

## סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה בקרב מתבגרים בעקבות הפינוי הכפוי מגוש קטיף

טל הרשונים

במחקר זה ביקשנו לבחון את הסתגלותם של מתבגרים לפינוי הכפוי מגוש קטיף שהיה בשנת 2005. ההסתגלות נבחנה בשני מישורים: סימפטומים פוסט-טראומטיים, המבטאים את התוצאות השליליות של האירוע הלוחץ, וצמיחה המבטאת את התוצאות החיוביות של האירוע. במחקר השתתפו 464 מתבגרים ומתבגרות דתיים בגילאי 15–25, תלמידי החינוך הממלכתי-דתי ובוגריו, שחולקו לארבע קבוצות מחקר על פי מידת הקרבה שלהם לפינוי (רמת לחץ אובייקטיבי): (א) מתבגרים שגרו בגוש לפני הפינוי הכפוי; (ב) מתבגרים שלא גרו בגוש, אך נכחו בו בעת הפינוי הכפוי; (ג) מתבגרים פעילים במחאות כנגד הפינוי הכפוי, אך לא נכחו בגוש בעת הפינוי עצמו; (ד) מתבגרים שלא היו פעילים או שלא התעניינו כלל במתרחש. ממצאי המחקר מתקפים מודל רב משתני לניבוי הסתגלות במצב לחץ גבוה כמו פינוי כפוי. מתברר כי קיים קשר חיובי מובהק בין מידת הסימפטומים הפוסט-טראומטיים ובין הצמיחה, כלומר תהליכים של צמיחה משולבים בו-זמנית בסבל ובכאב. הסימפטומים הפוסט-טראומטיים אינם מנטרלים את כוחו של האדם להתפתח בתחומים שונים. נפש האדם מורכבת, והיא מאפשרת לכאב ולשמחה לדור בה בערבוביה בעת ובעונה אחת. ממצאי המחקר מעלים עוד, כי קבוצת המתבגרים שהיו בגוש קטיף בזמן הפינוי אך לא גרו בו אינם נבדלים בסימפטומים הפוסט-טראומטיים בהשוואה למתבגרים שגרו בגוש. ממצאים אלה תומכים בממצאים אחרים שבהם נמצא כי צמיחה

\* מאמר זה מבוסס על עבודת הדוקטורט שנכתבה בבית הספר לחינוך באוניברסיטת בר אילן בהנחיית פרופ' שלמה קניאל וד"ר אלי שכטר: "אמונה דתית ומשמעות כקשורים להסתגלות לאירועי חיים לוחצים: מקרה הפינוי הכפוי מגוש קטיף", רמת-גן 2011.

המתרחשת בעקבות האירוע הלוחץ כרוכה בכאב הנגרם מאותו אירוע עצמו. יתרה מכך, לא רק שנוכחות של סימפטומים פוסט-טראומטיים מאפשרת נוכחות סימולטנית של צמיחה, הסימפטומים הפוסט-טראומטיים אף מעודדים את התחזקות הצמיחה. סימפטומים פוסט-טראומטיים גבוהים מעידים על פגיעה חמורה יותר בעקבות האירוע הלוחץ, כלומר בעלי סימפטומים פוסט-טראומטיים גבוהים עשויים לחוות התערערות תפיסות עולם מהותית יותר בהשוואה לבעלי סימפטומים פוסט-טראומטיים נמוכים יותר. בנייה מחודשת של תפיסות עולם אלה תניב תפיסות עולם יציבות יותר, כלומר לצמיחה רבה יותר, שכן צמיחה מעצם הגדרתה כרוכה בשינוי עמוק המוביל לגיבוש של תפיסות עולם חדשות. ממצאי המחקר מורים כי סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה הם גורמים מובחנים. הם אינם ממוקמים על פני רצף אחד, אלא ניזונים ומזינים זה את זה כל עוד תהליך ההסתגלות נמשך.

### הפינוי הכפוי מגוש קטיף כאירוע חיים לוחץ

במסגרת ההתנתקות מגוש קטיף וצפון השומרון, פונו מבתיהם תושבי גוש קטיף וארבעה יישובים בצפון השומרון. ההתנתקות התרחשה באוגוסט 2005, לאחר מאבק ציבורי ממושך בניסיון למנוע את ביצועה. המאבק נשא פנים שונות, ובלטו בחלקם במאבק מתבגרים שגרו בגוש קטיף ושלא גרו בו.

במחקר נבחנה ההתנתקות כאירוע חיים בעל מאפיינים לוחצים, בעל פוטנציאל טראומטי, כאשר אחת מן ההגדרות המוקדמות של אירוע טראומטי כוללת בתוכה את נושא הלחץ: אירוע טראומטי מוגדר כהתנסות בשיעור לחץ, החורג מטווח ההתנסות הנצפית של החוויה היום-יומית, ומקפלת בתוכה איום ממשי על רווחתן הפיסית או הנפשית של הפרט.<sup>1</sup>

ההתנתקות מגוש קטיף יכולה להיחשב כמקרה פרטי של טראומה מסוג של פינוי כפוי בעקבות החלטה פוליטית, ולכן ייעשה להלן שימוש במונח "פינוי כפוי" לתיאור ההתנתקות. פינוי כפוי הוא פעולה המתבצעת בדרך כלל על ידי מוסדות שלטוניים, ובמסגרתה מורחקים אזרחים מבתיהם באופן זמני או קבוע בשל סיבות פוליטיות או אסונות טבע.<sup>2</sup> פינוי כפוי, מהסוג שאירע בעת ההתנתקות, עלול להוביל להופעתם של סימפטומים פוסט-טראומטיים.

1 Titcehner & Ross, 1974.

2 Steingass, 2001. להרחבה בנושא "פינוי כפוי", ראו אצל טובל-משיח, 2009.

סימפטומים אלה אכן הופיעו בהיבטים ובעצמות שונות, כיוון שהמתיישבים נאלצו לעזוב את בתיהם, את קהילתם, את חבריהם, את האדמה שאלה היו מסורים, ורבים – אף את מקור פרנסתם (לסקירת מחקרים שנעשו בתחום, ראו אצל תובל-משיח, 2009). כל אלה יצרו מצב לחץ ותנאים חדשים שעמם היו צריכים להתמודד המתיישבים.<sup>3</sup> מחקרים שונים בעולם שחקרו פינזים כפויים מצאו אף הם סימפטומים פוסט-טראומטיים. כך למשל במחקר שבחן פינזי כפוי כתוצאה מהוריקן במרכז אמריקה<sup>4</sup> או במחקר שבחן פינזי כפוי של נשים שמקום מגוריהן נהרס.<sup>5</sup>

מעבר לתחושת הלחץ המתלווה בכפייה לכל שינוי של מקום מגורים, במקרה הנוכחי לא ניתן להתעלם מהמרכיב האידיאולוגי הכרוך בהתיישבות בגוש קטיף. ייחודה של ההתיישבות בחבל עזה ובגוש קטיף, שהחלה בשנות השבעים, נעוץ בייעודה לשמש כמגן אנושי ביטחוני לתושבי מדינת ישראל כולה. מאפייניה האידיאולוגיים בשל כך דומיננטיים מאוד.<sup>6</sup> עקרונות נוספים המאפיינים את ההתיישבות קשורים באמונה בארץ ישראל השלמה, בכיבוש ובהפרחת השממה, בחלוציות ובמילוי משימה לאומית, ובניסיון ליצור איכות חיים טובה יותר. דקל ותובל-משיח,<sup>7</sup> טוענות כי כתוצאה מן הפינוי הכפוי חוו תושבי גוש קטיף שלושה אֶבְדָנִים מרכזיים: אבדן של מקום פיזי ונוף, אבדן של תחושת שייכות לחברה הישראלית ואבדן של אמון ותחושת ניכור ממוסדותיה של המדינה.

#### **מדדי הסתגלות לאירועי חיים לוחצים: סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה פוסט-טראומטיים**

בעקבות אירוע לוחץ נחשף הפרט לאיום ממשי על קיומו או מהותו ורגשות של פחד וחוסר אונים מתעוררים בקרבו. האירוע מעמיד את הפרט תחת לחץ בלתי רגיל, וכתוצאה ממנו מתערער האיזון הטבעי שבו מצוי האדם במצב נורמטיבי.<sup>8</sup> הפרט הנמצא בשאיפה טבעית להימצא באיזון מתחיל בתהליך התמודדות שמטרתו להפחית את הלחץ ולשוב ולהימצא באיזון. כדי להפחית את

Hall et al., 2008. 3

Goenjian et al., 2001. 4

Najarian, Goenjian, Pelcovitz, Mandel, &amp; Najarian, 2001. 5

שלג, 2007. 6

Dekel &amp; Tuval-Mashiach, 2010. 7

Allen, 1995; Maxman &amp; Word, 1995; Rosenbloom, Williams, &amp; Watkins, 1999. 8

עצמת הלחץ מחפש הפרט או נותן משמעות לאירוע הלוחץ. המשמעות השונה שניתנה עשויה להיות קשורה לממדי ההסתגלות: סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה, כאשר סימפטומים פוסט-טראומטיים יבטאו הסתגלות נמוכה וצמיחה תבטא הסתגלות גבוהה. ההיחשפות לאירועים לוחצים יכולה להשפיע על ההתפתחות הפסיכולוגית, הפיזית והרגשית של הפרט. ההשפעה יכולה להיות שלילית ועלולה להוביל לסימפטומים פוסט-טראומטיים ועד להפרעה פוסט-טראומטית.<sup>9</sup> "הסימפטומים הפוסט-טראומטיים הנפוצים נכללים תחת הכותרות חודרנות והימנעות".

