

דימוי עצמי

שרף, 1996

דפוס התקשורת והבעה רגשית של מתבגרים

בסביבות משפחתיות-חינוכיות שונות

מאת: מירי שרף

בהדרכת: פרופ' אברהם שגיא

פרופ' רחל הרץ-לזרוביץ

חיבור לשם קבלת התואר

"דוקטור לפילוסופיה"

אוניברסיטת חיפה

בית הספר לחינוך

החוג לחינוך

פברואר, 1996

כלי המחקר

כלים הבודקים דפוסי התקשורת:

Adult Attachment Interview(AAI)-ראיון התקשורת מבוגר 1.

(George,Kaplan&Main1985;Main&Goldwyn,1994)

ה-AAT הוא ראיון מובנה שמטרתו לעורר זכרונות ורגשות לגבי התנסויות התקשורת. הנבדקים מתבקשים לתת תאורים כוללנים ליחסיהם עם הוריהם ולתמוך בהם בארועים ביוגרפיים ספציפיים. הראיון כולל שאלות ישירות על התנסויות בדחיה, מצבי רוח, מחלה ופציעה ושאלות המתייחסות להתנסויות באובדנים, פרידות וטראומות (התעללויות). הנבדקים מתבקשים לתת הסברים להתנהגותו של ההוראה, לתאר את יחסיהם העכשוויים עם הוריהם ולבסוף מתבקשים המרואיינים להעריך את השפעת התנסויות הילדות על התפתחותם ועל אישיותם. בראיון המקורי נשאלים המבוגרים גם מספר שאלות על התייחסותם לילדים שאינם רלבנטיות לנבדקים בגיל ההתבגרות, ולכן נערכה אדפטציה קלה בגירסה זו. הראיון משקף למעשה את האופן שבו המרואיין מבנה מחדש ומפרש את התנסויותיו המוקדמות.

הראיון מוקלט ואורך כשעה ולאחר מכן משוכתב מילה במילה. התעתיקים מדורגים תחילה על חמישה סולמות שמודדים התנסויות ילדות משוערות עם כל אחד מן ההורים בנפרד; אהבה-המידה שבה לנדבק היתה תחושה ברורה של תמיכה רגשית וזמינות של ההורה בעיקר בעיתות מצוקה: דחיה-אברסיה לביטויי התקשרות של הילד ו/או מאמצים להפחית את הבעת ההתקשרות של הילד. זוהי התנהגות שאינה מערבת בהכרח פגיעה גופנית או מילולית, ויכולה לנוע מהדגשת עצמאות מוקדמת עד להתנהגויות המבטאות חוסר עניין בילד ותחושה כי הוא אינו רצוי; מעורבות/ חילוף תפקידים - ההורה מנסה לעורר את תשומת ליבו ומעורבותו של הילד ו/או מחפש הורות מן הילד, הזנחה - העדר אינטראקציה וחוסר נגישות כאשר ההורה נוכח; דחיפה להישג - המידה שבה הילד נדחף להשיג עמדה או מעמד מסויים, נדחף להצטיינות או להשיג אחרים, או לבצע עבודות של מבוגרים בגיל צעיר מאוד.

לאחר מכן מדורגים התעתיקים לגבי אחד עשר מדדים של מצב תודעה (state of mind) עכשווי: קוהרנטיות התעתיק - יכולת הנבדק להציג ולהריך את העבר והשפעותיו בדרך הגיונית, עקבית ומובנת לקורא שאינה דורשת פרשנויות נרחבות. בבדיקת הקוהרנטיות נבחנים האיכות (עדות לדברים המובעים), כמות(תמציתיות אך עדיין מסירת מידע מלא), רלבנטיות ואופן (בהירות וסדר) מסירת המידע; אידיאליזציה - פערים או סתירות בין התאורים הכוללניים החיוביים של ההורה לבין התיאורים של התנהגות ההורה. באיזו מידה הנבדק משמר או מנסה להרשים את המראיין בדימוי של הורה "מצויין" או "מושלם" במנותק מהתנסויותיו עימו; התעקשות על חוסר יכולת לזכור את הילדות - מספר הפעמים שהנבדק מדווח על חוסר זכרון, עוצמת התעקשותו והמידה שבה הוא משתמש בהצהרה על חוסר יכולת להזכר בילדות כדרך לחסום שאלות נוספות; ביטוי כעס כלפי ההורה המבוטאים במהלך הראיון- המידה שבה הנבדק מבטא כעס עכשווי, עיסוק יתר או מעורבות עכשווית כולל נסיון להשיג מעורבות מצד השומע; פסיביות - כשלון להשלים משפטים, ביטויים לא ברורים, גישה לנושאים לא רלבנטיים, שימוש בטון דיבור ילדותי, קטיעת חוט המחשבה. דרוגציה/ביזוי - הפחתת ערך של יחסי והתנסויות התקשרות והשפעתם; מטה-קוגניציה - היכולת לפקח ולדווח על תהליכי החשיבה והזכרון המתרחשים במהלך הראיון. בכל אחד מן המדדים שצויינו, ניתן ציון בסולם בן 9 נקודות, כאשר ציון 1 משקף ציון נמוך או העדר התנסות, וציון 9 מבטא התנסות וביטויים אינטנסיביים.

