

נספח 1 – דף הסבר לנבדקים

נער יקר

אני פונה אליך בבקשה לקחת חלק במחקר העוסק בקשר בין אבות ובנים ובהרגלי אכילה. המחקר נערך מטעם החוג לעבודה סוציאלית באוניברסיטת חיפה ובשיתוף עם המרפאה להפרעות אכילה ברמב"ם.

ההשתתפות במחקר כרוכה במילוי מספר שאלונים. יודגש כי מילוי השאלונים הנו אנונימי, שמך לא יופיע על הטופס ולא יימסר לאף אחד. השאלונים יישמרו ללא סימני זיהוי של המשתתפים. כל התשובות חסויות וישמשו למטרת המחקר בלבד. ברצוני לציין כי היענותך חשובה ותהווה תרומה חיונית להצלחת המחקר. אני מודה לך מראש על שיתוף הפעולה ועל תרומתך החשובה.

בתודה ובברכה,

ששי מנחם

קראתי בעיון את ההסבר למחקר ואני מסכים לקחת בו חלק
תאריך _____ חתימה _____

אם הנך מתחת לגיל 18, יש להחתיים גם את אחד ההורים.

שם האב _____ חתימת האב _____ תאריך _____
שם האם _____ חתימת האם _____ תאריך _____

נספח 2 – שאלון הרגלי אכילה

קרא כל פריט בעיון וסמן בעיגול את המספר המתאר באיזו מידה הוא מתאר אותך.

6	5	4	3	2	1	
תמיד		בדרך כלל		לעיתים קרובות	לפעמים	2
					לעיתים רחוקות	1
						אף פעם לא

6	5	4	3	2	1	1	1
						אני אוכל ממתקים ללא הרגשת עצבנות	
						אני חושב שקיבתי גדולה	2
						הייתי רוצה לחזור לילדות הבטוחה	3
						אני אוכל כשאני מצוברח	4
						אני ממלא או "דוחף" לעצמי אוכל	5
						הייתי רוצה להיות צעיר יותר	6
						אני חושב על דיאטה	7
						אני נבהל כשרגשותיי חזקים מדי	8
						אני חושב שירכי רחבות מדי	9
						אני מרגיש שאני אדם לא יעיל	10
						אני חש רגשות אשמה עזים אחרי זליחה	11
						אני חושב שקיבתי היא בגודל הנכון	12
						רק ביצועים מעולים מספקים את משפחתי	13
						הילדות היא הזמן המאושר ביותר בחיים	14
						אני פתוח לגבי רגשותיי	15
						אני חושש מאוד מעליה במשקל	16
						אני בוטח באחרים	17
						אני מרגיש בודד בעולם	18
						אני מרוצה מצורת גופי	19
						באופן כללי אני שולט בחיי	20
						אני מבולבל לגבי רגשותיי	21
						אני מעדיף להיות מבוגר מאשר ילד	22
						אני יוצר קשר עם אחרים בקלות	23