סימפטומים פוסט-טראומטיים מסוג של חודרנות מבטאים מחשבות חוזרות ונשנות על האירוע הלוחץ הנחוה. לעומת זאת, סימפטומים פוסט-טראומטיים מסוג של הימנעות מבטאים הדחקה של האירוע הלוחץ הנחוה.<sup>10</sup>

צמיחה פוסט-טראומטית: על פי תאוריית הצמיחה הפוסט-טראומטית של טדשי וקלהון<sup>11</sup> אירוע טראומטי עשוי לשמש קרש קפיצה לצמיחה ולהתפתחות אישית.<sup>12</sup> תאוריה זו נשענת על הגישה האקזיסטנציאליסטית<sup>13</sup> הרואה באירוע לוחץ צומת חשוב העשוי להוביל לגילוי המשמעות האמתית בחייו של אדם. מתוך כך, הספרות העוסקת בצמיחה פוסט-טראומטית מתמקדת בשלושה תחומי שינוי עיקריים: שינוי בעצמי, שינוי ביחסים בין-אישיים ושינוי בפילוסופיית חיים.<sup>14</sup> המשותף לשלושת מרכיבי הצמיחה הוא ההבנה שדרך החיים הקודמת אינה מתאימה כבר, ושינויה בהתאם תוך קשירת הכול בנרטיב אחד.<sup>15</sup>

צמיחה יכולה להתבטא בשינוי בעצמי שמשמעותו שהפרט רואה בעצמו ניצול במקום קרבן.<sup>16</sup> אנשים התופסים את עצמם כניצולים מכירים בחוסנם, המאפשר להם להמשיך את חייהם על אף החוויות הקשות של הטראומה, ובדרך כלל חשים שהתחזקו בעקבותיה. אחת האמרות הנפוצות של צמיחה בקרב אנשים שחוו אירועים טראומטיים היא: "אם הצלחתי להתגבר על אירוע זה, בכוחי

- |  |    |
|--|----|
| APA, 2000.   | 9  |
| Horowitz, Wilner, & Alvarez, 1979.   | 10 |
| post-traumatic growth theory.  | 11 |
| Calhoun & Tedeschi, 1998a, 1998b; Tedeschi, 1999; Tedeschi, Park, & Calhoun, 1998. | 12 |
| ראו פרנקל, 1982; Yalom, 1985.  | 13 |
| Calhoun & Tedeschi, 1999, 2004; Tedeschi et al., 1998.                             | 14 |
| Calhoun & Tedeschi, 1998a; Tedeschi et al., 1998.                                  | 15 |
| Epstein, 1990; Tennen & Affleck, 1998.   | 16 |

להתמודד עם כל אתגר בחיים".<sup>17</sup> אנשים המדווחים כי בעקבות האירוע הלוחץ הם מכירים יותר בחוסנם, מדווחים לרוב על מודעות גבוהה יותר לפגיעות ולסופנות החיים. תחושה של פגיעות המתקיימת לצד שינוי חיובי בתפיסת העצמי עשויה לעודד שינוי חיובי ביחסים בין-אישיים, בהערכת החיים ובסדר העדיפויות לניהול זמן.<sup>18</sup>

צמיחה יכולה להתבטא בשינויים ביחסים בין-אישיים. שינויים ביחסים בין-אישיים מתייחסים לשיפור ביכולת הבעת רגשות אותנטיים ומתן אמון באנשים הראויים לכך. אנשים שחוו אירוע טראומטי מדווחים כי התמיכה החברתית שזכו לה בזמן האירוע ולאחריו אפשרה להם ביטוי רגשי כן מבעבר כמו גם על חיזוק יחסים משמעותיים עם אחרים.<sup>19</sup> בשל החשיפה לפגיעות מתפתחות אף אמפתיה, חמלה ואלטרואיזם, ובעקבותיהם אף הצורך לעזור לאחר.

צמיחה יכולה להתבטא בשינויים בפילוסופיית החיים הכוללים שינויים המתרחשים ברמה הקוגניטיבית ונוגעים לשאלות קיומיות על אודות החיים.<sup>20</sup> נהוג לחלק שינויים אלה לארבע קטגוריות: (א) שינויים בסדרי עדיפויות: למשל ההחלטה להקדיש זמן רב יותר ליחסים אינטימיים ולהעריך את "ההנאות הקטנות" בחיים; (ב) שינויים אקזיסטנציאליסטים: התמודדות כנה ועמוקה יותר עם שאלות קיומיות בנוגע למשמעות של החיים והמוות הבלתי נמנע. שינויים אלה יחולו לרוב בקרב אנשים שחוו אירוע טראומטי קשה הכולל אָבדן. כיוון שהם התעמתו עם נושא המוות, סביר להניח שהם יעריכו יותר את חייהם ואת חיי הקרובים להם;<sup>21</sup> (ג) שינויים רוחניים: תחושת שייכות למורשת או תחושה חזקה יותר בנוכחותו של האל והבנה טובה יותר של אמונות דתיות; (ד) שינויים באמונות דתיות: התחזקות של אמונה דתית או אפילו המרה של הדת.

לתיאוריית הצמיחה הפוסט-טראומטית קיים ביסוס אמפירי איתן המורה שאירועים לוחצים עשויים אכן להניע תהליכים של צמיחה אישית ושינוי חיובי. מחקרים דיווחו על צמיחה לאחר טווח רחב של אירועים לוחצים כמו אבל,<sup>22</sup>

- |  |    |
|--|----|
| Aldwin, Levenson, & Spiro, 1994; Tedeschi et al., 1998.                          | 17 |
| Shows & Ryff, 1996; Tennen & Affleck, 1998.                                      | 18 |
| Feeley & Gottlieb, 1988; Laerum, Johnsen, Smith, & Larsen, 1987; Ponzetti, 1992. | 19 |
| Calhoun & Tedeschi, 1998a; Tedeschi et al., 1998.                                | 20 |
| Janoff-Bulman & Berger, 2000.  | 21 |
| Polatinsky & Esprey, 2000.   | 22 |

תאונות,<sup>23</sup> מחלות קשות<sup>24</sup> ולחימה.<sup>25</sup>

### הקשר בין מדדי ההסתגלות בספרות המחקרית

בספרות המחקרית לא נמצאה עקיבות בתיאור היחסים שבין הסימפטומים הפוסט-טראומטיים ובין הצמיחה:<sup>26</sup> יש הסבורים, כי המשתנים ניצבים על פני רצף אחד, שבצדו האחד הסימפטומים הפוסט-טראומטיים ובצדו האחר הצמיחה, אחרים טוענים לעומתם, כי המשתנים נבדלים זה מזה ואינם תלויים זה בזה. אף במחקרים מאוחרים יותר נטען כי יש להמשיך ולחקור את הקשר בין שני משתנים אלה, ובפרט כיצד מתפתחת הצמיחה בעקבות אירועים קשים.<sup>27</sup>

יחד עם זאת, מרבית החוקרים מסכימים כי כאשר אנשים מדווחים על צמיחה לאורך זמן, הרי שהיא אמורה לעזור בהפחתת הסימפטומים הפוסט-טראומטיים, ולכן יימצא ביניהם קשר שלילי.<sup>28</sup> במחקר הנוכחי נאספו נתונים כארבע שנים לאחר האירוע הטרומטי, לאחר הפינוי הכפוי מגוש קטיף. לכן, שוער כי יימצא קשר שלילי בין משתנים אלו, וכי ההסתגלות טובה הבאה לידי ביטוי בצמיחה תהיה מלווה במעט או בהיעדרות סימפטומים פוסט-טראומטיים.

### ההסתגלות לפינוי הכפוי מגוש קטיף

מחקרים שבחנו את ההסתגלות לפינוי הכפוי מגוש קטיף העלו כי הסימפטומים הפוסט-טראומטיים גבוהים בצורה דרמטית, בהשוואה למדגם בעל מאפיינים דומים בנתונים שנאספו קודם לפינוי הכפוי מגוש קטיף וכן בהשוואה למדגם הכללי בישראל. כמו כן, אחוז הסובלים מהפרעה פוסט-טראומטית גבוה ודומה לנמצא בקרב אנשים שחוו אירועים טראומטיים אחרים. כלומר הפינוי הכפוי מגוש קטיף נתפס כאירוע לוחץ במידה רבה, הווה אומר: טראומטי.<sup>29</sup> כך למשל במחקר ישראלי<sup>30</sup> נבחנו בין השאר הסימפטומים הפוסט-

Wu & Cheung, 2006. 23

Evers et al., 2001. 24

Waysman, Schwarzwald, & Solomon, 2000. 25

לסקירה ראה, Linley & Joseph, 2004. 26

Joseph & Linley, 2008. 27

Frazier, Conlon, & Glaser, 2001; Davis, Nden-Hoesema, & Larson, 1998. 28

לאופר ושחורי, 2010. 29

Oren & Possick, 2010. 30

טראומטיים בקרב מתיישבים שפוננו מגוש קטיף מרצון בהשוואה לסימפטומים הפוסט-טראומטיים של מתיישבים שפוננו בניגוד לרצונם. נמצא שבקרב מתיישבים שפוננו בכפייה יש למעלה מ-40% בעלי אפשרות לפתח סיכוי להפרעה פוסט-טראומטית, אחוז גבוה בהשוואה למתיישבים שפוננו מרצון ובהשוואה לאוכלוסיות אחרות שחוו אירועים לוחצים. מחקר אחר<sup>31</sup> מצא שכבר בימים שקדמו לפינוי הכפוי נמצא שיעור גבוה של בעלי אפשרות לפתח הפרעה פוסט-טראומטית (כ-26%), אם כי נמוך מזה שנמצא כעבור מספר שנים. אורן ופוסיק<sup>32</sup> מצאו כי מחויבות אידאולוגית נמצאה בקשר חיובי עם סימפטומים פוסט-טראומטיים, והם מסבירים קשר זה באמצעות תאוריית שימור המשאבים ותאוריית ניהול האימה. לפי תאוריות אלה הייתה המחויבות האידאולוגית בחזקת משאב-מחזק לאותם תושבים, אולם משסתרה מחויבות אידאולוגית זו את המציאות בשל הפינוי הכפוי, היא הפכה ממשאב מחזק לגורם לחץ נוסף. ממצאים דומים הנשענים על הסברים אלו נמצאו אף במחקרן של לאופר ושחורי (2010). עוד עולה ממחקרן כי רמת הפעילות של המשתתפים בפינוי הכפוי נמצאה במתאם חיובי עם מידת המצוקה הנפשית שעליה דיווחו. ההסבר לכך נשען על תאוריית הדיסוננס הקוגניטיבי שלפיה ניתן להניח כי מתבגרים אשר השקיעו מאמצים רבים יותר בניסיון למנוע את הפינוי הכפוי, ונכשלו במשימתם, חשו מצוקה נפשית גבוהה יותר בשל הפער שבין המאמצים ובין כישלונם.