לאחר הדירוג, התעתיק מסווג לאחת מתוך ארבע קטגוריות ההתקשרות העיקריות: אוטונומי, מנותק, לכוד או לא מאורגן (שפורטו בסקירה התיאורטית). שוב מן הראוי לציין כי הסווג אינו מתבסס על התנסויות העבר כי אם על מצב התודעה העכשווי. דגש מיוחד מושם על תהליכים

מחשבתיים כמו נגישות, או לחילופין חסימות גישה לזכרונות ילדות, יכולת אינטגרציה של זכרונות סותרים, שטף של ביטוי מול מגוונים הגנתיים של חסימה וניתוק, יכולת הערכה כוללנית של מערכות יחסים ולבסוף מידת הקוהרנטיות הכללית של תכני הראיון. בסופו של התהליך הנבדקים משובצים לאחת מתוך ארבע קטגוריות: בטוחים-אוטונומיים, ולא בטוחים-מנותקים-(מקביל לדפוס הנמנע), לכודים(מקביל לדפוס האמביוולנטי) ואבל או טראומה לא מעובדים(מקביל לדפוס הלא מאורגן בינקות).

מאזר פותח, נעשה שימוש בראיון התקשרות מבוגר ברחבי העולם ולאחרונה דוותו גם נתונים פסיכומטריים לגביו. מהימנות הראיון גבוהה ומדידות חוזרות שנערכו במחקרים שונים בטווח זמן שנע בין שלושה חודשים-שמונה עשר חודשים בין שתי המדידות הראו יציבות, (benoit&parker,

1994:sagi,van uzendoorn,scharf,koren-karie,joels&maysesless,1994). גם תקפות הראיון נבחנה ונמצא כי סיווגי ההתקשרות אינם תלויים באינטליגנציה, בכוסף חברתי, במורכבות קוגניטיבית או ביכולת זכרון, (VAN UZENDOORN 1993: waters & BAKERMANS-KRANENBURG (CROWELL, 1994:SAGI ET AL,1993:POSDA,&GOLBY,TREBOUX,O'CONNOR, בנוסף, נבדקה גם השפעה אפשרית של מראיין שמשמש בכוסף גם מנתח של התעתיקים, ונמצא כי ה-AAL אינו פגיע להטיית של מראיינים המשמשים כשופים (Sagi et al, 1994).

הראיונות נותחו על ידי כותבת עבודה זו, זמן רב לאחר שנאספו כאשר הם מצויינים במספרי נבדק ללא פרטים מזהים אחרים. 25% מן הראיונות נותחן באופן בלתי תלוי על ידי שופטת נוספת (נינה קורן-קריא), והמהימנות שהושגה היא 91.8% ($kappa=.83$). שתי המנתחות הוכשרו לניתוח הראיונות על ידי MARY MAIN ו- ERIK HESSE, ונמצאות במהימנות גבוהה גם עימם.

ההשערה התצפיתית היא כי שיעור ההתקשרויות האוטונומיות בקיבוצי הלינה המשפחתית יהיה הגבוה ביותר, כשאחריו קיבוצי המעבר ואילו השועור הנמוך ביותר של התקשרויות אוטונומיות יימצא בקבוצי הלינה המשותפת.

