

נספח ב'1 – מכתב פניה למשתתפים.

אוניברסיטת חיפה

החוג לפסיכולוגיה

שלום רב,

משתתף/פת נכבד/ה, הנך לוקח/ת חלק במחקר בנושא "עמדות כלפי אובדן ושכול" הנערך בחוג לפסיכולוגיה באוניברסיטת חיפה. אנא השתדלי לענות על השאלות כראות עיניך ולפי המחשבות הראשונות העולות בראשך. זכור/זכרי כי אין תשובות "נכונות" או "לא נכונות", אנו מעוניינים בדעתך.

השאלונים הם אנונימיים, ואם תחוש/י כי מילויים קשה לך מידי, אינו נכון או מתאים עבורך, תוכלי להפסיק בכל עת.

בתודה מראש,

פרופ' שמשון רובין

אפרי בר נדב

חוקר.

נספח ב'2 – טופס הסכמה להשתתפות במחקר

אוניברסיטת חיפה

החוג לפסיכולוגיה

טופס הסכמה להשתתפות במחקר

אני מצהיר/ה בזאת שאני מסכים/מה להשתתף במחקר העוסק בנושא של אובדן ושכול. ידוע לי שאני ממלא/ת שאלונים הקשורים לתחום זה. חלק מהאנשים מוצאים את העיסוק בתחום כקשה מבחינה רגשית, ולקחתי זאת בחשבון כשהסכמתי להשתתף במחקר. ידוע לי כי השאלונים הם אנונימיים, וכי זכותי לפרוש בכל עת (להפסיק למלא את השאלונים), מכל סיבה שהיא.

במידה ותחושי רצון או צורך לשוחח עם החוקרים בעקבות החשיפה לנושא, תוכלי/י לפנות אלינו דרך מזכירות החוג, או בכתב עם החזרת השאלונים.

_____ חתימה:

_____ תאריך:

נספח ג' - שאלון פרטים אישיים

1. גיל: _____ שנים.
2. מין: א. גבר ב. אישה (הקף בעיגול).
3. היכן נולדת? א. ישראל ב. בארץ אחרת (איזו) - _____, שנת עלייה _____
4. היכן נולדו הורידך? אבי נולד ב _____, שנת עלייה לארץ _____, אמי נולדה ב _____, שנת עלייה לארץ _____.
5. דת: א. יהודי ב. מוסלמי ג. נוצרי ד. דרוזי ה. אחר.
6. אני מגדיר את עצמי: א. חילוני ב. מסורתי ג. דתי ד. אחר _____.
7. מקום מגורים: א. עיר ב. כפר או מושב ג. קיבוץ ד. ישוב קהילתי ה. אחר: _____.
8. מצב משפחתי: א. רווקה ב. נשואה ג. גרושה ד. אלמן/נה. ה. אחר _____
האם יש לך ילדים: א. כן ב. לא.
9. מצב כלכלי: א. טוב מאוד ב. טוב ג. סביר ד. לא טוב.
10. האם מישהו ממשפחתך הקרובה נפטר (אב, אם, אח, אחות, ילד, בן זוג)?
א. קירבה? _____ באיזו שנה? _____ בן כמה היית? _____
ב. קירבה? _____ באיזו שנה? _____ בן כמה היית? _____
ג. קירבה? _____ באיזו שנה? _____ בן כמה היית? _____
ד. קרובי משפחה אחרים? _____ לפני כמה זמן? _____
_____ לפני כמה זמן? _____
_____ לפני כמה זמן? _____
ה. חברים קרובים? _____ לפני כמה זמן? _____
_____ לפני כמה זמן? _____
_____ לפני כמה זמן? _____
11. במידה ומי מהאנשים שנפטרו התאבד, אנא ציין/ני אותם: _____

12. באיזו מידה יש לדעתך מחשבות אובדניות לאנשים רגילים?
א. אף פעם לא ב. לעתים רחוקות ג. לפעמים ד. הרבה ה. כל הזמן.
13. באיזו מידה את/ה מסכים/מה עם האמרה שלדבר על מחשבות של התאבדות משמעו לחזק את אותן מחשבות? אנא דרגי על סולם של 1 (לא מסכים כלל) עד 5 (מסכים מאוד).
1. 2. 3. 4. 5.
14. האם היו לך אי פעם מחשבות אובדניות? א. כן ב. לא.
15. האם עשית בעבר מעשה שנחשב בעיניך אובדני? א. כן ב. לא.