#### השערות המחקר

- א. ימצא קשר חיובי בין רמת הלחץ האובייקטיבי ובין הסימפטומים הפוסט-טראומטיים, כך שככל שעצמת הלחץ האובייקטיבי גבוהה יותר כך הסימפטומים הפוסט-טראומטיים גבוהים יותר;
- ב. ימצא קשר שלילי בין רמת הלחץ האובייקטיבי ובין הצמיחה, כך שככל שעצמת הלחץ האובייקטיבי גבוהה יותר כך הצמיחה נמוכה יותר;
- ג. ימצא קשר שלילי בין הסימפטומים הפוסט-טראומטיים ובין הצמיחה, כך שככל שהסימפטומים הפוסט-טראומטיים גבוהים יותר כך הצמיחה נמוכה יותר.

Hall et al., 2008. 31

Oren &amp; Possick, 2010. 32

## שיטת המחקר

## משתתפים

במחקר השתתפו 464 מתבגרים, 169 בנים ו-295 בנות, בגילאי 15 ועד 25 (M=19.48; SD=2.84). המשתתפים הם תלמידים או בוגרים של מוסדות החינוך הממלכתי-דתי, ישיבות תיכוניות או אולפנות. התפלגות שכיחויות המשתתפים על פי מגדר ועיסוק מוצגת בלוח מספר 1.

לוח 1: התפלגות שכיחויות הנבדקים בקרב קבוצות המחקר על פי מין ועיסוק

קבוצת מחקר	מין	בנים	ננות	ישיבה / אולפנה	ישיבה גבוהה / הסדר / מכינה / מדרשה	עיסוק		סטודנט	עובד
						שירות צבאי / לאומי	שירות צבאי / לאומי		
גרו בגוש	N	20	59	35	8	8	8	21	7
	%	25.3	74.7	44.3	10.1	31.7	26.6	8.9	
היו בגוש אך לא גרו בו	N	26	51	14	13	9	34	7	
	%	33.8	66.2	19.2	16.9	11.7	44.2	9.1	
פעיל	N	30	65	28	15	9	36	7	
	%	31.6	68.4	29.5	15.8	9.5	37.9	7.4	
לא פעיל	N	85	117	114	19	5	55	8	
	%	42.1	57.9	56.8	9.5	2.5	27.4	3.8	

## כלים

במחקר נעשה שימוש בשלושה כלי מחקר:

## 1. לחץ אובייקטיבי

רמת לחץ אובייקטיבי מוגדרת כמידת החשיפה, משך החשיפה, קרבה לאירוע והיכרות עם מעגל הקרבה הראשון לאירוע הטראומטי.<sup>33</sup> רמת הלחץ האובייקטיבי נמדדה באמצעות בחינת שלושה פרמטרים: (א) מגורים בגוש קטיף; (ב) נוכחות בגוש קטיף בעת ההתנתקות; (ג) מעורבות במאבק נגד ההתנתקות. הנתונים באשר למקום מגוריו של המתבגר נאספו באמצעות השאלה: "האם אתה תושב הגוש?"



הפרמטרים הנוספים נבחנו באמצעות מענה לשאלה מה עשה המתבגר בעת ההתנתקות. היו מספר אפשרויות לבחירה, לדוגמה: "נכחתי ביישובים ופוניתי בכוח". כמו כן ניתנה אף האפשרות להוסיף תשובות אחרות. על סמך הנתונים שנאספו הוגדרו ארבע רמות לחץ אובייקטיבי שיוצגו להלן בסדר יורד, מהרמה הגבוהה ביותר לרמת הלחץ הנמוכה ביותר:

- א. מתבגרים שהתגוררו בגוש, נכחו בו בעת ההתנתקות ונאבקו נגדה ("יקראו להלן "גרו בגוש");
- ב. מתבגרים שלא התגוררו בגוש, אך נכחו בו בעת ההתנתקות ונאבקו נגדה ("יקראו להלן "היו בגוש אך לא גרו בו");
- ג. מתבגרים שלא התגוררו בגוש, לא נכחו בו בעת ההתנתקות, אך נאבקו בה ("יקראו להלן "פעילים");
- ד. מתבגרים שלא התגוררו בגוש, לא נכחו בו בעת ההתנתקות ולא נאבקו בה ("יקראו להלן "לא פעילים").

2. רמת הסתגלותו של המתבגר לאירוע הלוחץ

2. א. שאלון סימפטומים פוסט-טראומטיים

הסתגלות הוגדרה כנוכחות של עצמות שונות של סימפטומים פוסט-טראומטיים, למשל: תמונות או מחשבות חוזרות, חלומות או סיוטים, מאמצים להימנע ממחשבות, רגשות או שיחות, קשיי הירדמות, קשיי ריכוז ותגובות חרדה מוגזמות. שאלון סימפטומים פוסט-טראומטיים (IES),<sup>34</sup> משמש לבחינת שלושה מדדים של סימפטומים פוסט-טראומטיים: חדירה (intrusion) – הצפה של זיכרונות מהמאורע; הימנעות (avoidance) ומדד סימפטומים פוסט-טראומטיים כללי. השאלון כולל 16 פריטים המעריכים את רמת המתח הנוכחית בהתייחסות הפרט לאירוע לוחץ ספציפי, ובמחקר זה ביחס לפינוי הכפוי מגוש קטיף. המשתתף התבקש לבחור בסולם בן חמש דרגות (1 – בכלל לא, עד 5 – לעתים קרובות מאוד) באיזו תדירות חווה כל אחד מהמאפיינים. לכל נבדק מחשבים שלושה ציונים על ידי חישוב ממוצע הפריטים לכל מדד, חודרנות והימנעות, וכן ציון כללי. מהימנות אלפא של קרונבך שנמצאה במחקר המקורי במדדים השונים נעה בין 0.79 ל-0.92, ובמחקר שנערך על ידי הורביץ בשנת 1982<sup>35</sup> מהימנות אלפא של קרונבך שנמצאה נעה בין 0.86 ל-

Horowitz et al., 1979. 34

Horowitz, 1982. 35

90.. במחקרים מן השנים האחרונות מהימנות אלפא של קרונבך שנמצאה נעה בין 83. ל-90;<sup>36</sup> בין 77. ל-96;<sup>37</sup> בין 78. ל-82.<sup>38</sup> במחקר הנוכחי נמצאה מהימנות אלפא של קרונבך 81..

## 2. ב. שאלון צמיחה

צמיחה פוסט-טראומטית מוגדרת כתוצאות החיוביות של אירוע לוחץ, שכן אירוע לוחץ עשוי לשמש קרש קפיצה לצמיחה ולהתפתחות ולגילוי המשמעות האמתית בחיי הפרט.<sup>39</sup>

שאלון צמיחה (the posttraumatic growth inventory – PTGI),<sup>40</sup> כולל 21 פריטים שלגביהם המשתתף מתבקש להעריך את מידת השינוי שחל אצלו עקב האירוע הטראומטי שנחשף אליו. השאלון משמש לבדיקת חמישה מדדים הנגזרים משלושת תחומי השינוי העיקריים כתוצאה מן החוויה הטראומטית: קשר עם אחרים, לדוגמה: "אני משקיע יותר מאמצים במערכות יחסים"; אפשרויות חדשות, לדוגמה: "פתחתי תחומי עניין חדשים"; עצמה אישית, לדוגמה: "אני יכול לסמוך על עצמי יותר"; שינוי רוחני, לדוגמה: "יש בי אמונה דתית חזקה יותר", והערכה לחיים, לדוגמה: "שיניתי את סדר העדיפויות לגבי מה חשוב בחיים".

השאלון הנוכחי תורגם על ידי החוקרת ונבחן בעזרת שיטת התרגום החוזר (back translation). סולם התשובות היה בין 1 – לגמרי לא חל שינוי ל-5 – חל שינוי גדול מאוד. ממוצע ציוני תשובות הנבדקים חושב על כל פריטי השאלון. הציון שהתקבל היווה את רמת הצמיחה, וככל שהוא גבוה יותר, כך רמת הצמיחה הפוסט-טראומטית גבוהה יותר.