כלים הבודקים הבעה רגשית :

2. מבחן חרדת פרידה-(SAT) Separation Anxiety Test (Hansburg,1972,1980)

ה-SAT הוא מבחן מעין השלכת (semi-projective) שמטרתו להעריך תגובות אישיות לפרידה ולאובדן, בהנחה כי התגובות מעידות על איכות יחסי האובייקט ועל היכולת לתפקוד עצמאי. המבחן

כולל שנים רישומים בשחור – לבן שכל אחד מהם מציג ילד העובר התנסות פרידה אחרת. מתחת לכל תמונה מופיעה כותרת המתרחש בתמונה, אולם הבעות הפנים עמומות ואין בהן מספיק רמזים על הרגשתו של הילד .

מחצית מן התמונות מצבי פרידה מתונים, וממציתן מתארות מצבי פרידה חמורים יותר . במחקר זה נבחרו 7 תמונות-**תמונות המייצגות מצבי לחץ מתונים**: 1. מעבר לכיתה חדשה 2- מעבר לשכונה חדשה 3. אמא משכיבה את הילד במיטה. תמונות המייצגות מצבי לחץ חריפים: 1. לאחר ויכוח עם אמא, אבא עוזב את הבית. 2. אחד מהוריו של הילד נלקח לבית החולים. 3. הילד והאב עומדים מול קיברה של האם. 4. הילד בורח מן הבית. מין הילד שהוצג בתמונה הותאם למין הנבדקים על מנת למנוע הטייות אפשריות. תמונות אילוי שימשו גירוי לסיפורי פרידות של הילדים על פי ההליך שהוצע בעבודות (Main et al,1985:Kaplan,1985) (Resnick,1992) .

מפרט הראיון לקבל ספורים (narratives) לגבי תמונות הפרידה וללמוד על דפוסי ההבעה הרגשתי של הנבדקים. כל אחת מן התמונות הוצגה לנבדקים, לגבי כל אחת מהן הם נשאלו- **איך הילד בתמונה מרגיש?** המראיינים דיברו על רגשות אפשריים ונתבקשו גם להסביר או לתת צידוק לרגשות שביטאו. לאחר מכן נשאלו-**מה הילד בתמונה יעשה אחר כך?** במקרים בהן התגובות שניתנו לא היו ברורות נתבקשו הבהרות .

כל הראיונות הוקלטו ושוכתבו מילה במילה. כל הראיונות קודדו באופן בלתי תלוי על ידי שני מקדדים (על ידי כותבת עבודה זו ועל ידי פסיכולוגית קלינית שהוכשרה לכך במיוחד) כשהם מצויינים במספרי נבדק ללא פרטים מזהים אחרים. הראיונות נותחו על פי עיבוד של שיטותיהם של Kaplan (1985) ושל Resnick (1992) שהותאם לקבוצת הגיל שנחקרה. המהימנות נבנתה על סמך 20 מן התעתיקים, כאשר לאחר קידוק של כל חמישה תעתיקים נערך דיון, נדונו פערים ונקבעו קווים מנחים. כל אחד מן המתבגרים קבל ציון על כל אחד מן הסולמות הבאים :

פתיחות רגשית ופגיעות- יכולתו של הנבדק לבטא בפתיחות רגשות פגיעות כמו עצב, בדידות, פחד וכס שמתייחסות למצבי הפרידה בתמונות. הסולם משקף את כמות ואיכות הרגשות שמבטא הנבדק, כמו גם את הסבריו וצידוקיו לרגשות שציין. מבטאת את היכולת לדמיין רגשות עצב, בדידות, פחד וכעס. הציונים בסולם זה יכולים לנוע בין 1-9, כאשר ציונים נמוכים משקפים חוסר או מיעוט של פתיחות רגשית וביטויי פגיעות ואילו ציונים גבוהים מצביעים על פתיחות רגשית רבה בהתייחסות לפרידות רגשית וביטויי פגיעות ואילו ציונים גבוהים מצביעים על פתיחות רגשית רבה בהתייחסות לפרידות ולחסרונם של האהובים. מהימנות בין השופטים על סולם זה $r=.92$.

