3	90	0	1	2	3	90	0	1	2	3
אני מעדיף/ה לבלות זמן עם ילדים צעירים ממני.					אני מקלל/ת או משתמש/ת בשפה גסה.									
65	0	1	2	3	91	0	1	2	3	91	0	1	2	3
אני מסורבל/ת לדבר.					אני חושב/ת על התאבדות.									
66	0	1	2	3	92	0	1	2	3	92	0	1	2	3
אני חוזר/ת על פעולות מסוימות שוב ושוב (תאר/י):					אני גורם לאנשים אחרים לצחוק.									
67	0	1	2	3	93	0	1	2	3	93	0	1	2	3
אני בורח/ת מהבית.					אני מדבר יותר מדי.									
68	0	1	2	3	94	0	1	2	3	94	0	1	2	3
אני מרבה לצרוח או לצעוק.					אני מנסה להימנע או להציק לאחרים.									
69	0	1	2	3	95	0	1	2	3	95	0	1	2	3
אני שומר/ת על דברים לעצמי, לא מספר/ת דברים לאחרים.					אני בעל/ת מזג חם (ידידותי קצרי).									
70	0	1	2	3	96	0	1	2	3	96	0	1	2	3
אני רואה דברים שאנשים אחרים לא רואים.					אני חושב/ת יותר מדי על מין.									
(תאר/י):					אני מאיימ/ת לפגוע באנשים.									
71	0	1	2	3	97	0	1	2	3	97	0	1	2	3
אני מרגיש/ה שלא בנוח או נבוך/ה בקלות בנוכחות אחרים.					אני חושב/ת יותר מדי על מין.									
72	0	1	2	3	98	0	1	2	3	98	0	1	2	3
אני גורם/ת לשריפות, מדליק/ה זלקיות.					אני חושב/ת יותר מדי על מין.									
73	0	1	2	3	99	0	1	2	3	99	0	1	2	3
אני יכול/ה לעבוד היטב עם ידיי.					אני חושב/ת יותר מדי על מין.									
74	0	1	2	3	100	0	1	2	3	100	0	1	2	3
אני משוויצ/ה או מתנהג/ת כמו ליצני/ת.					יש לי הפרעות או קושי בשינה (תאר/י):									
75	0	1	2	3	101	0	1	2	3	101	0	1	2	3
אני ביישני/ת מדי.					אני נעדר/ת משיעורים או משתמש/ת בבית הספר.									
76	0	1	2	3	102	0	1	2	3	102	0	1	2	3
אני ישנה/ה פחות מאחרים בני גילי.					אני חסר/ת מרג.									
77	0	1	2	3	103	0	1	2	3	103	0	1	2	3
אני ישנה/ה יותר מאחרים בני גילי במשך היום ו/או במשך הלילה (תאר/י):					אני אומלל/ה, עצוב/ה או מדוכא/ת.									
78	0	1	2	3	104	0	1	2	3	104	0	1	2	3
אני לא מקשיב/ה לאחרים, לא קשוב/ה או דעתי מוסחת בקלות.					אני רועש/ת או קולני/ת יותר מאחרים בני גילי.									
79	0	1	2	3	105	0	1	2	3	105	0	1	2	3
יש לי בעיות בדיבור (תאר/י):					אני משתמש/ת בסמים (לא כולל אלכוהול או סיגריות) (תאר/י):									
80	0	1	2	3										
אני עומד/ת על זכויותי.														
81	0	1	2	3	106	0	1	2	3	106	0	1	2	3
אני גונב/ת בבית.					אני אוהב/ת להיות הוגנת/ת כלפי אנשים אחרים.									
82	0	1	2	3	107	0	1	2	3	107	0	1	2	3
אני גונב/ת מחוץ לבית.					אני נהנה/ת מבדיחה טובה.									
83	0	1	2	3	108	0	1	2	3	108	0	1	2	3
אני אוגר/ת חפצים שאינם חוצצים לי (תאר/י):					אני אוהב/ת לקחת את החיים בקלות.									
					אני משתדל/ת לעמוד לאנשים אחרים כשאני יכול/ה.									
					היית רוצה להיות בן/בת המין השני.									
					אני משתדל/ת שלא להיות מעורב/ת חברתית עם אחרים.									
					אני דואג/ת המון.									

כתוב כל דבר נוסף שמתאר את תחושותיך, התנהגותך, או תחומי העניין שלך:

וודאו שעניתם על כל הפריטים.

עמוד 4

**מדינת ישראל
משרד החינוך
לשכת המדען הראשי**

עמוד 1 מתוך 3
ירושלים, י"ט תמוז תשע"ג
27 יוני 2013
תיק 7676 רו 626

**היתר לאיסוף מידע לצורך המחקר בנושא
"איתור כוחות נפשיים להתמודדות בקרב בני נוער"
בביצועו של מר יפתח צפרי**

ההיתר בתוקף החל מהתאריך הרשום לעיל ועד לסיום שנת הלימודים תשע"ד בלבד

במסמך זה ההתייחסות לכל אלה שלא מזהים לפי שם, היא בלשון זכר. זאת מטעמי נוחות בלבד, כאשר הכוונה היא גם לנקבה, אם לא מצוין אחרת.

לצורך הכניסה לבית הספר יומצא העתק של מסמך זה למנהל

המסגרת שבה נערך המחקר: עבודת הגמר של עורך המחקר לקראת תואר שני באוניברסיטה העברית

מנחי המחקר: ד"ר אורלי קמפף-שרף וד"ר יופ מאירס

מטרתו המרכזית של המחקר: בחינת ההשערה כי ככל שאסטרטגיית ההתמודדות עם הסביבה אקטיבית יותר, אך לא מוגזמת, המדדים המצביעים על בריאות נפשית יהיו גבוהים יותר.

עיקרי המרכיבים של המחקר לעניין היתר זה:

הנבדקים: תלמידי כיתות ז'-י"ב

הליך איסוף המידע: הנבדקים יתבקשו למלא שני שאלונים, במסגרת כיתתית, בנקודת זמן אחת. בשאלון הראשון¹ הם יתבקשו להשלים משפטים חסרים. בשאלון השני² יתבקשו הנבדקים לציין, באיזו מידה תחושות והתנהגויות שונות המתוארות בשאלון מאפיינות אותם.

הבקשה לביצוע המחקר הנ"ל נבדקה על ידי לשכת המדען הראשי, ונמצאה עומדת בכל התנאים הנוגעים בדבר הקבועים בנוהל "אישור איסוף מידע במוסדות החינוך". לאור זאת הוחלט להתיר את איסוף המידע המבוקש שלעיל בקרב תלמידי כיתות ז'-י"ב בבתי ספר ממלכתיים במחוז המרכז בלבד.

ההיתר כפוף לכל התנאים שלהלן אשר אותם על עורך המחקר והמנחים של עבודתו לקיים, בשיתוף עם מנהל בית הספר הנוגע בדבר, אלא אם נקבע אחרת בתנאי עצמו:

1. חורי התלמידים המועמדים ליטול חלק במחקר אינם כפופים לצוות המחקר או לכל אדם אחר הפועל מטעמו. כמו כן, החורים וילדים המועמד להיבדק אינם תלויים בצוות המחקר בכל דרך אחרת.
2. איסוף המידע לא יערך בפועל על ידי חבר צוות של המוסד החינוכי או על ידי בעל תפקיד אחר הפועל במסגרתו.
3. השתתפותם של תלמידי כיתות ז'-י"ב במחקר לא תפגע בלימודיהם לקראת בחינות הבגרות ובהשתתפותם בהם. האחראיות לקיום תנאי זה היא של המנהל.

¹ שאלון "השלמת משפטים" של פרופסור יואל שגן

² שאלון "אכנבך" הבוחן תסמינים להתנהגות פסיכו-פתולוגית

נספח 4 – אישור ועדת הלסינקי של המרכז הירושלמי לבריאות הנפש

29/08/2009 13:14 026799724

RIMONA DURST

PAGE 01/01

שם המהל: נוהל לניסויים רפואיים בבני-אדם	תאריך: ינואר 2006
טפסים	

טופס 6 – עמוד 1 מתוך 1
אישור ועדת הלסינקי של המוסד הרפואי לביצוע ניסוי רפואי בבני-אדם

לכבוד:

ד"ר מיגל שסטצקי

בי"ח איתנים

שוכנענו שהניסוי הרפואי, אשר פרטיו מופיעים להלן, אינו נוגד את עקרונות הצהרת הלסינקי ותקנות בריאות העם (ניסויים רפואיים בבני-אדם) תשמ"א-1980.

א. פרטי הניסוי:

מספר הבקשה בועדת הלסינקי 13-13	מספר הבקשה במשרד הבריאות:
שם מוצר המחקר:	שם היצרן:
נושא הניסוי הרפואי: תיקוף מבחן השלמת המשפטים של שגן לאיתור התמודדות פעילה בקרב בני נוער	
ניסוי רב-מרכזי בארץ: -	
מספר הפרוטוקול: 1	גרסה: 2
תאריך: 28.10.2013	
טופס הסכמה: גרסה: 1	תאריך: 24.9.2013
חוברת לחוקר (אם יש):	תאריך:
שם החוקר הראשי: ד"ר מיגל שסטצקי	מחלקה: המרכז הירושלמי לבריאות הנפש, בי"ח איתנים, מחלקת ילדים ונוער
שם היוזם וכתובתו: ד"ר מיגל שסטצקי, בי"ח איתנים	שם נציגו בארץ וכתובתו:

ב. הניסוי הרפואי המ: ³

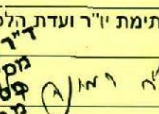
☐ ניסוי רפואי מיוחד, שבסמכות מנהל המוסד הרפואי לאשרו ללא אישור נוסף של משרד הבריאות.

☐ ניסוי רפואי שאינו מיוחד, ולכן נדרש גם לאישור נוסף של משרד הבריאות.

ג. תוקפו של ניסוי רפואי זה יהיה לשנה מיום אישור המנהל של המוסד הרפואי.

ד. תנאים והגבלות:

החוקר הראשי יציין על גבי טופס זה את מס' הרישום של הניסוי באתר ה-NIH (במידת הצורך):

שם יו"ר ועדת הלסינקי	חתימת יו"ר ועדת הלסינקי	תאריך הדיון בוועדת הלסינקי	תאריך האישור
ד"ר רמונה דורסט		25.10.2013	09.12.2013

ד"ר רמונה דורסט
מקצוע: רפואה
מס' רישום: 12094
מס' תעודת זהות: 7165

³ נמנ את הסעיף המתאים

ועדת הלסינקי

פרוטוקול ישיבת ועדת הלסינקי המוסדית - המרכז הירושלמי לבר"ה 25.10.2013

נוכחים:

ד"ר ר. דורסט, עו"ד י. עוזיאל, דר' סלע,
דר' מ. אברמוביץ, מר נ. ורט, דר' ד. ישראלי, ד"ר דנילוביץ,
פרופ' ר. מלמד, ד"ר ס. סבירי – מומחים ברפואה פנימית.

נעדר:

דר' ג. כץ.

1. מחקר חדש 13-13: תיקוף מבחן השלמת המשפטים של שגן לאיתור התמודדות פעילה בקרב בני נוער.

חוקר ראשי:

ד"ר שסטצקי.

חוקרי משנה:

ד"ר אורלי קמפף-שרף – מהמגמה לפסיכולוגיה קלינית וחינוכית
באוניברסיטה העברית; ד"ר יופ מאירס – מהמגמה לפסיכולוגיה
קלינית וחינוכית באוניברסיטה העברית; יפתח צפריר – סטודנט לתואר
שני במגמה לפסיכולוגיה קלינית וחינוכית של הילד, בית הספר
לחינוך, האוניברסיטה העברית.

פרוטוקול מספר: 1

סוג מחקר: מחקר קליני, ללא תרופות.

מיוחד: כן

ד"ר אורלי קמפף-שרף ויפתח צפריר הציגו את רציונל המחקר ושיטותיו.

הוועדה הדגישה בפני החוקרים את חשיבות שמירת הסודיות, ומציגי המחקר הרחיבו ודיווחו
כיצד הסודיות תישמר במלואה. עם זאת, הועלתה הסוגיה של דיווח על משתתף במחקר או
בקבוצת הביקורת המביע משאלות התאבדות. הוחלט שעל החוקרים להציג מנגנון שיעריך
מסוכנות ויקבע נוהלי דיווח למטפלים בעת הצורך.

החלטה:

הוועדה אישרה את המחקר לאחר שיוסף לפרוטוקול בבהירות המנגנון המוצע להבטחת
מלוא הסודיות, מחד, ודיווח על מסוכנות, מאידך, במקרי הצורך.

157-11



31/10/2013

ביה"ס לחינוך
School of Education

לכבוד מר יפתח צפריר,

הריני לאשר שמחקרך, שכותרתו: "תיקוף מבחן להשלמת משפטים של יואל שן בקרב בני נוער", נסקר על ידי ועדת האתיקה של ביה"ס לחינוך ואושר על ידי הועדה. יצוין כי עבור איסוף נתונים נוספים בקרב אוכלוסיית מתבגרים המאושפזים בבית חולים פסיכיאטרי יש לפנות לוועדת הלסינקי, כפי שגם צוין בבקשה.

ברצוני לידע אותך גם כי:

(1) האישור תקף רק בצמוד לתעודה המאשרת שעברת הכשרה אתית (ראה תוכנה אינטרנטית המנפיקה תעודה בתום ההכשרה: www.citiprogram.org). הסבר אודותיה נמצא באתר הרשות למחקר ופיתוח, הנגיש באמצעות הקישורית הבאה: <http://ard.huji.ac.il/huard/pubPageViewer.jsp?ardNum=396>.

(2) האישור תקף ל-18 חודשים מיום הנפקתו.

בברכה,

הר הצופים
ירושלים 91905
טלפון: 02-5882055
פקס: 02-5881311

Mount Scopus
Jerusalem 91905, Israel
Tel. 972-2-5882055
Fax. 972-2-5881311

ד"ר קרייסטה אסטרן

ועדת האתיקה

ביה"ס לחינוך, האוניברסיטה העברית

שנת הלימודים תשע"ד

הנדון; מחקר בנושא איתור כוחות להתמודדות אצל בני נוער

הורים יקרים,

המחנך של כיתת בנכם/בתכם התבקש על ידי להעביר מכתב זה להורי כל תלמידי הכיתה. זאת, באמצעות התלמידים עצמם.

בכיתה שבה לומד ילדכם מתוכנן להתבצע בקרוב מחקר בנושא "איתור כוחות להתמודדות הקיימים אצל בני נוער".

המחקר נערך במסגרת עבודת גמר לתואר שני באוניברסיטה העברית, בהנחייתם של ד"ר יופ מאירס וד"ר אורלי קמפף- שרף. המחקר הותר לביצוע על ידי לשכת המדען הראשי של משרד החינוך, בכפוף לתנאי ההיתר מטעמה (העתק של ההיתר נמסר להנהלת בית הספר וניתן לעיין בו לפי דרישה).

מטרתו המרכזית של המחקר היא לעמוד על הקשר, ככל שקיים, בין אסטרטגיות התמודדות של מתבגרים עם הסביבה לבין תחושותיהם במהלך חיי היומיום ומצב רוחם. אנו מקווים כי המחקר גם יסייע בעתיד לפיתוחו של כלי אבחוני לאיתור כוחות התמודדות בקרב מתבגרים, ולתכנון תכניות התערבות מתאימות על סמך ממצאי האבחון.

במסגרת המחקר, התלמידים יתבקשו לענות על שני שאלונים, במהלך אחד השיעורים, בתיאום עם מחנך הכיתה. באחד השאלונים מתוארות בהיגדים התנהגויות שונות ועל התלמיד הנבדק לסמן באיזו מידה ההתנהגויות אלה מאפיינות אותו (0 = לא מאפיינות, 1 = מאפיינות לפעמים או במידה מה, 2 = מאפיינות לעיתים קרובות), דוגמאות להיגדים המוצגים להתייחסותו של הנבדק:

- אני נהנה להיות עם אנשים
- אני מרבה לצרוח או לצעוק
- יש לי שינויים פתאומיים במצב הרוח או ברגשות

השאלון השני הינו שאלון להשלמת משפטים. התלמיד הנבדק יתבקש להשלים משפטים כגון:

- הוא לא אהב דבר יותר מאשר _____
- שום דבר לא מאכזב יותר מ_____

את שני השאלונים יתבקשו הנבדקים למלא ללא ציון של פרט מזהה כלשהו, ולא יירשמו לצורך המחקר כל פרטים מזהים על אודותיהם.