מהימנות אלפא של קרונבך שנמצאה במחקר המקורי היתה 90.. במחקרים מן השנים האחרונות נמצאה מהימנות אלפא של קרונבך 94,<sup>41</sup> 94.<sup>42</sup> במחקר בן שלוש קבוצות נחקרים מהימנות אלפא של קרונבך נעה בין 88. ל-96.<sup>43</sup> במחקר

גולן, 2001.	36
Van-Der-Ploeg, Mooren, Kleber, Van-der-Velden & Brom, 2004.	37
Thatcher & Krikorian, 2005.	38
Tedeschi & Calhoun, 1995.	39
Tedeschi & Calhoun, 1996.	40
לאופר וסולומון, 2006.	41
אפל ומקלר, 2007.	42
Sheika & Marotta, 2005.	43

הנוכחי ניתן לכל משתתף ציון אחד בלבד במדר כללי של צמיחה על ידי חישוב ממוצע כל פרטי השאלון, ונמצאה מהימנות אלפא של קרונבך 96..

### הליך

לצורך איסוף נתוני המחקר הופנו בקשות לשיתוף פעולה ממנהלים וממנהלות של אולפנות ושל ישיבות: רבנים העומדים בראש ישיבות גבוהות, ישיבות הסדר, מכינות קדם צבאיות ומדרשות לבנות; וכן מדקני סטודנטים במכללות ובאוניברסיטאות. באותם המקומות שבהם ניתנה הסכמה, הועברו שאלונים אנונימיים לדיווח עצמי במסגרות כיתתיות, קבוצתיות ואישיות. נוסף על כך, הועברו שאלונים באמצעות רשימות תפוצה אינטרנטיות כדי להרחיב את טווח גילאי המשתתפים.

את שיתוף הפעולה של מתבגרים תושבי הגוש לשעבר היה קשה להשיג. העומדים בראש מוסדות שבהם היה ריכוז של תלמידים שהתגוררו בגוש חששו לאפשר העברת שאלונים בכיתות בשעות הלימודים הפורמליות, כיוון שלא רצו לכפות על התלמידים את ההשתתפות במחקר. באחת מן האולפנות הושגה פשרה שלפיה השאלונים יועברו בשעות הערב, בשעה שהבנות שוהות בפנימייה וכך הן יוכלו לבחור אם הן מעוניינות להשתתף אם לאו. אולם גם לאחר שהושגה רשות האחראים נותר המכשול העיקרי והוא שרבים מן המתבגרים לא היו מעוניינים להשתתף במחקר. טענותיהם נגעו בשני היבטים: האחד, קושי נפשי להיפתח ולשחזר את שעבר עליהם, והשני, מאיסה במילוי שאלונים כיוון שלטענתם הם מילאו שאלונים רבים לאחר ההתנתקות. לבסוף, באיסוף נקודתי בעזרתם של עוזרת מחקר, תושבת הגוש לשעבר, ובעזרתם של אנשי חינוך העובדים עם נוער זה במסגרות בלתי-פורמליות, הושגה כמות מספקת של שאלונים לשם עריכת המחקר.

למשתתפים ניתן הסבר כללי לגבי מהות המחקר, הוסבר להם כי עמדותיהם חשובות, וכי אין תשובות נכונות או לא נכונות והובטחה להם אנונימיות. כל משתתף מילא סדרת שאלונים, תקפים ומהימנים. שמות כלי המחקר שונו וכמו כן הם אורגנו בצורות שונות של אקראיות. כל נבדק קיבל באופן אקראי את קבוצת הכלים. משך זמן מילוי השאלונים נע בין שעה לשעה וחצי.

### תוצאות

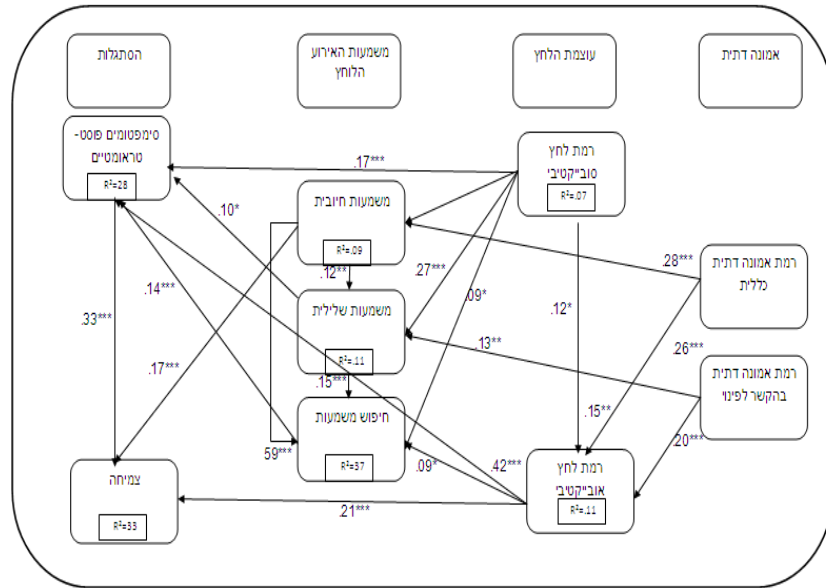
הסבר המשתנים ומיקומם במודל ניתוח נתיבים מודל המחקר נבחן בעבודת הדוקטורט בהרחבה וכלל משתנים נוספים, ביניהם אמונה דתית ומשתני משמעות.<sup>44</sup> במחקר זה יושם דגש על המשתנים: רמת לחץ אובייקטיבי, סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה. אולם כיוון שלא יהיה נכון לנתק משתנים אלה מההקשר שבו הם נבחנו יוצג המודל במלואו. במחקר בוצע ניתוח אמפירי של המודל התאורטי בעזרת התכנה הסטטיסטית AMOS.<sup>45</sup> היתרון בשימוש בתכנה המאפשרת שימוש בשיטה הנקראת ניתוח נתיבים (path analysis), הוא שבניגוד לרגרסיה, הבוחנת תרומה של קשרים ישירים או עקיפים בנפרד באופן בלתי תלוי, מאפשר ניתוח נתיבים השואה בין תרומתם של נתיבים שונים להסבר שונות המשתנים התלויים, וזאת בשל בחינת השפעתו של כל נתיב בנוכחות נתיבים נוספים. בחינת השפעה של נתיבים שונים בו-זמנית מהווה קירוב טוב יותר לבחינת תרומתם המשולבת של המשתנים, ולכן מציגה תמונה מדויקת יותר של המציאות. המודל המתוקף, להלן בתרשים 1.

נתוני טיב ההתאמה

בבדיקת טיב ההתאמה של המודל נמצא טיב התאמה גבוה:  $NFI=0.98$ ,  $\chi^2 CFI$ ,  $RMSEA = 0.034$ ,  $Df=11$ ,  $p=0.11816.66=0.99$ . מטרת טיב ההתאמה השונים היא לבדוק את מידת ההתאמה בין המודל הרצוי על פי נתוני המחקר למודל המצוי. ככל שקיימת התאמה גבוהה יותר בין המודל המצוי לרצוי טיב ההתאמה גבוה יותר. טיב ההתאמה נחשב למספק כאשר ה- $NFI$  וה- $CFI$  גבוהים מ-0.90; ה- $RMSEA$  גבוה מ-0.05; וה- $\chi^2$  אינו מובהק, כפי שאכן התקבל במודל המחקר. להלן תרשים המודל שהתקבל מ-464 משתתפי המחקר:

44 לנתונים מלאים ולהסבר תאורטי מקיף, ראו הרשונים-ברייטברט, 2011.  
45 Arbuckle, 2003.

תרשים 1 : מודל המחקר ונתוני מקדמי הנתיב



ממצאים שאינם עולים מן המודל: להלן מספר ממצאים נקודתיים שאינם נראים במודל עקב הניתוח הסטטיסטי הגלובלי האופייני לניתוח נתיבים.

רמת לחץ אובייקטיבי לפינוי הכפוי ומשני ההסתגלות לבחינת הבדלים מובהקים במשתנים סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה על פי רמת הלחץ האובייקטיבי חולקו משתתפי המחקר לארבע קבוצות הניצבות על רצף "רמות לחץ אובייקטיבי לפינוי". הקבוצה ברמת הלחץ הגבוהה ביותר כוללת מתבגרים שגרו בגוש קטיף (n=79); אחריה קבוצת המתבגרים שהיו בגוש אך לא גרו בו (n=77); אחריה קבוצת המתבגרים הפעילים הכוללת מתבגרים שלא גרו בגוש ואף לא נכחו בו בעת הפינוי, אולם התנגדו לו אקטיבית (n=95); והקבוצה הממוקמת ברמת הלחץ הנמוכה ביותר היא מתבגרים שאינם פעילים, לא גרו בגוש קטיף, לא נכחו בפינוי ולא התנגדו לו אקטיבית (n=202). נערכו שני מבחני שונות מאנובה חד-כיווניים (One way MANOVA). מלוח 2 עולים הממצאים הבאים:

רמת לחץ אובייקטיבי וסימפטומים פוסט-טראומטיים  
 בניתוח המשתנה סימפטומים פוסט-טראומטיים נמצא כי קיים הבדל מובהק  
 על פי רמת הלחץ האובייקטיבי,  $F(6,896)=29.35, p<.001, \eta^2=0.16$ . בניתוחי  
 המשך מסוג scheffe נמצא כי הסימפטומים הפוסט-טראומטיים של משתתפים  
 שגרו בגוש גבוהים, אך לא בצורה מובהקת בהשוואה למשתתפים שהיו בגוש, אך  
 לא גרו בו; מתבגרים שהיו בגוש, אך לא גרו בו ומתבגרים שהיו פעילים לא  
 נמצאו נבדלים זה מזה בצורה מובהקת בעצמת הסימפטומים הפוסט-  
 טראומטיים; הסימפטומים הפוסט-טראומטיים של משתתפים שהיו פעילים  
 גבוהים בהשוואה לסימפטומים הפוסט-טראומטיים של משתתפים שלא היו  
 פעילים (ראו לוח 2).

