

אוניברסיטת בר-אילן

בית הספר ע"ש לואיס וגבי וייספלד

הצעה לתכנית מחקר במסגרת הלימודים לתואר שלישי

**התרומה של אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול כמשאבי
חוסן לטיב היחסים הבינאישיים של ניצולי וניצולות פגיעה מינית
בילדות**

**The Contribution of Emotional Intelligence and
Participation in Psychotherapy to Interpersonal
Relationship among People who have Experienced
Childhood Sexual Abuse**

מוגש על ידי

נטע וולפין

ת.ז. 028100030

בהנחיית

ד"ר שרה פרידמן

תוכן עניינים

0.....	תקציר
1.....	מבוא
2.....	פגיעה מינית בילדות והשלכותיה על החיים בבגרות
3.....	ההשלכות של הפגיעה המינית בילדות על יחסים בינאישיים
3.....	השפעת הפגיעה המינית בילדות על יחסים זוגיים ויחסי עבודה בקרב הניצולים
3.....	התרומה של טראומה מורכבת ליחסים בינאישיים
4.....	השפעת הפגיעה המינית בילדות על הזוגיות של הניצולים
5.....	השפעת הפגיעה המינית על יחסי העבודה של הניצולים
5.....	הבדלים מגדריים בין ניצולים לניצולות בטיב היחסים בזוגיות ובעבודה
6.....	הבדלים מגדריים בין ניצולי וניצולות פמ"ב בתחום היחסים הזוגיים
7.....	הבדלים מגדריים בין ניצולים לניצולות פמ"ב בטיב היחסים בעבודה
7.....	משאבי חוסן ותרומתם להשלכות על ניצולי פמ"ב
10.....	מאפייני הפגיעה המינית ומשאבי חוסן
10.....	החשיבות של יחסים זוגיים ויחסים בעבודה עבור ניצולי פמ"ב
11.....	אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן עבור ניצולי פמ"ב
13.....	השתתפות בטיפול כמשאב חוסן עבור ניצולי פמ"ב
13.....	אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן לזוגיות של ניצולי פמ"ב
14.....	תפיסת ניצולי פמ"ב את הא"ר של בן הזוג ותרומתה לשביעות הרצון מזוגיות
15.....	השתתפות בטיפול כמשאב חוסן לזוגיות של ניצולי פמ"ב
15.....	אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן ליחסים בעבודה של ניצולי פמ"ב
15.....	השתתפות בטיפול כמשאב חוסן ליחסים בעבודה של ניצולי פמ"ב
16.....	רציונל המחקר
17.....	השערות המחקר
17.....	שיטה
18.....	אוכלוסיה ואיסוף נתונים
18.....	ניתוח הנתונים
18.....	כלי המחקר

20.....	הבטים אתיים.....
21.....	מגבלות המחקר.....
23.....	מודל המחקר.....
24.....	רשימה בבליוגרפית.....
42.....	נספחים.....

תקציר

קיים מחקר נרחב המעיד על כך שלפגיעה מינית בילדות עשויות להיות השלכות שליליות רבות על כל תחומי החיים של הניצולים, ובתוך כך גם בתחום היחסים הבינאישיים. בשנים האחרונות מתרחבת הטענה כי ניצולי פגיעה מינית בילדות, עשויים לסבול בנוסף לסימפטומים הפוסט טראומטיים, גם מסימפטומים פוסט טראומטיים מורכבים הכוללים הפרעות באפקט, תפיסה עצמית שלילית, והפרעות ביחסים בינאישיים. במרבית המחקרים נבחנו ההשפעות השליליות של הפגיעה. אולם, במהלך העשורים האחרונים הולכת ומתרחבת ההכרה בכך שעל אף הפוטנציאל ההרסני של הפגיעה המינית בילדות ליחסים, ישנם משאבי חוסן אשר יכולים למתן את השפעת הפגיעה ולאפשר תיפקוד חסין. המחקר הנוכחי ישען על "תאוריית שימור המשאבים" (Hobfoll, 1989). על פי התאוריה, ככל שלאדם יש יותר משאבים הוא חסין יותר בפני אירועי דחק, ולכן יש חשיבות רבה בחקר משאבים ותרומתם לחוסן. המחקר יעסוק בבחינה של תרומת אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול, כמשאבי חוסן, לטיב היחסים של הניצולים בזוגיות ובעבודה. עד כה משאבים אלה לא נחקרו כגורמים ממתנים לטיב יחסים של אוכלוסיית ניצולי הפגיעה המינית בילדות. מאחר ורוב הספרות מתייחסת לניצולות פגיעה מינית, ולאור המחסור בידע אודות השלכות הפגיעה המינית על גברים ניצולים, במחקר הנוכחי יחקרו שני המגדרים.

השערות המחקר המרכזיות יהיו כי אנשים (גברים ונשים) שחוו פגיעה מינית מתמשכת בילדות יסבלו מסימפטומי CPTSD בנוסף לסימפטומי PTSD, וטיב היחסים שלהם בזוגיות ובעבודה יהיו רעועים יותר משל אנשים שלא חוו טראומה ומשל אנשים שחוו טראומה חד פעמית. בנוסף, למאפייני הפגיעה תהיה השלכה על הניצולים כך שככל שהפגיעה נעשתה בגיל צעיר יותר, נמשכה זמן רב יותר ומידת הקרבה לפוגע היתה גבוהה יותר - סימפטומי ה PTSD וה CPTSD יהיו רבים יותר וההשלכות על היחסים (בעבודה ובזוגיות) יהיו קשות יותר בקרב שני המגדרים. יחד עם זאת, תבחן ההשערה כי אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול רגשי הינם משאבי חוסן העשויים למתן את השפעת הפגיעה ולהביא ליחסים בינאישיים טובים יותר. כמו כן תבחן השאלה האם יש הבדל משמעותי בטיב היחסים בעבודה ובטיב היחסים הזוגיים בין ניצולי פגיעה מינית בילדות לבין ניצולות.

במחקר ישתתפו 172 גברים ונשים מעל גיל 18 מכלל האוכלוסייה שמנהלים מערכת יחסים זוגית משמעותית מעל שנה ועובדים במקום עבודה מעל שנה. הנתונים ייאספו על ידי הקמת אתר אינטרנטי ומילוי שאלונים מקוונים. מתוך השאלונים יוצרו שלוש קבוצות: אנשים שלא חוו טראומה, אנשים שחוו טראומה חד פעמית, ואנשים שחוו טראומה מינית מתמשכת בילדות.

