

כלי מחקר זה נלקח מתוך **מאגר כלי המחקר** של קרן שלם התומכת במחקר שמטרתו שיפור איכות החיים של אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית והסובבים אותם. כל המעוניין להשתמש באחד מכלי מחקר מתבקש לפנות לחוקר שערך את המחקר הרלבנטי ולוודא את אישור השימוש בכלי מבחינת זכויות יוצרים.

שם הכלי: שאלון צמיחה לאחר טראומה – Post-traumatic Growth Inventory

פותח בשנת: 1996, על ידי: Tedeschi & Calhoun

תורגם לעברית בשנת: 2001 על ידי: בן-שלמה

1	מטרת הכלי	השאלון מתייחס לתוצאות החיוביות העשויות להתרחש בעקבות טראומה ומשבר.
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	הורים ובני משפחה לילדים עם וללא מש"ה
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	הכלי כולל פריטים לדירוג, המתייחסים לשינויים בכל אחד מחמשת ממדי הצמיחה, שחוו ההורים מאז לידתו של ילדם עם המוגבלות השכלית. המשתתפים התבקשו לדרג את מידת הסכמתם עם כל פריט. פריטים לדוגמה: "שיניתי את סדר העדיפויות שלי לגבי מה חשוב לי בחיי", "יש לי אהדה גדולה יותר לאחרים" ו-"יש לי אמונה דתית חזקה יותר". צמיחה אישית כוללת מתייחסת לציון הצמיחה של כל המשתתפים אשר חושב באמצעות סיכום כלל התשובות וחלוקתן במספר הפריטים עבור כל משתתף, כאשר ציון גבוה יותר מעיד על רמה גבוהה יותר של צמיחה אישית. יתרה מזאת, על בסיס ספרות רלוונטית (Tedeschi & Calhoun, 1996) במחקר של שטרן (2020), חושבו בנוסף בנפרד ממוצעי כלל הפריטים המרכיבים כל אחד מחמשת ממדי הצמיחה: תחושת העצמה, יחסים בין אישיים, הערכה מחודשת של החיים, ראיית אפשרויות חדשות ושינוי רוחני.
6	סוג סולם המדידה	התשובות ניתנו על סולם ליקריט בן 6 דרגות (מ-1 "כלל לא" ועד 6 "במידה רבה מאוד").
7	סוג הפריטים בכלי	שאלון מובנה
8	אורך הכלי	22 פריטים
9	מהימנות	העקיבות הפנימית של הכלי שנמדדה על-ידי מחברי השאלון נמצאה $\alpha = .90$. בבדיקת מהימנות חוזרת test-retest נמצא מתאם של $r = .71$ (Tedeschi & Calhoun, 1996). בגרסה העברית נמצאה עקיבות פנימית אצל אבות $\alpha = .96$ ואצל אימהות $\alpha = .93$ (שפילמן, 2005). במחקרים מישראל המהימנות הפנימית נעה בין $\alpha = 0.92-0.96$ (הרשושנים, 2011; חרוש, 2013) ובמחקר של שטרן (2020) נמצאה מהימנות גבוהה, $\alpha = 0.91$. במחקר נוסף נמצאה עקיבות פנימית טובה במדד אלפא קרונברך: $\alpha = .88$. לפיכך

		הורכב ציון צמיחה מתוך ממוצע הפריטים, באופן שככל שהציון גבוה יותר, מידת הצמיחה רבה יותר.
10	תקיפות	לא צוין