התמודדות- הערכת האסטרטגיות בהן משתמשים הנבדקים להתמודדות עם הפרידות המודגמות בתמונות. הפתרונות יכולים לכלול פעילויות בונות כמו נסיונות למנוע את הפרידה או פעולה המכוונת להשיג מגע מחדש עם ההורה לאחר שהפרידה התרחשה; ההתמודדות יכולה להיות פסיבית בעיקרה ללא נקיטת פעולות כלשהן, קושי במציאת פתרונות או שהיא יכולה לכלול פתרונות הרסניים או שליליים- שריפת בגדי ההורים, בריחה והסתתרות או אפילו נסיונות התאבדות. הציונים בסולם זה יכולים לנוע בין 9-1 כאשר ציונים נמוכים משקפים פתרונות והתמודדות הרסנית וציונים גבוהים מעידים על מאמצי התמודדות בונים. מהימנות בין שופטים בסקלה זו היא $r=.91$.

קוהרנטיות- סולם זה משקף את הקווים המנחים של Main & Goldwyn (1994) ומעריך את הארגון, הבהירות והעקביות הפנימית של הסיפורים. איכות הסיפורים, כמותם והרלבנטיות שלהם נבדקים בעת מתן ציון בסולם זה. הציונים בסולם זה יכולים לנוע בין 9-1, כאשר סיפורים לא ברורים ולא מובנים מקבלים ציון נמוך בקוהרנטיות וציונים גבוהים מעידים על קוהרנטיות טובה של הסיפורים. מהימנות בין שופטים בסקלה זו היא $r=.89$.

בסופו של התהליך נעשה גם נסיון לשבץ את הנבדקים לאחת מתוך 3 דפוסים של הבעה רגשית:

דפוס הבעה רגשית **מאוזן** המאופיין בפתיחות רגשית גבוהה, התמודדות קונסרוקטיבית וקוהרנטיות גבוהה: דפוס הבעה רגשית **מצומצם** שמאופיין בפתיחות רגשית נמוכה, ציון התמודדות בינוני-נמוך וקוהרנטיות בינונית-נמוכה, ודפוס הבעה רגשית **מוגבר** המאופיין בפתיחות רגשית בינונית-גבוהה, וציוני התמודדות וקוהרנטיות נמוכים. השופטים השיגו 90% מהימנות על סיווגי הבעה רגשית ($kappa=.78$).

ההשערה התצפיתית היא כי שיעור דפוס הבעה הרגשית המאוזנים בקיבוצי הלינה המשפחתית יהיה הגבוה ביותר, כשאחריו קיבוצי המעבר ואילו השיעור הנמוך ביותר של דפוס הבעה רגשית מאוזנים יימצא בקבוצי הלינה המשותפת.

כלים הבודקים יחסים עם ההורים:

3. שאלון יחסי ילדות מוקדמים (Lichtenstein & Cassidy, 1991)

לאחרונה, מתוך מחשבה שהזמן המוקדש לאיסוף הנתונים וניתוחם, המיומנות הנדרשת והעלות הם גבוהים ומגבילים את השימוש ב-AAI, ניסו ליכטנשטיין וקסידי לבנות שאלון התופף במימדיו לראיון התקשרות מבוגר. ה-INVAA הוא שאלון דיווח עצמי המורכב מ-60 היגדים שמטרתם להעריך את

הזכרונות של הנבדק לגבי התנסויותיו עם המטפלים בילדותו המוקדמת, כמו גם את מצב התודעה העכשווי שלו לגבי התנסויות התקשרות מוקדמות. הנבדק צריך לציין את מידת הסכמתו לגבי כל אחד מן ההיגדים על פני סולם ליקרט בן 5 דרגות. כאשר ציון 1 משקף היגד שאינו מתאר ואילו ציון 5 משקף היגד שמתשר מאוד. הפריטים משקפים ארבעה מימדים של היסטורית הילדות המשוערת עם המטפל: דחיה, אהבה, לכידות/חילוף תפקידים ופחד מאובדן ומנטישה, וחמישה מימדים של מצב תודעה עכשווי: ניתוק, כעס, תנודות, דיווח על חוסר זכרון, ואיזון-סלחנות. בסופו של דבר קובצו כל הסולמות למספר מצומצם יותר של מדדים:

דחיה - כולל היגדים כמו: "כאשר הייתי ילדה לפעמים הרגשתי שאימי קיוותה שלא אוולד בכלל", "בילדות היה לי לעיתים קרובות רושם שאימי לא מקשיבה לי, לעיתים קרובות היא פשוט התעלמה ממני".

מהימנות a קרונבאך לסולם זה במידגם המקורי 93, ובמידגם זה 88 ..