מילוי השאלונים יערך במסגרת כיתתית במהלך יום הלימודים ויארך שעת לימודים אחת (50 דק).

יצוין עוד, כי המידע שייאסף ישמש לצרכי מחקר בלבד ולא יהיה נגיש, במתכונתו הגולמית, לאף גורם בבית הספר או מחוצה לו, מלבד צוות המחקר. פרסום הממצאים ייערך באופן שאינו מאפשר זיהויים של הנבדקים.

על רקע העובדה, ששאלוני המחקר נוגעים לתחום הרגשי, מחנך הכיתה יבהיר לתלמידים לפני תחילת איסוף המידע, שהם מוזמנים לפנות אליו, או אל היעוצת החינוכית של בית הספר, ככל שירצו, כדי לשוחח על כל נושא או תחושה שעלתה אצלם, בעקבות מילוי השאלונים.

השתתפות התלמידים במחקר איננה חובה. תכובד זכותו של כל מי שמועמד להשתתף במחקר לבחור לא להשתתף בו בפועל, וכן זכותו של כל נבדק להפסיק את השתתפותו בכל עת שירצה במהלך המחקר, מבלי שייפגע באופן כלשהו כתוצאה מכך.

בתקופה הקרובה יחל איסוף המידע בבית הספר. אם אתם מתנגדים להשתתפות בנכם/בתכם במחקר, אנא מלאו את הספח המופיע בצד האחורי של דף זה זה ומסרו אותו להנהלת בית הספר בשבועיים הקרובים.

אם אתם מעוניינים לקבל מידע נוסף על תכנית המחקר ומהלכו, ניתן ליצור עמי קשר בטלפון 052-9593841.

בברכה,

מר יפתח צפרי, עורך המחקר

הנדון: הבעת התנגדות לשיתוף בני או בתי במחקר

אני מביע את התנגדותי לשיתוף בני/בתי _____ (שם הבן/הבת)

במחקר בנושא איתור כוחות להתמודדות אצל בני נוער.

ולראיה באתי על החתום

_____	_____	_____
חתימה	שם האב/האם	תאריך

הורה יקר,

הנדון: מחקר בנושא התמודדות בקרב בני נוער

במחלקה שבנה בנכם \ בתכם מאושפזות מתוכנן להתבצע במהלך 2014 מחקר בנושא "תיקוף מבחן השלמת המשפטים של שני לאיתור התמודדות פעילה בקרב בני נוער". המחקר נערך במסגרת עבודת גמר לתואר שני באוניברסיטה העברית, בהנחייתה של ד"ר אורלי קמפף-שרפ. המחקר הותר לביצוע על ידי ועדת הלסינקי של בית החולים איתנים, בכפוף לתנאי ההיתר מטעמה.

מטרתו המרכזית של המחקר היא לעמוד על הקשר, ככל שקיים, בין אסטרטגיות התמודדות של מתבגרים עם הסביבה לבין תחושותיהם במהלך חיי היומיום ומצב רוחם. במסגרת המחקר, בנך/בתך יתבקשו לענות על שני שאלונים, בליווי נסיין מחקר. באחד השאלונים מתוארות בהיגדים התנהגויות שונות ועל הנבדק לסמן באיזו מידה ההתנהגויות אלה מאפיינות אותו (0 = לא מאפיינת, 1 = מאפיינת לפעמים או במידה מה, 2 = מאפיינת לעיתים קרובות), דוגמאות להיגדים המוצגים להתייחסותו של הנבדק:

- אני נהנה להיות עם אנשים
 - אני מרבה לצרוח או לצעוק
 - יש לי שינויים פתאומיים במצב הרוח או ברגשות
- השאלון השני הינו שאלון להשלמת משפטים. הנבדק יתבקש להשלים משפטים כגון:
- הוא לא אהב דבר יותר מאשר _____
 - שום דבר לא מאכזב יותר מ_____

את שני השאלונים יתבקשו הנבדקים למלא ללא ציון של פרט מזהה כלשהו, פרט לגיל ומין, ולא יירשמו לצורך המחקר כל פרטים מזהים על אודותיהם. מילוי השאלונים יערך במחלקה. אנו מקווים כי המחקר גם יסייע בעתיד לפיתוחו של כלי אבחוני לאיתור כוחות התמודדות בקרב מתבגרים, ולתכנון תכניות התערבויות מתאימות על סמך ממצאי האבחון. המידע שייאסף ישמש לצרכי מחקר בלבד ולא יהיה נגיש, במתכונתו הגולמית, לאף גורם מלבד צוות המחקר, מלבד מצבים בהם מדווחים הנער או הנערה על כוונה אובדנית. במצב זה, יועבר מידע זה בלבד לרופא המחלקה. פרסום הממצאים ייערך באופן שאינו מאפשר זיהויים של הנבדקים. על רקע העובדה, ששאלוני המחקר נוגעים לתחום הרגשי, יובהר לנבדקים שהם מוזמנים לפנות לצוות המחלקה ככל שירצו כדי לשוחח על כל נושא או תחושה שעלתה אצלם, בעקבות מילוי השאלונים. השתתפות בנכם/בתכם במחקר איננה חובה ואינה קשורה לטיפול במחלקה. תכובד זכותו של כל מי שמועמד להשתתף במחקר לבחור לא להשתתף בו בפועל. תכובד זכותו של כל נבדק להפסיק את השתתפותו בכל עת שירצה במהלך המחקר. תכובד זכותו של נבדק לא לענות על כל השאלות בשאלון או על חלק מהן. כל אלו, מבלי שייפגע באופן כלשהו כתוצאה מכך. אם אתם מעוניינים לקבל מידע נוסף על תכנית המחקר ומהלכו, ניתן ליצור עמי קשר בטלפון 052-9593841 (יפתח). זכותכם להיוועץ בגורם נוסף (רופא-משפחה, בני משפחה וכו') במידת הצורך.

בכל בעיה הקשורה לניסוי הרפואי תוכלו לפנות לד"ר שסטצקי מיגל בטלפון 02-5705245.

בברכה, מר יפתח צפריר, עורך המחקר

שם הנהל: נוהל לניסויים רפואיים בבני-אדם	תאריך: ינואר 2006
טפסים	

טופס 3 ג' – עמוד 1 מתוך 3
טופס הסכמה מדעת של ההורים/האפוטרופוס ¹ להשתתפות קטין/חסוי/פסול דין ¹ בניסוי רפואי ללא מוצר מחקר ²

מספר הבקשה בוועדת הסימני (למילוי על-ידי מזכירות הוועדה): _____

אנו החתומים מטה:

ההורים/האפוטרופוס של הקטין/החסוי/פסול דין¹ (להלן המטופל):

שם האם:	מספר תעודת זהות:
שם האב:	מספר תעודת זהות:
שם האפוטרופוס:	מספר תעודת זהות:

שם המטופל	מספר תעודת זהות	תאריך לידה (אם המטופל מתחת לגיל 18 שנים)	כתובת

(א) מצהירים בזה, כי אנו מסכימים שהמטופל ישתתף במחקר רפואי, כמפורט במסמך זה.

(ב) מצהירים בזה, כי המטופל משתתף/אינו משתתף¹ בזמן חתימת מסמך זה בניסוי רפואי אחר במשך כל תקופת מחקר זה.

(ג) מצהירים בזה, כי הוסבר לנו על-ידי:

שם החוקר/חוקר המשנה המסביר:
יפתח צפרי

1. כי החוקר הראשי (שם הרופא): ד"ר ששטצקי מיגל קיבל ממנהל המוסד ממנהל המוסד הרפואי אישור לביצוע המחקר הרפואי בבני-אדם, כמשמעותו בתקנות בריאות העם (ניסויים רפואיים בבני-אדם) התשמ"א-1980 (להלן הניסוי הרפואי).

2. כי לחוקר הראשי ולחוקר המשנה יש/אין¹ זיקה³ ליזם המחקר.
אם יש – פרט: חוקר המשנה הוא גם יזם המחקר.

3. כי המחקר הרפואי נערך בנושא: תיקוף מבחן השלמת המשפטים של שגן לאיתור התמודדות פעילה בקרב בני נוער.

4. כי אנו חופשיים לבחור שהמטופל לא ישתתף בניסוי הרפואי, וכי אנו חופשיים להפסיק בכל עת השתתפות המטופל בניסוי, כל זאת, מבלי לפגוע בזכות המטופל לקבל את הטיפול המקובל.

5. כי במקרה של מילוי שאלון – אני רשאי/ת שלא לענות על כל השאלות שבשאלון או על חלק מהן.

1 מחק את המיותר
2 מחקר רפואי, כולל: לקיחת דמים, שאלונים, מחקר אפידמיולוגי, מחקר בדגימות רקמה וכו', פרט למחקר גנטי.
3 זיקה – קשר של העסקה בשכר, בקבלות או בכל דרך אחרת, או קשר מסחרי או עסקי, או קשר משפחתי או אישי, וכל קשר אחר שיש בו כדי לעורר חשש לקיום יגד עניינים או תלות, ולמעט החזר הוצאות או תשלום עבור השתתפות בוועדות לפי נוהל זה.
4 אם החוקר הראשי הוא גם יזם המחקר, יש לציין זאת במפורש

מספר גירסה

תאריך

שם הנהל: נוהל לניסויים רפואיים בבני-אדם	תאריך: ינואר 2006
טפסים	

טופס 3 ג' – עמוד 2 מתוך 3
טופס הסכמה מדעת של ההורים/האפוטרופוס ¹ להשתתפות קטין/חסוי/פסול דין ¹ בניסוי רפואי ללא מוצר מחקר ²

6. כי מובטחת למ סודיות באשר לזהות האישית של המטופל ולזהות ההורים/האפוטרופוסים¹. סודיות זו תישמר על-ידי כל העוסקים והמעורבים במחקר ולא תפורסם בכל פרסום כולל בפרסומים מדעיים.
7. כי המוסד הרפואי פעל להסדרת כיסוי ביטוחי הולם של החוקרים, הרופאים והצוות הרפואי העוסקים בניסוי הקליני מפני תביעות שיוגשו ע"י משתתפים בניסוי הקליני ו/או תביעות צד ג' הקשורות עם הניסוי הקליני בין בתקופת ביצוע הניסוי ובין לאחריו.
- אין באמור כדי לפגוע בזכויותינו על פי כל דין.
8. כי מובטחת למ נכונות לעמת לשאלות שיועלו על-ידינו וכן האפשרות להיוועץ בגורם נוסף (לדוגמא רופא-משפחה, בני משפחה וכו'), באשר לקבלת החלטה להשתתף בניסוי הרפואי ו/או להמשיך בו.
9. כי בכל בעיה הקשורה לניסוי הרפואי נוכל לפנות לפרופ' ד"ר שסטצקי מיגל מספר טלפון/משיבון: 02-5705245, בכל שעות היממה.
- ד. הנני מצהיר/ה כי נמסר למ מידע מפורט על המחקר הרפואי, על פי הנושאים הכתובים להלן:
1. מטרת המחקר;
 2. התקופה הצפויה למשך ההשתתפות במחקר והמספר בקירוב של המשתתפים במחקר;
 3. תיאור ההליכים השונים במשך תקופת המחקר, תוך הבחנה ברורה בין ההליכים המחקריים לבין ההליכים המקובלים ברפואה;
 4. היתרונות הצפויים למשתתף או לאחרים, כתוצאה מהמחקר;
 5. הסיכונים הידועים ו/או אי-הנוחות שניתן לחזותם למשתתף במחקר;
 6. מידע רלוונטי אחר;
- ה. הנני מצהיר/ה בזה² כי את הסכמתי הנ"ל נתתי מרצוני החופשי וכי הבינתי את כל האמור לעיל. כמו כן, הנני מתחייב/ת בזה לידע גם את אב/אם¹ הילד/הילדה¹ על הסכמתי להשתתפות בני/בתי¹ במחקר הרפואי. אם אב/אם¹ הילד/הילדה¹ אינו/אינה מסכים/ה לצרף את הסכמתו/ה להסכמתי, אני מתחייב/ת לידע על כך את הרופא האחראי וכן לבטל את הסכמתי להשתתפות בני/בתי במחקר הרפואי. כמו-כן, קבלתי לידי עותק של טופס הסכמה מדעת זה, משא תאריך וחתום כדין.
- ו. הננו מצהירים בזה³, כי את הסכמתנו הנ"ל נתנו מרצוננו החופשי וכי הבננו את כל האמור לעיל. כמו-כן, קיבלנו עותק של טופס הסכמה מדעת זה משא תאריך וחתום כדין.
- ז. עם חתימת/חתימתנו¹ על טופס הסכמה זה, הנני/ו מתי'לים ליוזם במחקר הרפואי, לוועדת הסיניקי המוסדית, לגוף המבקר במוסד הרפואי ולמשרד הבריאות גישה ישירה לתיק הרפואי של המטופל, לשם אימות שיטות המחקר הרפואי והנתונים הקליניים. גישה זו למידע הרפואי של המטופל תבוצע תוך שמירת סודיות, בהתאם לחוקים ולנהלים של שמירת סודיות.

¹ מחק את המיותר
² במקרים בהם הורה אחד חותם על טופס הסכמה ובתנאי שוועדת הסיניקי נתנה אישורה לכך.
³ במקרים בהם חותמים שני ההורים או האפוטרופוסים/מיזי כח של המטופל

שם הנוהל: נוהל לניסויים רפואיים בבני-אדם	תאריך: ינואר 2006
טפסים	

טופס 3 ג' – עמוד 3 מתוך 3
טופס הסכמה מדעת של ההורים/האפוטרופוס ¹ להשתתפות קטין/חסוי/פסול דין ¹ בניסוי רפואי ללא מוצר מחקר ²

חתימת האב	תאריך	חתימת האם	תאריך

חתימת האפוטרופוס	תאריך	חתימת המטופל	תאריך

במקרה הצורך:

שם העד הבלתי תלוי	מספר תעודת זהות	חתימת העד	תאריך

הצהרת החוקר/חוקר המשנה:

ההסכמה הנ"ל נתקבלה על-ידי, וזאת, לאחר שהסברתי להורים/לאפוטרופוסים² של המשתתף/ת במחקר הרפואי כל האמור לעיל וכן וידאתי שכל הסברי הובנו על-ידם.

שם החוקר/חוקר המשנה המסביר	חתימתו	תאריך

¹ במקרה שהמשתתף בניסוי או נציג החוקי אינו מסוגל לקרוא את טופס ההסכמה מדעת, עד בלתי תלוי חייב להיות נוכח במשך ההסבר על מהות הניסוי הרפואי. לאחר שהמשתתף או נציג החוקי הביע את הסכמתו בעל-פה להשתתפות בניסוי, העד יחתום על טופס ההסכמה תוך ציון תאריך החתימה.

² מחק את המיותר

מספר גירסה

תאריך

נספח 8 – טופס הסכמת נבדק בבית הספר

הסכמה להשתתפות במחקר

המחקר בו הנך עומדות להשתתף הינו בנושא תיקוף מבחן השלמת המשפטים.

המחקר נערך במסגרת עבודת גמר לתואר שני באוניברסיטה העברית.

תבקשי למלא שני שאלונים, ללא ציון של פרט מזהה כלשהו, פרט לגיל ומין, ולא יירשמו לצורך המחקר כל פרטים מזהים אודותיך.

הנך מוזמנת לפנות למורה או ליועצת כדי לשוחח על כל נושא או תחושה שעלתה אצלך, בעקבות מילוי השאלונים.