נספח ד' - שאלון סיפוריםהוראות:

לפניך סיפורים המתארים התנהגויות, רגשות ומחשבות של אישה אשר איבדה את בתה. הנך מתבקש/ת לקרוא כל סיפור בעיון, ולענות על השאלות הפתוחות והסגורות אשר מופיעות בסיומו. על השאלות הסגורות יש לענות על פי סקאלה בטווח 0-5, כאשר 0 משמעותו "כלל לא", ו-5 משמעותו "במידה רבה מאוד".

סיפור מס' 1 (אובדן בהתאבדות, מסלולים שליליים, אשמה ואובדן משמעות לצמיתות):

שרון, בתה של לאה בת ה-50, התאבדה לפני כשנה וחצי בהיותה בת 23. כעבור זמן קצר חזרה לאה לעבודה סדירה. חבריה לעבודה מעידים עליה שהיא הורידה מעצמה כמה מהפרוייקטים בהם עסקה, היא פחות אכפתית ומתעניינת בעבודתה, ואף אינה מתקדמת בה בקצב הנדרש ממנה.

לעתים במהלך העבודה לאה נזכרת איך הרבתה להתווכח ולהתעמת עם שרון, ומתמלאת צער על כך. מדאיג אותה שאינה מצליחה להיזכר בזמנים חיוביים שהיו להן יחד, למרות שהיא בטוחה שהיו כאלה. היא בוכה וממלמלת לעצמה "כמה אני מתגעגעת אליה". כשהיא חושבת על מות בתה, היא מאשימה את עצמה, ושוקעת בהרהורים לגבי הדרכים בהן הייתה יכולה להתערב. מזה שנה וחצי שלאה מגיעה הביתה, מכינה ארוחת ערב, צופה בטלוויזיה, ואז נרדמת. היא ממעטת לשוחח עם בעלה וילדיה האחרים, וחשה רחוקה מהם. כיום, כשנה וחצי לאחר מותה של שרון, מרגישה לאה כי היא לא אותו אדם שהייתה קודם לכן. היא מרגישה פחות שווה בעיני עצמה וסביבתה. לאה מרגישה שהמשמעות שהייתה לחייה אבדה לצמיתות.

שאלות בעקבות הסיפור:

- | במידה | כלל | |
|-------------|-------------|---|
| רבה מאוד | לא | |
| 5 4 3 2 1 0 | 0 1 2 3 4 5 | 1. באיזו מידה עסוקה לאה באובדן? |
| 5 4 3 2 1 0 | 0 1 2 3 4 5 | 2. באיזו מידה לאה סובלת? |
| 5 4 3 2 1 0 | 0 1 2 3 4 5 | 3. באיזו מידה התגובה המתוארת לאובדן מעידה על בעייתיות? |
| 5 4 3 2 1 0 | 0 1 2 3 4 5 | 4. באיזו מידה נראה לך שיש מקום להתערבות פסיכולוגית שתקל על לאה בהתמודדות עם האובדן? |
| | | 5. מה דעתך על תגובתה הכללית של לאה לאובדן? |
| | | 6. האם ישנה משמעות נוספת לאופן בו איבדה את שרון? |

סיפור מס' 16 (אובדן בתאונה, מסלולים חיוביים, אין אשמה עצמית, ותחושה כי יש למצוא משמעות מחדשת לחיים):

שרון, בתה של לאה בת ה-50, נהרגה בתאונת דרכים לפני כשנה וחצי בהיותה בת 23. כעבור זמן קצר חזרה לאה לעבודה סדירה. חבריה לעבודה מעידים עליה שהיא ממשיכה לעסוק בפרוייקטים עליהם היא אחראית, מגלה בהם עניין ואכפתיות רבה, ואף מצליחה לקדם אותם בקצב הנדרש. לעתים במהלך העבודה לאה נזכרת בשיחות היומיומיות שהיו לה עם שרון, וכמה נעימות וחשובות הן היו עבורן, ומתמלאת סיפוק. היא חושבת לעצמה "אני שמתה שלפחות בשנים האחרונות הספיקה לעשות כמה דברים שנהנתה מהם". כשהיא חושבת על מות בתה, היא מרגישה שזו לקחה אחריות כאדם בוגר על עצמה ועל חייה, ולכן לא היה לה מקום להתערב. כמו בימים עברו, נוהגת לאה להכין ארוחת ערב משותפת, בה היא נהנית לשוחח עם בעלה וילדיה האחרים על חוויות היום, ולשתפם בנעשה בעבודתה. היא מרגישה קרובה אל בני משפחתה. כיום, שנה וחצי לאחר מותה של שרון, לאה מרגישה שבאיטיות חזרה לעצמה, והיא אף חזקה ועצמאית יותר. היא מרגישה שעליה לחיות את חייה, ולהעניק להם משמעות מחדשת.