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
589	למיס עודה (2014). צמיחה אישית של אמהות ערביות המגדלות ילד עם וללא נכות אינטלקטואלית. הפקולטה לחינוך - החוג לחינוך מיוחד, אוניברסיטת חיפה. למחקר המלא
568	שירלי צמרמן (2011). הכרת תודה, רוחה נפשית וצמיחה אישית בקרב אימהות לילד עם/וללא נכות אינטלקטואלית בחברה החרדית והחילונית. ביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן. למחקר המלא
31	ד"ר ליאורה פינלדר (2009). חווית הסבות בקרב סבים וסבתות לילדים עם וללא נכות אינטלקטואלית תרומתן של תפיסת תפקיד הסבות, רמת דיפרנציאציה אישית ותמיכה חברתית לצמיחה האישית. ביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן. למחקר המלא
570	איילת יעקובי קליין (2011). תחושת הצמיחה האישית והאושר הסובייקטיבי של אימהות לנוכח נכויות התפתחותיות שונות של ילדן- תרומתם של התקשרות, תמיכה חברתית ותחושות אשמה ובושה. ביה"ס לעו"ס, אוניברסיטת בר אילן. למחקר המלא
890-284-2020	עירא שטרן (2020). חיפוש עזרה וצמיחה אישית בקרב הורים לילדים עם מוגבלות שכלית התפתחותית. עבודת גמר זו מוגשת כמילוי חלק מהדרישות לקבלת תואר "דוקטור לפילוסופיה", בבית הספר לעבודה סוציאלית ולרווחה חברתית ע"ש פאול ברוולד, האוניברסיטה העברית. בהנחיית: פרופ' שירלי ורנר. למחקר המלא



• [למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

שאלון צמיחה לאחר טראומה – Posttraumatic Growth Inventory

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L.G. (2004). The posttraumatic growth inventory: measuring the positive legacy of trauma. *Trauma Stress*, 9, 455-471.

אם יקרה,

לפניך תיאורים לשינויים שהתרחשו בחייך בשנה האחרונה. אנא סמני באיזו מידה התרחש שינוי:

1- בכלל לא

2- במידה נמוכה מאוד

3- במידה נמוכה

4- במידה בינונית

5- במידה רבה

6- במידה רבה מאוד

בכלל לא	2	3	4	5	במידה רבה מאוד	
1	2	3	4	5	6	שניתני את סדר העדיפויות שלי לגבי מה שחשוב לי
1	2	3	4	5	6	יש לי הערכה רבה יותר לגבי החשיבות והערך של חיי
1	2	3	4	5	6	פיתחתי תחומי עניין חדשים
1	2	3	4	5	6	יש לי תחושה חזקה יותר שאני יכולה לסמוך על עצמי
1	2	3	4	5	6	נוכחתי שאני יכולה לסמוך על אנשים אחרים בזמן של מצוקה
1	2	3	4	5	6	עיצבתי מסלול חדש לחיי
1	2	3	4	5	6	יש לי תחושה חזקה יותר לקירבה לאחרים

1	2	3	4	5	6	אני מוכנה יותר לבטא את רגשותיי
1	2	3	4	5	6	אני בטוחה יותר שאני מסוגל להתמודד עם קשיים
1	2	3	4	5	6	אני מסוגלת לעשות דברים טובים יותר עם חיי
1	2	3	4	5	6	אני מסוגלת לקבל טוב יותר את האופן שבו מתנהלים דברים בחיי
1	2	3	4	5	6	יש לי אהדה גדולה לאחרים
1	2	3	4	5	6	אני משקיעה יותר ביחסים בין-אישיים
1	2	3	4	5	6	אני נוטה יותר לשנות דברים שיש לשנותם
1	2	3	4	5	6	יש לי אמונה דתית חזקה יותר
1	2	3	4	5	6	גיליתי שאני חזקה יותר ממה שחשבתי
1	2	3	4	5	6	גיליתי עד כמה אנשים יכולים להיות נהדרים
1	2	3	4	5	6	אני מקבל יותר את הצורך באחרים
1	2	3	4	5	6	למדתי לעמוד על זכויותיי
1	2	3	4	5	6	אני חש כי יש לי מה ללמד את האחרים
1	2	3	4	5	6	למדתי למצוא משמעות רבה יותר בחיי
1	2	3	4	5	6	למדתי להעריך כל יום בחיי