מטרת המחקר לבחון את התרומה של אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול רגשי כמשאבי חוסן לשיעור רצון מיחסים בינאישיים של ניצולי פגיעה מינית, על מנת לתרום לפיתוח תכניות התערבות יעודיות שיהיו יעילות בהפחתת הקשיים הבינאישיים בזוגיות ובעבודה.

Abstract

There is extensive research indicating that childhood sexual abuse may have negative impacts on all aspects of survivors' lives, including interpersonal relationships. In recent years, it has been argued that survivors of childhood sexual abuse may suffer, in addition to posttraumatic symptoms, from symptoms of complex PTSD, including difficulties in emotional regulation, negative self-perception and problems with interpersonal relationships.

Most studies have examined the negative effects of sexual abuse. In recent decades, there is a growing recognition that despite the fact that childhood sexual abuse is potentially destructive to relationships, there are resilience resources that can mitigate negative impact and enable robust functioning.

The current study is based on Hobfoll's "Conservation of Resources Theory". According to the theory, the more resources a person has, the more resilient they are to stressful events, and therefore examining resources and their contribution to resilience is important. The study will examine the contribution of emotional intelligence and participation in therapy, as resilience resources, to the quality of spousal and work relationships of child sexual abuse survivors. These resources have not been examined as mitigating factors in the quality of relationships of childhood sexually abused populations.

Since most of the literature refers to female survivors of childhood sexual abuse, and because of the lack of knowledge about the sexual abuse implications on males, the current research will examine both genders.

The central hypotheses of the study is that people who have experienced sexual abuse in childhood will suffer complex posttraumatic symptoms, in addition to posttraumatic symptoms, and that the quality of their spousal and work relationships will be more unstable than that of people who have not been sexually abused. Emotional intelligence and participation in therapy are hypothesized to be resilience resources that may mitigate the impact of the sexual abuse and bring about better interpersonal relationships. No significant differences are hypothesized to be found between male and female survivors in terms of the quality of their work and spousal relationships.

This study will include men and women over the age of 18 who are in, or were in, a meaningful spousal relationship that lasted at least a year, and are working, or have worked, over one year at a workplace. The data will be collected by setting up a website and filling online questionnaires.

The purpose of the study is to deepen the knowledge about resilience resources which are insufficiently understood in order to contribute to the development of interventional programs that will be effective in diminishing interpersonal difficulties and working with survivors.

**התרומה של אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול רגשי כמשאבי חוסן לטיב היחסים הבינאישיים
(בזוגיות ובעבודה) של ניצולי וניצולות פגיעה מינית בילדות.**

מבוא

פגיעה מינית, כתופעה חברתית, מסקרנת את החברה משחר ההיסטוריה וכך גם את החוקרים, לכן קיים חומר אמפירי רב לגבי פגיעה מינית ולגבי השלכותיה על חיי הניצולים. בין יתר ההשלכות, קיים ידע אמפירי לגבי פוטנציאל ההשפעה השלילית של הפגיעה המינית בילדות (פמ"ב) על יכולתם של הניצולים ליצור קשרים בינאישיים אינטימיים מיטיבים. אולם, בניגוד לכתיבה הרבה על ההשלכות השליליות של הפמ"ב על הניצולים, מעט מדי תשומת לב ניתנה למשאבי החוסן שימתנו את השלכות הפמ"ב ויאפשרו לניצולים יחסים בינאישיים יעילים בבגרות. כמו כן, מרבית המחקרים נעשו על ההשלכות של הפמ"ב עבור ניצולות פמ"ב, בעוד שיחסית מעט מחקרים בחנו את ההשלכות על גברים ניצולים ויש צורך להעשיר את היידע אודות השלכות הפגיעה לגבי שני המגדרים.

על פי תאוריית החוסן, חוסן הינו תהליך דינמי התפתחותי שבו יש תיפקוד חיובי בתוך קונטקסט של מצוקה קשה. כך קורה שעל אף הפמ"ב והפוטנציאל לאבדן משאבים, לסימפטומים פוסט טראומטיים מורכבים ולהשלכות שליליות על חיי הניצולים, חלקם מצליחים לתפקד באופן יעיל בתחומי החיים השונים (Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, & Yehuda, 2014). על פי תאוריית שימור המשאבים של הובפול (Hobfoll, 1989, 2012, 2014) אנשים חווים דחק כאשר משאביהם הפסיכו-חברתיים ו/או החומריים מאוימים, או אובדים, או כאשר הם נדרשים להשקיע משאבים בלי להשיג משאבים חדשים. פמ"ב הינה אירוע בעל פוטנציאל טראומטי שעשויה להוביל למעגל אובדן של משאבים מכל הסוגים, כמו כן פמ"ב עשויה להוביל בנוסף להתפתחות סימפטומים של פוסט טראומה, גם להתפתחות סימפטומים של פוסט טראומה מורכבת אשר עלולים לתרום לאבדן נוסף של משאבים ולקשיים ביחסים בינאישיים. יחד עם זאת, על פי תאוריית שימור המשאבים, אנשים שמחזיקים יותר משאבים בעת אירוע הדחק, יוכלו להשיג בקלות רבה יותר משאבים נוספים, ובהפוך ל"מעגל אבדן המשאבים" יתכן סחרור הפוך של "מעגל רווח משאבים". שניים מהתחומים החשובים לתיפקודם החסין של בני אדם הינם: זוגיות ועבודה. כאמור, לפמ"ב פוטנציאל רב לפגיעה ביכולת ליחסים בינאישיים מיטיבים בכלל וליחסי זוגיות ויחסים בעבודה בפרט. אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול רגשי הינם משאבי חוסן אשר נמצאו כגורמים מגינים עבור אנשים שחוו מצוקה. יחד עם זאת, כמעט לא נבחנה השפעתם הממתנת על השלכות הפמ"ב ביחסי זוגיות וביחסי עבודה.

במחקר זה אבחן את תרומת האינטליגנציה הרגשית וההשתתפות בטיפול רגשי כמשאבי חוסן למיתון השפעות הפמ"ב על זוגיות ויחסים בעבודה של ניצולי פמ"ב. אשווה בין גברים ניצולים ובין נשים ניצולות פמ"ב בפרמטרים הנ"ל.