רמת לחץ אובייקטיבי וצמיחה

בניתוח המשתנה צמיחה נמצא כי קיים הבדל מובהק על פי רמת הלחץ  
 האובייקטיבי,  $F(15, 1228)=10.81, p<.001, \eta^2=0.11$ . בניתוחי המשך מסוג  
 scheffe נמצא כי למתבגרים שגרו בגוש צמיחה גבוהה בהשוואה למתבגרים  
 שהיו בגוש, אך לא גרו בו; מתבגרים שהיו בגוש, אך לא גרו בו אינם נבדלים מן  
 מתבגרים שהיו פעילים במידת הצמיחה ושתי קבוצות אלו בעלות צמיחה גבוהה  
 יותר בהשוואה למתבגרים שלא היו פעילים (ראו לוח 2).

לוח 2: ממוצעים (וסטיות התקן) של רמות לחץ אובייקטיבי על פי משתני ההסתגלות

F	לא פעילים n= 202	פעילים n= 95	היו בגוש אך לא גרו בו n= 77	גרו בגוש n= 79	משתני המחקר
$F(6,896)=$ 29.35***	2.18 (0.86)	2.95 (0.75)	3.24 (0.88)	3.58 (0.98)	סימפטומים פוסט- טראומטיים
					M (SD)
$F(15,1228)=$ 10.81***	1.83 (0.82)	2.19 (0.77)	2.29 (0.82)	2.81 (0.82)	צמיחה
					M (SD)

\*  $p<.05$  \*\* $p<.01$  \*\*\*  $p<.001$

**קשר בין הסימפטומים הפוסט-טראומטיים ובין הצמיחה**

כדי לבחון אם קיים קשר בין הסימפטומים הפוסט-טראומטיים ובין הצמיחה נבנו שני מדדים קטגוריאליים על בסיס המדדים הקיימים. כל אחד מהמדדים הקיימים חולק לשלוש קבוצות על פי החלוקה לשלישונים; המשתתפים בשליש התחתון של ההתפלגות הוגדרו כ"נמוכים", המשתתפים בשליש האמצעי של ההתפלגות הוגדרו כ"בינוניים", ואילו המשתתפים בשליש העליון של ההתפלגות הוגדרו כ"גבוהים". לאחר מכן נערך ניתוח חי בריבוע לאי תלות בין שניים מהמדדים: צמיחה וסימפטומים פוסט-טראומטיים (ראו לוח 3). נמצא כי קיים קשר מובהק ביניהם,  $\chi^2(4)=108.10, p<.001$ . כלומר רוב משתתפים השייכים לשליש התחתון של הצמיחה שייכים גם לשליש התחתון של הסימפטומים; רוב המשתתפים השייכים לשליש הבינוני של הצמיחה שייכים גם לשליש הבינוני של הסימפטומים; ורוב המשתתפים השייכים לשליש העליון של הצמיחה שייכים גם לשליש העליון של הסימפטומים (ול הפך).

לוח 3: התפלגות הסימפטומים הפוסט-טראומטיים והצמיחה

צמיחה		סימפטומים פוסט-טראומטיים		
גבוה	בינוני	נמוך		
15	50	92	N	נמוך
9.55	31.85	58.6	%	
56	61	44	N	בינוני
36.13	38.85	28.39	%	
84	46	16	N	גבוה
54.19	29.30	10.32	%	

### דיון

בפרק זה יידונו הקשרים שבין רמת הלחץ האובייקטיבי ובין משתני ההסתגלות, סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה. בהמשך יידון הקשר בין משתני ההסתגלות ובינם ובין עצמם.

קשר חיובי בין רמת לחץ אובייקטיבי ובין סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה כפי ששוער, נמצא קשר חיובי חזק בין רמת לחץ אובייקטיבי ובין סימפטומים פוסט-טראומטיים (\*\*\*) (.42). אולם בניגוד למשוער נמצא קשר חיובי בין רמת לחץ אובייקטיבי ובין צמיחה (\*\*\*) (.21).

בבחינת הקשר בין משתנים אלו בניתוחי שונות עולה תמונה מורכבת יותר, שלפיה בבחינת מתבגרים שגרו בגוש קטיף קודם לפינוי הכפוי אינם נבדלים בעצמת הסימפטומים הפוסט-טראומטיים שלהם בהשוואה למתבגרים שנכחו בגוש קטיף בעת הפינוי, אך לא התגוררו בו. כלומר, על אף ההבדלים ברמת הלחץ האובייקטיבי, הבדלים ששוערו כמשמעותיים בהשלכותיהם, לא נמצאו הבדלים בעצמת הסימפטומים הפוסט-טראומטיים. את הסיבה להיעדר הבדלים אלו יש לחפש בנוכחותם של גורמים מתערבים. להלן יוצעו שלושה הסברים אפשריים לכך:

א. השאיפה להידמות: מתבגרים שהיו בגוש, אך לא גרו בו, ייצרו חוויה סובייקטיבית קשה כדי להידמות לחוויה שעברה על מתבגרים שגרו בגוש. מחקרים רבים בחנו את הקשר שבין רמת הלחץ האובייקטיבי ובין החוויה הסובייקטיבית<sup>46</sup> ומצאו כי עצמת הסימפטומים של מצוקה נפשית משתנה בהתאם לרמת הלחץ האובייקטיבי. היו שהציעו<sup>47</sup> כי אירוע לוחץ מאיים לא רק על מעגל האנשים הנפגעים, אלא גם על מעגלי התומכים בהם (ripple effect). במילים אחרות: מידת המצוקה הנפשית עולה בהתאמה למידת האיום האובייקטיבי או הסובייקטיבי.<sup>48</sup>

אולם ייתכן כי רמת האיום הנתפסת נשענת לא רק על רמת הלחץ האובייקטיבי, אלא גם על "שאיפה להידמות". מתוך רצון לפתור דיסוננס קוגניטיבי סמוי<sup>49</sup> או דיסוננס אפקטיבי סמוי<sup>50</sup> מייצר הפרט חוויה סובייקטיבית

Vogel & Verenberg, 1993. 46

למשל Cotton, 2003; Pulido, 2005. 47

Kutz & Dekel, 2006. 48

Festinger, 1957. 49

De-Vos, 1975. 50



קשה (גם אם באורח לא מודע). באמצעות חוויה זו יוצר הפרט "קרבה פסיכולוגית" לאירוע ולנפגעיו ומגשר על היעדר הקרבה הריאלית אליהם. רעיון זה שלפיו חיפוש קרבה פסיכולוגית עשוי להוות בסיס להופעתם סימפטומים פסיכופתולוגיים הוצע בהקשר של הפרעות אכילה.<sup>51</sup>

ניתן לשער כי עצמתה של החוויה הסובייקטיבית, אשר נועדה לגשר על היעדר קרבה אובייקטיבית, תגדל ככל שקרוב יותר הפרט למיקום הפיזי של האירוע. במילים אחרות, בעוד שגם הפעילים וגם אלו שהיו בגוש, אך לא גרו בו, יידרשו להתמודד עם הדיסוננס הפנימי, הרי שבקרב הקבוצה השנייה תהיה חוויה זו עצמתית במיוחד. עצמתית כל כך, עד שרמת החוויה של אלו שהיו בגוש, אך לא גרו בו, תדמה לרמת החוויה של אלו אשר גרו בגוש.

ב. תמיכה חברתית: מתבגרים תושבי הגוש זכו לתמיכה חברתית שהפחיתה את הסימפטומים הפוסט-טראומטיים שלהם, ואילו מתבגרים שהיו בגוש, אך לא גרו בו, לא זכו לתמיכה חברתית, דבר שהעצים את הסימפטומים הפוסט-טראומטיים שלהם.

ממחקרים רבים עולה כי הופעתם ועצמתם של סימפטומים פוסט-טראומטיים מושפעות מיעילותה של תמיכה חברתית. זו מוגדרת כמשימות ותפקידים המבוצעים בעת מצוקה בעבור היחיד, ומטרתם לסייע לו בעת הצורך.<sup>52</sup> אלו כוללים עזרה אינסטרומנטלית (פעולות ואמצעים שסייעו לפרט למלא את מטלותיו), רגשית (אהבה, דאגה, הערכה, הזדהות והשתייכות לקבוצה) ואינפורמטיבית (מתן מידע אשר יצמצם את גורם הדחק).<sup>53</sup>

הרמן (2001) ציינה כי תגובה חברתית של תמיכה עשויה להחליש את חותמה של הטראומה, ותגובה שלילית עלולה להחמירה ולהעצים סימפטומים פוסט-טראומטיים. אדם קרוב עשוי להציע דרכים להפחתת הלחץ, לסייע באופן פעיל להתמודדות עמו או אף לסייע בהפחתת מקור האיום. התמיכה החברתית מאפשרת התמודדות ישירה ומיידית עם הלחץ ומסייעת להשבת השינוי הנפשי שהופר.<sup>54</sup> ואכן שתי מטה-אנליזות דיווחו כי חסך בתמיכה חברתית לאחר אירוע לוחץ מנבא התפתחות הפרעה פוסט-טראומטית.<sup>55</sup> כלומר, ככל שהתמיכה

Orzolek, 2002. 51

Hobfoll, Jackson, Hobfoll, Pierce, &amp; Young, 2002. 52

House, 1981. 53

Hobfoll &amp; Vaux, 1993. 54

Brewin, Anderews, &amp; Valentine, 2000; Ozer, Best, Lipsy, &amp; Wiess, 2003. 55

החברתית לאחר אירוע לוחץ נמוכה יותר, ההסתגלות אליו נמוכה יותר והסיכוי להתפתחותה של הפרעה פוסט-טראומטית גדל. קבוצת הנחקרים במחקר הנוכחי מאששת תובנה זו: ההכרה בעצמת הפיננסי הכפוי מגוש קטיף הדגישה את החשיבות שבמתן מסגרת תמיכה חברתית ענפה ומקיפה לתושבי הגוש.