יחסים לכודים - כולל היגדים כמו: "אני זוכרת שאימי אמרה שאני לא מקדישה לה מספיק תשומת לב, או שאינני אוהבת אותה מספיק"; "בילדותי אימי אמרה לי לעיתים קרובות שהיא הקריבה את עצמה למעני. מהימנות a קרונבאך לסולם זה במידגם המקורי 80, ובמידגם זה 75.

כעס - כולל היגדים כמו: "לעיתים אני מרגישה רצון לנער את אימי ולומר לה: התעוררי וראי אותי כפי שאני"; "כל מה שקשור באמא שלי עדיין מפריע לי לחיות את החיים שלי". מהימנות a קרונבאך לסולם זה במידגם המקורי 79, ובמידגם זה 69 ..

איזון - כולל היגדים כמו: "אני מבינה כעת, שאם אימי לא היתה הוגנת כלפי כשהייתי ילדה, זה היה משום שהיא התמודדה עם הבעיות שלה"; "גם אימי וגם אני איננו מושלמות, אבל בכל זאת הצלחנו להסתדר בילדותי". מהימנות a קרונבאך לסולם זה במידגם המקורי 73, ובמידגם זה 60 ..

העדר זכרון - כולל היגדים כמו: "קשה לי לזכור באופן מפורט את היחסים שלי עם אימי"; "אני מוצאת שקשה לי לזכור את ילדותי המוקדמת". מהימנות a קרונבאך לסולם זה במידגם המקורי 91, ובמידגם זה 91 ..

מלבד הציונים בכל אחד מן הסולמות הציעו המחברות גם דרך לסווג את הנדבקים ל- 6 קבוצות שונות של דפוסי התקשרות: שלוש קבוצות של בטוחים (בטוח-דחוי, בטוח-לכוד, בטוח-אהוב) ושלוש קבוצות של לא בטוחים (מנותק-דחוי, עיסוק יתר-לכוד, לא בטוח-אידיאליזציה). הסיווג נעשה על ידי אלגוריתמים ספציפיים המבוססים על התאוריה ועל דפוסי התקשרות מבוגר שזוהו במחקר. האלגוריתמים מזהים אנשים שהם פרוטוטיפיים לכל אחת

מקבוצות ההתקשרות, ולכן לא כל הנבדקים מסווגים בשיטה זו (כ-60%), למרות שהן מצינות כי ניתן לסווג את כל הנבדקים לסיווג

המתאים ביותר. במחקר הנוכחי נעשה שימוש בסולמות בלבד, וסיווג הנבדקים לדפוס ההתקשרות נעשה על פי כלים אחרים.

המחברות מדווחות על מהימנות גבוהה של מבחן חוזר: 82-88. לכל הסולמות מלבד האיזון-68. שלהערכתן מושפע יותר מאינטראקציות עכשוויות עם ההורה. הן מדווחות על 85% יציבות בסיווגים ועל תוקף מבנה, קריטריון ותוקף מתכנס (convergent) סבירים כנגד כלי מחקר אחרים הבודקים עולמות תוכן קרובים (Lichtenstein&Cassidy1991).

ההשערה התצפיתית למתבגרים אוטונומיים יהיו ציונים גבוהים יותר באיזון, למתבגרים

מנותקים יהיו ציונים גבוהים יותר בדחייה ובחוסר זכרון ואילו למתבגרים לכודים יהיו ציונים גבוהים יותר משל עמיתיהם בכעס וביחסים לכודים.

כלים הבודקים יחסים חבריים :

Questionnaire – Adolescent Interpersonal Competence שאלון קומפטנטיות בינאיש

(Buhrmester, Wittenberg& Reis, Furman, 1988; Buhrmester, 1990)

זהו שאלון דווח עצמי הכולל 40 פריטים המעריכים מימדי קומפטנטיות החשובים ביחסים קרובים, הפריטים מנוסחים על פני סולם בן 5 נקודות, כאשר 1 מציין "חלש-ירגיש כל כך לא נוח ולא יהיה מסוגל לטפל בסיטואציה ולכן יימנע ממנה במידת האפשר". ציון 5 מציין "טוב באופן מיוחד-ירגיש מאוד נוח ויוכל לטפל בסיטואציה זו טוב מאד". 40 הפריטים מאורגנים בחמישה מימדים (8 פריטים בכל אחד):

יוזמה ביחסים בינאישיים- יכולת להתקשר לחברים ולקבוע פעילויות משותפות. מהימנות a קרונבאך במדגם זה 82..

