מחקרה של דניאלי בנושא תורשה בין דורית של טראומה ©

פריטים, הוראות ופרסומים

יעל דניאלי¹

פראן ה. נוריס

.כל הזכויות שמורות ליעל דניאלי , 2015

יעל דניאלי, מנהלת, פרוייקט קבוצתי למען ניצולי שואה וילדיהם.

345 East 80th Street (31-J). New York, NY 10075. E-mail: [yaeld@aol.com](mailto:yaeld@aol.com).

עדכון אחרון:21 במאי 2019.

מחקרה של דניאלי בנושא תורשה בין דורית של טראומה

חלק 1- דרך הסתגלות ההורים לפוסטראומה

**יש לענות על כל הפריטים בטווח ערכים 1-5 (על פי סולם לייקרט): מאוד לא מסכימ/ה =1, לא מסכימ/ה =2, נייטרלי/ת = 3, מסכימ/ה = 4, מסכימ/ה מאוד = 5.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| # פריט רנדומלי | פריט | סולם | # פריט מקורי |
| 1 | פרטיות לא היתה מותרת בביתנו | V | 16 |
| 2 | חולשה לא הייתה נסבלת אצלנו בבית | N | 31 |
| 3 | מלבד בני המשפחה, אנו מתחברים כמעט אך ורק עם ניצולים אחרים מקהילת המוצא של הורי | F | 30 |
| 4 | השואה/המלחמה תמיד נכחה בביתנו | V | 8 |
| 5 | חיבה וביטויי אהבה היו נדירים בביתנו | N | 7 |
| 6 | בית הורי היה תמיד עמוס במזון יתר על המידה | F | 12 |
| 7 | החיים החברתיים שלנו כללו את המשפחה הקרובה בלבד | V | 20 |
| 8 | בביתנו קירבה היתה נדירה | N | 36 |
| 9 | לימדו אותי לכבד ולזכור את ההיסטוריה של עמנו | F | 32 |
| 10 | (א). אימי רצתה לדעת היכן אני נמצא/ת בכל רגע  (ב). אבי רצה לדעת היכן אני נמצא/ת בכל רגע | V | 27 |
| 11 | א). לעומת אימהות אחרות, אימי נראתה מבוגרת מגילה האמיתי  (ב). לעומת אבות אחרים, אבי נראה מבוגר מגילו האמיתי | V | 29 |
| 12 | (א). אימי נמנעה מצפייה/קריאה של כל דבר הקשור בחוויותיה הטראומטיות  (ב). אבי נמנע מצפייה/קריאה של כל דבר הקשור בחוויותיו הטראומטיות | N | 46 |
| 13 | במשפחתנו, אסור היה להודות בתחושות של מצוקה | N | 44 |
| 14 | (א). אימי צעקה לעתים קרובות כדי להרגיש שהיא נשמעת  (ב). אבי צעק לעתים קרובות כדי להרגיש שהוא נשמע | V | 11 |
| 15 | (א). אימי השתמשה בבושה כדי לשלוט בהתנהגותי  (ב). אבי השתמש בבושה כדי לשלוט בהתנהגותי | V | 23 |
| 16 | (א). אימי אמרה לי לעתים קרובות כמה הייתי חשוב/ה לה/להם | N | 42 |
| 17 | בני המשפחה הגנו אחד על השני יתר על המידה | V | 3 |
| 18 | הורי נראו לעתים קרובות מאוכזבים אחד מהשני | V | 53 |
| 19 | הורי הרגישו כי לא באמת נעשה צדק במה שקשור לסבלם | V | 15 |
| 20 | (א). אימי תמיד נהגה לאכול מהר מאוד כאילו האוכל יעלם  (ב). אבי תמיד נהג לאכול מהר מאוד כאילו האוכל יעלם | V | 34 |
| 21 | הייתי אמור/ה להשיג הצלחה מקצועית וכספית | F | 37 |
| 22 | (א). אימי נראתה כמי שקפאה בזמן  (ב). אבי נראה כמי שקפא בזמן | V | 1 |
| 23 | במשפחה שלנו מעולם לא הוזכרה השואה/המלחמה | N | 54 |
| 24 | (א). אימי לעתים קרובות התעוררה באמצע הלילה בצרחות בגלל סיוטים  (ב). אבי לעתים קרובות התעורר באמצע הלילה בצרחות בגלל סיוטים | V | 19 |
| 25 | (א). אימי היתה עלולה לפרוץ בהתפרצויות אלימות, ואז להתייפח בחרטה  (ב). אבי היה עלול לפרוץ בהתפרצויות אלימות, ואז להתייפח בחרטה | V | 41 |
| 26 | (א). אימי מעולם לא דיברה בחוויות השואה/המלחמה שעברה/עברו  (ב). אבי מעולם לא דיבר בחוויות השואה/המלחמה שעבר/עברו | N | 5 |
| 27 | בביתנו לא התקיימה תקשורת פתוחה | N | 66 |
| 28 | (א). האזנה למוסיקה המסורתית שלנו גורמת לאימי עצב  (ב) . האזנה למוסיקה המסורתית שלנו גורמת לאבי עצב | V | 40 |
| 29 | (א). אימי אמרה לי לעתים קרובות שהיא אוהבת אותי  (ב). אבי אמר לי לעתים קרובות שהוא אוהב אותי | N | 22 |
| 30 | נישואי הורי התבססו בעיקר על גורמים שאינם קשורים באהבה | V | 17 |
| 31 | (א). אימי לא האמינה באלוהים אחרי השואה  (ב). אבי לא האמין באלוהים אחרי השואה | F | 68 |
| 32 | הבית שלנו היה נטול רגשות | N | 61 |
| 33 | (א). התנהגות אימי לפעמים החרידה אותי  (ב). התנהגות אבי לפעמים החרידה אותי | V | 59 |
| 34 | היתה בבית תחושה שביטוי רגשות הוא דבר מסוכן | N | 39 |
| 35 | א).לפעמים, אימי לפתע נראתה כאילו היא נמצאת רחוק מאוד  (ב). לפעמים, אבי לפתע נראה כאילו הוא נמצא רחוק מאוד | V | 33 |
| 36 | (א). אימי הגיבה באופן קטסטרופלי אפילו לשינויים הקלים ביותר  (ב). אבי הגיב באופן קטסטרופלי אפילו לשינויים הקלים ביותר | V | 9 |
| 37 | (א). אימי חזרה שוב ושוב על סיפורי השואה/המלחמה שלה/שלו/שלהם  (ב). אבי חזר שוב ושוב על סיפורי השואה/המלחמה שלו/שלה/שלהם | N | 43 |
| 38 | לימדו אותי להילחם נגד עוולות | F | 62 |
| 39 | (א). אימי נראתה לי מוזרה בהשוואה להורים של אחרים  (ב). אבי נראה לי מוזר בהשוואה להורים של אחרים | V | 65 |
| 40 | הביטחון המתמשך של ישראל/אירלנד/ארמניה ... הוא נושא עיקרי במשפחתנו | F | 21 |
| 41 | עצמאות היתה מאוד מוערכת בביתנו | V | 57 |
| 42 | (א). אימי היתה מודאגת מכל דבר  (ב). אבי היה מודאג מכל דבר | V | 50 |
| 43 | א). מעולם לא ידעתי אילו משאלותי/הערותי תרגזנה את אימי, ולכן בחרתי שלא להביע את מה שאני חושב/ת  (ב). מעולם לא ידעתי אילו משאלותי/הערותי תרגזנה את אבי, ולכן בחרתי שלא להביע את מה שאני חושב/ת | N | 70 |
| 44 | הבית שלנו היה מלא עצב | V | 26 |
| 45 | בביתנו, אפילו ההחלטה הקטנה ביותר צריכה היתה להישקל בזהירות | V | 35 |
| 46 | (א). אימי לימדה אותי להיות מוכן/ה לכל דבר שעלול לקרות בחיים  (ב). אבי לימד אותי להיות מוכן/ה לכל דבר שעלול לקרות בחיים | F | 24 |
| 47 | רחמים עצמיים נחשבו לחולשה | N | 64 |
| 48 | לימדו אותי שלא לתת אמון ברשויות | V | 48 |
| 49 | לימדו אותי להתנגד לסמכויות | F | 63 |
| 50 | (א). אימי לא נתנה לי שום הדרכה  (ב). אבי לא נתן לי שום הדרכה | N | 67 |
| 51 | (א). לאימי היה קשה מאוד להציב גבולות סבירים  (ב). לאבי היה קשה מאוד להציב גבולות סבירים | V | 6 |
| 52 | ההומור היה נוכח גם ברגעים קשים | N | 47 |
| 53 | (א). אימי ראתה בנישואין עם מישהו מחוץ לקבוצה הדתית/ גזעית/אתנית/חברתית – בגידה  (ב). אבי ראה בנישואין עם מישהו מחוץ לקבוצה הדתית/ גזעית/אתנית/חברתית – בגידה | F | 25 |
| 54 | בני משפחתי היו מעורבים יתר על המידה בחייהם של אחרים | V | 55 |
| 55 | (א). אימי חשה לא בנוח באינטראקציה עם אנשים מחוץ למשפחה  (ב). אבי חש לא בנוח באינטראקציה עם אנשים מחוץ למשפחה | V | 38 |
| 56 | (א). אימי לא היתה קונה סחורות גרמניות  (ב). אבי לא היה קונה סחורות גרמניות | F | 60 |
| 57 | לימדו אותי שלעולם אסור לשכוח פשעים שנעשו נגד האנושות | F | 18 |
| 58 | (א). אימי היתה מדוכדכת בחגים דתיים/עדתיים  (ב). אבי היה מדוכדך בחגים דתיים/עדתיים | V | 10 |
| 59 | עם זה ששיבחו אותי/אותנו על הישגים, לא היתה תחושת קרבה במשפחתנו | N | 58 |
| 60 | (א). אימי השתמשה באשמה כדי לשלוט על התנהגותי  (ב). אבי השתמש באשמה כדי לשלוט על התנהגותי | V | 14 |