כך, המתבגרים שהתגוררו בגוש קטיף קודם לפיננסי הכפוי המשיכו ללמוד באותן מסגרות לימודיות: "אני לומדת באולפנה שהייתה בגוש קטיף והיא ממשיכה כרגיל" (בת 18 תושבת גוש קטיף לשעבר); "אני ממשיכה ללמוד עם חברותיי מהגוש למרות המרחק הגדול והקושי, כי בשבילי יש לכך חשיבות וצורך גדולים מאוד" (בת 18, תושבת גוש קטיף לשעבר); ובמקרה אחר: "לאחר שנת השירות הלאומי הלכתי ללמוד במדרשה לימודים לנשמה [...] שם התמודדתי עם כל מה שעבר, יכולתי לשאול את כל השאלות, לחוות את הקושי, ללמוד אותו ולהתחיל באמת להיכנות" (בת 22, סטודנטית, תושבת גוש קטיף לשעבר). אחרים העידו: "בתחילת הדרך לאחר ההתנתקות [...] הרגשתי בודדה ושאין מענה למצוקה בעקבות הפרידה מהבית ומהחברים" (בת 23, סטודנטית, תושבת גוש קטיף לשעבר); "אני ומשפחתי עברנו 12 דירות ב-7 וחצי חודשים. אני עזבתי את כל חברותיי מהישוב ועברתי למקום חדש רק עם 6 משפחות מהישוב. בשנה הראשונה עזבתי את כל חברותיי חוץ מ-4 ועברתי לבית ספר חדש. שנה לאחר מכן חזרתי לחברות שלי" (בת 17, תושבת גוש קטיף לשעבר); "קשה לי להתחבר לאנשים שלא היו בגוש ומתיימרים לחשוב שהם מבינים מה עבר עלינו" (רווקה, תלמידה בת 18, תושבת גוש קטיף לשעבר).

לעומת זאת, אותם מתבגרים אשר היו בגוש, אך לא גרו בו, לא נהנו מאותה מסגרת תמיכה. אשר על כן, ניתן לשער כי היעדר התמיכה החברתית העצים את הסימפטומים הפוסט-טראומטיים של אותם מתבגרים אשר שהו, אך לא התגוררו בגוש, בעוד נוכחותה של התמיכה צמצמה את הסימפטומים הללו בקרב מתבגרים שהתגוררו בגוש. כך: "הקצנתי את דעותי יחסית להורי בעקבות הגירוש [...] התווכחתי רבות עם חברותי לגבי ערכים ואידאלים שהשתנו אצלי אחרי הגירוש. אין לי כמעט חברות שמסכימות עם דעותי ולרוב אני לבד במערכה" (בת 19, שירות לאומי, תושבת ירושלים); "המשפחה חשבה שאני פנאטית, מה שלא הייתי. חברים, חלקם היו בין המפנים [...] חברים שהשתתפו בפינוי כבר אינם חבריי" (בת 23, סטודנטית תושבת כפר הרא"ה).

כחזוקה וכאישוש להסבר זה יש לציין כי בעוד שתושבי הגוש לא רצו לשתף פעולה במחקר הנוכחי משום שכבר מילאו שאלונים רבים, מתבגרים שהיו בגוש,

אך לא גרו בו, שמחו לקבל במה להתבטאות.

ג. רמת אמונה דתית כללית גבוהה נמצאה קשורה לעצמות לחץ גבוהות יותר, וזו נמצאה גבוהה יותר בקרב מתבגרים שהיו בגוש, אך לא גרו בו, בהשוואה למתבגרים שגרו בגוש.

ממצאי המחקר (שלא נידונו בהרחבה במאמר זה), עולה כי קיים קשר חיובי בין רמת האמונה הדתית בהקשר לפינוי ובין רמת הלחץ הסובייקטיבי (\*\*\*) (26). ההסבר לכך הוא שבעקבות הפינוי הכפוי התעורר בקרב המתבגרים קונפליקט מהותי, בין ערכי מפתח משמעותיים: אמונה בהתיישבות בארץ ישראל השלמה מחד גיסא, והזדהות עם מדינת ישראל, מוסדותיה וסמליה, מאידך גיסא. קונפליקט זה הוא דתי במהותו כפי שנוכר לעיל, כיוון שהאמונה בשני הערכים שנוכרו היא מתוקף אמונה דתית. כך לפי החינוך הממלכתי דתי שעל ברכיו התחנכו ומחונכים משתתפי המחקר. לפיכך, מתבגרים הנמצאים ברמת דתיות כללית גבוהה יותר יחוו קונפליקט זה בעצמה גבוהה יותר. נמצא כי ברמת דתיות כללית גבוהה, מתבגרים שהיו בגוש, אך לא גרו בו גבוהים בהשוואה למתבגרים שגרו בגוש. כלומר מתבגרים שהיו בגוש אך לא גרו בו, חוו את הקונפליקט בעצמה גבוהה יותר בהשוואה למתבגרים שגרו בגוש. יש והעצמתו של קונפליקט זה בקרב מתבגרים שהיו בגוש, אך לא גרו בו, עשוי להסביר את היעדר ההבדלים שביניהם ובין מתבגרים שגרו בגוש, על אף ההבדלים ברמת הלחץ האובייקטיבי ביניהם.

לסיכום חלק זה, נראה כי שלושת הגורמים הנזכרים הביאו ליצירת קבוצת מתבגרים בעלי מאפיינים ייחודיים. בעטיים, אותה קבוצה של מתבגרים שהיו בגוש, אך לא התגוררו בו, ועל כן היו ברמת לחץ אובייקטיבי נמוך בהשוואה למתבגרים שגרו בגוש, עדיין הפגינו רמות של סימפטומים פוסט-טראומטיים (ומשתנים נוספים) דומה לזו של מתבגרים שהתגוררו בגוש, ונמצאו ברמת הלחץ האובייקטיבי הגבוה ביותר. נתון זה וההסברים שהוצעו לו מלמדים כי על החוקרים, על המחנכים ועל המטפלים יש לתת את הדעת לקבוצה זו.

קשר חיובי בין סימפטומים פוסט-טראומטיים ובין צמיחה

שוער כי סימפטומים פוסט-טראומטיים ימצאו בקשר שלילי עם הצמיחה. זאת על סמך ההנחה כי הצמיחה מתרחשת לאחר שאירועים לוחצים יוצרים טראומה. שוער כי כיוון שעבר זמן רב מן הפינוי הכפוי, מתבגרים אשר חוו את הפינוי הכפוי כאירוע לוחץ, ואף טראומטי הספיקו כבר לשוב לאיזון, כלומר

להפחית את הסימפטומים הפוסט-טראומטיים. כמו כן הזמן שחלף אף אפשר להם לפתח צמיחה, אשר במהותה היא תהליך עמוק המצריך הבשלה וזמן.<sup>56</sup> אולם, כאמור, השערה זו הופרכה וממצאי המחקר עולה כי קיים קשר חיובי בין סימפטומים פוסט-טראומטיים ובין צמיחה (\*\*\*) (.33). לצד הסימפטומים הפוסט-טראומטיים הגבוהים והבינוניים נמצאה אף צמיחה גבוהה ובינונית. נמצא כי מספר המתבגרים בעלי הצמיחה הגבוהה והבינונית דומה למספר בעלי הסימפטומים הפוסט-טראומטיים הגבוהים והבינוניים (312 מתבגרים נמצאו בעלי צמיחה גבוהה ובינונית, המהווים 67.24%, בהשוואה ל-307 המתבגרים שנמצאו בעלי סימפטומים פוסט-טראומטיים גבוהים ובינוניים המהווים 66.16% מכלל המשתתפים).

למצאים אלה בדבר הקשר החיובי בין סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה יש תמיכה ממחקרים אחרים.<sup>57</sup> ממצא זה מבטא את הפרדוקס שלפיו תהליכים של צמיחה ושל שינוי פסיכולוגי חיובי כרוכים בסבל ובכאב. המודלים התאורטיים בתחום הצמיחה טוענים שהצמיחה המתרחשת בעקבות האירוע הלוחץ כרוכה בכאב הנגרם מאותו אירוע עצמו.<sup>58</sup> הסימפטומים הפוסט-טראומטיים אינם מנטרלים את כוחו של האדם להתפתח בתחומים שונים. נפש האדם מורכבת ומאפשרת לכאב ולשמחה לדור בה בערבוביה בעת ובעונה אחת. כך, הכאב והשמחה מבטאים חלקים שונים בנפש האדם.<sup>59</sup> אולם יתרה מכך, לא רק שנוכחות של סימפטומים פוסט-טראומטיים מאפשרת נוכחות סימולטאנית של צמיחה, הסימפטומים הפוסט-טראומטיים אף מעודדים את התחזקות הצמיחה. סימפטומים פוסט-טראומטיים גבוהים מעידים על פגיעה חמורה יותר בעקבות האירוע הלוחץ. כלומר בעלי סימפטומים פוסט-טראומטיים גבוהים עשויים לחוות התערערות תפיסות עולם מהותית יותר בהשוואה לבעלי סימפטומים פוסט-טראומטיים נמוכים יותר. בנייה מחודשת של תפיסות עולם אלה תניב תפיסות עולם יציבות יותר, כלומר צמיחה רבה יותר, שכן צמיחה, מעצם הגדרתה, כרוכה בשינוי עמוק המוביל לגיבוש של תפיסות עולם חדשות.<sup>60</sup>