אסרטיביות- היכולת לומר לחברים כי הם מזניחים או בלתי מתחשבים. מהימנות a קרונבאך במדגם זה 83..

אספקת תמיכה רגשית ועצה לחברים- יכולת לתמוך בחברים בעיקר כאשר הם עצובים ולא מאושרים. מהימנות a קרונבאך במדגם זה 83..

גילוי עצמי- פתיחות ומתן אפשרות לחברים לדעת דברים אודותיו. מהימנות a קרונבאך במדגם זה 88..

התמודדות עם קונפליקטים בינאישיים – יכולת לדעת כיצד לא להסכים, ללא מעורבות בויכוחים קרונבאך במדגם זה $a=74$. מהימנות

Buhrmester ועמיתיו (1987) הראו כי מהימנות של מבחן חוזר נעה בין 89-69 לגבי חמשת המימדים השונים וכי מהימנות עקביות פנימית נעה בין 87-77 (חציון 83). בנוסף לכך, נערכו מבחני תקופת ביחס למשתנים אחרים: ליוזמה ואסרטיביות שלילית היה קשר לאשכול תכונות אינסטרומנטליות, בעוד שגילוי עצמי, תמיכה רגשית והתמודדות עם קונפליקטים היו קשורים לתכונות של אישיות אקספרסיבית.

ההשערה התצפיתית היא כי בהשוואה למתבגרים הלא אוטונומיים, למתבגרים האוטונומיים יהיה ציון גבוה יותר בחמשת המימדים במבחן זה.

5. שאלון התקשרות לחברים- Inventory of Peer Attachment (Armsden & Greenberg, 1987)

זהו שאלון לדווח עצמי הבודק אספקטים התנהגותיים, קוגניטיביים ורגשיים של יחסי התקשרות של המתבגר עם הוריו ועם קבוצת השווים. בעבודה זו נעשה שמוש בחלק השאלון שמתייחס לבני הגיל בלבד. חלק זה כולל 25 היגדים המדורגים בסולם בן 5 נקודות מסוג ליקרט הנע בין אף פעם אינו נכון (1) לבין – תמיד נכון (5)

ניתוח גורמים של פריטי המבחן הניב את הגורמים הבאים:

אימון וכבוד הדדי – תחושת בטחון וידע כי דמויות ההתקשרות מבינות, רגישות ומגיבות לצרכים הרגשיים {10 פריטים, $a=91$ }. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 85..

תקשורת – מידת ואיכות התקשורת המילולית עם דמויות ההתקשרות {8 פריטים, $a=87$ }. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 83..

ניכור – כעס או ניתוק רגשי מדמויות ההתקשרות {7 פריטים, $a=72$ }. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 71..

איכות ההתקשרות מחושבת על ידי סיכום מימדי האימון והתקשורת והפחתת מימד הניכור. הכלי מבחין באופן רחב בין מתבגרים בטוחים למתבגרים לא בטוחים. לכלי נערכו מבחנים של מהימנות ותקפות, ונמצא מתאם חיובי בין איכות יחסי ההתקשרות לבין מימדים של הסתגלות תוך נפשית ובינאישית. בהשוואה למתבגרים לא בטוחים, למתבגרים בטוחים היו ציונים גבוהים יותר בהערכה עצמית ובסיפוק מן החיים וציונים נמוכים בחרדה, דכאון, כעס, ניכור ואשמה.

ההשערה התצפיתית היא כי למתבגרים אוטונומיים ציונים גבוהים יותר במימדי האימון והתקשורת וציון נמוך יותר בניכור בהשוואה למתבגרים הלא אוטונומיים.