השתתפותך במחקר איננה חובה. זכותך לבחור לא להשתתף במחקר, וכן זכותך להפסיק את השתתפותך בכל עת שתראה במהלך המחקר, מבלי שתפגע באופן כלשהו כתוצאה מכך.

אני מביעה את הסכמתי להשתתף במחקר "תיקוף מבחן השלמת משפטים".
ולראיה באתי על החתום

חתימה

שם התלמידה

תאריך

נספח 9 - טופס הסכמת נבדק בניה"ח הפסיכיאטרי

שם הנוהל: נוהל לניסויים רפואיים בבני-אדם	תאריך: ינואר 2006
טפסים	

טופס 2 ג' - עמוד 1 מתוך 2
טופס הסכמה מדעת להשתתפות בניסוי רפואי בבני-אדם ללא מוצר מחקר ¹

מספר הבקשה בוועדת הסימני (למילוי על-ידי מזכירות הוועדה): _____

אני החתום מטה:

שם פרטי ומשפחה:	
מספר תעודת זהות:	
מיקוד:	כתובת:

- (א) מצהירה בזה כי אני מסכים/ה להשתתף במחקר רפואי¹, כמפורט במסמך זה.
- (ב) מצהירה בזה, כי אני משתתף/לא משתתף² בזמן חתימת מסמך זה, בניסוי רפואי אחר במשך כל תקופת מחקר זה.
- (ג) מצהירה בזה כי הוסבר לי על-ידי:

שם החוקר/חוקר המשנה המסביר:	יפתח צפריר
-----------------------------	------------

1. כי החוקר הראשי (שם הרופא): ד"ר מי'גל שסטצקי _____ קיבל ממנהל המוסד הרפואי, בו ייערך הניסוי, אישור לביצוע המחקר הרפואי בבני-אדם, כמשמעותו בתקנות בריאות העם (ניסויים רפואיים בבני-אדם) תשמ"א-1980 (להלן הניסוי הרפואי).
2. כי לחוקר הראשי ולחוקר המשנה יש זיקה ליוזם המחקר³.
אם יש – פרט: יוזם המחקר הוא חוקר משנה.
3. כי המחקר הרפואי נערך במשא: _____
תיקוף מבחן השלמת המשפטים של שגן לאיתור התמודדות פעילה בקרב בני נוער _____
4. כי אני חופשי/ה לבחור שלא להשתתף במחקר הרפואי, וכי אני חופשי/ה להפסיק בכל עת את השתתפותי במחקר, כל זאת מבלי לפגוע בזכותי לקבל את הטיפול המקובל.
5. כי במקרה של מילוי שאלון – אני רשאי/ת שלא לענות על כל השאלות שבשאלון או על חלק מהן.
6. כי מובטח לי שזהותי האישית תשמר סודית על-ידי כל העוסקים והמעורבים במחקר ולא תפורסם בכל פרסום, כולל בפרסומים מדעיים.
7. כי המוסד הרפואי פעל להסדרת כיסוי ביטוחי הולם של החוקרים, הרופאים והצוות הרפואי העוסקים בניסוי הקליני מפני תביעות שיוגשו ע"י משתתפים בניסוי הקליני ו/או תביעות צד ג' הקשורות עם הניסוי הקליני בין בתקופת ביצוע הניסוי ובין לאחריו. אין באמור כדי לפגוע בזכויותי על פי כל דין.
8. כי מובטחת לי נכונות לעמת לשאלות שיועלו על-ידי וכן האפשרות להיוועץ בגורם נוסף (לדוגמא רופא-

¹ מחקר רפואי, כולל: לקיחת דמים, שאלונים, מחקר אפידמיולוגי, מחקר בדגימות רקמה וכו', פרט למחקר גנטי.
² מחק את המיותר
³ אם החוקר הראשי הוא גם יוזם המחקר, יש לציין זאת במפורש.

מספר גרסה

תאריך

שם הנוהל: נוהל לניסויים רפואיים בבני-אדם	תאריך: ינואר 2006
טפסים	

טופס 2 ג' - עמוד 2 מתוך 2
טופס הסכמה מדעת להשתתפות בניסוי רפואי בבני-אדם ללא מוצר מחקר ¹

משפחה, בני משפחה וכו'), באשר לקבלת החלטה להשתתף בניסוי הרפואי ו/או להמשיך בו.

9. כי בכל בעיה הקשורה לניסוי הרפואי אוכל לפנות לפרופ' ד"ר מיגל שסטצקי: מספר טלפון/משיבון: 025705245, בכל שעות היממה.

(ד) הנני מצהיר/ה כי נמסרה לי מידע מפורט על המחקר הרפואי, על פי הנושאים המפורטים להלן:

1. מטרת המחקר;
2. התקופה הצפויה למשך ההשתתפות במחקר והמספר בקירוב של המשתתפים במחקר;
3. תיאור ההליכים השונים במשך תקופת המחקר, תוך הבחנה ברורה בין ההליכים המחקריים לבין ההליכים המקובלים ברפואה;
4. היתרונות הצפויים למשתתף או לאחרים, כתוצאה מהמחקר;
5. הסיכונים הידועים ו/או אי-הנוחות שניתן לחזותם למשתתף במחקר;
6. מידע רלוונטי אחר;

(ה) הנני מצהיר/ה בזה, כי את הסכמתי הנ"ל נתתי מרצוני החופשי וכי הבנתי את כל האמור לעיל. כמו-כן, קיבלתי עותק של טופס הסכמה מדעת זה, נושא תאריך וחתום כדין.

(ו) עם חתימתי על טופס הסכמה זה, הנני מתיר ליוזם המחקר הרפואי, לוועדת הליסימקי המוסדית, לגוף המבקר במוסד הרפואי ולמשרד הבריאות גישה ישירה לתיקי הרפואי, לשם אימות שיטות המחקר הרפואי והנתונים הקליניים. גישה זו למידע הרפואי שלי תבוצע תוך שמירת סודיות, בהתאם לחוקים ולנהלים של שמירת סודיות.

תאריך	חתימת המשתתף/ת במחקר	שם המשתתף/ת במחקר הרפואי

במקרה הצורך

תאריך	חתימת העד	מספר תעודת זהות	שם העד הבלתי תלוי

הצהרת החוקר/חוקר המשנה:

ההסכמה הנ"ל נתקבלה על-ידי, וזאת לאחר שהסברתי למשתתף/ת בניסוי הרפואי כל האמור לעיל וכן וידאתי שכל הסבריי הובנו על-ידו/יה.

תאריך	חתימתו	שם החוקר/חוקר המשנה המסביר

¹ במקרה שהמשתתף בניסוי, או נציג החוקר, אינו מסוגל לקרוא את טופס ההסכמה מדעת, עד בלתי תלוי חייב להיות נוכח במשך ההסבר על מהות הניסוי הרפואי. לאחר שהמשתתף או נציג החוקר הביע את הסכמתו בעל-פה להשתתפות בניסוי, העד יחתום על טופס ההסכמה, תוך ציון תאריך החתימה.

מספר גירסה

תאריך

נספח 10- מדריך צינן של שן (כולל דוגמאות מפורטות לכל פריט במבחן)

הוראות צינן במכשיר השלמת משפטים של שן

המבחן שלפנינו מורכב מ 40 פריטים, או שרשי משפטים. המשפטים משמשים יסוד להערכת מידת הנטייה להתמודדות פעילה והם מחולקים ל-4 סולמות (מס' הסולמות מופיע מצד ימין. בסדרת הספרות המזהות את הפריט אלו הן סולמות 1-4)

כל סולם הוא בן 10 פריטים, ומתייחס לאחד ממרכיבי הנטייה להתמודדות פעילה.

- סולם 1 : מייצגת את הנטייה לראות מורכבות, מבחינת זיהוי או ביטוי לשאיפות ומטרות חיוביות/ערכיות. האם האנרגיה מושקעת באובייקטים ואנשים לעומת השקעתה בעצמי.
- סולם 2 : מייצג את הנכונות לראות מורכבות מבחינת ביטוי למקורות של קשיים, תסכול ואכזבה. האם המיקוד הוא במקורות חיצוניים או בעצמי.
- סולם 3 : מייצג את הנטייה להתמודד עם מצבים חדשים ומורכבים באופן פעיל. את מידת האנרגיה המושקעת בחשיבה על הבעיה ופתרונה. האם ההתמודדות היא פעילה או סבילה.
- סולם 4 : מבטא את מידת ההערכה העצמית של האדם. האם היא חיובית או שלילית.

שיטת הצינן

כל השלמת משפט יכולה לקבל את אחד משלושת הציונים הבאים :

(+) חיובי - התמודדות פעילה

(-) שלילי – התמודדות סבילה

(R)- דחייה

השיקולים למתן ציון חיובי או שלילי ניתנו בדיון בכל אחד מהסולמות.

1. כדחייה יחשבו :

R1 -חלקי משפט שלא הושלמו כלל.

R2 –חלקי משפט שהושלמו בצורה לא הגיונית, מתחמקת, ללא כל אינפורמציה.

דוגמאות :

"הייתי מאושר ביותר כאשר הייתי מאושר"

" שום דבר לא מאכזב יותר מאכזבה"

" מי מפחד מוריגי'ניה וולף"

R3 – השלמות לא ספציפיות- השלמות כלליות מידי, אם כי בעלות תוכן והיגיון.

" אני נהנה מדברים יפים"

" הוא נוטה להתלונן על מצבו הקשה"

א. כל דחייה (R) על סוגיה השונים נחשבת בסיכום הנקודות כתגובה שקבלה צין שלילי היות והיא מעידה על דחית המשימה שהנבדק הועמד בפניה ועל רמת מוכנות נמוכה של אנרגיה נפשית.

ב. יערך סיכום של מספר הדחיות, (R) מעבר לארבע הסולמות לפי שלושת הסוגים של הדחיות.

2. שיקולים בקביעת ציון (+) או מינוס (-) לכל ארבעת הסולמות :

כל סולם יצויין בנפרד. יסכם סכום הציונים מעבר לסולמות.

סולם 1- מטרות ושאיפות

ציון חיובי (+) יינתן בסולם זה להשלמות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה, בפעילות בונה, בהזדהות עם ערכים מקובלים או בקשר חיובי עם אנשים (לא קשר תלתי מוגזם).
ציון שלילי (-) יינתן לתשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי, בצרכים ראשוניים, בבעיות גופניות ונפשיות. התייחסות לאנשים באופן תלתי קיצוני.

דוגמא: שאיפתו בחזקה ביותר היא _____

ציון חיובי (+)	ציון שלילי (-)
להיות רופא, להצליח בלימודים	להיות מאושר, להיות בריא
לעזור לחברו, להגן על מולדתו	לאכול גלידה, לישון
	להרוויח הרבה כסף, להתפנק אצל אהובתו

סולם 2 – מקורות קושי

ציון חיובי (+) בסולם זה יינתן להשלמות אשר מצביעות על תפישת מקורות קושי כתוצאה מהתנגשות עם גורמים חיצוניים, אובייקטים, ביצוע משימות, בני אדם וכוחות טבע.
ציון שלילי (-) יינתן לתשובות המצביעות על תפישת מקורות קושי כנובעים מקונפליקט פנימי, חוסר איזון פנימי, מחושים פיזיים, תכונות גופניות ונפשיות.

דוגמא: הוא נוטה להתלונן על _____

ציון חיובי (+)	ציון שלילי (-)
שכנים מרעישים, צורת הבנייה המכוערת,	דכאון, כאבי בטן, אכילה מופרזת
הגשם העז, הבחינה הקשה	רגשי נחיתות.

סולם 3- אסטרטגיות התמודדות

ציון חיובי (+) בסולם זה יינתן להשלמות אשר מצביעות על ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות, לפתור אותן. לתכנן לפני פעילות והיסוס מוצדק.
ציון שלילי (-) יינתן לתשובות המצביעות על תגובה של נסיגה, ויתור, כניעה, תגובות רגשיות או גופניות וניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר.

דוגמא: "כשנאמר לו שהתפקיד יעלה על כוחותיו הוא _____

ציון חיובי (+)	ציון שלילי (-)
ניסה להבין ולקבל את הדבר	נעלב, בכה, ויתר, שתק
נסה בכל זאת, שקל את הדבר שנית	התרגז והקים שערורייה, טען שיוכיח להם שלא צדקו

סולם 4- תפיסת העצמי

ציון חיובי בסולם זה יינתן להשלמות אשר מצביעות על ראייה עצמית חיובית, יחס חיובי לגבי העבר והעתיד (ללא הפרזה).
ציון שלילי יינתן לתשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית או חיובית מוגזמת. יחס שלילי או חיובי מוגזם לגבי העבר והעתיד.

דוגמא: לעיתים קרובות הוא רואה עצמו כ _____

ציון חיובי (+)	ציון שלילי (-)
מורה, חיל, אדם משכיל, חכם	גנב, טיפש, מתבודד, נחות, גאון הדור, עולה על כולם.

דוגמא: הוא חשב שעתידו _____

יהיה טוב, בטוח, להיות קצין בצה"ל
הערה: תגובה המעידה על תפישה עצמית חיובית מוגזמת, יכולה להעיד כי המשיב מנסה להסתיר את חששותיו ולהתגונן על ידי יצירת תדמית שאינה עומדת במבחן המציאות.

3. תשובות פתולוגיות (pt) יש והשלמת משפט מעוררת תשומת לב מיוחדת בשל תוכנה הפתולוגי, ומקבלת סימון מיוחד בנוסף לציון ע"פ הקריטריונים שהוזכרו לעיל. בתשובות בעלות אופי פתולוגי תחשבה השלמות משפט שתוכניהן משקפים:

א. התאבדות

ב. רצח ו אלימות

ג. התעלמות מכוונת מחוקים, בלתי מוסרית

ד. תשובות מוזרות המצביעות על הפרעות בחשיבה או תשובות המתייחסות להפרעה נפשית עמוקה.

השלמה שתכנה נקבע כפתולוגי, יצוין בצד הציון הראשוני שלה הסימון pt.

4. פרסברציה- לעיתים יקרה שנבדק יצבור מספר ניכר של ציונים חיוביים בסולמות 1-2, ואולם מבחינה תכנית, אפשר יהיה לראות חזרה על אותו תוכן השלמה מעבר למספר הפריטים. חזרה על תכנים עשויה להעיד, על צמצום בכושר להסתגלות, לפיכך לצד הציון המקורי יש לציין עובדה זו.

לדוגמא נבדק המשלים באופן כזה: הוא לא אהב דבר יותר ממוסיקה, שאיפתו החזקה ביותר היא להיות מוזיקאי, אני מתפעל ממוסיקה, מפתה לחשוב על היותו מוזיקאי.

כל פריט כשלעצמו יקבל ציון חיובי (+) אולם באופן שכזה יכול הנבדק להגיע לפחות לארבע ציונים חיוביים, מבלי שנתן כל אינפורמציה על עצמו מלבד התעניינותו הרבה במוסיקה.

אם חזר הנבדק על אותו תוכן השלמה 4 פעמים ויותר, באחד מסולמות 1-2 יצוין הסימן Ps, ליד סכום הציונים של אותו סולם.

5. תגובות מורכבות- ישנן השלמות משפטים שציינוןן מעורר התלבטות, ולהלן מספר כללים להכרעה, באשר לקביעת הציון.

א. ישנן תגובות המורכבות מחלקים שונים אשר לכל אחד מהם ציון שונה. לדוגמא: הוא לא אהב דבר יותר מאשר... לשות ולעבוד. וגם " לעיתים אני רואה עצמי כאיש רגיל, אך לא מוצלח".

תשובות אלו מורכבות משני חלקים אשר אחד היה צריך לקבל ציון שלילי והשני חיובי. במקרים אלה יש להחליט על פי סדר העדיפויות הבא:

1. הציון יינתן לפי החלק המוזכר ראשון, לפיכך, בדוגמא הראשונה הציון יהיה שלילי.