פגיעה מינית בילדות והשלכותיה על החיים בבגרות

פגיעה מינית בילדות (פמ"ב) נחשבת בעיה חברתית קשה אשר גורמת נזקים לילדים רבים, בנים ובנות, בקהילות גדולות וקטנות, ולאורך טווח רחב של תרבויות ורקע סוציו אקונומי. פמ"ב נעשית על ידי סוגים רבים של פוגעים, כולל גברים ונשים, זרים, חברים או משפחה, ואנשים מכל השכבות הסוציו אקונומיות ומכל התרבויות (Murray, Nguyen, & Cohen, 2014). פמ"ב כוללת סוגים רבים של פעולות מיניות פוגעניות כלפי ילדים, כולל תקיפה מינית, אונס, גילוי עריות, וחשיפה לתכנים מיניים. ישנן הגדרות רבות לפמ"ב, אשר עשויות להוביל לשונות במדיניות, בחוקים, בחינוך ובטיפול (Murray et al., 2014). על פי ארגון הבריאות העולמי (WHO) פמ"ב מוגדרת כ"מעורבות של ילדים בפעילות מינית שאינם מבינים אותה במלואה, אינם מסוגלים לתת לה הסכמה מדעת או שאינם מפותחים דיים לתת הסכמה, או שפוגעת בחוק או בטאבו חברתי. פמ"ב תחשב כזו כאשר הפעילות תתרחש בין ילד ומבוגר (או ילד אחר שבגלל גילו או התפתחותו נמצא ביחסי אחריות, אמון או כוח כלפיו) ומטרת הפעילות לספק את צרכי השני. זה עשוי לכלול, פיתוי או כפייה להשתתף בכל פעילות מינית, ניצול של הילד בזנות או בפעילות מינית לא חוקית אחרת, חשיפת הילד לתכנים או חומרים פורנוגרפיים" (World Health Organization).

מתוך מטא-אנליזות מהעשורים האחרונים עולה כי שיעורי השכיחות של פמ"ב ברחבי העולם נעים בין 31% - 6% בקרב בנות, ובין 17%-3% בקרב בנים (Barth, Bermetz, Heim, Trelle, & Tonia, 2013; Pereda, Guilera, Forns, & Gómez-Benito, 2009; Stoltenborgh, Van Ijzendoorn, Euser, & Bakermans-Kranenburg, 2011), כאשר הפערים נובעים משוני בהגדרות הפמ"ב ומבעיות מתודולוגיות בחקר שכיחותה (Barth et al., 2013; Pereda et al., 2009; Stoltenborgh et al., 2011). ההשלכות השליליות של פמ"ב על המצב הפסיכולוגי והבריאותי של הניצולים – נחקרו ותועדו באופן נרחב ביותר בשלושת העשורים האחרונים (Fergusson, McLeod, & Horwood, 2013). נמצא כי הסיבוכים קצרי וארוכי הטווח לאחר פמ"ב נעים על רצף נרחב שכולל בין היתר: בעיות נפשיות כגון דכאון וחרדה (Cutajar et al., 2010; Fergusson et al., 2013; Hillberg, Hamilton-Giachritsis, & Dixon, 2011), התמכרויות (Fergusson et al., 2013) אובדנות ופגיעה עצמית (Maniglio, 2011) התנהגות מינית מסוכנת (Homma et al., 2011), תסמונת פוסט טראומטית (Wang, Saewyc, & Kishor, 2012; Senn, Carey, & Coury-Doniger, 2011), בעיות בריאות (Steine et al., 2017) והישגים לימודיים נמוכים (Currie & Widom, 2010; Noll, Shenk, Yeh, Putnam, & Tricke, 2010).

השלכות הפמ"ב על יחסים בינאישיים

בנוסף לקשיים התוך אישיים שנחקרו רבות, קיים מחקר נרחב המעיד על ההשפעות השליליות של פמ"ב על היחסים הבינאישיים (Lamoureux, Palmieri, Jackson, & Hobfoll, 2012). הפמ"ב, במיוחד כאשר נעשית על ידי אדם קרוב, עשויה לפגוע בכמה מנגנונים קריטיים ליצירת קשרים, וגורמת לאבדן של משאבים אשר

בעתיד יפגעו ביכולת הניצולים לקיים קשרים בינאישיים מיטיבים (Lamoureux et al., 2012). בין היתר נפגעת קשות היכולת לתת אמון (Dimitrova et al., 2010; Lamoureux et al., 2012), נוצר מצב קיצוני של חוסר אונים ובלבול, פיצול והכחשה, המגינים על הקורבן מפני תחושות הכאב, הפחד והכעס. אותן הגנות המסייעות לו להתמודד עם המציאות של ההתעללות בילדות גורמות להתפתחות של סימפטומים דיסוציאטיביים בבגרות אשר משבשים את ההסתגלות ביחסים בינאישיים (Carbone-Lopez, 2012), לעיתים קרובות דפוסי ההתקשרות של הניצולים הימנעותיים או לא בטוחים (Karakuş, 2012; Muller, 2000), הם פחות שבעי רצון מיחסים אינטימיים (Whisman, 2006), נוטים לתוקפנות ועוינות ובוחרים בפתרונות הרסניים לקונפליקטים (Styron & Janoff-Bulman, 1997; Walker, 2011), ולעיתים קרובות סובלים מבדידות (Gibson & Hartshorne, 2011; Mushtaq, Shoib & Shah, 2014; 1996).

השפעת הפמ"ב על יחסים זוגיים ויחסי עבודה בקרב ניצולי פמ"ב

התרומה של טראומה מורכבת ליחסים בינאישיים

על פי ה DSM-5 טראומה מתרחשת כאשר יש חשיפה ממשית או איום ב: מוות, פגיעה פיזית משמעותית או אלימות מינית. לאחר אירוע בעל אופי טראומטי תתכן התפתחות של תסמונת פוסט טראומטית (PTSD) אשר מוגדרת כמורכבת מארבעה אשכולות של סימפטומים: הראשון, חוויה מחדש את האירוע הטראומטי, השני, הימנעות מגירויים שקשורים לטראומה, השלישי, קהות חושים, תפיסה שלילית ומצב רוח שלילי והאחרון עוררות יתר ופעלתנות יתר (DSM 5).