6. שאלון אינטימיות (Sharabany, 1974, 1994):

שאלון הכולל 32 פריטים המתחלקים לשמונה מימדי תוכן, ארבעה פריטים בכל מימד. הנבדק מתבקש להשיב באיזו מידה המשפט מתאים לו על פני סולם הנע בין 6-1. ציון האינטימיות הכולל מחושב על ידי סכום הציונים; בנוסף לכך מחושב ציון לכל אחד מן המימדים:

1. כנות וספונטניות: חשיפה עצמית ופתיחות לגבי מימדים חיוביים ושיליים של העצמי כולל יכולת לתת משוב כן לחבר על מעשיו. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 67..
2. רגישות וידיעה: תחושת אמפתיה והבנה שאינה מושגת בהכרח על ידי דיבור – המידה שבה יודעים עובדות על נטיות, העדפות, צרכים ורגשותיו של האחר. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 71..
3. קשר וקירבה: מידת התיבה, הרגשה בחסרון החבר וייחוס חשיבות ליחסים. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 72..
4. בלבדיות: מימדים יחודיים שאינם קיימים במערכות יחסים אחרות והעדפת מערכת יחסים זו על פני יחסים אחרים. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 56..
5. נתינה ועזרה: המידה שבה ניתנת תמיכה רגשית ועזרה אינסטרומנטלית. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 63..
6. בקשה וקבלת עזרה: המידה שבה מקבלים עזרה, ומרגישים חופשיים לבקש עזרה או עיצה ללא קושי. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 60..
7. פעילות משותפת: מידת ההנאה מבילוי זמן ביחד בעבודה, משחק, תחביבים או הכנת שיעורים בצוותא. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 50..
8. אימון ונאמנות: המידה שבה ניתן לסמוך על החבר בשמירת סודות והבטחות, ובעמידת החבר לצידך גם בעת שאינך נמצא. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 63.. מהימנות הציון הכללי נבדקה באמצעות split-Half ונעה בין 90-94 (גרשוני, 1978). המהימנות הפנימית של כל מימד נעה בין 69-81 (Sharabany, 1974, 1994), נבדקים שהם תלמידי כיתות ד'-ו'. בילדים בני 9 המהימנויות הפנימיות נעות בין 77-89 (Jones & Dembo, 1989). המתאם בין

המימדים השווים לציון הכללי נע בין 66-82 (חציון 77), ומתאמי פירסון בין המימדים לבין עצמם נעים בין 41-63. הדבר מצביע על עקביות מסויימת אך עם תרומה נפרדת של המימדים השונים. עריכת ניתוח גורמים (Oblique) הצביעה על גורם כללי עיקרי הכולל את כל המימדים הא-פרוירים (Sharabany, 1974, 1994).

המבחן היה בשימוש במחקרים שונים ודווח על תקפות תוכן- שימוש בשופטים; תקפות קריטריון- שימוש בבחירות הדדיות כחבר; תקפות ניבויית- מחקר מעקב לאחר 7 שנים; תקפות מבנה- השוואות בין קיבוץ לעיר, מעמד חברתי שונה, גירושין, תאומים, שימוש במנגנוני הגנה והשפעות התערבות קבוצתית; ועל תקפות מבחינה- השוואות בין פופולריות, נטילת תפקיד, אינטליגנציה וכסף חברתי (גרשוני, 1978; הרשלג, 1984; רוזנטל, 1980; Sharabany, 1974, 1994). ההשערה התצפיתית היא כי למתבגרים אוטונומיים יהיו ציונים גבוהים יותר הן בציון האינטימיות הכולל והן במימדי הכנות, רגישות, קשר וקירבה, בקשה וקבלת עזרה, אימון ונאמנות.

כלים הבודקים תפיסת עצמי :

7. שאלון הערכה עצמית- Rosenberg Self Esteem Scale

(Rosenberg, 1979)

זהו שאלון לדיווח עצמי הכולל 10 פריטים העוסקים בעמדות האדם כלפי עצמו ובמידת הקבלה העצמית. מטרת המחבר היתה ליצור כלי נוח להעברה, אחיד בתוכנו שמילוי אינו דורש זמן רב. מחצית ההיגדים מנוסחים באופן חיובי- "בסך הכל אני מרוצה מעצמי", ומחציתם מנוסחים באופן הפוך- "בסך הכל אני נוטה להרגיש שאני כשלון". הדירוג לכל משפט נע בין 1- "בכלל לא מסכים" לבין 4 – "מסכים מאד". ציון הערכה עצמית מתקבל על ידי סכום כל הפריטים וציונים גבוהים מעידים על הערכה עצמית גבוהה.

רוזנברג (1979) מדווח על מהימנות a קרונבאך של 0.92. מהימנות a קרונבאך במידגם זה 0.88. מהימנות מבחן חוזר היא 0.85 ולסולם זה נמצאו מתאמים של בין 0.59-0.83 עם שאלונים אחרים של הערכה עצמית (Robinson & Shaver, 1973).