2. יש לקחת בחשבון את המשקל שהתוכן המסוים מקבל מתוך ההקשר ולפיכך בדוגמא השנייה תקבל התגובה ציון שלילי, מאחר והרושם הכללי הוא של תפישה עצמית בלתי חיובית

6. תגובות המעוררות ספק בציינון:

במקרה של ספק, יש לבדוק את מידת ההיגיון והספציפיות שבהבעה. ככל שההבעה ברורה וספציפית יותר, יש להחליט בכיוון החיובי.

דוגמא: " שאיפתו החזקה ביותר הייתה להשיג דברים" (השלמה לא ספציפית- כל כן ציון שלילי)

" שאיפתו החזקה ביותר הייתה להשיג מקום עבודה כמהנדס" (ציון חיובי).

בהעדר יכולת להחליט על ציון, יש להימנע ממתן ציון שרירותי ויש לציין את הסימן (us) unscored, פריטים אלו ישוקללו בהתאם למספר הציונים החיוביים בסולם אליו הם משתייכים.

לדוגמא: אם חסר פריט בלתי ניתן לציון בקבוצת פריטים בת 10. בה השיג הנבדק 5 נקודות חיוביות, מוספת לו נקודה. במקרים בהם צבר 4 נקודות ומטה, יחשב הפריט שלא ניתן לציון כאילו קיבל ציון שלילי, ויצטרף למניין התשובות שקבלו ציון שלילי.

דוגמאות לתשובות עבור פריטי המבחן

הדוגמאות הן מתוך תשובות של כ-200 בני נוער בכיתות ט'-יב' בבתי ספר ממלכתיים בשנת 2014.

סולם 1 - מטרות ושאיפות

מתוך המדריך :

ציון חיובי (+) יינתן בקבוצה זו להשלמות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה, בפעילות בונה, בהזדהות עם ערכים מקובלים או בקשר חיובי עם אנשים (לא קשר תלתי מוגזם).
ציון שלילי (-) יינתן לתשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי, בצרכים ראשוניים, בבעיות גופניות ונפשיות. התייחסות לאנשים באופן תלתי קיצוני.

1/1 הוא/היא לא אהב/ה דבר יותר מאשר...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה : להדריך בצופים, להתעסק בלימודים, לנגן/נגינה, לרכב על אופניים, לשחות, ריקוד, את הגיטרה החדשה שקיבלה, האופנוע שלו, את החיים.

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים: אותה/אותו (עם פירוט נוסף), אשתו/בעלה, משפחתו/ה, ילדיו/ה, אהובה/אהובתו, חברה, האנשים הקרובים אליה, את החבר שלה, הכלב שלו, לבלות את יום שבת עם משפחתה, להיות עם המשפחה והחברים, להפגש עם חברים, לשחק עם חברים, הפועל תל אביב, הצופים.

תשובות המשקפות הזדהות עם ערכים מקובלים: לתרום לחברה

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי: את עצמה/עצמו, להיות עם עצמו, הבית שלה, לשבת על המרפסת ולהנות מהחיים, את הספר הזה, חופש, את הכסף שלו, את המחשב שלו

בצרכים ראשוניים: אוכל, גלידה, ממתקים, שוקולד, פיצה, פירות, פיתה עם חומוס, מין, לישון

בבעיות גופניות ונפשיות: כאב, לפגוע באנשים

התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני: את התחושה שנתן לה, אימו/אימה, אביו/אביה

פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי: ללכת לקניון, שופינג, לראות כדורגל, לשחק במחשב, לשחק כדורגל/כדורסל, לשמוע מוסיקה.

דחיה:

אותה/אותו/אותי/אותך, הצלחה, חיות, יומו, לנצח.

8/1 שאיפתו/ה החזקה ביותר היתה...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה : לגדל ילדים, להגיע לבית ספר טוב, להיות אדריכלית, להיות איש עסקים מוצלח, להיות עורך דין, להיות רופא, להצליח בבגרויות, להיות טייס, להצליח בלימודים, להצליח במבחן, להצליח לנגן כמו המתופף האהוב עליו, להתקבל ליחידה מובחרת בצבא, להתקבל ללימודי רפואה, לעבור את המבחן, לקבל מעל 90 במבחנים, לרקוד ולהצליח, לשחק ברמות הכי גבוהות, לקבל את התפקיד שרצה בצבא, להיות שחקן כדורגל.

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים : לגרום לאביה להתגאות בה, להסב גאווה להורים, לעזור לאנשים, להצליח לעשות שינוי באנשים.

תשובות המשקפות הזדהות עם ערכים מקובלים : לימודי תורה, לעזור לחיות, לתרום לעולם.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי : להיות יפה, להיות מאושרת, להיות רזה, להיראות כמו דוגמנית, לענות על הציפיות שקבע לעצמו, לעמוד במילה שלה, להיות אני **בצרכים ראשוניים :** לזיין.

בבעיות גופניות ונפשיות : לעשות סדר בחייה, להתגבר על הקשיים שלה, להפסיק לעשות שטויות, להיות מישחי אחרת, להרגיש.

התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני : להיות איתו, למצוא אהבה, להיות מקובלת, לקבל כבוד, שלא ישפטו אותו, להיות כמו כולם, לגרום לכך שאנשים יכירו אותו.

פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי : הצלחה בכדורגל, ללכת לדוג, לנצח במשחק החשוב, לדעת לעשות קסמים, לאכול מסטיקים

תשובות מוגזמות : להגיע לגדולה, להיות האיש הכי טוב בעולם, להיות חיים מלאים בהישגים.

תשובות פתולוגיות : להרוג מישהו.

דחיה :

כללי מידי : אהבה, הצלחה, להצליח בגדול, להצליח בכל, להצליח במה שהוא אוהב, להצליח בחיים, להגיע למטרה, להגיע למקום הראשון, להגיע לפסגה, להגיע לשיא, להגיע רחוק, להגשים את חלומי, להגשים את כל השאיפות שלה, להיות אלוף, להשיג את זה, להשיג את כל מטרותיו, להתקדם עד לפסגת ההר, לעבור שלב, לעשות את המיטב, להתגבר על כל המכשולים.

הערה : יש ערך לפעלים אותם כותב ממלא השאלון : "מנסה ל..." / "הופך ל..." וכו' משקפים פאסיביות, ויש לשקול האם להעניק ציון חיובי או שלילי.

11/1 אני מתפעל/ת מ..

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה : אנשים אשר בוגרים לגילם, אנשים בעלי כח רצון יציב וחזק למרות קושי מסוים, אנשים חכמים, אנשים טובים, אנשים מנהיגים ומוכשרים, אנשים עם טוב לב, עצמאיים וישרים, אנשים שהגיעו מהשפל ועלו להצלחה, אנשים שיכולים לחשוב בצורה שונה, אנשי רוח, אנשים אכפתיים שתורמים לזולת, אנשים שלא מוותרים לעצמם, אנשים שעשו הרבה בחיים, הגאונות של מסי, היכולות שלו לפתור בעיות, חוזק נפשי של אנשים, חיילים בדרגה גבוהה, יצירתיות, יציאה מקופסא, כשרונו בתחום הכדורגל, נגנים מדהימים, נחישותו, גיטרה טובה, דרך שדברים עובדים, המצאות מגניבות, הציור הזה.

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים: המשפחה שלי

תשובות המשקפות הזדהות עם ערכים מקובלים: אהבת אמת, אומנות, אומנות מורכבת, הטבע, היופי של הטבע, ידע, היופי שבפשטות, מדעים, מוסיקה, נופים יפים.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי: איך שאני לא מוותרת עליו, היופי שלי, היותי לא מתייאשת במצבי לחץ, היכולות שלי, עצמי

בצרכים ראשוניים: בנות, תחת יפה.

בבעיות גופניות ונפשיות: אנשים שמצליחים במה שאני נכשלת

התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני: אבא שלי, הוריי.

פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי: אנשים רזים, בגדים יפה, בלונים, הזמרים בתכנית הטלוויזיה, היופי שלה, הקסם, כדורגל, עננים, אנשים שמקבלים את מה שהם רוצים

תשובות פתולוגיות: דם

דחיה:

אופיים של האנשים סביבי, איך שהיא עשתה את זה (את מה?), אנשים, אנשים אחרים, אנשים גדולים, אנשים והדעות שלהם, אנשים מבוגרים, אנשים מחונכים(?), אנשים מפתיעים, אנשים מצליחים, אנשים עם בטחון עצמי, אנשים עם מוטיבציה, אנשים עם שאיפות, אנשים שהצליחו בחיים, דברים גדולים, דברים מעניינים, דברים שמעניינים אותי, האופן שבו הוא דיבר, הדבר, הדרך שהוא עשה את זה, ההצלחות, החיים, החשיבה שלו, היכולות שלה, העולם סביבי, הציון הזה, הצלחה, הישגיו, התנהגותו, התקרית שקרתה, התשובה שלך, ממנה/ממנו.

הערה: בפריט זה בני נוער נוטים להתייחס ל"מתפעל" באותה משמעות כמו "מתפלל", ויוצקים משמעות שלילית למשפט. במידה וכך, יש לשקלל את שאר הפריטים בהתעלם מפריט זה. למשל: "אני מתפעל מ..". איך שיש אנשים כל כך נאיביים בעולם, אנשים לא נחמדים, אנשים לא שמחים מהחיים שלהם, אנשים צבועים, אנשים שחשים את עצמם חכמים, אנשים שלא מכבדים את הוריהם, אנשים שמצליחים, החוסר ידע שלך, הפתיל הקצר שיש למורה, חוסר האכפתיות של אנשים אלי, חוסר הבטחון העצמי שלה.

16/1 השתדלתי מאוד...

בפריט זה, כמו גם בפריטים נוספים, לא מספיקה השלמה חיובית באופיה ("להצליח"), אלא יש צורך בהשלמה בה יש זיהוי מטרה מסוימת, כלומר יש מושא לשאיפות.

תשובות המקבלות ציון +

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה : באימון, בלימודים, במבחן, כדי להצליח בלימודים, להצליח בבחינה, להגיע לבית ספר מתקדם, להוציא ציון טוב במבחן, להשקיע בכדורגל, להשתלב בחברה ולהצליח בלימודים, להשתפר בלימודים, להתכונן למבחן, ללמוד בכל החופשה בכדי להצליח בבגרות, לעשות ספורט, לקבל ציון טוב.

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים : להאיר את עיניו, להבין אותו, להיות חברה של כולו, להיות חזקה ולהצטייר כך בעיני החברה, להתחבר למדריכה השנה, ליצור קשרים מרובים, לעזור לאחרים/לאימי

תשובות המשקפות הזדהות עם ערכים מקובלים : להתנהג בכבוד

תשובות המקבלות ציון -

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי : אך נכשלת/עדיין לא הצלחתי, להיראות יפה ומושכת, ללכת רק בדרך שלי

בצרכים ראשוניים : לאכול הרבה

בבעיות גופניות ונפשיות : להצליח ולהיות ילדה כמו בספרים, לישון אך לא הצלחתי

התייחסות לאנשים באופן תלתי ו/או קיצוני : למצוא חברים, לרצות (מלשון רצייה).

פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי : לא לאבד אותו, לא לאכזב (את ההורים, את עצמי), לא לבכות, לא להראות את רגשותי כלפי חוץ, לא לוותר, לא ליפול, לא לפגוע, לא לצחוק, להתאפק לא לתת לו מכות, לדבר יפה, להוכיח לכולם שאני יכול, להיות נחמדה, להיות סובלני ושקט

תשובות מוגזמות : להיות הכי עשיר בעולם.

תשובות פתולוגיות :

דחיה :

בהכל, בכל מה שרציתי, בעניין, והקפדתי מאוד, לבצע את זה, לבצע את שאיפותי, להגיע ליעד, להצליח, להצליח בדברים שרציתי לעשות, לנצח, לעשות את הטוב ביותר/כמיטב יכולתי, להספיק לעשות את הכל בזמן, להצליח להשתפר.

תשובות שאינן מתייחסות למטרה מסוימת, ובעלות תוצאה חיובית מאגית : והצלחתי, ולבסוף הצלחתי, ולכן הצלחתי.

18/1 תמיד רציתי להיות...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה : אסטרונאוט, באולימפיאדה, השוער הכי גדול ואני אהיה!; זמרת, חבר כנסת, חוקר בתחום הנורולוגיה, טוב בלימודים, טוב בספורט, טייס, בעלת יכולת השפעה על מנת לעזור לאחרים, כבאי, כימאי, מדען, מהנדס, מוזיקאי, מנהיג שינוי חברתי, מתופף, נגנית פסנתר, ספורטאי, עו"ד, פסיכולוגית, פסיכיאטרית, רופא, רשג"דית בצופים, שף, כדורגלן.

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים : בחופשה עם משפחתי, חבר טוב ועוזר

תשובות המשקפות הזדהות עם ערכים מקובלים : אבא טוב, אמא מוצלחת, אדם בעל ידע, אדם שעוזר לסביבתו, גאווה לסובבים אותי, חכם.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי : "נחשבת", איש חשוב, במקום ההיא שאיתו, בעל השפעה, הנערה המושלמת, זאת שהוא יאהב, זו שכולם אוהבים, יותר מקובלת, יפה ומוצלחת, כמו כולם, מהילדים החכמים שמצליחים בהכל, מישוהו שכולם מכירים, כמו ציפור חופשיה, מאושרת, רזה, בעלת בטחון עצמי, בטוחה ביכולות שלי, חזק יותר, יותר גבוה, עצמי, בן אדם מאושר.

בצרכים ראשוניים :

בבעיות גופניות ונפשיות : אני ולא להגרר אחרי אחרים, בן אדם שאין לו בעיות, בעלת אופי קצת שונה, אחרת, בן אדם אחר, דמות אחרת שיצרתי לעצמי בראש

התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני : איתו.

פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי : עשיר, קוראת מחשבות, בעלת היכולות שלה, כמוה.

תשובות מוגזמות : מושלם, מלך העולם.

תשובות פתולוגיות :

דחיה :

כללי מידי : אדם מצליח, הטוב ביותר, הכי מוצלח, מוכשר

התחמקות : בירח, גיימס בונד, בת ים

23/1 מפתה לחשוב על...

בפריט זה מעטים הנבדקים שנותנים תשובות +. תשובות + הן אילו אשר מתייחסות להגשמת ערכים ומטרות חיוביות מובחנות וקשר בונה עם אחרים.

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה : קבלה ללימודי רפואה, מתמטיקה.

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים : זוגיות, שניהם נהנים יחד, משפחה וילדים

תשובות המעידות על הזדהות עם ערכים מקובלים : ..

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי :

בצרכים ראשוניים : אהבה, אוכל, אישה חלומית, בנות, בר רפאלי, בילויים, דברים אסורים, חופש, החיים בחוץ, ממתקים, מין, פורנוגרפיה, שוקולד

בבעיות גופניות ונפשיות : חיים אחרים, עולם בלי קלוריות

התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני :

פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי : טיסה, כסף, לוותר, הים

תשובות מוגזמות : ניצחון ותהילה

תשובות פתולוגיות : אנורקסיה, המוות, דם, פגיעה באדם אחר על מנת להשיג דברים

דחיה :

אנשים, דברים, דברים שלא יקרו, הגשמת שאיפות, ההצלחה, הניצחון במשימה, העתיד, העבר, זה, מה היה קורה אם.

28/1 הדבר החשוב ביותר בחיי הוא...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה : הלימודים, הצלחה בלימודים, המוסיקה, הספורט, להיות רופא במד"א, כדור מים

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים : אחותי, אחים שלי, אנשים שקרובים אלי, הבית והמשפחה, ההורים שלי, החברות שלי, הסובבים אותי, הצופים, הכלב שלי

תשובות המעידות על הזדהות עם ערכים מקובלים : תבונה

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי : אני, להיות שמח, להנות מההצלחה, שאני אוהב את עצמי

בצרכים ראשוניים : אהבה, אוכל, אושר, בנות, שינה

בבעיות גופניות ונפשיות : בריאות

התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני : אמא שלי, לא לאכזב, להוכיח את עצמי בפני אחרים, להיות מקובלת

פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי : הטבע והשקט, המחשב, היומן שלי

תשובות מוגזמות :

תשובות פתולוגיות :

דחיה:

אחרים, הצלחה, התמדה והשקעה, להצליח בחיים.