במשך השנים חוקרים ומטפלים שמו לב כי ההגדרה המקובלת לתסמונת פוסט טראומטית לא עונה על הצרכים האבחוניים והטיפוליים של אלה שחוו רצף של אירועים טראומטיים (Briere & Scott, 2015; Cloitre, Garvert, Weiss, Carlson, & Bryant, 2014). מחקרים מהשנים האחרונות מראים כי מספר ומגוון האירועים הטראומטיים שאדם חווה לאורך חייו מנבאים את הסימפטומים הפסיכולוגיים שאדם זה יחווה (Briere et al, 2015; Knefel, Garvert, Cloitre, & Lueger-Schuster, 2015). הרמן (1997) תבעה את המושג "תסמונת פוסט טראומה מורכבת" (CPTSD) אשר מתארת תוצאה של טראומה חוזרת ומתמשכת (הרמן, 1997). פוסט טראומה מורכבת מוגדרת כתגובה מורחבת שנובעת מגורמי לחץ חמורים מתמשכים כמו פגיעה מינית חוזרת בילדות, אלימות קשה ומתמשכת במשפחה או שבי. ובשונה מטרומה חד פעמית (כגון פיגוע), הטראומה המורכבת מתרחשת בקונטקסט שבו לקורבן אין אפשרות להיפרד מהתוקף לאורך זמן (Murphy, Marylène Cloitre, Garvert, Brewin, Bryant, & Maercker, 2013; Elklit, Dokkedahl, & Shevlin, 2016). בעקבות מחקרים שנעשו לקראת המהדורה ה 11 של ה ICD (International Classification of Diseases) ואשר בדקו מקרים של טראומות כרוניות חוזרות, ההגדרה המוצעת לפוסט טראומה מורכבת כאבחנה נפרדת לפוסט טראומה, דורשת שתהיה אבחנה של תסמונת פוסט טראומטית ובנוסף אליה נוכחות של לפחות אחד מהסימפטומים בכל אחד משלושת המאפיינים של

ארגון האישי: הפרעות באפקט - המאופיינים בקושי בויסות רגשי שמתבטא בתגובות רגשיות עוצמתיות, התפרצויות זעם, התנהגויות אימפולסיביות או של הרס עצמי, או נטיה לכוון חוויות דיסוציאטיביות בזמן לחץ. תפיסה עצמית שלילית – המאופיינת בתחושת מובסות או חסרת תועלת. זה יכול להיות מלווה בתחושות עמוקות של בושה, אשמה, הקשורות למשל לקושי בהתאוששות לאחר אירועי מצוקה, או קושי למנוע סבל של אחרים. הפרעות ביחסים בינאישיים- מאופיינות בקשיים בינאישיים יציבים. קשיים אלה עשויים להופיע בדרכים שונות אך הן מיוצגות בקושי להרגיש קרוב לאדם אחר. אנשים אלה לעיתים קרובות ימנעו או שיהיה להם חוסר עניין ביחסים בינאישיים וביחסים חברתיים. האדם יחווה יחסים קרובים או עוצמתיים אך יהיה לו קושי לתחזק מעורבות רגשית (Cloitre et al., 2013). כיום מתרחבת התפיסה כי פגיעה מינית מתמשכת בילדות יכולה בסבירות גבוהה להביא לפוסט טראומה מורכבת, אולם חסרים נתונים לגבי שכיחות התופעה ויש להמשיך לחקור אותה (Cloitre, 2013; Knefel & Lueger, 2013; Schuster, 2013). מאחר ופוסט טראומה מורכבת מאופיינת בהפרעות ביחסים בינאישיים, ניתן לצפות שניצולי פמ"ב המאובחנים כסובלים מפוסט טראומה מורכבת יסבלו מהפרעות ביחסים יותר מאשר אלה שחוו טראומה חד פעמית אולם, לאור העובדה שהאבחנה של פוסט טראומה מורכבת התהוותה בשנים האחרונות, לא קיים מספיק מחקר לגבי האוכלוסיה היחודית של ניצולי פמ"ב (Dorahy et al., 2013; Knefel et al., 2015). המחקר הנוכחי ינסה להוסיף תוקף להשערה כי ניצולי פגיעה מינית מתמשכת בילדות יחוו בנוסף לסימפטומים פוסט טראומטיים גם סימפטומים פוסט טראומטיים מורכבים, יותר מאשר אנשים שחוו טראומה חד פעמית ומאנשים שלא חוו טראומה ולאור זאת יחסייהם הבינאישיים יהיו רעועים יותר.

השפעת פמ"ב על הזוגיות של הניצולים

קשר אינטימי זוגי נתפס כמסגרת בעלת פוטנציאל לענות בצורה אופטימלית ביותר על צרכי האדם בחיבה, שיתוף, נאמנות ואינטימיות רגשית ומינית (Feeney & Collins, 2015; Sullivan & Davila, 2010). אך בהמשך ליידע על פוטנציאל ההשלכות השליליות של הפמ"ב על יחסים באופן כללי, קיים מחקר נרחב המצביע על כך ששביעות הרצון של ניצולי פמ"ב מחיי הזוגיות נמוכה בהשוואה לאנשים שלא נפגעו (גונן, 2013; Godbout, Sabourin, & Lussier, 2009; Zabary, 2013). בקרב ניצולי פמ"ב שיעור הפרדה והגירושין גבוה מבאוכלוסיה הכללית (Whisman, 2006; Carbone-Lopez, 2012). ויש להם הרבה מערכות יחסים קודמות לזוגיות הנוכחית, מה שמעיד אולי על הקושי להתחייב ולתת אמון (Carbone-Lopez, 2009; Daigneault, Hébert, & McDuff, 2012). לדוגמה, ממצאי מחקרים רבים מראים כי היות אשה ניצולת פמ"ב מגביר את סיכוייה להיות קורבן לאלימות מצד בן זוגה, וחלק גדול מהגירושין הם כתוצאה מהאלימות. ניצולות פמ"ב עשויות לבחור בני זוג המשחזרים את אופי ההתעללות ובכך להנציח את תפקידן כנשים המשמשות אובייקט לניצול, לעומת זאת גברים ניצולי פמ"ב לוקחים לעיתים קרובות את תפקיד התוקף (Carbone-Lopez, 2012; Daigneault, et al., 2009). גם בתחום המיני מצאו כי בקרב זוגות שבהם

ניצולת פמ"ב, שביעות הרצון ממין נמוכה וקיימים קשיים ביחסים המיניים (DiLillo et al., 2009), הזוגיות של ניצולי פמ"ב מאופיינת בקונפליקטים, בתקשורת לקויה ובאי הבנות (Fairweather & Kinder, 2013).