6	5	4	3	2	1	הלוואי והייתי אדם אחר	24
6	5	4	3	2	1	אני מגזים בחשיבות משקל הגוף	25
6	5	4	3	2	1	אני יכול לזהות בבהירות את רגשותיי	26
6	5	4	3	2	1	אני מרגיש לא מתאים לסביבתי	27
6	5	4	3	2	1	יש לי בולמוסים של אכילה ללא הפסק	28
6	5	4	3	2	1	כילד השתדלתי לא לאכזב את הורי ומורי	29
6	5	4	3	2	1	יש לי יחסים בינאישיים קרובים	30
6	5	4	3	2	1	אני אוהב את הגיזרה של הישבן שלי	31
6	5	4	3	2	1	אני מוטרד על ידי הרצון להיות רזה יותר	32
6	5	4	3	2	1	אני יודע מה מתרחש בתוכי	33
6	5	4	3	2	1	קשה לי להביע את רגשותיי כלפי אחרים	34
6	5	4	3	2	1	דרישות הבגרות הן רבות מדי	35
6	5	4	3	2	1	אני שונא להיות פחות מ"הכי טוב"	36
6	5	4	3	2	1	אני חש בטוח בעצמי	37
6	5	4	3	2	1	אני חושב על זלילה	38
6	5	4	3	2	1	אני שמח שאני כבר לא ילד	39
6	5	4	3	2	1	אני יודע אם אני רעב או לא	40
6	5	4	3	2	1	יש לי דעה ירודה על עצמי	41
6	5	4	3	2	1	אני יכול להגשים את שאיפותיי	42
6	5	4	3	2	1	הוריי ציפו ממני להצטיין	43
6	5	4	3	2	1	אני חושש שלא אשלוט ברגשותיי	44
6	5	4	3	2	1	אני חושב שמותנני רחבות מדי	45
6	5	4	3	2	1	אני אוכל מאוזן בנוכחות אחרים וזולל בהיעדרם	46
6	5	4	3	2	1	אני מרגיש "נפוח" לאחר ארוחה קטנה	47
6	5	4	3	2	1	אנשים הכי מאושרים בתקופת ילדותם	48
6	5	4	3	2	1	אם אני עולה במשקל בק"ג אני דואג שאמשיך לעלות במשקל	49
6	5	4	3	2	1	אני מרגיש בעל ערך	50
6	5	4	3	2	1	כשאני מדוכדך, איני יודע אם אני עצוב, מפוחד או כעוס	51

6	5	4	3	2	1	52	אני חייב לעשות דברים בצורה מושלמת או לא לעשותם בכלל
6	5	4	3	2	1	53	חשבתי לנסות להקיא במטרה לרדת במשקל
6	5	4	3	2	1	54	אני צריך לשמור על מרחק מאנשים
6	5	4	3	2	1	55	אני חושב שירכיי הם בגודל המתאים
6	5	4	3	2	1	56	אני מרגיש ריקנות רגשית
6	5	4	3	2	1	57	אני מסוגל לדבר על רגשותיי ומחשבותיי
6	5	4	3	2	1	58	השנים הטובות בחיים הן בבגרות
6	5	4	3	2	1	59	אני חושב שהישבן שלי רחב מדי
6	5	4	3	2	1	60	יש לי רגשות שאיני יכול לזהותם לגמרי
6	5	4	3	2	1	61	אני אוכל ושותה בסתר
6	5	4	3	2	1	62	אני חושב שמותני הן בגודל המתאים
6	5	4	3	2	1	63	יש לי מטרות גבוהות במיוחד
6	5	4	3	2	1	64	כשאני מצוברח אני חושש שאתחיל לאכול
6	5	4	3	2	1	65	אנשים שאני באמת אוהב בסופו של דבר מאכזבים אותי
6	5	4	3	2	1	66	אני מתבייש בחולשותיי האנושיות
6	5	4	3	2	1	67	אנשים אחרים יאמרו שאני בלתי יציב רגשית
6	5	4	3	2	1	68	הייתי רוצה להיות בשליטה מלאה בצרכיי הגופניים
6	5	4	3	2	1	69	אני מרגיש נינוח בנסיבות חברתיות
6	5	4	3	2	1	70	אני אומר דברים באימפולסיביות ולבסוף מתחרט
6	5	4	3	2	1	71	אני מאוד משתדל לחוות כיף (עונג)
6	5	4	3	2	1	72	אני צריך להיזהר מנטייותיי לשימוש בסמים
6	5	4	3	2	1	73	אני מאוד חברותי עם רוב האנשים
6	5	4	3	2	1	74	אני מרגיש לכוד בקשריי עם אנשים
6	5	4	3	2	1	75	הכחשה של צרכיי הגופניים עוזרת לי להרגיש חזק מבחינה רוחנית
6	5	4	3	2	1	76	אנשים מבינים את בעיותיי האישיות
6	5	4	3	2	1	77	מחשבות מוזרות מתרצצות במוחי
6	5	4	3	2	1	78	אכילה לצורך תענוג היא סימן לחולשה מוסרית
6	5	4	3	2	1	79	יש לי נטייה להתפרצויות של כעס וזעם