29/1 אני נהנה/ית מ...

תשובות המקבלות ציון +:

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה: אתגרים, טיולים, כתיבה, מוסיקה, הצופים, הצלחה הנובעת מעבודה קשה ונחישות, הריקוד/לרקוד, ספורט, טיפוס, טכנולוגיה, יצירה עצמית, להדריך, כושר, להתנדב במד"א, לטייל עם הכלבה, לנגן, לצייר ולפסל, **תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים:** חברות/משפחה [כולל "לבלות עם..."], ההקרבה עבור המשפחה, הצלחה אצל החניכים שלי, לעזור לאחרים, לשחק עם אחי הקטן. **תשובות המעידות על הזדהות עם ערכים מקובלים:** להצביע בבחירות

תשובות המקבלות ציון -:

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי: אהבה של אחרים כלפי, זה שאנשים מחזיקים ממני, כשמחמיאים לי, להיות נאהב, ההתקדמות האישית שלי, להיות לבד. **בצרכים ראשוניים:** אוכל, כוסיות, החופשה, לונה פארק, לישון **בבעיות גופניות ונפשיות:** להקשיב ל-OCD שלי ולעשות את האובססיות. **התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני:** לעצבן את ההורים שלי **פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי:** אנשים מצחיקים, להיות בפייסבוק, חברה של בנות, לצחוק, לראות טלוויזיה, לשחק במחשב, כדורגל, כדורסל. **תשובות מוגזמות:**

דחיה:

בילויים, דברים שמעניינים אותי, הדברים שאני אוהב, החיים, הצלחה, הרבה דברים.

36/1 הייתי מאושר/ת ביותר כאשר..

בפריט זה רבים מבני הנוער נטו להתבלבל ולהשלים בגוף שלישי

תשובות המקבלות ציון +:

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה: גיליתי שהתקבלתי למכינה, שקיבלתי זימון ליחידה מובחרת, שכדורגל הוא כל חיי, הגעתי לאליפות, היה לי את המקרה הראשון במד"א, הפועל זכו בגביע, מכבי זכתה באליפות אירופה, הצלחתי בבחינה, הרגשתי סיפוק בסוף תהליך, התחלתי בצמחונות, התחלתי להדריך, עברתי טסט, עברתי מיונים לתפקיד חשוב, קיבלתי 100 במבחן, אני רואה נופים יפהפיים.

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים: אני נמצאת עם אנשים שכיף לי, אני עם חברות, ביתה עמדה מתחת לחופה, הייתי עם האהובים עלי, גיליתי שהאהבה בינינו הדדית, אח שלי הצליח, אחי הקטן נולד, אחי התחתן, באנו לעזרתה, אני וחבר שלי חזרנו, היינו סוף סוף ביחד, ההשקעה במישהו השתלמה, התמקמתי והשתלבתי בחברה, סבתא שלי צוחקת, סבתי התאוששה ממחלתה, שמעתי שאחותי מתחתנת.

תשובות המעידות על הזדהות עם ערכים מקובלים:

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי: אמרו לו שאני נראית טוב, אמרו לי שאני טוב, גילו אותי, גיליתי שהוא אוהב אותי, הוא אמר לי "אני אוהב אותך", הוא הציע לי נישואין, הוכחתי להם מי אני, החברים שלי פירגנו לי, דמיינתי, הבינה שלא נכשלה, גיליתי כישורים חדשים, היה לי יום הולדת, היה לי כיף, הרגישה שלמה עם עצמה, צחקתי מהלב, קיבלתי מחשב, קיבלתי מתנה.

בצרכים ראשוניים: אכלתי סושי, היה את החופש הגדול, הייתי בחופשה, חזרתי הבייתה.

בבעיות גופניות ונפשיות: שאין דבר כזה אושר, הייתי הרבה עם חברות ופחות לבד [בדידות], התנתקתי ממחשבות, ירדתי במשקל, לא ראיתי את עצמי

התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני: הבטיח שלעולם לא יעזוב או ישקר, באו לאסוף אותי מביה"ס פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי: אני שלטתי על התנאים, גיליתי על הסוד, היא דיברה איתי, היא הגיעה, היא הייתה מולי, הייתי בחו"ל, הייתי בת 5, הייתי צעיר, לא הייתי צריך ללמוד, סיימתי את שיעורי הבית, סיימתי עם משהו ששנאתי.

תשובות מוגזמות:

תשובות פתולוגיות: אני אתגבר על הדכאון והחרדות

דחיה:

אני מצליח, הצלחתי בהכל, גיליתי חדשות, דבר לא קרה, הבנתי את הייעוד שלי בחיים, הגשמי חלום/רצון, הוא ראה אותה, החיים שלי היו טובים, היא הרגישה טוב ומרוצה מעצמה, היא מוקפת באנשים, הייתי באוטובוס על כביש הבקעה, ניצחתי, עשיתי דברים.

38/1 הוא היה מוכן לסבול למען... / היא הייתה מוכנה לסבול למען...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בשטחי עבודה ויצירה ובפעילות בונה: מחקר.

תשובות המשקפות קשר חיובי עם אנשים: אביה, אדם שקרוב אליו, אהבתו, אהוב ליבה, אחותה, אלה שאני אוהב, אמא שלה, בעלה וילדיה, בריאותו של מישהו אחר, האוהדים שלו, החברות, המשפחה, הקבוצה, מי שאהב.

תשובות המעידות על הזדהות עם ערכים מקובלים: ארצו, האידיאולוגיה שלו, הזולת, החברה, הכלל, המדינה, העקרונות שלו, הצדק, מטרה נעלה יותר.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המשקפות השקעת אנרגיה בעצמי: אף אחד, השקט הנפשי שלה, עצמה, עתידו, שום דבר.

בצרכים ראשוניים: אהבה

בבעיות גופניות ונפשיות: רזון

התייחסות לאנשים באופן תלתי וקיצוני: אנשים שיאהבו אותה, למענם אך לא למענה

פריטים שלא נכללים בהגדרה אך מקבלים ציון שלילי: לא לפגוע

תשובות מוגזמות:

תשובות פתולוגיות:

דחיה:

אחרים, הדברים שהוא אוהב, ההגעה להישג, ההצלחה, המטרה

סולם 2 – מקורות קושי

מתוך המדריך :

ציון חיובי (+) בסולם זה יינתן להשלמות אשר מצביעות על תפישת מקורות קושי כתוצאה מהתנגשות עם גורמים חיצוניים, אובייקטים, ביצוע משימות, בני אדם וכוחות טבע.
ציון שלילי (-) יינתן לתשובות המצביעות על תפישת מקורות קושי כנובעים מקונפליקט פנימי, חוסר איזון פנימי, מחושים פיזיים, תכונות גופניות ונפשיות.

2/2 שום דבר לא מאכזב יותר מ...

תשובות המקבלות ציון + :

התנגשות עם גורמים חיצוניים: בית ספר, לא לקבל משהו שמאוד רצית, לגלות שגליל נייר הטואלט נגמר, מים קרים ברגע שמתחשק לך מקלחת, שאין אוכל במקרר, שוקולד.
ביצוע משימות: להפסיד במשחק, כישלון במבחן ובתחרות, לאחר לשיעור, לגלות שקיבלת ציון גרוע, לקבל נכשל, ציון גרוע במבחן.

בני אדם (+רמיזה לבני אדם): אובדן של מישהו קרוב, אכזבה של ההורים ממני, אנשים קרובים שמשקרים לך, בגידה, בן זוג שלא נותן תשומת לב, ההורים כשהם עצובים, זה שהוא לא רוצה, חבר שפוגע, כועסים עליך על משהו שלא עשית, לגלות שהחברים שלך שיקרו לך, שרימו אותך, לקבל השפלה מהחבר הטוב ביותר, פרידה, שחברים מבריזים לך, הבטחה שלא התקיימה, לשמוע לא, צעקות.

רמיזה לבני אדם מעורבים:

כוחות טבע:

תשובות המקבלות ציון - :

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: כשלון למרות ההשקעה, כשלון לאחר השתדלות, לא לענות על הציפיות, עצמי.

חוסר איזון פנימי: החיים שכבר יש לי.

מחושים פיזיים: להעלות במשקל.

תכונות גופניות ונפשיות: אהבה, דחיה, האכזבה עצמה, להיות מושפל ליד כולם, להרגיש שלא עשיתי את זה הכי טוב שיכולתי, תקוות.

האשמה עצמית: לאכזב אנשים, לאכזב את עצמך.

דחיה:

כשאין זיהוי מטרה מובחנת: חוסר הצלחה, להפסיד, הצלחה, כשלון, לא להגיע למטרה, שנתת הכל אבל הפסדת, להכשל במשהו שאתה טוב בו, ממך, ממנו, ממשהו שאתה מצפה לו, ציפייה.

5/2 הוא היה מבולבל מ... / היא הייתה מבולבלת מ...

תשובות המקבלות ציון + :

התנגשות עם גורמים חיצוניים: דברי המורה, דעותיה של אימה, האי סדר, האמירה שלו, ההסבר של המורה, החומר, החוסר סדר, המסרים שהוא נתן לה, המצב במשפחה, המשפט השגוי שהמורה אמרה, הסמים, הסרט שאינו אתמול, השאלה שנשאלה, השינויים שחלו בסביבתו, כל הרעש שבכיתה, ליצנים, רוב המידע.

ביצוע משימות: אחריות, המבחן, הנושא החדש, הנושא הנלמד, כל החומר שלימדו בכיתה, כל המבחנים, כל המשימות המוטלות עליה, המשחק, מתמטיקה.

בני אדם (+רמיזה לבני אדם): אהבתו, בנות, האופן שבו התייחסו אליה, האנשים סביבה, הבחורה, ההתנהגות שלו כלפיה, הזוגיות שלה, החבר שלה, היחס כלפיו, הילדים החדשים, המורה, הפגישה, התגובה של החבר שלה, חבר טוב.

כוחות טבע:

תשובות המקבלות ציון - :

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: שאמר שאהבה אותה אבל עכשיו לא, בחירת המין שלו, דילמה, האפשרויות שניתנו לו, ההחלטות שהייתה צריכה לקבל, חוסר ההחלטיות של עצמו, לבחור ולהחליט, מה הוא רוצה ללמוד באוניברסיטה, מיניותו.

חוסר איזון פנימי: חוסר ידיעה מה הולך בחיים של עצמה, עצמו, עצמה.

מחשבים פיזיים: המכה שקיבל מהדלת, חוסר שינה, כאב הראש.

תכונות גופניות ונפשיות: אהבה, חוסר ודאות, יותר מידי דברים ביחד (לחץ), כיוון שלא הבינה, מכך שלא ידעה את הכיוון, מכך שלא ציפתה למה שקרה, תסכול.

דחיה:

גיל קטן, דילמה, הדברים ששמע, החיים, הכל, הכשלון, המצב שנקלע אליו, הסיפור, השאלון הארוך, השינויים שחלו בחייה, כל הבעיות והקשיים בחיים, כל הרעשים, מאוד, ממנו, ממנה.

12/2 הוא מרגיש שהוא סובל בעיקר מ... / היא מרגישה שהיא סובלת בעיקר מ..

תשובות המקבלות ציון + :

התנגשות עם גורמים חיצוניים: ביקורות חברתיות, בית ספר, המחלה של אימה, הסביבה, הצקות, השפעות חברתיות, חתולים, לחץ חברתי, מתמטיקה בשיעורים.

ביצוע משימות: אימונים בקרוספיט, אם אני מפסיד במשחק, בעיות בלימודים, לחץ בלימודים, ללמוד, תפקוד לקוי בלימודים.

בני אדם: אותו ילד, איך שאנשים מתייחסים אליה, אנשים (אחרים, מסוימים, מעצבנים וכו'), בכיו של התינוק, בריאות, גברים, ההורים, החברים, היחס של אמא שלה, היחס שלו אליה, חוסר הבנה מצד אנשים חשובים בחייה, חוסר רגישות של אחרים, חוסר תשומת לב, ילדים, לראות אותו עם אחרות, משפחתה.

כוחות טבע:

תשובות המקבלות ציון - :

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: ההחלטות של עצמה, החלטות קשות.

חוסר איזון פנימי: OCD ודכאון, אי שליטה עצמית, באסה, דכאון, בעיה חברתית, בעיות קשב וריכוז, היותה היא עצמה, המחשבות, התקפי זעם, חוסר בטחון עצמי, חוסר בעצמה, חוסר הערכה עצמית, חוסר ודאות, חוסר מוטיבציה, חוסר ניסיון, חוסר ריכוז ועצלות, חרדה וקיבעון, חרדות, לקום בבוקר, נטיות אובדניות, עצמה, פחד במה, שנאה עצמית, תסמונת דאון.

מחשבים פיזיים: אנמיה, בעיות בגב, המחלה, חוסר שינה, כאב, עודף משקל, עייפות, פציעות, צינון, קור,

תכונות גופניות ונפשיות: אהבה, איטיות, אכזבה, בדידות, ההמתנה להשיג את שאיפותיו, החשש לא להצליח, היותה סגורה, חוסר אמון, חוסר חברים (=בדידות), חוסר שייכות, לחץ, מצבים רגשיים, תחושת עומס ואי ודאות, עצבים, עצלנות, פרפקציוניסטיות, שעמום.

דחיה:

אי סדר (שלו, בסביבה?), חוסר הצלחה, כלום, כשלון, ממנה, ממנו, מסטיקים, רעש.

13/2 הוא לעיתים מרגיש שהוא לא יודע מה לעשות כאשר ... / היא לעיתים מרגישה שהיא לא יודעת מה לעשות כאשר ...

תשובות המקבלות ציון +:

התנגשות עם גורמים חיצוניים: הוא חוזר לבית, הוא נתון ללחץ, היא לא מקבלת תשובות, היא נכנסת לריב, היא נתקלת במצב של חוסר ודאות, הכדור בא אליו, הסביבה חונקת, מצבים נוחים עליו בהפתעה.

ביצוע משימות: הוא לומד למבחן ולא מצליח בו, הוא נכשל במתמטיקה, הוא פונה אליה, הוא פותר תרגיל, יש יותר מידי מה לעשות, נותנים לו לפתור בעיות.

בני אדם: אין לה את מי לשאול, אין לה למי לפנות, אין לה עזרה, אם אין אף אחד שמלמד אותו למבחן, אמה עצבנית, אנשים לוחצים עליו, אנשים מתעלמים ממנה, הוא ואקסית שלו מדברים, הוא לא מקבל עזרה, הוא נתקל באנשים גזעניים, היא רבה עם ההורים, חבר שלו חופר לו בווטסאפ, חברותיה במצוקה, חבריו צוחקים עליו, חניך מפריע, כועסים עליה, לא אומרים לו, מבלבלים אותה, מציקים לו, פונים אליו, צוחקים עליה, צועקים עליו.

כוחות טבע:

תשובות המקבלות ציון -:

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: אין איש בסביבה, הוא אבוד, הוא לא יודע מה לעשות, הוא צריך לבחור דבר אחד משניים, היא יודעת שלאף אחד לא אכפת, היא צריכה לבקש עזרה, היא צריכה להחליט, היא רואה את עצמה, היא חושבת עליו.

חוסר איזון פנימי: אין בידו את הכלים לתקן את המציאות, אין לה כח להתמודד, הוא לא מתרכז, היא בדכאון, היא לבד, היא שונא את עצמה, היא נמצאת במצב קשה.

מחויבים פיזיים: הוא חייב לשירותים, הוא לא מצליח לישון, הוא נכנס לקומה, הוא עייף, היא חולה, היא לא מצליחה להרדם.