V = Victim, N = Numb, F = Fighterמפתח ערכים (לשימוש החוקרים בלבד):

חלק 2: השפעות הסתגלותיות מתקנות

**יש לענות על כל הפריטים בטווח ערכים 1-5 (על פי סולם לייקרט): מאוד לא מסכימ/ה =1, לא מסכימ/ה =2, נייטרלי/ת = 3, מסכימ/ה = 4, מסכימ/ה מאוד = 5.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| # פריט רנדומלי | פריט | # פריט מקורי |
| 1 | לפעמים הרגשתי שעלי לשמש כתחליף עבור בני-המשפחה שנרצחו | 49 |
| 2 | לא נוח לי להיות בעמדה של סמכות | 34 |
| 3 | ברוב הימים אני מתעוררת בשמחה ובציפיה לחיים | 41 |
| 4 | קשה לי מאוד פשוט להירגע | 14 |
| 5 | אני נמשכת לסיפורים של ילדי ניצולים | 3 |
| 6 | אני מתקשה להיפרד | 51 |
| 7 | אני מרגישה אחראית על האושר של הורי | 12 |
| 8 | קשה לי להאציל אחריות לאחרים | 28 |
| 9 | גם כאשר אני מצליחה, אני מרגישה אבודה | 17 |
| 10 | הרגשתי מרומה כאשר גיליתי את ההיסטוריה של משפחתי באמצעות אנשים אחרים | 56 |
| 11 | אני חושבת על הורי כאנשים פגיעים | 53 |
| 12 | אני חוששת שאחרים יביטו עלי בהתנשאות | 9 |
| 13 | לעתים קרובות הדאגות של בני גילי נראו לי טפשיות | 25 |
| 14 | אני מפחדת להעלות על דעתי מה גרם לקהות הרגש של הורי | 30 |
| 15 | לעתים קרובות אני מסתמכת על הורי שיצילו אותי מבחינה כלכלית | 4 |
| 16 | אני צופה ללא הרף בסרטים הקשורים לשואה/ לרצח-עם/ למלחמה... | 18 |
| 17 | הייתי צריכה לחפש הדרכה מחוץ למשפחה על איך כיצד לחיות את חיי | 22 |
| 18 | לעתים קרובות השתמשתי באלכוהול, מין, חומרים ממכרים או אוכל כדי להרגיע את עצמי | 38 |
| 19 | אני רגישה מאוד לכך שיתייגו אותי | 19 |
| 20 | אני חוששת (חששתי) להביא ילדים לעולם | 24 |
| 21 | שביעות רצון היא מושג זר לי | 43 |
| 22 | לעתים הרגשתי ייאוש עצום כשלא עמדתי בציפיות ההורים שלי | 27 |
| 23 | התגובה הראשונה שלי למשימה חדשה היא: "אני לא יכולה ..." | 5 |
| 24 | אני תמיד בוחנת את יכולתי לשרוד על ידי לקיחת סיכונים | 39 |
| 25 | התרבות של החברה בה אנו חיים אינה מעודדת ביטוי רגשות | 45 |
| 26 | לפעמים הרגשתי צורך לפצות על האבדות שהיו למשפחתי | 32 |
| 27 | עשיתי כמיטב יכולתי שלא להכביד על הורי בבעיותי | 26 |
| 28 | בדמיונותי, לעולם לא הייתי מצליחה לשרוד את מה שהורי עברו | 50 |
| 29 | כאשר מישהו בבית חולה, אני מרגישה שזו אחריותי לוודא שכל פרט מטופל במלואו | 52 |
| 30 | חשוב לי להרגיש חזקה | 16 |
| 31 | אני רגישה מאוד לביקורת | 29 |
| 32 | חשוב לי להיות בשליטה מלאה | 57 |
| 33 | לעתים קרובות אני חווה כאב גופני (כאבי ראש, כאבי גב, וכו') כאשר אני מרגישה רגשות קשים ומלחיצים | 13 |
| 34 | אני מצפה שאנשים ינצלו אותי | 44 |
| 35 | אני צופה וקוראת באובססיביות כל דבר שקשור במה שעברו הורי | 48 |
| 36 | אני ארגיש שאני בוגדת במשפחתי ובעצמי אם לא אגיב לכל הערה שלילית על האמונה שלי/ הגזע שלי/ העדה שלי/ הקבוצה החברתית שלי | 37 |

חלק 3: היסטוריה משפחתית ודמוגרפיה משפחתית במשך ארבעה דורות

**שאלות מקדימות/סטטוס המשתתפים (שאלות אלו קודמות לחלק 1)**

**1. בהתבסס על (א) חוויותיהם במהלך השואה (רצח עם/ מלחמה) ו/ או על (ב) שנות לידתם ומקומות הולדתם, מי מבין הבאים הם/ היו הניצולים?**

**א. אימך (כן/ לא)**

**ב. אביך (כן/ לא)**

**ג. אימה של אימך ( סבתך מצד האם) (כן/ לא)**

**ד. אביה של אימך (סבך מצד האם) (כן/ לא)**

**ה. אימה של אביך (סבתך מצד האב) (כן/לא)**

**ו. אביה של אביך (סבך מצד האב) (כן/ לא)**

**ז. את/ה**

.2. מהו מינך? (זכר/ נקבה)

.3. מהי שנת הלידה שלך? \_\_\_\_\_\_\_\_

.4.באיזו מדינה נולדת?

אירופה, אנא פרט/י \_\_\_\_\_\_\_\_

ארצות הברית

קנדה

ישראל

אחר, אנא פרט/י

.5. באיזו מדינה הנך מתגורר/ת כעת?