6	5	4	3	2	1	אני מרגיש שאנשים נותנים בי אמון	80
6	5	4	3	2	1	אני חייב להיזהר מנטיותיי לשתות משקאות חריפים	81
6	5	4	3	2	1	אני מאמין שמנוחה היא בזבוז של זמן	82
6	5	4	3	2	1	אנשים יאמרו שאני מתרגז בקלות	83
6	5	4	3	2	1	אני מרגיש שאני נכשל בכל משימה	84
6	5	4	3	2	1	אני מרגיש תנודות קיצוניות במצבי לחץ	85
6	5	4	3	2	1	צרכיי הגופניים גורמים לי למבוכה	86
6	5	4	3	2	1	אני מעדיף להיות לבד ולא בתברת אחרים	87
6	5	4	3	2	1	סבל מחשל את האדם	88
6	5	4	3	2	1	אני יודע שאנשים אוהבים אותי	89
6	5	4	3	2	1	אני מרגיש צורך להכאיב לעצמי או לאחרים	90
6	5	4	3	2	1	אני מרגיש שאני מכיר את עצמי	91

נספח 3 – שאלון יחסי מתבגר-הורה

הנך מתבקש לקרוא כל משפט בעיון ולדרג עד כמה הוא נכון או לא נכון לגבי יחסיך עם אביך.
 חשובה לנו דעתך האישית ולא אם המשפט נכון או לא נכון בדרך כלל או לגבי אנשים אחרים.
 השתמש בסולם הבא:

מאוד לא נכון 1	לא נכון 2	בדרך כלל לא נכון 3	בדרך כלל נכון 4	נכון 5	נכון מאוד 6	
1						הוא מסוגל לתת לי להרגיש טוב יותר כשאני במצב רוח רע
2						הוא עומד על כך שאני אעשה בדיוק כפי שאמר לי
3						כשאני יוצא הוא לא אומר לי מתי לחזור
4						כמעט תמיד הוא מתלונן על מה שאני עושה
5						הוא נותן לי לצאת כל ערב שאני רוצה
6						הוא שמח לפגוש אותי כשאני חוזר הביתה
7						הוא נדבק לאיזה כלל, במקום לאפשר ליוצאים מהכלל
8						לדעתו ההתנהגות שלי גורמת לעימותים במשפחה
9						הוא נותן לי כמה חופש שאני רוצה
10						אנחנו מבליים יפה בבית, הוא ואני
11						תמיד הוא רוצה לדעת עם מי הייתי כשיצאתי
12						הוא תמיד מוצא בי פגמים
13						מוטלים עלי כל מיני חובות ותפקידים ואסור לי לעשות דבר אחר עד שלא גמרתי אותם
14						הוא נוהג לחבק אותי מדי פעם
15						הוא מרשה לי לבזבז את כספי איך שאני רוצה
16						אני חש כעס ביחס אליו
17						אנחנו מסתדרים טוב בינינו
18						הוא מרשה לי לעשות כל אותם דברים שאחרים בגילי עושים
19						הוא מעניש אותי כשאני לא מציית

6	5	4	3	2	1	כשאני אתו אני מתעצבן ומתרגז בקלות	20
6	5	4	3	2	1	הוא מנסה לשמח אותי כשעצוב לי	21
6	5	4	3	2	1	הוא נותן לי לעשות כל דבר שאני רוצה	22
6	5	4	3	2	1	הוא אומר שאני מהווה בעיה אחת גדולה	23
6	5	4	3	2	1	הוא מאמין שיש להעניש אותי באיזו דרך על כל ההתנהגויות הרעות	24
6	5	4	3	2	1	הוא נוטה להראות לי את אהבתו אלי	25
6	5	4	3	2	1	הוא אוהב את זה שאני מחליט איך לעשות דברים בדרכי שלי	26
6	5	4	3	2	1	הוא מאוד קפדן איתי	27
6	5	4	3	2	1	לעיתים קרובות יש לי ביקורת עליו	28
6	5	4	3	2	1	הוא דואג לפנק אותי	29
6	5	4	3	2	1	אני שמח לפגוש אותו כשאני חוזר הביתה	30
6	5	4	3	2	1	הוא נעשה כועס בגלל דברים קטנים שאני עושה	31
6	5	4	3	2	1	הוא סולח לי ולא "עושה עניין" מכל דבר	32
6	5	4	3	2	1	הוא מתלונן שאני עולה לו על העצבים	33
6	5	4	3	2	1	יש לו יותר חוקים וכללים מאשר אני מסוגל לזכור, ולכן לעיתים תכופות הוא מעניש אותי	34
6	5	4	3	2	1	אנחנו רבים ומתווכחים הרבה	35
6	5	4	3	2	1	אני מרגיש קרוב אליו	36