תכונות גופניות ונפשיות: הוא בלחץ, הוא לא יודע את הדרך, הוא לא מרגיש שייך, הוא לבד, הוא מבולבל, הוא סובל, הוא עצוב, הוא צריך לתקשר, היא במבוכה, היא לא צודקת, היא מבולבלת, היא מפחדת, היא מקנאה, היא מתוסכלת, לא עומד לו, משעמם לו, רע לו

דחיה:

אין לו זמן, הוא במצבים שאינו מכיר, הוא בבעיה, הוא בצרה, הוא הולך, הוא לא לומד, הוא לא מצליח, הוא מגיע למצב חדש, הוא מתעלם ממנה, הוא נכשל, הוא נקלע למשבר, הוא הולך לאיבוד, היא לא משיגה את מבוקשה, הכל מסובך, לא הולך לה מה שרצתה לעשות, נתקלת במצב לא נעים.

הערה: חסרונם של אחרים יכול להיות מצוינן בפלוס ("אין אף אחד שעוזר לו"), כאשר יש להם תפקיד עבורו. אי המצאות של אחרים כביטוי של תחושת בדידות מצוינן במינוס ("אין אף אחד בסביבתו").

20/2 הוא השתגע כאשר.. / היא השתגעה כאשר...

תשובות המקבלות ציון + :

התנגשות עם גורמים חיצוניים: גילתה את האמת, גילתה את השקר, הוא אכל אוכל מקולקל, הוא ראה את הסרט ההוא, הכלב השתין על המיטה, לא נתנו לה לפגוע בעצמה*, משהו נגע בחפציה ללא רשות, שחררו מחבלים.

ביצוע משימות: נכשל בלימודיו, גילתה שלא עברה את הבגרות, הלימודים קשים, הפסיד במשחק, התכוונה מלא למבחן ובכל זאת נכשלה, קיבל ציון נמוך.

בני אדם: טענו שהוא משקר, אחיו התאוס הצליח יותר ממנו, אחים שלו הציקו לו, אחרים אמרו שזה בלתי אפשרי, אחרים הצליחו, אימה מצאה לה גבר חדש, אמרו לה איך לעשות ומה לעשות, אמרו לה שהוא מת, אמרו לו שלא עשו את מה שאמר, אנשים בורים דיברו איתה, אנשים התעלמו ממנה, אנשים לא הבינו אותה, בחרו במישהי על פניה, ביקשו ממנו יותר מידי, גילה שבגדה בו, גילתה שיש לו חברה, גילתה שכל השכבה מרכלת עליה, גילתה שמשקרים לה, הוא לא ענה לה, הוא שלח לה מכתבים, היא רבה עם אמא שלה.

כוחות טבע:

תשובות המקבלות ציון - :

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: הבינה שהיא לא תנצח, הבין שהוא טעה, הוא הבין שלא משנה מה הוא עושה הוא לא מצליח, הוא לא הבין דבר, לא היה לו מה לעשות.

חוסר איזון פנימי: איבדה שליטה, האיזון הכימי בראשו יצא מן הנורמה, היא הייתה בהתקף חרדה, היא התעצבנה, הראש שלה היה מבולבל.

מחשבים פיזיים:

תכונות גופניות ונפשיות: אכלה סוכר, אמרו לה שהיא לא יכולה לנגן.

דחיה:

אמרו לו שהוא מקבל תעודת הצטיינות, גילתה שזכתה בלוטו, גילה שלא הצליח, גילתה את האמת, הוא לא הצליח, הוא נישק אותה, הוא נכשל, הוא עשה הכי טוב ונכשל, שמע מה קרה, שמע את החדשות, שמעה את הבשורות

22/2 הוא מפחד מ... / היא מפחדת מ...

תשובות המקבלות ציון + :

התנגשות עם גורמים חיצוניים: אלימות, אריות, ג'וקים, גובה, דבורים, דברים חדשים ולא מוכרים, דגים, אלוהים בלבד, התחלות חדשות, חרקים, חתולים, כלבים, להסתבך בצרות, ליצנים, נחשים, עטלפים, עכבישים, עכברים, צעקות, שועלים.

ביצוע משימות: אי הצלחה בצבא, כשלון בלימודים, מבחנים, מזה שהוא לא יצליח למדוד לחץ דם, מחויבות אישית, ציונים גרועים.

בני אדם: אבא שלו, אחד הילדים בכיתה, מה שאנשים חושבים עליה, אנשים גדולים ממנו, אנשים זרים, אנשים, אנשים רעים, גנבים, שהוריה יגלו שיש לה חבר, שהוא יחזור לאקסית שלו, שהוא ילך, ילדים מסוכנים, לאבד מישהו, מבוגרים, תגובות של אנשים, תקיפות במהלך הלילה.

כוחות טבע: העל טבעי, רוחות, רוחות חזקות.

תשובות המקבלות ציון - :

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: המוות, הצל שלו, השדים הפנימיים שלה, התמודדות עם הקשיים שלה, לאכזב אנשים, לפגוע במישהו, מפלצות, מפלצות מתחת למיטה, עצמה, החושך

חוסר איזון פנימי:

מחושים פיזיים: מחלות.

תכונות גופניות ונפשיות: אהבה כושלת, אכזבה, שנאה, בדידות, ביקורת, הפחד, להיות בטלן, להיות שמן, רוע, שברון לב, שיפוט.

דחיה:

אי הצלחה בחיים, חוסר הצלחה, הכל, הכשלון, הלא נודע, הרבה דברים, כלום, ממנה, ממנו,

27/2 הוא נוטה להתלונן על... / היא נוטה להתלונן על...

תשובות המקבלות ציון + :

התנגשות עם גורמים חיצוניים: אוכל רע, אי צדק, האוכל בחדר האוכל, בית הספר, הזמן שיש לו, החיים בארץ, הטרדה מינית, הכלב שלו, המזל ששיחק לרעתו, המצב המשפחתי שלו, הציפיות הגבוהות ממנה, חוסר שוויון ההזדמנויות שלו, חרקים דשא ולכלוך, על כך שדברים לא הולכים כפי שהיה רוצה, מי שמפריע לו בדרך למטרה, מערכת החינוך, נוחיות החדר, רעש בסביבתו, שדבריו נאכלים על ידי הסובבים אותו.

ביצוע משימות: הלימודים, הקושי בלימודים, חוסר בזמן ללמוד למבחן, לימודי ערבית, מטלות רבות בבית, נהיגה, ציונים נמוכים.

בני אדם: אחרים, אטימות ואי התחשבות, אנשים שמאכזבים, אמא שלו, אנשים, בנים, דברים שהוריה לא עושים נכון, דברים שאחרים עושים לו דווקא, האחים שלו, האחר, הוריו, החבר שלה, המורה למתמטיקה, הסמכויות, הצוות שאיתה, הציבור, השכנים, התנהגותם של האנשים, זה שיושבים לו על המיטה, זה שילדים מעצבנים אותו, זה שלא עוזרים לו, זה שמתלוננים עליו, זלזול, כאלה שמתלוננים, מה יש באקסית המעצבנת שלו.

כוחות טבע:

תשובות המקבלות ציון - :

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: אי יכולתו להפסיק להתלונן, איך שהיא נראית,

חוסר איזון פנימי: מצבה הרגשי, עצמו, שאין לו כח.

מחושים פיזיים: בעיות גב, הכאבים של הכדורים, זה שהיא רעבה, חוסר שינה, כאבי כתפיים, כאבי ראש, כאבים פיזיים ונפשיים, עייפות.

תכונות גופניות ונפשיות: אדישות, המראה החיצוני שלה, לחץ, מבנה גופה, שעמום.

דחיה:

בעיות וקשיים, בעיות שגרתיות בחייו, דברים, דברים רבים/מרגיזים/סתמיים, החיים, הכל, הקושי, כלום, רעש.

32/2 דאגתי הגדולה ביותר היא...

חלק מהנבדקים ענו ממה הם דואגים וחלק ענו למה/מי הם דואגים.

תשובות המקבלות ציון +:

התנגשות עם גורמים חיצוניים: מוות של חברי, המצב הכלכלי, לא לקבל דברים שאני צריך, לאבד אדם חשוב לי, להתקל בנחש, מצב חברתי, שיקרה לי משהו במלחמה, שיקרה לכלבה שלי משהו, שלא אקבל את התפקיד.

ביצוע משימות: הבהירות שלי בצבא, הלימודים, הציונים שלי, השירות בצבא, להכשל בלימודים, להצליח בלימודים, לקבל ציון נכשל, מצב בלימודים, שאקבל מחר שיעורי בית באנגלית, **בני אדם:** אם אחים שלי בסדר, אמא שלי והעתיד הרחוק, בריאות משפחתי, האנשים האהובים עלי, לאמא שלי, לאנשים במצוקה, להבגד, לקרובים שלי, מוות של הורי, משפחתי, שאאבד אותה, שאנשים יחשבו עלי דברים לא טובים, שהוא יפגע בעצמו, שהורי יגלו שיש לי חבר, שחברים שלי יתאבדו, שיפרשו לי חניכים מהקבוצה בצופים, שיצחקו עלי, שיקראו לי את היומן שוב, שיקרה דבר רע למישהו ממשפחתי, שיראו אותי לא כמו שאני באמת.

כוחות טבע: סוף העולם,

תשובות המקבלות ציון -:

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: המוות, לא לממש את החלומות שלי, לאכזב אחרים, לא לרצות את כולם, לוותר לעצמי, לעצמי, שאעשה החלטות שגויות, שאני אגרר אחרי אחרים, שאני לא אצליח בחיים, שאני לעולם לא אשתנה, שאתפתה, שלא אגשים את עצמי, שלא אצליח להביא ילדים, **חוסר איזון פנימי:** התמוטטות נפשית, שאחיה את כל החיים שלי איך שהם עכשיו, **מחשבים פיזיים:** להפצע פציעה קשה, מחלות, **תכונות גופניות ונפשיות:** הלחץ, לא להיות מאושר, לא להתמיד, להזדקן, להיות בלי חברים (בדידות), שאשאר לבד, להיות שמנה, ליפול, למות, למות משעמום, לשרוד, מוות.

דחיה:

אי הצלחה, אין דאגות, הדברים האישיים שלי, הכשלון, להכשל, להפסיד, לא להגיע למטרה.

33/2 הוא התרגז מאוד כאשר... / היא התרגזה מאוד כאשר...

בפריט זה, מרבית התשובות הניתנות מתייחסות למקורות קושי חיצוניים.

תשובות המקבלות ציון +:

התנגשות עם גורמים חיצוניים: גילתה שהבגד לא תאם למידותיה, הדברים לא הסתדרו כפי שרצתה, הוא לא קיבל את התפקיד.

ביצוע משימות: הוא לא שיחק, למד היטב למבחן ולא הצליח.

בני אדם: אחותה גנבה לה את הבגדים, אכזבו אותה, אמרו לו לא, ביקרו אותה, גילה שעשו הכל מאחורי גבו, הבינה שחברתה הטובה לא באמת חברה, הוא היה עם מישהי אחרת, הוא התעלם ממנה, הוא נתן לה סטירה, הוריה כעסו עליה סתם, לא לקחו אותה ברצינות, לא מקשיבים לו.

תשובות המקבלות ציון - :

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: הבינה שהיא תמיד תהיה בחירה עשירית, הוא ויתר לעצמו, לא הצליחה להפעיל שיקול דעת נכון, לא ידעה מה לעשות, לא יכלה לעמוד בזה יותר.

חוסר איזון פנימי:

מחושים פיזיים:

תכונות גופניות ונפשיות:

דחיה:

לא הצליח, נכשל, שמע מה קרה.

39/2 הדבר הנורא ביותר בחיי היה..

תשובות המקבלות ציון + :

התנגשות עם גורמים חיצוניים: אירוע עצוב במשפחה, בפייסבוק, האונס שעברה, הגילוי של המחלה של אמא שלי, הדחיה, החרם, הטראומה, כשהגיטרה שלי נשברה, תאונה.
ביצוע משימות: הלימודים, ללמוד למבחן ענק.

בני אדם: אכזבת הורי, אנשים, בגידה, האכזבה מההורים, היום שבו החברה שלי נפרדה ממני, היחס הרע מהחברה כאשר הייתי קטנה, הילד הזה, יחס משפיל מאנשים קרובים, גירושי הוריו, המוות של בן הדוד, המוות של סבי, הריב עם החברה הכי טובה, כשאבא שלי נטש אותי, כשאח שלי היה בצבא, כשאימי נפטרה, כשכולם התעלמו ממני, שכעסו עלי.

כוחות טבע:

תשובות המקבלות ציון - :

מקורות קושי הנובעים מקונפליקט פנימי: חוסר הידיעה, לעלות על במה, שויתרתי, שלא הקדשתי את עצמי להתפתחות.

חוסר איזון פנימי: דכאון, האשפוז.

מחושים פיזיים: כשחליתי, כששברתי את עצם הבריח, ניתוחים, פציעה, כשפתחתי את הלסת.

תכונות גופניות ונפשיות: אהבה, אכזבה, להיות שמן, השפלה, חוסר הבטחון, כשהייתי שמן, להרגיש לא רצויה, להתבגר, למות, שינה עמוקה, שנשבר לי הלב, כשהרגשתי פשוט לבד.

דחיה:

החיים עצמם, הכשלון, כיתה ב', כשלא הצלחתי, כשלון.

סולם 3 – אסטרטגיות התמודדות

ציון חיובי (+) בסולם זה יינתן להשלמות אשר מצביעות על ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות, לפתור אותן. לתכנן לפני פעילות והיסוס מוצדק.
ציון שלילי (-) יינתן לתשובות המצביעות על תגובה של נסיגה, ויתור, כניעה, תגובות רגשיות או גופניות וניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר.

3/3 הכישלון עורר בו...

פריט זה בעייתי במקצת כיוון שמפיק תשובות הקשורות בעיקר לשדה הרגשי וכמעט שאינו מעורר תגובות התמודדות.

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: רצון להשקיע, רצון להתאמץ יותר, מוטיבציה, רצון להצליח, רצון להשתפר.

תכנון לפני פעילות:

היסוס מוצדק:

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: ספקות לגבי עצמה, רצון להמשיך הלאה, רצון למות, רצון לעזוב הכל, רצון לפרוש מבית הספר.

תגובות רגשיות או גופניות: אי נוחות, אכזבה, דאגה, באסה, געגוע, דכאון, הרגישה לא מספיק טובה, זעם, חוסר בטחון, חוסר תקווה, חרדה, חרטה, חשש, כאב, כעס, עצב, פחד, צער, שנאה כלפי עצמה, תחושה לא נעימה, תסכול.

ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר:

דחיה:

הצלחה, השראה.

7/3 כאשר ראה/תה שאחרים מצליחים יותר ממנו/ה, הוא/היא...

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: רצה להצליח יותר, עשתה כמיטב יכולתה, ניסתה חזק יותר, השקיע יותר, התאמצה יותר, התמלא אנרגיה להצליח יותר, ניסה עד שהצליח, ידע שההשוואה צריכה להיות בינו לבין עצמו ולא מול אחרים, לקח את עצמו בידים והשתפר, מנסה להצליח יותר, ניסה לשנות את שיטת עבודתו, ניסתה חזק יותר, עבד קשה, קיבל מוטיבציה וניסה יותר, שאף ליותר.

תכנון לפני פעילות: החליט להשקיע יותר, החליט להתאמץ יותר, ניסתה להבין מה הם עושים אחרת ממנה.

היסוס מוצדק:

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: איבדה את המוטיבציה, הבינה, הורס הכל, החליטה לוותר, המשיכה הלאה, הסתגרה בחדר והלכה לישון, הרים ידיים, התאבד, התייאשה, ויתר, ישבה בצד והסתכלה, לא עשה כלום.

התמודדות חלשה מידי: מנסה לעקוף אותם, נהיה טוב יותר, נהיה תחרותי יותר, רצה להצליח גם. **תגובות רגשיות או גופניות:** בכתה, הייתה קצת עצובה, היה בדכאון, הייתה מעורערת, הרגיש רע, הרגישה ככישלון, התאכזב, התבאס, התחיל לקנא, התחרפן, התעצבן, חתכה את הידיים, כעסה, מקנא, נלחץ. **ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר:** התחיל לרמות, התחילה להיות תחרותית יותר על המידה, התחרתה נגדם והשתמשה בקללות, מתחרה בהם, נהיה אובססיבי.