Tedeschi & Calhoun, 2004. 56

למשל טופילסקי, 2007; לאופר וסולומון, 2006; לסקירה, ראו Linley & Joseph, 2004. 57

Calhoun & Tedeschi, 1998a, 1998b. 58

לאופר וסולומון, 2006. 59

Calhoun & Tedeschi, 2004. 60

ממצאי המחקר הנוכחי מספקים אישור אמפירי לכך שהסימפטומים הפוסט-טראומטיים עשויים לתרום באופן משמעותי לתהליכי צמיחה בעקבות אירועים לוהצים. ניתוח הנתיבים מעלה כי הסימפטומים הפוסט-טראומטיים תורמים יותר מכל משתנה אחר לצמיחה (ראו בפרק התוצאות, תרשים 1). אם כן, ניתן לומר כי סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה הם גורמים מובחנים ואינם ממוקמים על פני רצף אחד, אלא הם משתנים הניזונים ומזינים זה את זה כל עוד תהליך ההסתגלות נמשך. כלומר, ממצאי המחקר ומן ההסברים התאורטיים שניתנו להם עולה כי תהליך ההסתגלותם של מתבגרים לפינוי הכפוי מגוש קטיף טרם הסתיים, ולכן הסימפטומים הפוסט-טראומטיים טרם שכחו. עם זאת, בשל הזמן הרב יחסית שעבר מן הפינוי הכפוי, וכן בשל משתנים מתווכים (המרקזי שבהם הוא הענקת משמעות חיובית לפינוי הכפוי<sup>61</sup>), הצליחו המתבגרים לפתח צמיחה משמעותית.

### תרומת המחקר וייחודו

הסבר נוסף לקשר שבין סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה

המחקר הנוכחי מעניק תמיכה והסבר נוסף לטיב הקשר שבין סימפטומים פוסט-טראומטיים וצמיחה. במחקרי מטה אנליזה ובסקירות שנעשו בתחום, לא הצליחו החוקרים למצוא עקיבות בקשר שבין שני המשתנים הנזכרים. במחקרים מסוימים נמצא קשר חיובי ובאחרים נמצא קשר שלילי. יש מחקרים שמצאו קשר קובלניארי בעוד אחרים לא מצאו קשר משמעותי כלל. לכן המליצו לחקור קשר זה במחקרים נוספים, ואכן מחקר זה מוסיף ידע אמפירי בתחום מחקר זה, מוסיף על הממצאים הקיימים ותומך בטענה לקשרים חיוביים. במחקר ניתנו שני הסברים לקשר החיובי שנמצא בין הסימפטומים הפוסט-טראומטיים ובין הצמיחה, הקשורים לגורמים מתערבים.

הרחבת הידע הקיים בסוג האירוע הלוחץ הנבחן: פינוי כפוי בכלל ופינוי כפוי כתוצאה מהחלטת ממשלה בפרט

אחת התרומות החשובות של המחקר היא הרחבת הידע האמפירי הקיים בסוג האירוע הלוחץ הנבחן. במטה אנליזה של הלגסון ועמיתים<sup>62</sup> נזכרו קרוב למאה מחקרים שבחנו צמיחה מול מצוקה בקרב נפגעי טראומה מסוגים שונים: מחלות,

61 ראו הרשונים-ברייטברט, 2011.

62 Helgeson, Reynolds, & Tomich, 2006.

הורים לילדים חולים, אירועי טרור, הלם קרב, שכול, תקיפה מינית והתעללות בתוך המשפחה ומעט אסונות טבע. בסקירה זו לא נמצא ולו מחקר אחד העוסק באירוע מסוג של פינוי כפוי בכלל וכתוצאה מהחלטת ממשלה בפרט. יש לציין כי קיימים מספר מחקרים ישראליים הבוחנים את אירוע הפינוי הכפוי מגוש קטיף, אולם אין הם מספיקים כדי להקיף את היריעה.

אירועים מסוג של פינוי כפוי אינם נחקרים תכופות משום שלא מתרחשים אירועים רבים בעולם מסוג זה. לכן הידע התאורטי והאמפירי הנוגע להם דל ושטחי. יחד עם זאת, אירועים אלו מתרחשים. במדינת ישראל זו הפעם השנייה ועל הפרק "מרחף" איום נוסף של פינוי כפוי, לכן יש צורך להרחיב את הידע הקיים בתחום.

הצורך בהרחבת הידע הקיים אף מתעצם על רקע לקחי העבר. האירוע הלוחץ מסוג פינוי כפוי שהתרחש בארץ היה פינוי סיני, אולם הוא כמעט שלא נחקר ולמעט שני מחקרים אין התייחסות ספציפית לילדים ולבני נוער, אלא הם מוזכרים כחלק מהמערך המשפחתי.<sup>63</sup> זאת ועוד, המחקרים שנעשו לקראת פינוי סיני ובעקבותיו הם ברובם איכותניים ומתארים את החוויות ואת התחושות שחוו המפונים. חשיבותם היא בתיאור התהליכים הנפשיים המתחוללים בקרב המפונים, אך ממצאיהם מוגבלים בשל היותם מבוססי מדגמים קטנים יחסית, וללא שימוש בכלים כמותיים להערכה או לאבחון פסיכולוגי של מצב המתיישבים לאחר הפינוי.<sup>64</sup>

מגבלה נוספת המאפיינת את רוב המחקרים שנערכו בעקבות פינוי סיני היא העיסוק בהשלכות המיידיות והסמוכות של הפינוי ובהשתקמות המפונים מיד לאחר הפינוי. כמעט שאין ממצאים על ההשלכות הפסיכולוגיות וההתנהגותיות ארוכות הטווח של המפונים. בבואם של אנשי מקצוע מהתחומים הטיפוליים לבנות מערך התמודדות לקראת הפינוי הכפוי מגוש קטיף הם נתקלו בקשיים רבים. אחד מהבולטים שבהם היה מחסור בידע קודם על אודות האירוע הלוחץ שעמד להתרחש. פינוי סיני היה, ללא ספק אירוע לוחץ, ואף טראומטי שחוותה מדינת ישראל, אולם העובדה שכמעט שלא נחקר מפחיתה לכאורה ממשמעותו הקשה. לכן יש צורך לחקור ולהרחיב את הידע הקיים כתוצאה מהפינוי הכפוי בכלל וכתוצאה מהפינוי הכפוי מגוש קטיף בפרט משלושה היבטים: היבט

63 רייכל, 2005.

64 למעט טוביאנה ועמיתים, 1988, אצל רייכל, 2005.

תאורטי, כפי שנזכר; היבט טיפולי, שמטפלים יוכלו להפיק לקחים טיפוליים ופסיכולוגיים במקרה שאירוע דומה יישנה; והיבט לאומי, החשיבות שבזיכרון הלאומי-ההיסטורי.

לסיום, אצטט מפי אחת הנחקרות, מתבגרת שהתגוררה בגוש קטיף קודם לפינוי הכפוי המתארת בצורה מוחשית ומרגשת את הצמיחה: "בעת הגירוש [...] ההרגשה החזקה שליוותה אותי הייתה הידיעה הברורה שלא משנה מה עוד יעבור עלינו [...] כל העוצמות שחווינו במשך כל שנות חיינו בגוש [...] הכול נכנס לזרע אחד קטן אך מרוכז שנתחב לו בלבי ומכאן הוא רק יצמח".

**ביבליוגרפיה**

אפל, ז' אפל, י', ומקלר, ע' (2007). "אין שלם מלב שבור": הקשר שבין חוויית הכאב, ובין התקווה והצמיחה בעקבות גירושין. **טללי אורות יג**, עמ' 341–

366

הרמן, ג' (2001). **טראומה והחלמה**. תל-אביב: עם עובד

הרשושים-ברייטברט, ט' (2011). **אמונה דתית ומשמעות כקשורים להסתגלות לאירועי חיים לוחצים: מקרה הפינני הכפוי מגוש קטיף**. חיבור לשם קבלת

תואר דוקטור לפילוסופיה. רמת-גן: אוניברסיטת בר-אילן

לאופר, א' וסולומון, ז' (2006א). האם מתבגרים ומתבגרות ישראלים מגיבים באופן שונה לפיגוע טרור? בחינת החשיפה לטרור, תסמינים פוסט-טראומטיים ושימוש במשאבים חברתיים. **חברה ורווחה**, 24 (4), עמ' 479–

501

לאופר, א' וסולומון, ז' (2006ב). תגובות מתבגרים ישראלים בעקבות חשיפה לאירועי טרור: תסמינים פוסט-טראומטיים וסימנים של צמיחה. **מגמות**, 44

(3), עמ' 407–423

לאופר, א' ושחורי, מ' (2008). מצוקה נפשית בקרב בני נוער מיהודה ושומרון שלקחו חלק פעיל בהתנגדות לתוכנית ההתנתקות. **מגמות**, 44 (4), עמ' 552–

574

פרנקל, ו' (1982). **הזעקה הלא נשמעת למשמעות: הפסיכותרפיה וההומניזם** (תרגום ח' איזק). ירושלים: דביר

רייכל, נ' (2005). בית ספר צומח בין ים למדבר ונעקר: בית ספר "אופירה". תל-אביב: מכון מופ"ת

שלג, י' (2007). המשמעות הפוליטית והחברתית של פינני ישובים ביש"ע. הינתקות 2005 כמקרה מבחן. ירושלים: המכון הישראלי לדמוקרטיה

תובל-משיח, ד' (2009). השפעות פסיכולוגיות של הפינני מגוש קטיף ומצפון השומרון: ממצאים ותיאוריה. בתוך ש' חן-גל וי' סימן-טוב (עורכים),