אירופה, אנא פרט/י \_\_\_\_\_\_\_\_

ארצות הברית

קנדה

ישראל

אחר, אנא פרט/י

השאלות הנותרות הן המשך של חלק 2

**גודל המשפחה, הרכבה, שארותה ואובדנה**

אנא ספק/י את המידע הבא בנוגע לקרובי משפחתך:

אימך

.6. באיזו שנה נולדה אימך?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

.7. באיזו מדינה נולדה אימך?\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
.8. האם היא היתה בחיים בשנת 1938? (כן/ לא)  
 א. אם ענית ״כן״ לשאלה 8, האם היא היתה בחיים בשנת 1945? (כן/ לא)

* אם ענית ״כן״ לשאלה 8א, האם אימך חיה כיום? (כן/ לא)

ב. אם ענית ״לא״ לשאלה 8, האם היא נספתה בשואה? (כן/ לא)

אביך

.9. באיזו שנה נולד אביך?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

.10. באיזו מדינה נולד אביך?\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
.11. האם הוא היה בחיים בשנת 1938? (כן/ לא)  
 א. אם ענית ״כן״ לשאלה 11, האם הוא היה בחיים בשנת 1945? (כן/ לא)

* אם ענית ״כן״ לשאלה 11א, האם אביך חי כיום? (כן/ לא)

ב. אם ענית ״לא״ לשאלה 11, האם הוא נספה בשואה? (כן/ לא)

אחיך/ אחיותיך, כולל חצאי אחים וחצאי אחיות

.12. כמה אחים ואחיות יש/ היו לך? (אם התשובה היא 0, עברו לשאלה 14)

.13. האם מישהו/י מביניהם, כולל חצאי אחים וחצאי אחיות, היה בחיים בשנת 1945? (כן/ לא)

1. אם ענית ״כן״ לשאלה 13, כמה מהם היו בחיים בשנת 1945?
2. אם ענית ״כן״ לשאלה 13, כמה מהם כבר לא היו בחיים בשנת 1945?

* מבין אלה שכבר לא היו בחיים, כמה מהם נספו בשואה?

אימה של אימך (סבתך מצד האם)  
  
 14. האם היא היתה בחיים בשנת 1938? (כן/ לא)  
 א. אם ענית ״כן״ לשאלה 14, האם היא היתה בחיים בשנת 1945? (כן/ לא)

* אם ענית ״לא״ לשאלה 14א, האם היא נספתה בשואה? (כן/ לא)

אביה של אימך (סבך מצד האם)

15. האם הוא היה בחיים בשנת 1938? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 15, האם הוא היה בחיים בשנת 1945? (כן/ לא)

* אם ענית ״לא״ לשאלה 15א, האם הוא נספה בשואה? (כן/ לא)

אימה של אביך (סבתך מצד האב)  
  
 16. האם היא היתה בחיים בשנת 1938? (כן/ לא)  
 א. אם ענית ״כן״ לשאלה 16, האם היא היתה בחיים בשנת 1945? (כן/ לא)

* אם ענית ״לא״ לשאלה 16א, האם היא נספתה בשואה? (כן/ לא)

אביו של אביך (סבך מצד האב)

17. האם הוא היה בחיים בשנת 1938? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 17, האם הוא היה בחיים בשנת 1945? (כן/ לא)

* אם ענית ״לא״ לשאלה 17א, האם הוא נספה בשואה? (כן/ לא)

דודותיך ודודיך

18. האם מישהו מבין אחיהם/ אחיותיהם של אימך/ אביך היו בחיים בשנת 1938? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 18, כמה מביניהם היו בחיים בשנת 1945?

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 18, כמה מביניהם כבר לא היו בחיים בשנת 1945?

- מבין אלה שכבר לא היו בחיים, כמה נספו בשואה?

**השאלות הבאות נוגעות לחוויותיה של אימך במהלך השואה ואחריה**

19. האם אולצה אימך אי-פעם לחיות בגטו? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 19, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 19, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

20. האם אימך נשלחה אי-פעם למחנה/ות עבודה? (כן/לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 20, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 20, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

21. האם אימך נשלחה אי-פעם למחנה/ות ריכוז? (כן/לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 21, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 21, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

22. האם אולצה אימך אי-פעם להשתתף בצעדת-מוות? (כן/ לא)

23. האם אימך הסתתרה במחבוא? (כן/לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 23, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 23, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

24. האם אימך ברחה? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 24, באיזו שנה היא ברחה (למיטב הערכתך)?\_\_\_\_\_\_\_

25. האם השתתפה אימך במרד? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 25, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 25, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

26. האם היו לאימך חוויות נוספות במהלך השואה? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 26, מה היו חוויות אלו?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

27. האם אימך שהתה במחנה עקורים? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 27, במשך כמה זמן?

פחות משישה חודשים

בין שישה חודשים לשנה

מעל שנה

28. האם אימך היתה זקוקה לאשפוז בעת שחרורה? (כן/ לא)

29. באיזו מדינה השתקעה אימך לאחר המלחמה?

אירופה, אנא פרט/י\_\_\_\_\_\_\_

ארצות הברית

קנדה

ישראל

אחר, אנא פרט/י\_\_\_\_\_\_\_\_

30. בשנים שלאחר המלחמה, האם השתייכה אימך לקבוצות/ עמותות פורמאליות של ניצולי שואה? (כן/ לא)

31. האם השתייכה לקבוצות/ עמותות יהודיות באופן כללי? (כן/ לא)

32. האם חשה שיוך לקבוצות בלתי פורמאליות (חברויות) של ניצולי שואה? (כן/ לא)

**השאלות הבאות נוגעות לחוויותיו של אביך במהלך השואה ואחריה**

33. האם אולץ אביך אי-פעם לחיות בגטו? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 33, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 33, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

34. האם אביך נשלח אי-פעם למחנה/ות עבודה? (כן/לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאל34, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 34, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

35. האם אביך נשלח אי-פעם למחנה/ות ריכוז? (כן/לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 35, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 35, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

36. האם אולץ אביך אי-פעם להשתתף בצעדת-מוות? (כן/ לא)

37. האם אביך הסתתר במחבוא? (כן/לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 37, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 37, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

38. האם אביך ברח? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 38, באיזו שנה הוא ברח (למיטב הערכתך)?\_\_\_\_\_\_\_

39. האם השתתף אביך במרד? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 39, אנא הערך/ העריכי: החל משנת\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 39, אנא הערך/ העריכי: עד לשנת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

40. האם היו לאביך חוויות נוספות במהלך השואה? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 40, מה היו חוויות אלו?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

41. האם אביך שהה במחנה עקורים? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 41, במשך כמה זמן?

פחות משישה חודשים

בין שישה חודשים לשנה

מעל שנה

42. האם אביך היה זקוק לאשפוז בעת שחרורו? (כן/ לא)

43. באיזו מדינה השתקע אביך לאחר המלחמה?