דחיה:

אמרה להם כל הכבוד, מחא להם כפיים, פירגן.

9/3 כשלא מצא/ה איש שיעזור לו/ה, הוא/היא...

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: ביקשה עזרה ממבוגר, בכל זאת לא ויתרה, הבין כי יצליח רק בזכות עצמו, הבין שייאלץ להסתדר בכוחות עצמו, החליט להתמודד עם המצב לבד, החליט לפעול בעצמו, החליטה לנסות לבדה, החליטה לעזור לעצמה, המשיך וחיפש, המשיך ללמוד, הסתדר בכוחות עצמו, הסתדר לבד, התמודדה לבד, התקשר למשפחה, חיפשה מידע באינטרנט, לקח אחריות, נאלצה להתמודד בעצמה, נאלץ לעשות לבד, ניסה בעצמו, ניסה לפתור את הבעיה לבד, נעזר בעצמו, פנה למשפחתו.

תכנון לפני פעילות: חשבה לבד עם עצמה וניסתה להסתדר.

היסוס מוצדק:

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: החליט להתאבד, החליטה לוותר, הלך הבייתה, הלך לפסיכיאטר, הלכה למקום אחר, הסתגר בחדר, הפסיק לחפש, התייאש, חתכה. **התמודדות חלשה מידי:** כתבה ביומן, פנתה לאלוקים שיעזור לה. **תגובות רגשיות או גופניות:** בוכה, היה בודד, היה מבואס, היה עצוב, טבעה בעצמה, נתנה אגרוף לקיר **ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר:**

14/3 כשאמרו שהדבר מסוכן הוא/היא...

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות (מוכנות להתמודד): בכל זאת החליטה ללכת על זה, החליט לקחת סיכון, העיזה ועשתה גם אם הדבר מסוכן, חששה קצת אבל המשיכה, מצא דרך אחרת. **תכנון לפני פעילות:** בדקה לעומק את הדבר לפני שהתעסקה בו, ביררה מה הן הסכנות, הקשיבה להם מאחר והיה אפשר לסמוך עליהם, התעניינה להבין למה. **היסוס מוצדק:** העדיפה לא לקחת סיכון, לקח את זה בהבנה, לקח צעד אחורה, נזהר.

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: אמר טוב והמשיך ללכת משם, ברח, החליט להמנע מעשותו, הלך ממנו, הסכים, העדיפה לוותר, הקשיבה להם, התרחק מהסכנה, לא ידע מה לעשות, לא יצא מהבית, לא עשה אותו, לא פחד, מיד הפסיק את זה, סירב לבצע אותו.

התמודדות חלשה מידי: לא ויתר, לא פחד.

תגובות רגשיות או גופניות: בכתה, הרגישה פחד, הרגישה אבודה, התאכזב, התחילה לפחד, התלהב, התרגשה והתחייבה לעשותו, נבהל, נלחץ, נרתע.

ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר: בדקה אותו יותר, בחר לעשותו דווקא, גילה עניין (משיכה לסיכון), מיהרה לנסות, המשיכה כאילו כלום לא קרה, התעלמה, ישר הלכה לנסות אותו, לא הקשיב, עשה אותו.

דחיה:

עשתה מה שהיא חושבת לנכון, לא הייתה בשיחה.

19/3 כאשר הוא/היא נכשל/ה בלימודיו/ה הוא/היא....

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: ניסתה שוב, ביקשה עזרה, בכתה אך אחר כך למדה בכל הכח, השתדלה יותר להשתפר, לא ויתר והמשיך, לומד הכל מחדש, ניסתה חזק יותר למרות התסכול, ניסתה להתמיד, עבדה קשה יותר.

תכנון לפני פעילות: הבינה שהיא חייבת ללמוד לבד, החליטה לנסות שוב, החליט שזה לא יקרה שוב, החליטה להתחיל מחדש, מתעורר עם רצון להצליח, רואה בזה דבר שיכול לעזור להשתפר, תכנן איך להצליח בפעם נוספת.

היסוס מוצדק:

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: איבד רצון להצליח, אמרה לא חשוב, ברח מהבית, החליט לעזוב אותם ולטוס לפולין, הלך לעבוד במלצרות, הפסיק ללמוד, הרים ידיים, התאבד, ממשיך הלאה, ממשיך בחייו כרגיל, **תגובות רגשיות או גופניות:** בדכאון, בוכה, מתוסכל, הרגיש אפס, הרגיש שאכזב משהו, הרגישה צער, התאכזב מאוד, מתבאס.

ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר:

דחיה:

עשתה מועד ב', לא נכשלה בלימודיה, למד, התחזקה.

21/3 כשתקפו אותו/ה הוא/היא...

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: הגן על הפנים, הגן על עצמו, הגן על עצמו ותקף בחזרה, החזיר, הקשיבה ואח"כ ענתה בלי פחד, נרתעה וניסתה להגן על עצמה, השיבה מתקפה, השתדל להמנע מאלימות, התגונן, התנגד, ידע להתעלם ופנה לעזרה, ישר מגן על עצמו, שמה גז פלפל בעיניים שלהם, תקף חזרה. **תכנון לפני פעילות:** נרגעה ספרה עד 10 ותקפה חזרה.

היסוס מוצדק:

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: אמרה שלא משנה ושישכחו מזה, ברח, הגיב בהומור, הלך הצידה והמשיך לחיות כרגיל, לא ידעה מה לעשות, שמרה את זה בסוד ולא דיברה, שתקה.

תגובות רגשיות או גופניות: בכה, הרגיש מרותק, הרגישה מושפלת, הרגישה שעולמה כבה, השתגע, התפוצץ, נבהל, נלחצה, נתקפה חרדה, צרחה, קיבלה טראומה, קפאה, השתתקה.

ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר: ברח ואז חזר והרג את כולם, הגיב באלימות, הרביצה, פוצץ אותם במכות, קנה אקדח.

דחיה:

לא תקפו אותה בסיפור, חשב פעמיים, ידע לפנות אלי לעזרה (שימוש בגוף I).

26/3 כשנאמר לו/ה שהתפקיד יהיה קשה מידי בשבילו/ה, הוא/היא...

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: אמרה שבכל זאת תנסה, אמרה שהיא אוהבת אתגרים, לא ויתרה והתאמצה יותר, הוכיחה להם אחרת, החליט לקחת אותו כאתגר ולנסות, הייתה נחושה להשיג אותו בכל מחיר, השתדל למרות הכל, התאמן בשבילו, התאמץ בשביל שהוא יצליח, התאמץ והשקיע, ניסה בכל זאת, נענה לאתגר.

תכנון לפני פעילות: בדק למה זה קשה.

היסוס מוצדק: בדקה את יכולותיה ואולי עברה לתפקיד הבא, הסכימה אבל ניסתה, חשבה עוד פעם אם לקחת אותו.

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: אמר שזה לא נורא, הבינה ונכנעה, הסכים, הנהנה, ויתר, עבר הלאה, פרש.

התמודדות חלשה מידי: אמרה שלא, המשיך לנסות, לא התייאש, לא ויתר, לא נסוג, לא פחד, לא קיבל את זה.

תגובות רגשיות או גופניות: בכתה, בכתה ולא האמינה, התאכזב, התעצבנה, התקשתה לקבל זאת, חשבה שהם טועים וכעסה, נפגעה, קיבל מרץ, רצה אותו יותר.

ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר: אומר שהכל קטן עליו, אינו מקשיב וממשיך לנסות, בכל זאת המשיכה לעשות אותו, דבק בשלו, התווכח, התעקש, לא הקשיבה.

31/3 כשסירבו לתת לו/ה את התפקיד, הוא/היא...

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: הלך וניסה תפקיד אחר, השתדלה להתקדם הלאה, התגברה והמשיכה הלאה, חיפש אלטרנטיבה אחרת, חיפש דבר דומה, ניסה שנית, עבר לתפקיד הבא, עמד על שלו, שאל מה הוא יכול לעשות כדי לקבלו.

תכנון לפני פעילות: הפנימה ועברה הלאה, חשבה על אופציות אחרות, ניסה להבין מדוע, נרגעה ספרה עד 10 ותכננה איך לנסות שוב, נשמה חזרה הבייתה וחשבה למה.

היסוס מוצדק:

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: הבינה מדוע, הלך, המשיך הלאה, הרגישה שלא נתנה את כולה, ויתר, חשבה שאולי הם מבינים יותר טוב, לא ידעה מה לעשות, לא ניסה שוב, עשתה כאילו לא אכפת לה, עצמה עיניים, קיבל את זה בהבנה.

התמודדות חלשה מידי: לא התיימש, לא ויתר, ניסה בכל זאת.

תגובות רגשיות או גופניות: איבדה את עשתונותיה, בכה, בכתה, היה עצוב, הרגיש מושפל, השתגע, התאכזב, חשש ופחד, כעס, ממש התבאס, רתח ויצא מכליו.

ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר: הלכה ופגעה בעצמה, התעקש, ניסה להוכיח שזאת טעות, ירה בהם, נלחמה על כך ולא ויתרה, נלחם, שרף את המקום.

34/3 כאשר אחרים התרחקו ממנו/ה, הוא/היא..

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: בלטה יותר כדי לקרב אחרים, התקרבה אליהם, התקרב לאחרים, מצא חברים נוספים.

תכנון לפני פעילות: בדק מה קורה, ביררה את הסיבה, חשב איך לתקן את המצב, חשב מה הוא עשה לא בסדר.

היסוס מוצדק:

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: אמרה לעצמה שזה באשמתה, בודדה את עצמה, ברח, דימינה סיטואציה מסרט, החלה לקרוא ספרים, החליט להתבודד, הסתגר בחדרו, התקרבה לעצמה, התרחק מהם, התרחק מעצמו, לא הבין למה, לא התנגדה, נהנה מזמנו החופשי, קיבלה את זה.

התמודדות חלשה מידי: התקרב.

תגובות רגשיות או גופניות: בכה, החלה לאבד את שפיותה, היה מבולבל, היה עצוב, הייתה בדכאון, הרגיש פספוס, התאכזב, התבאס, התעצבן וכעס, ישן, מרגיש דחוי, נהיה בודד, נעלב, נפגע.

ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר: החליט לנקום בהם, חתכה, נדבק אליהם עוד יותר, רדף אחרי יחס.

דחיה:

החזיר אותם אליו, השתנתה.

37/3 כשחשבו/ה שהסיכויים קלושים...

תשובות המקבלות ציון + :

ניסיון להתמודד באופן פעיל עם בעיות: אמר שהוא יילך עד הסוף, גרמה לראש שלה לחשוב שיש הרבה סיכויים, דחפה עצמה ליותר, הוא הלך וניסה בכל זאת, הוא המשיך לנסות, הוא המשיך להלחם, הוא השקיע עוד יותר, הוא התמיד, הוא לא ויתר, הוא נאבק ונלחם, הוא נאחז בדברים שאהב, הוא ניסה בכל זאת, הוא ניסה לשפרם, הוא נלחם חזק הרבה יותר, הוא עדיין האמין, התאמץ עוד, חיפש אופציות אחרות, לא איבד תקווה והתאמץ, נזכר מדוע התחיל.

תכנון לפני פעילות: בכתה ואז ניסתה לפתור את בעייתה.

היסוס מוצדק: היא עצרה וחשבה, חשב על זאת שוב, לקח זמן נוסף לחשוב.

תשובות המקבלות ציון - :

נסיגה, ויתור, כניעה: ברח, הוא איבד כל תקווה, הוא החל להרהר, הוא התייאש, הסתגרה בשביל לא להפגע, ויתר, ישר ויתרה וחסכה לעצמה את ההתמודדות עם הכישלון.
תגובות רגשיות או גופניות: הוא הרגיש תחושה נוראית.
ניסיון התמודדות מוגזם ובלתי מבוקר: הוא הימר עליהם.

דחיה:

פתרון מאגי – הוא הצליח בסופו של דבר, הוא עשה את הבלתי יאמן, הוא העלה אותם, הופתעה לגלות שהצליחה, הסיכויים היו גבוהים מאוד, הפך למנהל בית הספר, הצליח.

סולם 4 – הערכה עצמית

ציון חיובי בסולם זה יינתן להשלמות אשר מצביעות על ראייה עצמית חיובית, יחס חיובי לגבי העבר והעתיד (ללא הפרזה)
ציון שלילי יינתן לתשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית או חיובית מוגזמת. יחס שלילי או חיובי מוגזם לגבי העבר והעתיד.

4/4 ברוב העניינים אני...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: אוהב להתערב, אוהב להיות מעורב, אחלה גבר, אקטיבי, בחור רציני, בטוח בעצמי, בסדר, בקיא, דומיננטי, די מעשית, די מצליחה, זורם, טוב, יודע, יכולה להסתדר לבד עם המצב, לוקח אחריות, מבין, מביע דעה, מוביל, מנסה להשאר מעודכנת ורגועה, מנצח ומצליח, מסתדר, מעודכנת, מעורב, מצליח, מרוכז, משקיעה, משתדל לעשות את המיטב, משתפת פעולה, מתמצא, מתמקדת בעתיד, מתעמקת, מתעניין, נחמדה, סקרנית, עובד טוב, שותף.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: בבועה-לא יודעת מה קורה, לא מצליח להגיע להחלטות, לא מתעניינת, לא מתערב, מאכזב, מבולבל, מטומטם, ממוצעת, מסובך, נלחץ מכל דבר, נמנעת, פסימיסטית, פרפקציוניסט.
ראייה עצמית חיובית מוגזמת: צודק, שולט.

דחיה:

אוכל, מנסה להבין את הצד השני.

6/4 אנשים חושבים שאני...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: אדם טוב, אוהב לתרום, אח, אחלה, אחראית, אכפתית, רגישה לאחרים, אחראית חכמה ויכולה הכל, אכפתי וסביבתי, בחור טוב, כריזמטי ומצחיק, בן אדם נשמה, בסדר, גבר, חבר טוב, חברותי וחזק, חכם, טוב לב, חמוד, חתיך, טוב במתמטיקה, טוב בספורט, יכול להצליח בכל מה שאבחר, מאושרת, מבינה, מגניב, מצחיקה, מצליחה, משקיען, משתלבת מאוד מהר בחברה, נגן טוב, נחמד, סבבה.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: אידיוט, אדיש, דכאונית, ביישן, בלי עמוד שדרה, לא נחמד, די מוזר, חולה, חנון חלש, חסר רגישות, טיפש, ילדה מוזרה, ילדה עם בעיות, כלבה, כמו כולם, לא יכול לדאוג לעצמי, לא יכולה לעשות זאת, לא מעריכה אותם, לא משהו, מוזר, מכוער, מכור לאיפון, מכור לסיגריות, ממש לא משקיע בלימודים, מעופפת, מציאותית מידי, משוגע, מתנשא אבל אני לא, נסחפת אחרי הזרם, סנובית, סתומה, סתם ילדה, עדינה, ציני.

ראייה עצמית חיובית מוגזמת: איש מאוד חכם ומוצלח, גאון, הפלא השמיני, יפה מוכשר וחתיך להפליא, כשרון, מאוהב בעצמי.

דחיה:

אני, הומו, היפראקטיבית, לא דומה לאף אחת אחרת, לא יודע עברית, לא יודע מה חושבים עלי, לא יודע שאני יודע, עדינה, קצת משוגעת (מהשיר..), שקט, תמים.

10/4 לעיתים קרובות הוא/היא רואה עצמו/ה כ....