שאלות בעקבות הסיפור:

- | במידה | כלל | |
|-------------|-------------|---|
| רבה מאוד | לא | |
| 5 4 3 2 1 0 | 0 1 2 3 4 5 | 1. באיזו מידה עסוקה לאה באובדן? |
| 5 4 3 2 1 0 | 0 1 2 3 4 5 | 2. באיזו מידה לאה סובלת? |
| 5 4 3 2 1 0 | 0 1 2 3 4 5 | 3. באיזו מידה התגובה המתוארת לאובדן מעידה על בעייתיות? |
| 5 4 3 2 1 0 | 0 1 2 3 4 5 | 4. באיזו מידה נראה לך שיש מקום להתערבות פסיכולוגית שתקל על לאה בהתמודדות עם האובדן? |
| | | 5. מה דעתך על תגובתה הכללית של לאה לאובדן? |
| | | 6. האם ישנה משמעות נוספת לאופן בו איבדה את שרון? |

סיפור מס' 18 (פרידה, המסלולים שליליים, אין אשמה עצמית, יש אובדן משמעות לצמיתות):

שרון, בתה של לאה בת ה-50, עזבה את הארץ לפני כשנה וחצי בהיותה בת 23, ואינה שומרת על קשר עם משפחתה. כעבור זמן קצר חזרה לאה לעבודה סדירה. חבריה לעבודה מעידים עליה שהיא הורידה מעצמה כמה מהפרוייקטים בהם עסקה, היא פחות אכפתית ומתעניינת בעבודתה, ואף אינה מתקדמת בה בקצב הנדרש ממנה.

לעתים במהלך העבודה לאה נזכרת איך הרבתה להתווכח ולהתעמת עם שרון, ומתמלאת צער על כך. מדאיג אותה שאינה מצליחה להיזכר בזמנים חיוביים שהיו להן יחד, למרות שהיא בטוחה שהיו כאלה. היא בוכה וממלמלת לעצמה "כמה אני מתגעגעת אליה". כשהיא חושבת על לכתה של בתה, היא מרגישה שזו לקחה אחריות כאדם בוגר על חייה, ולכן לא היה לה מקום להתערב.

מזה שנה וחצי שלאה מגיעה הביתה, מכינה ארוחת ערב, צופה בטלוויזיה, ואז נרדמת. היא ממעטת לשוחח עם בעלה וילדיה האחרים, וחשה רחוקה מהם.

כיום, כשנה וחצי לאחר עזיבתה של שרון, מרגישה לאה כי היא לא אותו אדם שהייתה קודם לכן. היא מרגישה פחות שווה בעיני עצמה וסביבתה. לאה מרגישה שהמשמעות שהייתה לחייה אבדה לצמיתות.

שאלות בעקבות הסיפור:

- | במידה | כלל | |
|-------------|-----|---|
| רבה מאוד | לא | |
| 5 4 3 2 1 0 | | 1. באיזו מידה עסוקה לאה באובדן? |
| 5 4 3 2 1 0 | | 2. באיזו מידה לאה סובלת? |
| 5 4 3 2 1 0 | | 3. באיזו מידה התגובה המתוארת לאובדן מעידה על בעייתיות? |
| 5 4 3 2 1 0 | | 4. באיזו מידה נראה לך שיש מקום להתערבות פסיכולוגית שתקל על לאה בהתמודדות עם האובדן? |
| | | 5. מה דעתך על תגובתה הכללית של לאה לאובדן? |

6. האם ישנה משמעות נוספת לאופן בו איבדה את שרון?