אירופה, אנא פרט/י\_\_\_\_\_\_\_

ארצות הברית

קנדה

ישראל

אחר, אנא פרט/י\_\_\_\_\_\_\_\_

44. בשנים שלאחר המלחמה, האם השתייך אביך לקבוצות/ עמותות פורמאליות של ניצולי שואה? (כן/ לא)

45. האם השתייך לקבוצות/ עמותות יהודיות באופן כללי? (כן/ לא)

46. האם חש שיוך לקבוצות בלתי פורמאליות (חברויות) של ניצולי שואה? (כן/ לא)

מידע נוסף על המשפחה

נישואי ההורים

**47. באיזו שנה נישאו הוריך?\_\_\_\_\_\_\_\_**

**48. האם בשנים שלאחר מכן הם התגרשו או נפרדו לצמיתות? (כן/ לא)**

**א. אם ענית ״כן״ לשאלה 48, באיזו שנה הם התגרשו/ נפרדו לצמיתות (למיטב הערכתך)?\_\_\_\_\_\_\_**

**ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 48, האם אימך נישאה מחדש? (כן/ לא)**

**ג. אם ענית ״כן״ לשאלה 48, האם אביך נישא מחדש? (כן/ לא)**

**49. האם נישואי אימך לאביך היו נישואיה הראשונים? (כן/ לא) אם כן, אנא דלג/י לשאלה 50.**

**א. באיזו שנה נישאה אימך לראשונה? (למיטב הערכתך)?\_\_\_\_\_\_\_**

**ב. אם היתה נשואה בשנת 1938 או לפני כן, האם בעלה דאז שרד את השואה? (כן/ לא)**

**ג. כמה ילדים היו לאימך מנישואים אלה?**

**, כמה ילדים נולדו ב1938 או לפני כן?** 0 - אם >

**1. אם > 0 בשאלה 49ג -, כמה מילדים אלה שרדו את השואה?**

**2. אם > 0 בשאלה 49ג -, כמה מילדים אלה לא שרדו את השואה?**

**50. האם נישואי אביך לאימך היו נישואיו הראשונים? (כן/ לא) אם כן, אנא דלג/י לשאלה 51.**

**א. באיזו שנה נישא אביך לראשונה? (למיטב הערכתך)?\_\_\_\_\_\_\_**

**ב. אם היה נשוי בשנת 1938 או לפני כן, האם אשתו דאז שרדה את השואה? (כן/ לא)**

**ג. כמה ילדים היו לאביך מנישואים אלה?**

**, כמה ילדים נולדו ב1938 או לפני כן?** 0 - אם >

**1. אם > 0 בשאלה 50ג -, כמה מילדים אלה שרדו את השואה?**

**2. אם > 0 בשאלה 50ג -, כמה מילדים אלה לא שרדו את השואה?**

**השתייכות אתנית ודתית**

51. אילו מבין האפשרויות הבאות מתארת בצורה הטובה ביותר את השתייכותה הדתית של אימך?

אינה יהודיה

חילונית, אתנית בלבד

חילונית מסורתית  
 דתית מסורתית

דתית חרדית  
52. אילו מבין האפשרויות הבאות מתארת בצורה הטובה ביותר את השתייכותם הדתית של **הוריה** של אימך?

אינה יהודיה

חילונית

חילונית מסורתית  
 דתית מסורתית

דתית חרדית  
53. אילו מבין האפשרויות הבאות מתארת בצורה הטובה ביותר את השתייכותו הדתית של אביך?

אינה יהודיה

חילונית

חילונית מסורתית  
 דתית מסורתית

דתית חרדית

54. אילו מבין האפשרויות הבאות מתארת בצורה הטובה ביותר את השתייכותם הדתית של **הוריו** של אביך?

אינה יהודיה

חילונית

חילונית מסורתית  
 דתית מסורתית

דתית חרדית

**השכלה/ מקצוע/ מצב סוציואקונומי**

55. מהי רמת ההשכלה המקסימלית של אימך?  
 רמה נמוכה מלימודי תיכון   
 לימודי תיכון או לימודים השקולים ללימודי תיכון

הכשרה מקצועית או לימודים אקדמיים ללא תואר  
 תואר ראשון   
 תארים מתקדמים

א. אם רמה נמוכה מלימודי תיכון, כמה שנות לימוד למדה אימך?

56. אילו מהמשפטים הבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את השכלתה של אימך?  
 אימי רכשה את השכלתה לפני השואה  
 אימי רכשה את השכלתה אחרי השואה  
 אימי רכשה חלק מהשכלתה לפני השואה וחלק מהשכלתה לאחר השואה

57. מהי רמת ההשכלה המקסימלית של אביך?  
 רמה נמוכה מלימודי תיכון   
 לימודי תיכון או לימודים השקולים ללימודי תיכון

הכשרה מקצועית או לימודים אקדמיים ללא תואר  
 תואר ראשון   
 תארים מתקדמים

א. אם רמה נמוכה מלימודי תיכון, כמה שנות לימוד למד אביך?

58. אילו מהמשפטים הבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את השכלתו של אביך?  
 אבי רכש את השכלתו לפני השואה  
 אבי רכש את השכלתו אחרי השואה  
 אבי רכש חלק מהשכלתו לפני השואה וחלק מהשכלתו לאחר השואה

59. מה היה מקצועה של אימך **לפני** השואה?

60. מה היה מקצועה של אימך **לאחר** השואה?

61. אילו מהמשפטים הבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את הדרך שבה התפרנסה אימך?  
 הדרך שבה התפרנסה אימי לפני השואה היתה דומה בסך הכל לדרך שבה התפרנסה לאחר השואה  
 הדרך שבה התפרנסה אימי לפני השואה השתנתה באופן ניכר לאחריה

אימי לא עבדה (מחוץ לבית) לפני השואה או לאחריה  
 אימי לא עבדה לפני השואה, אך כן עבדה לאחר השואה  
 אימי לא עבדה אחרי השואה, אך כן עבדה לפניה

62. מה היה מקצועו של אביך **לפני** השואה?

63. מה היה מקצועו של אביך **לאחר** השואה?

64. אילו מהמשפטים הבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את הדרך שבה התפרנס אביך?  
 הדרך שבה התפרנס אבי לפני השואה היתה דומה בסך הכל לדרך שבה התפרנס לאחר השואה  
 הדרך שבה התפרנס אבי לפני השואה השתנתה באופן ניכר לאחריה

אבי לא עבד (מחוץ לבית) לפני השואה או לאחריה  
 אבי לא עבד לפני השואה, אך כן עבד לאחר השואה  
 אבי לא עבד אחרי השואה, אך כן עבד לפניה

65. אילו מהמשפטים הבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את מצבה הסוציואקונומי של משפחתך בתקופה שקדמה לשואה?  
 עניים יחסית, סובלים מקשיים כלכליים, מעמד נמוך, מעמד פועלים  
 בגדר הממוצע, לא עניים ולא עשירים, מעמד ביניים  
 עשירים יחסית, מבוססים כלכלית אך לא אמידים מאוד, מעמד ביניים-גבוה  
 עשירים למדי, יכולים להרשות לעצמם מותרות, מעמד גבוה

66. אילו מהמשפטים הבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את מצבה הסוציואקונומי של משפחתך בתקופה שלאחר השואה?

עניים יחסית, סובלים מקשיים כלכליים, מעמד נמוך, מעמד פועלים  
 בגדר הממוצע, לא עניים ולא עשירים, מעמד ביניים  
 עשירים יחסית, מבוססים כלכלית אך לא אמידים מאוד, מעמד ביניים-גבוה  
 עשירים למדי, יכולים להרשות לעצמם מותרות, מעמד גבוה

פעילויות

**67. כיצד העבירה אימך את זמנה החופשי? (אנא סמן/י את כל המשפטים הרלוונטיים)**

**א. עם חברים, כולל משחקי קלפים/ משחקים שונים**

**ב. אומנות ומלאכת יד, פעילות יצירה, כולל בישול/ אפייה לשם הנאה  
 ג. מופעים כגון הצגות תיאטרון, סרטים, קונצרטים  
 ד. השתתפות בפעילויות ספורט ופעילויות פיזיות אחרות  
 ה. התעניינות ואהדה של ענפי ספורט   
 ו. הרחבת אופקים, למידת קורסים**

**ז. קריאה לשם הנאה**

**ח. צפייה בטלוויזיה**

**ט. גינון**

**י. אחר, אנא פרט/י\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

68. עד כמה העריכה/ נהנתה אימך מפעילויותיה בזמנה החופשי?