נספח 4 – שאלון זהות מגדר

לפניך רשימת תכונות. עליך לסמן ליד כל תכונה באיזו מידה לדעתך התכונה הזו מתארת אותך. סמן את המספר המתאים לך מ 1 עד 7 ליד כל תכונה.

- 7 תמיד או כמעט תמיד נכון לגבי
- 6 לעיתים קרובות מאוד נכון לגבי
- 5 לעיתים קרובות נכון לגבי
- 4 לפעמים נכון לגבי
- 3 לעיתים רחוקות נכון לגבי
- 2 לעיתים רחוקות מאוד נכון לגבי
- 1 אף פעם או כמעט אף פעם לא נכון לגבי

8	סומך על עצמו
9	ותרן
10	עוזר
11	מגן על אמונותיו
12	עליו
13	נוטה למצבי רוח
14	עצמאי
15	ביישן
16	שקרן
17	אתלט
18	מחובב
19	דרמטי
20	תקיף
21	רוצה שיחניפו לו
22	מאושר
23	בעל אישיות חזקה
24	נאמן
25	משנה את התנהגותו לעיתים תכופות
26	בעל כוח
27	נשי
28	ניתן לסמוך עליו

	אנליטי	29
	סימפטי	30
	קנאי	31
	בעל יכולת מנהיגות	32
	רגיש לצורכי אחרים	33
	ישר ודובר אמת	34
	מוכן לקחת סיכון	35
	מבין	36
	סגור	37
	מגיע להחלטות בקלות	38
	מבין רגשי הזולת	39
	מדבר מן הלב	40
	בוטח בכוחותיו	41
	מוכן להרגיע מי שנפגע	42
	גאוותן	43
	שתלטן	44
	מדבר ברכות	45
	מתחבב	46
	גברי	47
	חס	48
	רציני	49
	מוכן לעמוד בעמדה	50
	רך	51
	חברי	52
	תוקפני	53
	חמים	54
	לא יעיל	55
	פועל כמנהיג	56
	ילדותי	57
	מתאים את עצמו לאחרים	58
	אינדיבידואליסט	59
	אינו משתמש בלשון גסה	60

	לא שיטתי	61
	תחרותי	62
	אוהב ילדים	63
	מתנהג בכבוד לאחרים	64
	שאפתן	65
	עדין	66
	מתאים את התנהגותו לאחרים	67

נספח 5 – שאלון פרטים אישיים

1. שנת לידה: _____
2. ארץ לידה: _____
3. שנת עליה: _____
4. מקום מגורים: א. עיר
ב. עיירה, מושבה, עיר פיתוח
ג. מושב, כפר, יישוב קהילתי
ד. קיבוץ
ה. אחר: _____
5. מצב כלכלי בבית: א. טוב מאוד
ב. טוב
ג. ממוצע
ד. לא כל כך טוב
ה. בכלל לא טוב
- תעסוקתך (תלמיד, סטודנט, מקום עבודה, אם יש): _____
6. מידת דתיות: א. חרדי
ב. דתי
ג. מסורתי
ד. חילוני
7. מספר אחים ואחיות: _____
8. מיקום בקרב האחים: א. בכור
ב. שני
ג. שלישי
ד. אחר _____
9. ארץ מוצא של האב: _____
השכלת האב: א. יסודית
ב. תיכונית
ג. אקדמאית
ד. אחר _____
- תעסוקת האב: _____
10. ארץ מוצא של האם: _____
השכלת האם: א. יסודית
ב. תיכונית
ג. אקדמאית
ד. אחר _____
- תעסוקת האם: _____
11. האם יש במשפחה המורחבת יוצאי שואה? אם כן, פרט מיהם: _____