השפעת הפמ"ב על יחסי העבודה של הניצולים

מחקרים רבים מראים שכמו זוגיות כך גם עבודה, יכולה על פני רצף, להוות גורם המקדם את הבריאות הפיסית והרווחה הנפשית של האדם (Hobfoll, 2011; Hakanen, Peeters, & Schaufeli, 2017), או, בצידו השני של הרצף, להוות גורם לשחיקה ותסכול (Airila et al., 2014; Hakanen et al., 2017). שביעות רצון מעבודה מוגדרת כסך הכל של עמדות הפרט לגבי גורמים הקשורים לעבודה כולל, העבודה עצמה, הניהול, העמיתים, תנאי העבודה, התגמול וההכרה (Kataria, Garg, & Rastogi, 2013). רוב העבודות דורשות מגוון רחב של אינטראקציות חברתיות. מכאלה שיש בהם ממונים או מדריכים עד כאלה שיש בהם כפופים או לקוחות, ואחד המרכיבים המרכזיים שיקבעו את מידת שביעות הרצון של אדם מעבודתו הינה היחסים הבינאישיים בעבודה (Sias, 2009; Halbesleben, 2006). האופן שבו יחסים בעבודה יכולים להוות משאב חוסך לרווחתו של האדם הינו רחב, למשל תמיכה מעמיתים ויחס מכיל של מעסיק במקום העבודה יכולים לחזק מרכיבים שונים של העצמי בתקופות משבר ולהוסיף משאבים שאבדו, כמו כן, תמיכה מעמיתים ומממונים יכולה לעזור בהקלת הקונפליקט בין משימות הבית לבין העבודה (Bakker & Demerouti, 2013; Hobfoll, 2011; Kataria et al., 2013).

תחום היחסים בעבודה, כחלק מהנושא של שביעות רצון מעבודה, נחקר רבות (Sias, 2009). אולם, כמעט לא קיים מחקר שבחן את נושא היחסים בעבודה בקרב אוכלוסיית ניצולי הפמ"ב. ניתן לשער כי ניצולי פמ"ב משחזרים בעבודתם את דפוסי היחסים הפוגעניים שרכשו בילדותם (Guenette, 2008; Johnson & Indvik, 1994, 1995), אך כמעט לא קיים מחקר לבחינת השערה זו, למעט שתי עבודות דוקטורט. עבודה אחת שבה נבחנה במתודה איכותנית החוויה וההשלכות של פמ"ב על קשיים בינאישיים בעבודה בקרב גברים ניצולי פמ"ב. נמצא כי התמות העיקריות היו: אינטראקציה שלילית עם הממונים והעמיתים, תגובות flight או fight בעת עימות, העברות פסיכולוגיות של התוקף לדמויות בעבודה וחוויות של התעללות (Strait, 2011). בעבודה נוספת נחקרה במתודה כמותנית ההשפעה של פמ"ב על יחסים בעבודה בקרב ניצולות, ונמצא כי השפעת הפמ"ב מתבטלת רק כאשר מנטרלים את המאפיינים של משפחת המוצא (Prigoff, 1999) במחקר הנוכחי ייבחן תחום חשוב זה שכמעט לא נחקר, ויבחנו ניצולי וניצולות פמ"ב משני המגדרים.

הבדלים מגדריים בין ניצולי פמ"ב גברים לבין ניצולות פמ"ב נשים ביחסים זוגיים וביחסי עבודה

עד אמצע שנות השמונים היתה התעלמות כמעט מוחלטת של המחקר מנושא הפמ"ב בקרב בנים. בעבר האמינו כי התעללות מינית בבנים איננה שכיחה ואין לה השפעה משמעותית על ההתפתחות המאוחרת (Easton & Kong, 2017). מאז אמצע שנות השמונים יש הכרה הולכת וגוברת בנושא אך עדיין, קיים פער גדול בכמות המחקר אודות השפעת הפמ"ב על ניצולים לעומת ניצולות (Easton & Kong, 2017; Gil, 2014). על פי הנתונים בין 3-17% מהבנים יחוו לפחות אירוע אחד של התעללות

מינית לפני גיל 16 (Barth et al., 2013; Pereda et al., 2009; Stoltenborgh et al., 2011). אולם, קשה לדעת מהם השיעורים האמיתיים של פמ"ב בבנים מאחר וקיים הבדל ניכר בשכיחות של דיווח עצמי על פמ"ב בין בנים לבנות. בנות מדווחות על פמ"ב לעיתים יותר קרובות מבנים, כ-18.5% מהבנות לעומת רק כ-7.7% מהבנים (Pereda et al., 2009; Stoltenborgh et al., 2011). ההבדלים בדיווח בין בנים לבנות יכולים להצביע על כך שיש יותר פגיעות בקרב בנות מאשר בקרב בנים, או שבנים פחות מוכנים לחשוף את הפגיעה, ויתכן ששתי הסיבות משחקות תפקיד (Romano & De Luca, 2001; Stoltenborgh et al., 2011). ישנן כמה סיבות אפשריות לכך שבנים חושפים פחות את הפגיעה. בין היתר, בנים חשים תחושות של חולשה וכשלון בגלל התפיסות המסורתיות בחברה הרואות גבר כתוקפן ולא כקורבן (Gil, 2015; Romano & De Luca, 2001), במידה והאשה היא התוקפת מינית, הבנים יתקשו לראות בחוויה זו התעללות מינית בגלל סטראוטיפים בחברה (Gil, 2015; Romano & De Luca, 2001), מכיון שרוב התוקפים הם גברים, הקורבנות הגברים יפחדו להיחשב הומוסקסואלים (Romano & De Luca, 2001). הסירוב של בנים לחשוף חוויה של פגיעה מינית תרם לכך שלא העריכו נכון את השכיחות והרצינות של התופעה (Romano & De Luca, 2001; Stoltenborgh et al., 2011). יש לציין כי קיימים הבדלים בין גברים לנשים בתגובה לארועים בעלי פוטנציאל טראומטי שאינם פמ"ב, לדוגמה, נשים מפתחות באופן מובהק יותר סימפטומים פוסט טראומטיים בתגובה לארועים כגון תאונה, פיגוע וכיו" (Ditlevsen & Elklit, 2012), אולם, במקרה של פמ"ב, ממספר מחקרים שחקרו את שני המינים נמצא כי אין הבדלים מובהקים בין גברים לנשים, וההשלכות לטווח הרחוק הינן דומות, גם לגבי המצב הנפשי וגם לגבי היחסים הבינאישיים (Dube et al., 2005). במחקר הנוכחי ייחקרו שני המגדרים במטרה להוסיף עוד יידע על השלכות הפמ"ב בקרב גברים ניצולים.