**כשהדרך מתמשכת: התערבויות טיפוליות-חינוכיות בהקשר לתוכנית**

**ההתנתקות**, ירושלים: משרד החינוך, עמ' 109–134



- Aldwin, C. M., Levenson, M. R. & Spiro, A. (1994). Vulnerability and resilience in adult development and aging. *Psychology and Aging, 9*, pp. 34–44
- Allen, J. G. (1995). *Coping with trauma: A guide to self-understanding*. Washington, DC: American Psychiatric Press
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistic manual of mental disorders* (4<sup>th</sup> ed.). Washington, DC: American Psychiatric Press
- Arbuckle, J. L. (2003). *Amos 5.0 update to the Amos user's guide*. Chicago, IL: SmallWaters Corporation, SPSS Inc
- Brewin, C. R., Andrews, B. & Valentine, D. (2000). Meta-analysis of risk factor for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68*, pp. 748–766.
- Calhoun, L. G. & Tedeschi, R. G. (1998a). Beyond recovery from trauma: Implications for clinical practice and research. *Journal of Social Issues, 54*, pp. 357–371
- Calhoun, L. G. & Tedeschi, R. G. (1998b). Posttraumatic growth: Future directions. In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun, (Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, pp. 215–238
- Calhoun, L. G. & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinical guide*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers
- Calhoun, L. G. & Tedeschi, R. G. (2004). The foundations of posttraumatic growth: New considerations. *Psychological Inquiry, 15*, pp. 93–102
- Cotton, R. D. (2003). From loss to life: Managing emotions and grief. In L. Radin (Eds.), *What if it's not Alzheimer's? A caregiver's guide to dementia*, New York: Prometheus Books, (pp. 311–322)
- Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S. & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construal of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, pp. 561–574

- Dekel, R. & Tuval-Mashiach, R. (2010). Multiple losses of social resources following collective trauma: The case of the forced relocation from Gush Katif. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy*, 20 (No Pagination Specified)
- DeVos, G. A. (1975). *Socialization for achievement*. Berkeley, L. A.: University of California Press.
- Epstein, S. (1990). The self-concept, the traumatic neurosis, and the structure of personality. In D. Ozer, J. M. Healy, J. R. & A. J. Stewart (Eds.), *Perspectives on personality, Vol. 3*, Greenwich, CT: JAI Press, pp. 63–98
- Evers, A. W. M., Kraaimaat, F. W., Van Lankveld, W., Jongen, P. J. H., Jacobs, J. W. G. & Bijlsma, J. W. J. (2001). Beyond unfavourable thinking: The Illness Cognition Questionnaire for chronic diseases. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 69, pp. 1026–1036
- Feeley, N. & Gottlieb, Z. N. (1988). Parents' coping and communication following their infants' death. *Journal of Death and Dying*, 19 (1), pp. 51–67
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, III: Row, Peterson
- Frazier, P. A., Conlon, A., & Glaser, T. (2001). Positive and negative life changes following sexual assault. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69, pp. 1048–1055
- Goenjian, A. K., Molina, L., Steinberg, A. M., Fairbanks, L. A., Alvarez, M. L., Goenjian, H. A. & Pynoos, R. S. (2001). Posttraumatic stress and depressive reactions among Nicaraguan adolescents after Hurricane Mitch. *The American Journal of Psychiatry*, 158, pp. 788–794
- Hall, B. J., Hobfoll, S. E., Palmieri, P. A., Canetti-Nisim, D., Shapira, O., Johnson, R. J. & Galea, S. (2008). The psychological impact of impending forced settler Disengagement in Gaza: Trauma and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 21 (1), pp. 22–29

- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A. & Tomich, P. L. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Special Issue: Benefit-Finding*, 74 (5), pp. 797–816
- Hobfoll, S. E., Jackson, A., Hobfoll, I., Pierce, C. A. & Young, S. (2002). The impact of communal mastery versus self-mastery on emotional outcomes during stressful conditions: A prospective study of native American women. *American Journal of Community Psychology*, 30 (6), 853–871
- Hobfoll, S. E. & Vaux, A. (1993). Social support, social resources and social content. In L. Goldberg & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects*, New York: Free Press, pp. 685–705
- Horowitz, M. J. (1982). Stress response syndromes and their treatment. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress*, New York: Free Press, pp. 711–732
- Horowitz, M. J., Wilner, N., & Alvarez, M. (1979). Impact of event scale: A measure of subjective stress. *Psychosomatic Medicine*, 41 (3), pp. 209–218
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Reading, MA: Addison Wesley
- Janoff-Bulman, R., & Berger, A. R. (2000). The other side of illness: Towards a psychology of appreciation. In J. H. Harvey & E. D. Miller (Eds.), *Loss trauma: General and close relationship perspectives*, Philadelphia: Brunner-Routledge, pp. 29–44
- Joseph, S. & Linley, P. A. (2008). *Trauma, recovery, and growth: Positive psychological perspectives on posttraumatic stress*. New Jersey: John Wiley & Sons
- Kutz, I. & Dekel, R. (2006). Follow-up of victims of one terrorist attack in Israel: ASD, PTSD and the perceived threat of Iraqi missile attacks. *Personality and Individual Differences*, 40 (8), pp. 1579–1589

- Laerum, E. Johnsen, N., Smith, P. & Larsen, S. (1987). Can myocardial infarction induce positive change in family relationship? *Family Practice*, 4, pp. 302–305
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17, pp. 11–21
- Maxman, J. S. & Word, N. G. (1995). *Essential psychotherapy and its treatment* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Norton
- Najarian, L. M., Goenjian, A. K. Pelcovitz, D., Mandel, F. & Najarian, B. (2001). The effect of relocation after a natural disaster. *Journal of Traumatic Stress*, 14 (3), pp. 511–526
- Oren, L. & Possick, C. (2008). Is ideology a risk for PTSD symptom severity among Israeli political evacuees? *Journal of Traumatic Stress*, 23 (4), pp. 483–490
- Orzolek, K. C. (2002). The effect of attachment theory in the development of eating disorders: Can symptoms be proximity-seeking? *Child and Adolescent Social Work Journal*, 19, pp. 421–435
- Ozer, E. J., Best, S. R., Lipsy, T. L. & Weiss, D. S. (2003). Predictors of posttraumatic stress disorder and symptoms in adults: A meta-analysis. *Psychology Bulletin*, 129 (1), 52–73
- Polatinsky, S. & Esprey, Y. (2000). An assessment of gender differences in the perception of benefit resulting from the loss of a child. *Journal of Traumatic Stress*, 13, pp. 709–718
- Ponzetti, J. J. (1992). Bereaved families: A comparison of parents and grandparents reaction to the death of a child. *Omega: Journal of Death and Dying*, 25, pp. 63–71
- Pulido, M. L. (2005). The terrorist attacks on the World Trade Center on 9/11: The dimensions of indirect exposure levels in relation to the development of post traumatic stress symptoms. The ripple effect. *Dissertation-Abstracts-International-Section-A:Humanities-and-Social-Sciences*, 66 (3-A), P. 1166
- Rosenbloom, D., Williams, M. B. & Watkins, B. E. (1999). *Life after trauma: A workbook for healing*. New York: Guilford Press

- Sheikh, A. L. & Marotta, S. A. (2005). A cross-validation study of the posttraumatic growth inventory. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 38 (2), pp. 66–77
- Showers, C. J. & Ryff, C.D. (1996). Self-differentiation and well-being in a life tradition. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, pp. 448–460
- Steinglass, P. (2001). Forced relocation: A family researcher. *Clinician's Perspective. Psychiatry*, 64 (1), pp. 64–68
- Tennen, H., & Affleck, G. (1998). Personality and transformation in the face of adversity. In R. G. Tedeschi, C. L. Park & L. G. Calhoun (Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, pp. 65–98
- Tedeschi, R. G. (1999). Violence transformed: Posttraumatic growth in survivors and their societies. *Aggression and Violent Behavior*, 4, pp. 319–341
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, pp. 455–471
- Tedeschi, R. G., Park, C. & Calhoun, L. G. (1998). Posttraumatic growth: Conceptual issues. In: R. G. Tedeschi, C. L. Park & L. G. Calhoun (Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis* Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, pp. 65–98
- Thatcher, D. L. & Krikorian, R. (2005). Exploratory factor analysis of two measures of posttraumatic stress disorder symptoms in a non-clinical sample of college students. *Journal of Anxiety Disorder*, 19 (8), pp. 904–914

- Titchener, J. L. & Ross, W. D. (1974). Acute or chronic stress as determinants of behavior, character and neurosis. In S. Arieti (Ed.), *American Handbook of Psychiatry, Vol. 3*, New York: Basic Books, pp. 39–60
- Van-der-Ploeg, E., Mooren, T. M., Kleber, R. J., Van-der-Velden, P. G. & Brom, D. (2004). Construct validation of the Dutch version of the impact of event scale. *Psychological Assessment, 16* (1), pp. 16–26
- Vogal, J. M. & Vernberg, E. M. (1993). Psychological responses of children to natural and human-made disasters: Children's psychological responses to disasters. *Journal of Clinical Child Psychology, 22*, pp. 464–484
- Waysman, M., Schwarzwald, J. & Solomon, Z. (2000). Hardiness: An examination of its relationship with positive and negative long term changes following trauma. *Journal of Traumatic Stress, 14*, pp. 531–548
- Wu, K. K. & Cheung, M. W. L. (2006). Posttraumatic stress after a motor vehicle accident: A six-month follow-up study utilizing latent growth modeling. *Journal of Traumatic Stress, 19* (6), pp. 923–936
- Yalom, I. D. (1985). *The theory practice of group psychotherapy*. New York: Basic Books