לא הרבה, ראתה בכך דרך להעביר את הזמן בלבד

במידה מסויימת, בדומה לרוב האנשים

הרבה, בעלות חשיבות רבה בתפיסה העצמית שלה או משמעות החיים שלה

69. האם לפני השואה היו לה תחומי עניין אשר זנחה לאחר השואה?  
 (כן/ לא/ לא ניתן ליישום)

**70. כיצד העביר אביך את זמנו החופשי? (אנא סמן/י את כל המשפטים הרלוונטיים)**

**א. עם חברים, כולל משחקי קלפים/ משחקים שונים**

**ב. אומנות ומלאכת יד, פעילות יצירה, כולל בישול/ אפייה לשם הנאה  
 ג. מופעים כגון הצגות תיאטרון, סרטים, קונצרטים  
 ד. השתתפות בפעילויות ספורט ופעילויות פיזיות אחרות  
 ה. התעניינות ואהדה של ענפי ספורט   
 ו. הרחבת אופקים, למידת קורסים**

**ז. קריאה לשם הנאה**

**ח. צפייה בטלוויזיה**

**ט. גינון**

**י. אחר, אנא פרט/י\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

71. עד כמה העריך/ נהנה אביך מפעילויותיו בזמנו החופשי?

לא הרבה, ראה בכך דרך להעביר את הזמן בלבד

במידה מסויימת, בדומה לרוב האנשים

הרבה, בעלות חשיבות רבה בתפיסה העצמית שלו או משמעות החיים שלו

72. האם לפני השואה היו לו תחומי עניין אשר זנח לאחר השואה?  
 (כן/ לא/ לא ניתן ליישום)

**קשר דורי**

73. אני חושב/ת לעיתים נדירות על ההורים של הוריי כעל סבא וסבתא שלי

מאוד לא מסכימ/ה

לא מסכימ/ה

נייטרלי/ת

מסכימ/ה

מאוד מסכימ/ה

74. אני זוכר/ת את חוויות השואה/ רצח העם/ המלחמה של הוריי/ סביי וסבתותיי אך בפיסות ובחלקים.

מאוד לא מסכימ/ה

לא מסכימ/ה

נייטרלי/ת

מסכימ/ה

מאוד מסכימ/ה

**מידע אישי**

75. האם את/ה נקרא/ת על שם קרוב משפחה? (כן/לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 75, כיצד אדם זה קשור אליך? (אנא סמנ/י את כל התשובות הרלוונטיות)

- אם/ אב

- סבא/ סבתא מצד האם

- סבא/ סבתא מצד האב

- דוד/ דודה

- אחר, אנא פרט/י\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ב. אם ענית ״כן״ לשאלה 75, האם קרוב המשפחה שעל שמו את/ה נקרא/ת נספה בשואה? (כן/לא)

76. איזה מהבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את מיקומך במשפחה?

בן/בת יחיד/ה

בן/בת בכור/ה  
 בן/בת צעיר/ה

בן/בת אמצעי/ת

77. מהו סטטוס הנישואין שלך כיום?  
 מעולם לא נישאתי

נשוי/נשואה או חי/ה בזוגיות (נישואים ראשונים)

נשוי/נשואה או חי/ה בזוגיות (נישואים שניים או יותר)

גרוש/ה או פרוד/ה לצמיתות

אלמן/ה

78. האם יש/ היו לך ילדים? (כן/ לא)

א. אם ענית ״כן״ לשאלה 78, כמה? (כולל ילדים חיים או שאינם בין החיים) \_\_\_\_\_\_\_

ב. האם מישהו מילדיך נקרא/ת על שם קרוב משפחה? (כן/לא)

- אם ענית ״כן״ לשאלה 78ב, כיצד אדם זה קשור אליך? (אנא סמנ/י כל מה שרלוונטי)

1. אביך/ אימך

2. סבתך/ סבך מצד האם

3. סבתך/ סבך מצד האב

4. אחיך/ אחותך

5. דודך/ דודתך

6. אבא/ אימא של בעלך (אבי ילדייך)/ אשתך (אם ילדיך)

7. סבתא/ סבא מצד האם של בעלך/ אשתך

8. סבתא/ סבא מצד האב של בעלך/ אשתך

9. אח/ אחות של בעלך/אשתך

10. דוד/ דודה של בעלך/ אשתך

11. אחר, אנא פרטי\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- אם ענית ״כן״ לשאלה 78ב, האם קרוב המשפחה שעל שמו נקרא/ת ילדך/ילדתך נספה בשואה? (כן/לא)

79. אילו מהבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את השתייכותך הדתית כיום?  
 לא יהודי/ה

חילוני

חילוני, מסורתי

דתי, מסורתי

דתי חרדי

80. האם את/ה משתייכ/ת כיום לארגונים/ קבוצות רשמיות של ילדים/ נכדים של ניצולים? (כן/ לא)

81. האם את/ה משתייכ/ת כיום לארגונים/ קבוצות בעלות אופי יהודי באופן כללי? (כן/ לא)

82. האם אתה חש השתייכות קבוצתית למסגרות שאינן רשמיות הכוללות ילדים/ נכדים של ניצולים (כגון חברויות)? (כן/ לא)

83. מהי רמת ההשכלה המקסימלית שלך?

0-6 שנים

7-11 שנים

תיכון  
 הכשרה מקצועית או לימודים אקדמיים ללא תואר

תואר ראשון

תארים מתקדמים

א. אם פחות מהשכלה תיכונית או לימודים מקבילים לכך, כמה שנות לימוד יש לך?\_\_\_\_\_\_\_\_\_

84. מהו סטטוס התעסוקה הנוכחי שלך?

עבודה במשרה מלאה

עבודה במשרה חלקית

לא עובד/ת, בפנסיה

לא עובד/ת, בעל/ת נכות

לא עובד/ת, סטודנט/ית

לא עובד/ת, מחפש/ת עבודה או לא מוצא/ת עבודה

85. אילו מהמשפטים הבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את העיסוק/ המקצוע הנוכחי שלך? אם את/ה בפנסיה, בעל/ת נכות, או לא מועסק/ת אך מחפש/ת עבודה, אנא ענה/י על פי העבודה הקודמת שלך.

1. הנהלה (לדוגמא, הנהלה של: תפעול, מכירות, יחסי ציבור, משאבי אנוש, פרסום, פיננסים, מלונות, מסעדות וכו׳)

2. ניהול משרד/ ניהול אדמיניסטרטיבי (לדוגמא: פקיד/ה העוסקת בפיננסים/ חשבונות/ תיוקים/ דואר, ניהול חשבונות, טלר/ית, פקיד/ת קבלה, סיוע אדמיניסטרטיבי, הזנת נתונים, סיוע בספרייה, מזכירות משפטית וכו׳)

3. תפעול עסקי ותפעול פיננסי (לדוגמא: יעוץ פיננסי, ניתוח תקציבים, תכנון אירועים, סוכנות שטח, שמאות תביעות, סוכנות נדל״ן, מומחה/ית למשאבי אנוש, רואה חשבון)

4. אדריכלות/ הנדסה (לדוגמא: אדריכל/ית, אדריכל/ית נוף, מודד/ת, קרטוגרפ/ית, מהנדס/ת, רשם/שרטט)

5. אמנות ועיצוב (לדוגמא: אמן/ית, אנימטור/ית, עיצוב גרפי/ פנים/ פרחים, אמן/ית מולטימדיה, עיצוב תפאורה/תערוכה, מנהל/ת אמנותי/ת)

6. בידור/ אמנויות הבמה (לדוגמא: שחקנ/ית, מפיק/ה, במאי/ת, מוסיקאי/ת, רקדנ/ית, אתלט/ית, מאמנ/ת)

7. מדיה ותקשורת (לדוגמא: כתב/ת, עורכ/ת, עיתונאי/ת, מגיש/ה, פרשנ/ית, טכנאי/ת ציוד מדיה, צלמ/ת, צלמ/ת וידאו, איש/ אשת יחסי ציבור)

8. מחשבים/ מתמטיקה (לדוגמא: מתכנת/ת, מנהל/ת רשת, מנהל/ת מסד נתונים, מתמטיקאי/ת, סטטיסטיקאי/ת, מפתח/ת תוכנה, מפתח/ת רשת, תמיכה טכנית)