נספח ה' - שאלון עמדות

אנא צייקי עד כמה את/ה מסכים/מה עם ההיגדים הבאים :

מסכים מאוד				לא מסכים	
5	4	3	2	1	
					1. התאבדות היא מעשה פחדני.
					2. התאבדות היא מעשה אימפולסיבי.
					3. מבנה האישיות של מי שמתאבד חייב להיות חלש.
					4. יש מצבים בהם הפתרון ההגיוני היחיד הוא התאבדות.
					5. מרבית האנשים שמתאבדים הם חולי נפש.
					6. באופן פוטנציאלי, כל אחד מאתנו עלול להתאבד.
					7. כאשר חולה סופני רוצה למות, על המוסד המטפל בו לכבד את בקשתו, ולסייע לו.
					8. מרבית האנשים המתאבדים הם בודדים ומדוכאים.
					9. הייתי חש בושה אם אחד מחברי משפחתי היה מתאבד.
					10. התאבדות היא אמצעי מקובל לסיום חייו של אדם סובל.
					11. רבים מהמתאבדים באים מבתי הרוסים.
					12. לאנשים אין זכות לקחת את חייהם.
					13. עקרונית, התאבדות היא מעשה הראוי לגינוי.
					14. צריך שתהיה "מרפאת התאבדות", בה יוכל מי שרוצה לסיים את חייו לעשות זאת באופן פרטי וללא כאבים.
					15. אם אדם רוצה להתאבד, זה עניינו הפרטי, ואין לנו כחברה מקום להתערב בכך.
					16. התאבדות היא מעשה אמיץ.
					17. לאדם הרוצה להתאבד זכות לעשות זאת.
					18. מתאבדים הם אנשים המנסים להשיג תשומת לב מאחרים.
					19. התאבדות היא פשע מוסרי חמור.
					20. התאבדות של אנשים צעירים מבלבלת במיוחד, מכיוון שיש להם את כל הסיבות לחיות.
					21. הסבירות שאדם השורד ניסיון התאבדות ינסה זאת שוב היא אפסית.

22. התאבדות היא מעשה שנעשה לאחר שיקול דעת רב. 1 2 3 4 5
23. מתאבדים, כקבוצה, מחזיקים פחות באמונה דתית. 1 2 3 4 5
24. מי שאחד מהוריו התאבד, נמצא בסיכון גבוה להתאבד בעצמו. 1 2 3 4 5
25. קרוב לוודאי שחקירה לגבי אדם שהתאבד תגלה שהוא תכנן מזה זמן רב לעשות זאת. 1 2 3 4 5
26. קשה מאוד לשכנע אדם המתכנן להתאבד לא לעשות זאת. 1 2 3 4 5
27. ניסיון התאבדות הוא בעיקרו קריאה לעזרה. 1 2 3 4 5
28. התאבדות היא התנהגות נורמלית. 1 2 3 4 5
29. בד"כ, לקרובים של מתאבד לא היה מושג שזה עומד לקרות. 1 2 3 4 5
30. לרבים מקורבנות תאונות דרכים מוטיבציה לא מודעת להתאבד. 1 2 3 4 5
31. מרבית ניסיונות ההתאבדות מסתיימים במוות. 1 2 3 4 5
32. שיעור ההתאבדויות גבוה יותר אצל היהודים לעומת חברי קבוצות המיעוטים. 1 2 3 4 5
33. שיעור ההתאבדות גבוה יותר בקרב זקנים מאשר צעירים. 1 2 3 4 5
34. התאבדות היא הוכחה לכך שהאדם תוקפני והרסני מטבעו. 1 2 3 4 5
35. לא נכון להשתמש במונח התאבדות לגבי מי שמציל חיי אדם במחיר חייו שלו. 1 2 3 4 5
36. ברוב המקרים, אם מונעים מאדם להתאבד, הוא בסופו של דבר יודה לנו על כך. 1 2 3 4 5
37. ניתן להבין התאבדות כתוצאה מאהבה נכזבת. 1 2 3 4 5
38. ניתן להבין הורה המתאבד על קבר בנו. 1 2 3 4 5
39. בבסיס של עיסוק בפעילות מסוכנת עומדת משיכה להתאבדות. 1 2 3 4 5
40. בני משפחה של אדם שהתאבד חשים אשמה. 1 2 3 4 5
41. התאבדות נעשית על מנת לנקום באנשים ספציפיים. 1 2 3 4 5
42. ברוב המקרים מי שמתאבד לא התכוון להרוג את עצמו. 1 2 3 4 5
43. אי מניעה של התאבדות היא פשע מוסרי חמור. 1 2 3 4 5
44. ישנם מצבים בהם הבחירה לא להתאבד היא מעשה אמיץ. 1 2 3 4 5
45. לאנשים החוקרים את תחום ההתאבדות סיבות אישיות לכך. 1 2 3 4 5