הבדלים מגדריים בין ניצולי פמ"ב לבין ניצולות פמ"ב בתחום היחסים הזוגיים

בקרב האוכלוסייה הכללית היתה תפיסה כי שביעות הרצון של נשים מזוגיות נמוכה באופן מובהק משל גברים (Stevenson & Wolfers, 2009; Whiteman, McHale, & Crouter, 2007). סקר לאומי של זוגות בארה"ב בין 1980-2000 מצא כי בממוצע נשים דיווחו על רמות נמוכות יותר של שביעות רצון מנישואין מאשר גברים (Amato, Johnson, Booth, & Rogers, 2003). לעומת זאת, במטא-אנליזה עדכנית נמצא כי אמנם יש הבדל מובהק אך קטן מאד בין שביעות הרצון של גברים ושל נשים מזוגיות, כאשר נשים מעט פחות שבעות רצון מגברים. אולם, ניתוח של גורמים מתווכים מראה כי הבדלים אלה מוטים על ידי מדגמים קליניים, בעוד שבמדגמים קהילתיים לא נמצאו הבדלים מובהקים (Jackson, Miller, Oka, & Henry, 2014).

לגבי אוכלוסיית ניצולי הפמ"ב, ממחקרים עולה כי ההשלכות של פמ"ב על יחסים בינאישיים של גברים ושל נשים היא יחסית דומה, למעט כמה הבדלים מגדריים שנמצאו (Dube et al., 2005; Romano & De Luca, 2001; Stoltenborgh et al., 2011). למרות שגברים נוטים פחות לדווח על פגיעה מינית בילדות, לגברים שנפגעו מינית בילדות יש קשיים ביחסים זוגיים ונטייה לקורבנות חוזרת (Carbone-Lopez, 2012). גם ניצולי

וגם ניצולות פמ"ב, נשארים פחות זמן במערכות יחסים, יש להם הרבה מערכות יחסים קודמות, חלק גדול מתגרשים וניתן לראות שקדמה לכך אלימות בינזוגית (Carbone-Lopez, 2012; Dube et al., 2005; Romano & De Luca, 2001). גם אצל גברים קיימת יותר אלימות ביחסים הבוגרים מאשר באוכלוסיה הכללית, אך קיים הבדל, מאחר וגברים נוטים יותר להתנהגות מוחצנת, ומאחר וזו הדרך בעלת האישור החברתי לביטוי כעס, בחלק ניכר מהמקרים הניצולים הגברים הם אלה שנוהגים באלימות, לעומת הנשים שהן לרוב הקורבן לאלימות (Finkelhor, 1994; Romano & De Luca, 2001; Stoltenborgh et al., 2011). במחקר הנוכחי תבחן ההשערה כי בקרב שני המגדרים שביעות הרצון מיחסים זוגיים תהיה נמוכה יחסית לאנשים שחוו טראומה חד פעמית, ונמוכה עוד יותר יחסית לאנשים שלא חוו טראומה. כמו כן, לא קיים מחקר המשווה את חווית היחסים הזוגיים של ניצולי וניצולות פמ"ב. לאור היידע לגבי האוכלוסיה הכללית אשר אינו חד משמעי, במחקר הנוכחי תבחן השאלה האם יש הבדלים משמעותיים בשביעות הרצון מהזוגיות בין ניצולים לניצולות.

הבדלים מגדריים בין ניצולי פמ"ב לבין ניצולות פמ"ב בטיב היחסים בעבודה

לגבי האוכלוסיה הכללית קיים מחקר נרחב אודות ההשפעה של מגדר על שביעות הרצון של אנשים מעבודתם. תוצאות המחקרים סותרות. ישנם מחקרים המראים שנשים יותר שבעות רצון מעבודתן מאשר גברים (Clark, 1997) לעומת מחקרים הפוכים המראים שגברים יותר שבעי רצון מנשים (Goh, Koh & Low, 1991; Purvanova & Muros, 2010). אולם, כמעט לא נחקר ההבדל בין נשים לגברים בהקשר של טיב היחסים בעבודה. מספר מחקרים הראו שמה שמשיע יותר על שביעות הרצון של גברים מהעבודה אלה גורמים כגון שכר, קידום והעמדה כלפיי ההנהלה, בעוד שנשים מושפעות יותר מהקשר עם העמיתים ומתנאי העבודה, ומעדיפות עבודות "מכוונות – אנשים" שיש בהן משקל רב ליחסים (Okpara, 2006; Okpara, Squillace, & Erondy, 2005). גם גברים וגם נשים רואים ב"הגינות" תכונה ארגונית המשפרת את שביעות הרצון מהעבודה, וב"אגרסיביות" תכונה המפחיתה את שביעות הרצון אולם גברים ונשים תופסים אחרת נושאים של עבודת צוות, תקשורת וכנות במקום העבודה (Sharma, 2017). במחקר הנוכחי תבחן ההשערה כי טיב היחסים של שני המגדרים עם עמיתיהם בעבודה יהיה רעוע מאנשים שחוו טראומה חד פעמית ורעוע עוד יותר מאנשים שלא חוו טראומה. ומאחר וההבדלים בין ניצולי וניצולות פמ"ב בתחום היחסים הבינאישיים בעבודה לא נחקר עדיין, תבחן כאן השאלה האם קיים הבדל ביניהם בתחום זה.