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: אדם התורם לסביבה, אדם חברותי ונחמד, אדם טוב, אדם יפה, אדם מצליח, אדם נחוש, אדם שמסוגל להתמודד עם הדברים, אחת שיכולה להצליח בהכל, איש עם שאיפות גבוהות, אישה חזקה, בולט קצת יותר מהשאר, רגיש אך גם חזק, זאת שמזיזה את העניינים, חבר אוהב, חזקה, חייל, חכם, יפה, מיוחד, משהי שיכולה להצליח, מנהיג, מנתח, נערה מתבגרת שחשוב לה מעצמה.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: אגואיסט, אדם אחר, אדם סגור, אפס, בודד, בטלן, בלתי נראית, הבן אדם היחיד בעולם, בן אדם חלש, חסר משמעות, בן אדם מפגר, חופרת, חסר אמונה, חסרת בטחון, חסרת יכולות, חשה, ילדה, כישלון, כלום, כפיל, משהי מאוד נאיבית, משהי שפשוט משתלבת ברקע, מכוער, שמנה, מפסידן, משעממת, נערה מתבגרת שעוד מבולבלת, קורבן לסביבה, רשע, שונה ולא שייכת, שעיר לעזאזל.

ראייה עצמית חיובית מוגזמת: אלוהים, גיבורת על, הכל יכול, הצלחה, יצירת אמנות, כחכם בין טיפשים, מושלם ויותר טוב מכולם, משהו חשוב ביותר, משהו נעלה, מלך העולם, עילוי, צדיק התמר, תגלית השנה, תותח, תקוות המין האנושי.

דחיה:

חתול, ילדה של אמא.

15/4 אחרים חושבים ששאיפותיו/ה הן...

חלק מהעונים מציינים מה הם שאיפותיהם. מרבית תשובות אלו מצויינות כ-US או דחיה.

תשובות המקבלות ציון +:

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: אופטימיות, אפשריות, גבוהות, גדולות, חשובות, טובות, טובות ויכולות להוביל אותה רחוק, מקובלות, מתאימות לה, נכונות.

תשובות המקבלות ציון -:

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: אפסיות, אשליות, בגדר חלום, בגדר צחוק, בזבוז זמן ומשאבים, בזויות, בינוניות, בלתי מציאותיות, בלתי ניתנות להשגה, ברצפה, גבוה למעלה, גבוהות ולעיתים יותר מידי, גדולות מידי, טיפשיות, כושלות, לא הגיוניות, לא ריאליות, למות, לעשות דברים לא חשובים, לפגוע בו, מאוד גדולות והיא לא תצליח להשיגן, מגוחכות, מוגזמות, מוזרות, מטומטמות, מטופשות, מיותרות, מסוכנות, מפגרות, נמוכות, סתמיות, קטנות וחלשות, רדודות, שטחיות. **ראייה עצמית חיובית מוגזמת:** טובות וראויות לצל"ש, להגיע לשמיים.

דחיה:

ביגוד וסטיילינג, הצלחה, חדשות, השאיפות שלהם, חומרות, חיים יותר טובים, לבלות את כל ימיה בבתי חולים, לגמור מהר ככל האפשר את שיעורי הבית, להיות איתו, להיות ארכיטקט, להיות טייס, להיות משהו חברתי, להיות עם בנות ולהראות טוב, להיות שחקן כדורגל, להצליח, להרוויח כסף, ללמוד.

17/4 לעיתים אני...

פריט זה מפיק תשובות מאוד מגוונות, רבות מהן אינן מעידות על תפיסה עצמית חיובית או שלילית.

תשובות המקבלות ציון +:

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: מצליח, מצליח במבחן, מתכנן תכניות, צוחק, שמח

תשובות המקבלות ציון -:

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: בודד, בוכה, בוכה כשאני חושבת על עצמי, חושב לוותר, חוששת, חסר בטחון, חש כאב פנימי, ילד רע, כועס, לא בטוח בעצמי, לא הולך לבית הספר, לא יודע מה לעשות, לא לוקח אחריות, לא מצליח להתרכז, לא מצליח, לא מתנהג הכי יפה שיש, לא רוצה לצאת מהמיטה, מאוכזבת מעצמי, מדברת יותר מידי, מדוכאת קצת, מוותר לעצמי, מפוחדת, מפחד, מצוברח בלי סיבה, מקלל יותר מידי, מרגיש בודד, משועממת, נכשל, נשברת, עייף, עצבני, עצוב, שונא את עצמי, שופט את עצמי יתר על המידה. **ראייה עצמית חיובית מוגזמת:** גבר גבר.

דחיה:

אוהב לחשוב עם עצמי לבד, אוהבת לאכול ג'אנק פוד, אוהבת לבלות עם האחים שלי, אוהבת להיות עם חברות, אוכל, הולך לחדר כושר, חווה הצלחות וכשלונות, חולם על העתיד, חולם על מה ארצה להיות

כשאגדל, חולמת בהקיץ, חוצה גבולות, חושב, חושב אם אני עושה את הדבר הנכון, חושב על מה יקרה כשאהיה גדול, חושב על מעשי בעבר, יושב וחושב על כל מיני דברים, מטייל עם הכלב, מסנן כמה שעות אנשים בווטסאפ, משחק במחשב, רואה חדשות, רעב.

24/4 רוב האנשים אינם יודעים שאני...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: אדם חברותי, אדם מצליח, אוהב לשחות, אוהב לשחק פינג-פונג, אוהב לשיר ולנגן, אוהב מוסיקה קלאסית, אוהב ממש ללכת ולדוג, אוהב ספורט, אוהבת את כולם, אוהבת כל מיני דברים, אוהבת לקרוא, אוהבת לשיר, בעל כשרון מוסיקלי, באמת יכולה להצליח, בן אדם טוב, בן אדם מאמין, חכם, יותר עמוקה ממה שאני נראית, ילד אחראי, מאוד בוגרת לגילי, מאוד בטוח לגבי הרצון להיות כדורגלן, מוכן לתת הכל כדי להצליח, מוצלחת, מחונן, ממש משקיעה מה שאני יכולה בכדי להצליח, מנגן בפסנתר, מנגן על תופים, מנהיג, מעניין, מצחיק, מתאמן הרבה, רגישה ואמפתית, רוכב על אופניים, מלאה באנרגיות ומצחיקה, רוצה להיות טייס, רוצה להיות סופרת, שאפתן.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: אוטיסט, באמת בן אדם נורא, בודדה, בוכה לפעמים, ביישן, בן אדם עצבני, בן אדם קצת סגור, דכאוני, הייתי בדכאון והלכתי לפסיכולוגית, חולה, חושב הרבה, חסר בטחון, חתכתי, כועסת, לא אוהבת את עצמי, לא מבינה למה אני שמחה, לא מסודר, לא סובלת אותם, לא שקטה, לא תמיד מאושרת, לפעמים גם חלשה, מדוכאות, מכור לטלוויזיה, מניפולטיבית, מפחדת, מרגישה בודדה, עם בעיות אכילה, עצוב, עצלן, פגיעה, פוחד ממחויבות, נפגעת מהר.

ראייה עצמית חיובית מוגזמת: גיבורת על, כמעט תמיד צודק.

דחיה:

אחרת ממה שאני נראית, אנשים יודעים הכל, בא ממשפחה קשת יום, בעצם מתנגד לצבא, בת 17, היפראקטיבי, יודע עליהם דברים, יודעת, מאוד רגישה, מנהל חיים כפולים, קצת משוגעת (מהשיר הידוע).

25/4 רוב הדברים שאני עושה...

תשובות המקבלות ציון + :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: אני אוהב, אני גאה בהם, אני לא מתחרטת עליהם, אני מצליח בהם טוב, אני מנסה להיות הכי טובה, אני מנסה להצליח בהם, אני משתדל להצליח, אני נהנית מהם, אני עושה באהבה, אני עושה בלב שלם, אני עושה בשיקול דעת, אני עושה טוב, אני עושה מרצון, אני עושה מתוך כוונה טובה, גורמים לי להרגיש טוב, הם בחירה שלי, הם בעלי משמעות, הם בשביל החשובים לי, הם בשביל שיהיה לי טוב, הם בשביל העתיד שלי, הם טובים, הם למען מטרה בחיים, הם לתועלת החברים שלי, הם מה שאני אוהבת לעשות, הם מוצלחים, הם למען עצמי, זה בשביל להרגיש סיפוק, זה מתוך ידיעה, מובילים אותי לדרך הטובה, מחושבים, מעניינים אותי, מצליחים, משמעותיים.

תשובות המקבלות ציון - :

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: אומרים לי שהם לא בסדר, אין לי מושג למה, אינם טובים, אני חושבת שאני טועה, אני עושה כי אני לא רוצה, הם חסרי מחשבה, הם לא יותר מכלום, הם לרעתי, יוצאים בסוף לא בסדר, לא מממשים את הרצונות שלי, לא מעניינים אותי, לא מתוך בחירה, לא עוזרים לי, מתפרשים לא נכון, נובעים מסערת רגשות, סבירים, קשים לי.

ראייה עצמית חיובית מוגזמת: מהממים, מעוררים השראה.

דחיה:

אייפון, מחשב, כדורגל, אני אוהב לעשות לבד בלי עוד אנשים, אני חושב פעמיים, אני עושה כדי שיאמרו לי כל הכבוד, אני עושה כי אני חייבת אותם לעצמי, אני עושה לבד, הם אינטרסים שלי, הם בעקבות מה שקרה, הם לפי מה שאני מרגישה, כולם יודעים, קשורים באמנות, קשורים לבית הספר.

30/4 כאשר חשב/ה על עברו/ה, הרגיש/ה...

תשובות המקבלות ציון +:

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: אושר, בטחון, בסדר, גאה, גאווה, גדול, געגוע, חזקה כי הבינה כמה עברה והשתפרה, טוב, כמיהה, מאושר, מוצלח, מסופק, נוסטלגיה, סיפוק, שהוא כל כך השתפר, שלמה עם עצמה, שמחה.

תשובות המקבלות ציון -:

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: אי נוחות, איזה דפוק היה, אכזבה, אפס, את הדמעות עולות, בודד, בושה, בכי, בלבול ותסכול רב, זוועה ופחד, חוס, חוסר מנוחה, חרטה, ריק, כאב, כמה טוב שהעבר לא הווה, כמה טיפש היה, מאוכזב, מבויש, מבוכה, מועקה, מזועזע, מטומטמת, נורא, עצב, פספוס, צביטה בלב, צמרמורת, רע, שהיא הייתה יכולה לעשות אחרת, שהיא מפחדת שיחזור.

ראייה עצמית חיובית מוגזמת:

דחיה:

אחרת, שהשתנתה מאוד, שעברה דרך ארוכה.

35/4 הוא חשב שעתידי... / היא חשבה שעתידה...

תשובות המעידות על הגזמה ("עתידי מובטח/זוהר") אין מעידות בהכרח על שימוש במנגנון הגנה של ניפוח על מנת לכסות על קושי, עקב קיום מטבע הלשון "עתידי זוהר/מובטח" שמביא בני נוער רבים להשלים את המשפט בצורה זו.

תשובות המקבלות ציון +:

תשובות המצביעות על ראייה עצמית חיובית: בהיר, בטוח, בטוח כספורטאי, הוא בעזרה לאנשים, הולך בכיוון הנכון, טוב, יאיר לו פנים, יהיה בסדר, יהיה ברפואה, יהיה גדול, יהיה טוב יותר, יהיה יפה, יהיה מוצלח, יהיה מעולה, יכול להיות טוב, יצליח, יתאים למה שהוא אוהב.

תשובות המקבלות ציון -:

תשובות המצביעות על ראייה עצמית שלילית: אבוד, אינו מזהיר, באפלה, בזבל, בלי תקווה, בסיכון, בסכנה, בפח, הוא המוות, הוא כשלון, הולך להיות חשוך וקודר, הולך לזבל, הרוס, זוועתי, חסר משמעות, יהיה גרוע, יהיה רע, לא ברור, לא ידוע, לוט בערפל, שחור.

ראיה עצמית חיובית מוגזמת: הוא הכי טוב בעולם, הולך להיות גדול מאוד, הולך להיות מושלם, הולך להיות משגשג, ורוד, זוהר, יהיה מזהיר, מובטח.

דחיה:

ברור.

40/4 בדרך כלל אני מרגיש/ה...

תשובות המקבלות ציון +:

תשובות המצביעות על ראיה עצמית חיובית: אהבה וקרבה, אהוב, אושר, אהלה, אחראי, בסדר, געגוע, דרוך מוטיבציה, הכי שמחה ואופטימית שאפשר, טוב, שמח, טוב עם עצמי, מאושרת בחלקי, מעולה, מצוין, סבבה, רגוע, רגיל, שאוהבים אותי, שאני מצליח, שאני מצליחה במה שאני מנסה, שיש לי שמחת חיים, שמח.

תשובות המקבלות ציון -:

תשובות המצביעות על ראיה עצמית שלילית: אדיש, אחרת, בדכאון, בודד, בחוסר תקווה, בלבול ודכאון, חוסר בטחון, חסרת פואנטה, כלום, לבד, לחוץ, מבולבלת, מדוכדך, מוטרדת מהמחשבות, משועמם, לא מספיק נאהב, נורא טוב ונורא רע, עייף, עצבנות, עצוב, ריקנות, רע, שאני צריכה להשתפר עוד ועוד, שאי רוצה להיות מישיה אחרת, שהחיים בזבל.

ראיה עצמית חיובית מוגזמת: מאושר, נפלא-גדול מהחיים.

Abstract

The goal of this study is to assess and strengthen the reliability and the construct validity of Shanan's Sentence Completion Test (SSCT; Shanan, 1967) in 14-18 years old adolescents. SSCT is a semi-projective test which measures active coping style, which is based on the concept of ego autonomy by David Rapaport. This test is an Israeli diagnostic test, was developed on adults, and is commonly used in the diagnostic assessment of adolescents, despite the absence of adjusted scoring protocols. As a result, the assessment of the coping style is typically subjective and qualitative.

Active coping assumes relative dependency of the ego forces on the impulses and their consequences for the super-ego. Shanan defines active coping as a tendency to cope actively with the demands of the situation, as opposed to passive submission. Such a tendency, which is not reflected only by visible behavior, involves the gathering of one's mental strengths to focus attention on goals, areas of difficulty, sources of risk and conflict, and for efficient coping by maintaining self-esteem and adapting well to the environment.

The SSCT includes 40 incomplete sentences which the subject is required to complete quickly. The test is divided into four categories, each containing ten sentences. The categories represent different aspects of active coping: the tendency to identify complexity of goals and aspirations; the tendency to identify the sources of a difficulty; the tendency to actively cope with complex or new situations; and the level of self-esteem. The sum of the scores in the four categories expresses the level of active coping.

In order to provide the first step towards the development of scoring- protocols for adolescents, we collected test data and examined the typical coping profile in adolescents.

In the current study, we examined 191 students, 9th through 12th grade, chosen randomly, and 5 inpatient adolescents aged 14-18. In order to examine construct validity of the test, the participants were also given the youth version (YSR) of the ASEBA (Achenbach) test. All participants completed the two tests according to the instructions.

The main objectives of the study were: (1) Elevating the reliability of the test by creating a detailed scoring guide, compared to the current scoring guide, which has general instructions only; (2) Validation of the test and its sub-scores against an external criterion representing mental health; (3) To evaluate whether active coping ascend between 9th and 12th grade.

The findings of this study show that although detailed guide was used to score the test, the reliability coefficients was unacceptable for some of the measures. Therefore, the results should be carefully scrutinized due to the low reliability indexes. However, it was found that using the detailed guide made two compatible samples more consistent with each other.

The main finding of the study is that a high tendency for active coping is associated with high indexes of mental health which is a further validation of the test.

Additionally, we found that healthy adolescents responded differently than clinical adolescents in two of four scales: coping strategies and self-esteem. Of the four scales, only self-esteem uniquely contributed to the prediction of mental health level.

Finally, we found that coping strategies scale and self-esteem scale differed with age, but not in a meaningful way.

In summary, the findings of this study show the need for further research in order to establish accepted reliabilities in the SSCT. Taking this reservation into consideration, the index of active coping, as measured by the Shanan test, was found to be in correlation with an external criterion. These findings lead us to realize that more data should be collected and new norms should be designated for adolescents. Furthermore, increasing the inpatient sample will enable comparing the healthy normative adolescents to inpatient clinical adolescents, and examine differences between different mental health problems in active coping.

In addition, it is recommended to examining whether demographic and context variables has effect on scale scores.