9. חקלאות/ דייג/ יערנות (לדוגמא: עבודה בחווה/ חממה/ דייג/ יערנות/ בקרת חקלאות)

10. נקיון ותחזוקה (לדוגמא: גנן/ית נוף, גיזום עצים, מנקה מבנים, שרת, הדברה)

11. מדעי החיים (לדוגמא: ביולוג/ית, אקולוג/ית, זואולוג/ית, ביו-כימאי/ית, בוטניקאי/ת, מדענ/ית קרקע, יערנ/ית)

12. מדעים פיזיים (לדוגמא: פיזיקאי/ת, כימאי/ת, אסטרונומ/ית, הידרולוג/ית, גיאולוג/ית)

13. צבא ושירותי ביטחון (לדוגמא: קצונה ופיקוד, חיל רגלים, משטרה, כבאות, אבטחת אישים, שירותי הצלה בים או בשלג, פיקוח ובקרה על בעלי חיים, שומר יערות)

14. מקצועות הרפואה או טכנאות מכשור רפואי (לדוגמא: רופא/ה, אח/ות, וטרינר/ית, פיזיותרפיסט/ית, מרפא/ת בעיסוק, תזונאי/ת, חובש/ת, טכנאי/ת מעבדה)

15.תמיכה רפואית (לדוגמא: סייע/ת רפואי/ת, סייע/ת שיניים, סייע/ת וטרינרי/ת, מעסה רפואי/ת, מטפל/ת סיעודי/ת)

16. שירותים סוציאליים וציבוריים (לדוגמא: מטפל/ת בתחום בריאות הנפש, עובד/ת סוציאלי/ת, יועצ/ת הדרכה, איש/ת דת, חינוך לבריאות, קצינ/ת מבחן)

17. מדעי החברה (לדוגמא: פסיכולוג/ית קליני/ת/ יעוץ פסיכולוגי/ פסיכולוג/ית חינוכי/ת, כלכלנ/ית, עורכ/ת סקרים, אנתרופולוג/ית, סוציולוג/ית, היסטוריונ/ית, מדעי המדינה, תכנון אזורי)

18. חוק ומשפט (לדוגמא: עורכ/ת דין, סיוע משפטי, עוזר/ת עו״ד, מוסמך להענקת היתרי בנייה וכו׳)

19. חינוך/ אימון/ ספרייה ( לדוגמא: מורה, חינוך מבוגרים, סייע/ת למורה, ספרנ/ית, אוצר/ת, ארכיונאי/ת)

20. תובלה (לדוגמא: נהג/ת משאית/ אוטובוס/ מונית/ אמבולנס, מוביל/ה, מלח/ית, טייס/ת, דייל/ת, עובד/ת מסילת רכבת)

21. נותני שירות וטיפול אישי (לדוגמא: מעצב/ת שיער, מאמנ/ת כושר, סדרנ/ית, סייע/ת בגן ילדים/ מטפל/ת בילדים, מדריכ/ת פעילויות, מדריכ/ת טיולים/ טבע/ שיט, מאמנ/ת/ מטפל/ת בחיות)

22. בנייה/ שיפוצים/ תיקונים (לדוגמא: בנאי/ת, נגר/ית, חשמלאי/ת, שרברב/ית, פקח/ית בנייה, טכנאי/ית ציוד, מתקינ/ת ציוד אלקטרוני, מכונאי/ת)

23. בישול/ מלצרות (לדוגמא: טבח/ית, ברמנ/ית, מלצר/ית, עובד/ת קייטרינג, עובד/ת מטבח, מארח/ת)

24. מכירות (לדוגמא: קמעונאות, קופאי/ת, נציג/ת מכירות או פרסום, סוכנ/ת נסיעות, מתווכ/ת נדל״ן, טלמרקטינג)

25. ייצור/ מפעל (לדוגמא: מרכיב/ת חלקים, מפעיל/ת מכונות, עובד/ת טקסטיל, עובד/ת עץ/ נגר/ית, עובד/ת בית חרושת, מעבד/ת תמונות, רתכ/ת, מדפיס/ה, אופה, קצב/ית)

86. אילו מהמשפטים הבאים מתאר בצורה הטובה ביותר את מצבך הסוציואקונומי כיום?

עני/ה יחסית, סובל/ת מקשיים כלכליים, מעמד נמוך, מעמד פועלים  
 בגדר הממוצע, לא עני/ה ולא עשיר/ה, מעמד ביניים  
 עשיר/ה יחסית, מבוסס/ת כלכלית אך לא אמיד/ה מאוד, מעמד ביניים-גבוה  
 עשיר/ה למדי, יכול/ה להרשות לעצמי מותרות, מעמד גבוה

87**. כיצד את/ה מעביר/ה את זמנך החופשי? (אנא סמן/י את כל המשפטים הרלוונטיים)**

**א. עם חברים, כולל משחקי קלפים/ משחקים שונים**

**ב. אומנות ומלאכת יד, פעילות יצירה, כולל בישול/ אפייה לשם הנאה  
 ג. מופעים כגון הצגות תיאטרון, סרטים, קונצרטים  
 ד. השתתפות בפעילויות ספורט ופעילויות פיזיות אחרות  
 ה. התעניינות ואהדה של ענפי ספורט   
 ו. הרחבת אופקים, למידת קורסים**

**ז. קריאה לשם הנאה**

**ח. צפייה בטלוויזיה**

**ט. גינון**

**י. אחר, אנא פרט/י\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

88. עד כמה את/ה מעריכ/ה/ נהנה/ נהנית מפעילויותיך בזמנך החופשי?

לא הרבה, רואה בכך דרך להעביר את הזמן בלבד

במידה מסויימת, בדומה לרוב האנשים

הרבה, בעלות חשיבות רבה בתפיסה העצמית שלי או משמעות החיים שלי

הוראות

על החוקרים יהיה להתאים את המחקר/ מצאי (אינוונטר) של דניאלי למודל הייחודי של מחקרם (לדוגמא: סקר ברשת, ראיונות אישיים). ניתן להחליף את אזכור השואה באזכור ההקשר הנחקר (לדוגמא: רצח עם). מומלץ מאוד שצוות המחקר יכלול אדם המתמחה בשיטות מחקר. התיאור מטה מספק הדרכה כללית לכך.

*דרכי הסתגלות לפוסטראומה (מדד הורי, חלק 1)*

60 הפריטים בחלק 1 נשאלים לגבי כל הורה בנפרד, 120 פריטים סה״כ, כאשר לכל פריט יש טווח של 5 נקודות על פי סולם לייקרט (מאוד לא מסכימ/ה= 1, לא מסכימ/ה= 2, נייטרלי/ת= 3, מסכימ/ה= 4, מאוד מסכימ/ה= 5). ההוראות למילוי עצמי (כמופיע ברשת או בכתב יד) יופיעו כך-

המשפטים הבאים מתארים סגנונות חיים במשפחות שונות. עליך לציין עד כמה את/ה מסכימ/ה או לא מסכימ/ה איתם, בהתייחס למשפחת המוצא שלך. תחילה, ענה/י על השאלות בהתייחס לאמך, אחר כך ענה/י על השאלות ביחס לאביך.

סדר השאלות הינו אקראי. באופן אידיאלי, סדר השאלות ״אמא- אבא״ יהיה גם הוא אקראי, כאשר חלק מהנשאלים יענו תחילה בהתייחס לאמם, וחלק מהנשאלים יענו תחילה בהתייחס לאביהם. צילום המסך מטה מדגים את הסדר המופיע בסקר המקורי שנערך ברשת.