משאבי חוסן ותרומתם לניצולי פמ"ב

כאמור, ההשלכות השליליות של פמ"ב על המצב הפסיכולוגי והבריאותי של הניצולים ועל טיב היחסים הבינאישיים שלהם – נחקרו ותועדו באופן נרחב. יחד עם זאת, למרות העלייה בסיכון לבעיות שונות, המחקר מראה כי חלק מניצולי הפמ"ב משמרים תפקוד תקין וממלאים את משימות החיים. ניצולים אלה הינם חסינים (Domhardt, Mü Nzer, Rg, Fegert, & Goldbeck, 2015). המונח חוסן מוגדר כתהליך של

הסתגלות אישית על אף נוכחות איום ביולוגי או סביבתי בעל פוטנציאל להסיט את האדם ממסלול התפתחות אופטימלי (Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, & Yehuda, 2014). בהקשר של טראומה, חוסן הוא היכולת של האדם לחזור לתפקוד לאחר חשיפה לאירוע טראומתי (Hobfoll, 2012; Southwick et al., 2014). בעבר מודלים מסורתיים של חוסן הניחו שהסתגלות בריאה ויציבה אחרי אירוע בעל פוטנציאל טראומטי היא נדירה. חוסן היה או תוצאה של בריאות נפשית יוצאת דופן ולכן נחלתם של "מתמודדי – על" בלבד, או מצב של הכחשה שקשור לחוסר תיפקוד ופסיכופתולוגיה (Bonanno, 2004). כיום יותר ויותר רווחת התפיסה כי חוסן אינו נדיר וכי ישנה הטרוגניות שבה אנשים חסינים נעים על פני רצף של פרופילים דמוגרפיים, אישיותיים, הסטוריית חיים, אירועי דחק מהעבר ומהווה, משאבים, ומשתנים רבים נוספים. חוסן אחרי אירועים בעלי אופי טראומטי לא נובע מגורם בודד אחד, אלא, ממגוון של גורמי סיכון וחוסן המתלכדים יחד, וכל אחד תורם או מפחית מהסיכוי להיות האדם חסין (Bonanno & Mancini, 2012). התיאוריה רוצה לענות על השאלות מי יישאר יחסית ללא דכאון, ללא סימפטומי PTSD וללא בעיות בריאות לאחר שחוה אירוע בעל פוטנציאל טראומטי, ומי האנשים שישארו מעורבים ומחוייבים למשימות החיים אפילו אם כן יסבלו מקשיים רגשיים ומבעיות בריאות (Hobfoll, 2012). בהמשך לתאוריה זו, המחקר הנוכחי יבחן מי מניצולי הפמ"ב, יקיים יחסים בינאישיים תקינים על אף האירועים בעלי הפוטנציאל הטראומטי, ועל אף קיומם של סימפטומים פוסט טראומטיים ופוסט טראומטיים מורכבים.

במטא-אנליזות שבחנו את נושא החוסן בקרב ניצולי פמ"ב עלה כי שיעור בעלי החוסן נע בין 10-53% כאשר המדגם כולל מבוגרים, מתבגרים וילדים (Domhardt et al., 2015; Marriott, Hamilton-Giachritsis, & Harrop, 2014) ונע בין 15-47% כאשר המדגם כולל רק מבוגרים (Marriott et al., 2014). "תאוריית שימור המשאבים" מציעה מסגרת לניתוח דחק ודרכי התמודדות, תוך התמקדות במשאבי חוסן של הפרט והקהילה (Hobfoll & Ford, 2010; Hobfoll, 1989). משאב הינו כל דבר הנתפס על ידי האדם כעוזר לו להשיג את מטרותיו (Halbesleben, Neveu, Paustian-Underdahl, & Westman, 2014). התיאוריה מתייחסת לארבע קבוצות של משאבים: משאבים חומריים (כגון: מכונית, בית), משאבי תנאים (condition resources) (כגון: תעסוקה, נישואין), משאבים אישיים (כישורי מפתח ותכונות אישיות כגון תחושת מסוגלות ובטחון עצמי), ומשאבי אנרגיה (כגון, קרדיט, ידע, כסף) (Hobfoll, 2012). על פי התיאוריה, אנשים חווים דחק כאשר משאביהם הפסיכו-חברתיים ו/או החומריים מאוימים, או אובדים, או כאשר הם נדרשים להשקיע משאבים בלי להשיג רווח משאבים. התיאוריה מדגישה את חשיבות המשאבים כגורם המשפיע על התמודדות עם טראומה, וטוענת כי במצבי דחק קשים אנשים עלולים לחוות סחרור שלילי של אובדני משאבים, כאשר אובדנים חדשים מתווספים לאלה הקיימים. כלומר, לא רק שאלה שחסרים משאבים הם יותר פגיעים לאבדן משאבים, אלא שאבדנים ראשוניים אלה מובילים לאבדנים נוספים (Hobfoll, 2014; Hobfoll, 1989, 2002). מעגל זה מתרחש גם בגלל שההשפעה הרגשית של דחק

טראומטי היא ארוכת טווח, וגם בגלל שאירוע כזה "מכרסם" במשאבי החוסן המרכזיים ומגביל את היכולת לייצר רזרבות משאבים חדשות (Schumm, Stines, Hobfoll, & Jackson, 2005). מעגל אבדן זה ניתן לראות בחייהם של ניצולי פמ"ב. פמ"ב משפיעה על ירידה במשאבי החוסן של הניצולים, התוצאה היא אבדן מתמשך של משאבי מפתח, אותם משאבים שכה נחוצים לחוסן (Schumm et al., 2005). דוגמאות למשאבי המפתח שפוחתים כתוצאה מפמ"ב הם הערכה עצמית (Fergusson et al., 2013), יכולת לימודית וכלכלית (Currie & Widom, 2010) ומיומנויות ליחסים בינאישיים (Lamoureux et al., 2012). כתוצאה מאובדן המשאבים נגרמת עליה במצוקה הפסיכולוגית (כגון עליה ברמות דכאון, חרדה, סימפטומים פוסט טראומטיים ודיסוציאציה) (Fergusson et al., 2013; Walsh, Fortier, & DiLillo, 2010). כל אלה משפיעים באופן שלילי על היחסים הבינאישיים (Lamoureux et al., 2012) ויכולים להוביל, על פי "עקרון ההכפלה" של מעגל האובדן לסחרור של אבדן משאבים (Lamoureux et al., 2012; Schumm, Hobfoll, & Keogh, 2004; Schumm et al., 2005). "עקרון ההכפלה" יכול להוביל לדוגמה לכך שניצולות פמ"ב הן בעלות סיכוי פי חמש להיאנס בבגרותן (Schumm et al., 2004), בבגרותן יש להן סיכוי גדול יותר מנשים שלא עברו התעללות לסבול מכמות רבה יותר של אירועי דחק בחיים, ולהגיב רע יותר לגורמי דחק אלה (Schumm, Doane, & Hobfoll, 2012).