ההשערה התצפיתית היא כי ציוני ההערכה העצמית של מתבגרים אוטונומיים ומנותקים יהיו גבוהים יותר מציוני המתבגרים הלכודים.

כלים הבודקים אירועי חיים:

8.שאלון התנסויות בחיים- Life Experiences Questionnaire

(Compas ,Davis, Forsythe, &Wagner,1987;Levav,Krassnoff& Dohrenwend,1981;Sarson & Siegel,1978)

הכלי הינו שילוב של מסבר שאלונים ומורכב משאלון דיווח עצמי הסוקר אירועי חיים משמעותיים ואירועי חיים יומיומיים בהם התנסה הנבדק. המתבגרים נשאלו לגבי אובדנים, מחלות, סיום קשר משמעותי, קיום יחסי מין, עישון, שימוש באלכוהול, כשלונות לימודיים וספורטיביים, מריבות עם חברים, ויכוחים עם ההורים ועם חברי משפחה אחרים וכיוב'. בנוסף, ניתנה אפשרות להוסיף אירועים שנחוו שלא נכללו ברשימה.

לגבי כל אחד מן האירועים, הנבדק מתבקש לציין האם האירוע התרחש, מתי התרחש, והאם רואה אותו כרצוי עלפי סולם בן 5 דרגות, כאשר ציון 1 משקף אירוע לא רצוי ואילו ציון 5 מבטא אירוע מאוד רצוי. כמו כן הוא מתבקש להעריך את מידת השפעת האירוע עליו, על פני סולם שנע מהעדר השפעה (ציון 1) ועד להשפעה רבה (ציון 5). סיכום כולל חיובי מצביע על שינויים חיוביים, וסיכום כולל שלילי מצביע על שינויים בלתי רצויים שהתרחשו. משאלון זה הופקו שלושה מדדים: א) מסבר האירועים בהם התנסה המתבגר. ב) מידת הכוסף (desireabulut) של אירועים אילו. ג) השפעתם הכוללת/ המצטברת של האירועים.

ההשערה התצפיתית היא כי למתבגרים בטוחים יהיה ציון גבוה יותר בכוסף אירועים והשפעתם הכוללת, בהשוואה למתבגרים לא בטוחים.

9.שאלון פרטים דמוגרפיים

השאלון כלל פרטים על המתבגר ומשפחתו כמו מספר הנפשות במשפחה, מיקומו של המתבגר ברצף המשפחתי, גיל ההורים עיסוקם והשכלתם, מגמת לימודים של המתבגר, עיתוי המעבר לסידורי הלינה השונים וכיו"ב.

נספח ז' –שאלון דימוי עצמי

המשפטים הבאים מתארים את הרגשות של אדם כלפי עצמו. קראי בעיון את ההיגדים וסמני את מידת ההסכמה שלך עם כל אדם מהם. סמני את התשובה המתאימה לך ביותר.

מאד לא	לא	מסכימה	מסכימה
מסכימה	מסכימה	מאוד	

1. אני מרגישה שאני בעלת ערך, לפחות כמו אנשים אחרים.
2. אני מרגישה שיש לי מספר תכונות חיוביות.
3. אני משנה את דעתי על עצמי לעיתים קרובות.
4. בסך הכל אני נוטה לחשוב שאני כשלון.
5. אני מסוגלת לבצע דברים באותה איכות שמסוגלים לה רוב האנשים האחרים.
6. יום אחד אני חושבת על עצמי דבר אחד, וביום השני -דבר אחד.
7. אני מרגישה שאין בי הרבה דברים שאני יכולה להתגאות בהם.
8. יש לי חיובית כלפי עצמי.
9. שמת לי לב כי אני משנה את דעתי על עצמי מהר מאוד.
10. בסך הכל אני מרוצה מעצמי.
11. הייתי רוצה שיהיה לי יותר כבוד עצמי.
12. יש ימים שבהם לי דיעה מאוד טובה על עצמי, ויש ימים שבהם יש לי דיעה מאוד לא טובה לגבי עצמי.
13. לפעמים אני מרגישה שאני לא מביאה שום תועלת.
14. לפעמים אני מרגישה שאני לא שווה כלום.