הטור שמשמאל לפריטים מראה את סולם הערכים שאליו משתייכים הפריטים: V עבור קורבן(Victim) , N עבור אדיש/ חסר רגש ((Numb, F עבור נלחם (Fighter). סולמות ההורים מחושבים כממוצע הפריטים המשתתפים, כאשר לכל סולם יש טווח פוטנציאלי של 1-5. פריטים אחדים ברשימת השאלות מסומנים כ״הפוכים״. לפני חישוב תוצאות הערכים בסולם, יש לקודד מחדש פריטים אלו (1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1).

*השפעות הסתגלותיות מתקנות (מדד צאצאים, חלק 2)*

בחלק 2 יש 36 משפטי תיאור עצמי המקבלים טווח של חמש נקודות בסולם לייקרט (מאוד לא מסכימ/ה= 1, לא מסכימ/ה= 2, נייטרלי/ת= 3, מסכימ/ה= 4, מאוד מסכימ/ה= 5). ההוראות יופיעו כך-

המשפטים מטה מתארים אותך ואת אורח חייך. עליך לציין עד כמה את/ה מסכימ/ה או אינך מסכימ/ה   
 עם משפטים אלה ביחס לעצמך.   
 סדר השאלות הינו אקראי. צילום המסך מטה מדגים את הסדר המופיע בסקר המקורי שנערך ברשת.



הסולם מחושב כממוצע הפריטים המשתתפים, כאשר לכל סולם יש טווח פוטנציאלי של 1-5. פריטים אחדים ברשימת השאלות מסומנים כ״הפוכים״. לפני חישוב תוצאות הערכים בסולם, יש לקודד מחדש פריטים אלו (1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1).

*היסטוריה משפחתית והקשר למשפחה (תיאור סוציו-דמוגרפי של ארבעה דורות, חלק 3)*

חלק 3 של השאלון כולל סדרת שאלות המחולקות לקטגוריות. מומלץ למקם את הקטגוריה הראשונה, ״שאלות מקדימות/ סטטוס המשתתפים״, לפני חלק 1, אך להשאיר את הקטגוריות הנותרות, הפותחות ב ״גודל המשפחה, הרכבה, שארותה ואובדנה״ אחרי חלק 2.

ההוראות יופיעו כך-

השאלות הבאות נוגעות להיסטוריה המשפחתית שלך, הדמויות במשפחתך ונסיבות חייה של משפחתך. אנא ענה/י על השאלות כמיטב יכולתך.

רשימת פרסומים

מידע נוסף על השימוש במצאי (אינוונטר) והתפתחותו ניתן למצוא בפרסומים הבאים:

Danieli, Y., Norris, F., Lindert, J., Paisner, V., Engdahl, B., & Richter, J. (2015). The Danieli Inventory of Multigenerational Legacies of Trauma, Part I: Family adaptational styles. *Journal of Psychiatric Research, 68,* 167-175.

Danieli, Y., Norris, F., Lindert, J., Paisner, V., Kronenberg, S., Engdahl, B., & Richter, J. (2015). The Danieli Inventory of Multigenerational Legacies of Trauma, Part II: Reparative Adaptational Impacts. *American Journal of Orthopsychiatry, 85(3*), 229-237.

Danieli, Y. Norris, F. & Engdahl, B. (2016).Multigenerational legacies of trauma: Data-based integrative modeling of the what and how of transmission. *American Journal of Orthopsychiatry, 86(6),* 639-651*.*

Danieli, Y., & Norris, F. (2016). A Multidimensional exploration of the effects of identity ruptures in Israeli and North American Holocaust survivors: Clinical, policy, and programmatic Implications. *Kavod: Journal of Caring for Holocaust Survivors*, *6(1)*. http://kavod.claimscon.org/2016/01/1400/#respond

Danieli, Y, Norris, F., & Engdahl, B. (2017). A question of who, not if: Psychological disorders in children of Holocaust survivors. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 9 (S1), 98-106.*

גרסאות מקוצרות

דרך הסתגלות ההורים לפוסטראומה **(PTAS)** **גרסא מקוצרת (SF)**

**יש לענות על כל הפריטים בטווח ערכים 1-5 (על פי סולם לייקרט): מאוד לא מסכימ/ה =1, לא מסכימ/ה =2, נייטרלי/ת = 3, מסכימ/ה = 4, מסכימ/ה מאוד = 5.**

המתייחס להסתגלות כדרך v (קורבן), יש 20 פריטים, הנשאלים בנפרד עבור PTASבגרסא המקוצרת של סולם האב והאם (40 פריטים סה״כ).  
הדבר שומט מרשימת הפריטים הרנדומלים את פריטים 7, 10, 17, 19, 24, 28, 30, 41, 48, 55.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| # פריט בגרסא מקוצרת | # פריט רנדומלי | PTAS דרך הסתגלות כקורבן |
| Vsf1 | 1 | פרטיות לא היתה מותרת בביתנו |
| Vsf2 | 4 | השואה/המלחמה תמיד נכחה בביתנו |
| Vsf3 | 11 | א). לעומת אימהות אחרות, אימי נראתה מבוגרת מגילה האמיתי  (ב). לעומת אבות אחרים, אבי נראה מבוגר מגילו האמיתי |
| Vsf4 | 14 | (א). אימי צעקה לעתים קרובות כדי להרגיש שהיא נשמעת  (ב). אבי צעק לעתים קרובות כדי להרגיש שהוא נשמע |
| Vsf5 | 15 | (א). אימי השתמשה בבושה כדי לשלוט בהתנהגותי  (ב). אבי השתמש בבושה כדי לשלוט בהתנהגותי |
| Vsf6 | 18 | הורי נראו לעתים קרובות מאוכזבים אחד מהשני |
| Vsf7 | 20 | (א). אימי תמיד נהגה לאכול מהר מאוד כאילו האוכל יעלם  (ב). אבי תמיד נהג לאכול מהר מאוד כאילו האוכל יעלם |
| Vsf8 | 22 | (א). אימי נראתה כמי שקפאה בזמן  (ב). אבי נראה כמי שקפא בזמן |
| Vsf9 | 25 | (א). אימי היתה עלולה לפרוץ בהתפרצויות אלימות, ואז להתייפח בחרטה  (ב). אבי היה עלול לפרוץ בהתפרצויות אלימות, ואז להתייפח בחרטה |
| Vsf10 | 33 | (א). התנהגות אימי לפעמים החרידה אותי  (ב). התנהגות אבי לפעמים החרידה אותי |
| Vsf11 | 35 | א).לפעמים, אימי לפתע נראתה כאילו היא נמצאת רחוק מאוד  (ב). לפעמים, אבי לפתע נראה כאילו הוא נמצא רחוק מאוד |
| Vsf12 | 36 | (א). אימי הגיבה באופן קטסטרופלי אפילו לשינויים הקלים ביותר  (ב). אבי הגיב באופן קטסטרופלי אפילו לשינויים הקלים ביותר |
| Vsf13 | 39 | (א). אימי נראתה לי מוזרה בהשוואה להורים של אחרים  (ב). אבי נראה לי מוזר בהשוואה להורים של אחרים |
| Vsf14 | 42 | (א). אימי היתה מודאגת מכל דבר  (ב). אבי היה מודאג מכל דבר |
| Vsf15 | 44 | הבית שלנו היה מלא עצב |
| Vsf16 | 45 | בביתנו, אפילו ההחלטה הקטנה ביותר צריכה היתה להישקל בזהירות |
| Vsf17 | 51 | (א). לאימי היה קשה מאוד להציב גבולות סבירים  (ב). לאבי היה קשה מאוד להציב גבולות סבירים |
| Vsf18 | 54 | בני משפחתי היו מעורבים יתר על המידה בחייהם של אחרים |
| Vsf19 | 58 | (א). אימי היתה מדוכדכת בחגים דתיים/עדתיים  (ב). אבי היה מדוכדך בחגים דתיים/עדתיים |
| Vsf20 | 60 | (א). אימי השתמשה באשמה כדי לשלוט על התנהגותי  (ב). אבי השתמש באשמה כדי לשלוט על התנהגותי |

המתייחס להסתגלות כדרך n (אדיש), יש 15 פריטים, הנשאלים בנפרד עבור PTASבגרסא המקוצרת של סולם האב והאם (30 פריטים סה״כ).  
הדבר שומט מרשימת הפריטים הרנדומלים את פריטים 12, 37, 47.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| #פריט בגרסא מקוצרת | #פריט רנדומלי | PTAS דרך הסתגלות כאדיש |
| Nsf1 | 2 | חולשה לא הייתה נסבלת אצלנו בבית |
| Nsf2 | 5 | חיבה וביטויי אהבה היו נדירים בביתנו |
| Nsf3 | 8 | בביתנו קירבה היתה נדירה |
| Nsf4 | 13 | במשפחתנו, אסור היה להודות בתחושות של מצוקה |
| Nsf5 | 16 | (א). אימי אמרה לי לעתים קרובות כמה הייתי חשוב/ה לה/להם |
| Nsf6 | 23 | במשפחה שלנו מעולם לא הוזכרה השואה/המלחמה |
| Nsf7 | 26 | (א). אימי מעולם לא דיברה בחוויות השואה/המלחמה שעברה/עברו  (ב). אבי מעולם לא דיבר בחוויות השואה/המלחמה שעבר/עברו |
| Nsf8 | 27 | בביתנו לא התקיימה תקשורת פתוחה |
| Nsf9 | 29 | (א). אימי אמרה לי לעתים קרובות שהיא אוהבת אותי  (ב). אבי אמר לי לעתים קרובות שהוא אוהב אותי |
| Nsf10 | 32 | הבית שלנו היה נטול רגשות |
| Nsf11 | 34 | היתה בבית תחושה שביטוי רגשות הוא דבר מסוכן |
| Nsf12 | 43 | א). מעולם לא ידעתי אילו משאלותי/הערותי תרגזנה את אימי, ולכן בחרתי שלא להביע את מה שאני חושב/ת  (ב). מעולם לא ידעתי אילו משאלותי/הערותי תרגזנה את אבי, ולכן בחרתי שלא להביע את מה שאני חושב/ת |
| Nsf13 | 50 | (א). אימי לא נתנה לי שום הדרכה  (ב). אבי לא נתן לי שום הדרכה |
| Nsf14 | 52 | ההומור היה נוכח גם ברגעים קשים |
| Nsf15 | 59 | עם זה ששיבחו אותי/אותנו על הישגים, לא היתה תחושת קרבה במשפחתנו |

המתייחס להסתגלות כדרך f (נלחם), יש 10 פריטים, הנשאלים בנפרד עבור PTASבגרסא המקוצרת של סולם האב והאם (20 פריטים סה״כ).  
הדבר שומט מרשימת הפריטים הרנדומלים את פריטים 21, 31.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| # פריט בגרסא מקוצרת | # פריט רנדומלי | PTAS דרך הסתגלות כנלחם |
| Fsf1 | 3 | מלבד בני המשפחה, אנו מתחברים כמעט אך ורק עם ניצולים אחרים מקהילת המוצא של הורי |
| Fsf2 | 6 | בית הורי היה תמיד עמוס במזון יתר על המידה |
| Fsf3 | 9 | לימדו אותי לכבד ולזכור את ההיסטוריה של עמנו |
| Fsf4 | 38 | לימדו אותי להילחם נגד עוולות |
| Fsf5 | 40 | הביטחון המתמשך של ישראל/אירלנד/ארמניה ... הוא נושא עיקרי במשפחתנו |
| Fsf6 | 46 | (א). אימי לימדה אותי להיות מוכן/ה לכל דבר שעלול לקרות בחיים  (ב). אבי לימד אותי להיות מוכן/ה לכל דבר שעלול לקרות בחיים |
| Fsf7 | 49 | לימדו אותי להתנגד לסמכויות |
| Fsf8 | 53 | (א). אימי ראתה בנישואין עם מישהו מחוץ לקבוצה הדתית/ גזעית/אתנית/חברתית – בגידה  (ב). אבי ראה בנישואין עם מישהו מחוץ לקבוצה הדתית/ גזעית/אתנית/חברתית – בגידה |
| Fsf9 | 56 | (א). אימי לא היתה קונה סחורות גרמניות  (ב). אבי לא היה קונה סחורות גרמניות |
| Fsf10 | 57 | לימדו אותי שלעולם אסור לשכוח פשעים שנעשו נגד האנושות |

**השפעות הסתגלותיות מתקנות (RAI)**

**גרסא מקוצרת**

**בגרסא המקוצרת של RAI יש 30 פריטים. הדבר שומט את פריטים 5, 10, 15, 16, 27, 28.**

**יש לענות על כל הפריטים בטווח ערכים 1-5 (על פי סולם לייקרט): מאוד לא מסכימ/ה =1, לא מסכימ/ה =2, נייטרלי/ת = 3, מסכימ/ה = 4, מסכימ/ה מאוד = 5.**

|  |  |
| --- | --- |
| # פריט רנדומלי | פריט |
| 1 | לפעמים הרגשתי שעלי לשמש כתחליף עבור בני-המשפחה שנרצחו |
| 2 | לא נוח לי להיות בעמדה של סמכות |
| 3 | ברוב הימים אני מתעוררת בשמחה ובציפיה לחיים |
| 4 | קשה לי מאוד פשוט להירגע |
| 6 | אני מתקשה להיפרד |
| 7 | אני מרגישה אחראית על האושר של הורי |
| 8 | קשה לי להאציל אחריות לאחרים |
| 9 | גם כאשר אני מצליחה, אני מרגישה אבודה |
| 11 | אני חושבת על הורי כאנשים פגיעים |
| 12 | אני חוששת שאחרים יביטו עלי בהתנשאות |
| 13 | לעתים קרובות הדאגות של בני גילי נראו לי טפשיות |
| 14 | אני מפחדת להעלות על דעתי מה גרם לקהות הרגש של הורי |
| 17 | הייתי צריכה לחפש הדרכה מחוץ למשפחה על איך כיצד לחיות את חיי |
| 18 | לעתים קרובות השתמשתי באלכוהול, מין, חומרים ממכרים או אוכל כדי להרגיע את עצמי |
| 19 | אני רגישה מאוד לכך שיתייגו אותי |
| 20 | אני חוששת (חששתי) להביא ילדים לעולם |
| 21 | שביעות רצון היא מושג זר לי |
| 22 | לעתים הרגשתי ייאוש עצום כשלא עמדתי בציפיות ההורים שלי |
| 23 | התגובה הראשונה שלי למשימה חדשה היא: "אני לא יכולה ..." |
| 24 | אני תמיד בוחנת את יכולתי לשרוד על ידי לקיחת סיכונים |
| 25 | התרבות של החברה בה אנו חיים אינה מעודדת ביטוי רגשות |
| 26 | לפעמים הרגשתי צורך לפצות על האבדות שהיו למשפחתי |
| 29 | כאשר מישהו בבית חולה, אני מרגישה שזו אחריותי לוודא שכל פרט מטופל במלואו |
| 30 | חשוב לי להרגיש חזקה |
| 31 | אני רגישה מאוד לביקורת |
| 32 | חשוב לי להיות בשליטה מלאה |
| 33 | לעתים קרובות אני חווה כאב גופני (כאבי ראש, כאבי גב, וכו') כאשר אני מרגישה רגשות קשים ומלחיצים |
| 34 | אני מצפה שאנשים ינצלו אותי |
| 35 | אני צופה וקוראת באובססיביות כל דבר שקשור במה שעברו הורי |
| 36 | אני ארגיש שאני בוגדת במשפחתי ובעצמי אם לא אגיב לכל הערה שלילית על האמונה שלי/ הגזע שלי/ העדה שלי/ הקבוצה החברתית שלי |