מנגד, אנשים עשויים גם לחוות סחרור חיובי של רווח משאבים, תוך עשיית שימוש במשאבים שבידיהם (Hobfoll, 2002). בכל ניסיון להתמודד עם אירוע מצוקה מתרחש אבדן של משאבים. אך למרות שחלק מהמשאבים תמיד אובדים בתהליך ההתמודדות, סך המשאבים יכולים לעלות או להישמר מפני עוד אבדן כאשר דפוסי ההתמודדות אפקטיביים (Hobfoll, 2014; Hobfoll & Ford, 2010).

בבחינת משאבי החוסן שנחקרו ונמצאו מסייעים לניצולי פמ"ב לתפקד באופן יעיל ו/או להיות ללא סימפטומים פיסיים ונפשיים שליליים, עולה כי בראש ובראשונה תמיכה חברתית מהמשפחה ומהסביבה הקרובה בזמן ולאחר הפגיעה, הינה משאב החוסן המגן המשמעותי ביותר, וככל שהיחסים בילדות היו יציבים יותר, תרומתם גדלה (Simpson, 2010; Williams & Nelson-Gardell, 2012). בנוסף לכך, דוגמאות למשאבים מגינים נוספים שנבחנו הינם: חינוך (Banyard, Potter, & Turner, 2011; Edmond, 2006), יכולת בינאישית וריגשית (Cha & Nock, 2009; Simpson, 2010), דפוסי התמודדות אפקטיביים (בניגוד לדפוסי התמודדות של הימנעות) (Domhardt et al., 2015; Wright, 2005), אופטימיות (Fopma-Loy, & Fischer, 2005; Edmond, et al 2006; Tarakeshwar, Kochman, & Sikkema, 2006; Williams & Nelson-Gardell, 2012), התקשרות חברתית (Aspelmeier, Elliott, & Smith, 2007; Simpson, 2010), ייחוס אשמה חיצוני (Zinzow, Seth, Jackson, 2010), אמונה ורוחניות (Jonzon & Lindblad, 2006; Edmond et al., 2006; Tarakeshwar et al., 2006), משאבים קהילתיים (כגון, כנסייה, בית ספר, ארגוני סיוע פורמליים ובלתי פורמליים, תשתיות) (Edmond et al., 2006; Hobfoll et al., 2002; Williams & Nelson-Gardell, 2012).

אינטליגנציה גבוהה (DuMont, Widom, & Czja, 2007), פרשנות לפגיעה (העברת האשמה לתוקף, הבנת האירוע כמלמד ומחזק) (Kia-Keating, Sorsoli, & Grossman, 2010), יחסים זוגיים יציבים (DuMont et al., 2007).

מאפייני הפמ"ב ומשאבי חוסן

יש לציין כי למאפייני הפמ"ב (משך ותדירות הפגיעה, הגיל בזמן הפגיעה, הקירבה לתוקף, מספר התוקפים וחומרת הפגיעה) יש השלכות על מידת אובדן המשאבים והחוסן (Marriott et al., 2014; Walsh et al., 2010). לא קיימת הסכמה בספרות לגבי ההשלכות של מאפייני הפגיעה, אך במרבית המחקרים נמצא כי משך ותדירות הפגיעה, חומרת התקיפה וקירבת התוקף קשורים חיובית לסימפטומים של מצוקה פסיכולוגית בבגרות (Bennet, Hughes, & Luke, 2000; Crowley & Seery, 2001; Yancey & Hansen, 2010). בהפוך לכך, רק במעט מחקרים לא נמצא קשר מובהק בין מאפייני הפגיעה לבין מצוקה פסיכולוגית בבגרות (Heath, Bean, & Feinauer, 1996; Yancey & Hansen, 2010). כיום סוברים כי גורמים שונים ממתנים את הקשר בין מאפייני הפגיעה לבין ההשלכות בבגרות, גורמים אלה הינם משאבים שונים ואסטרטגיות התמודדות. ויש להמשיך ולהרחיב את המחקר לגבי גורמים שיכולים למתן את השפעת מאפייני הפגיעה על ההשלכות לאורך החיים (Hyman & Williams, 2001; Marriott et al., 2014; Walsh et al., 2010). המחקר הנוכחי יבחן סוגיה זו של תרומת מאפייני הפגיעה לסימפטומים הפוסט טראומטיים ולהשלכות על היחסים כאשר ההשערה תהיה כי ככל שהפגיעה נעשתה בגיל צעיר יותר, נמשכה זמן רב יותר ומידת הקרבה לפוגע היתה גבוהה יותר - הסימפטומים הפוסט טראומטיים והפוסט טראומטיים המורכבים יהיו רבים יותר וההשלכות על היחסים (יחסים זוגיים ויחסים בעבודה) יהיו קשות יותר בקרב שני המגדרים.

החשיבות של יחסים זוגיים ויחסים בעבודה עבור ניצולי פמ"ב

יחד עם הידע שנצבר לגבי הקשיים הפוטנציאליים ביחסים של ניצולי פמ"ב, ניתן לראות כי במהלך ההתפתחות בבגרות מתרחבות הרשתות החברתיות ועמם דמויות התקשרות נוספות אשר עשויות למתן את ההשפעות השליליות של אירועי המצוקה (Dimitrova et al., 2010). כאמור, שני תחומים מרכזיים בחיי האדם, הינם: יחסי זוגיות ויחסי עבודה. **בתחום היחסים הזוגיים**, אם, למרות כל הקשיים הצפויים, בן/בת הזוג של ניצולי הפמ"ב יהווה דמות התקשרות מיטיבה, והקשר יכלול בטחון, יציבות ואמון, יהיה לכך פוטנציאל לשכך את ההשלכות של הפגיעה המינית בילדות (גונן, 2013; Mikulincer & Shaver, 2015). לדוגמה, נמצא כי שביעות רצון מיחסים זוגיים מגינה מפני הסיכון של קורבנות חוזרת בקרב ניצולות פמ"ב (Banyard, Williams, & Siegel, 2002), איכות הקשר עם בן הזוג נמצאה קשורה באופן חיובי להערכה העצמית של הניצולות (Romans, Martin, Anderson, O'Shea, & Mullen, 1995), במחקר אורך בקרב 676 ניצולי פמ"ב, הנחקרים אשר תיארו יחסים תומכים מצד בן/בת הזוג היו בעלי סבירות גבוהה יותר להיות חסינים (DuMont et al., 2007), ובמחקר של 79 ניצולות פמ"ב אמהות לפחות לילד אחד, נמצא כי

התמיכה של בן הזוג תרמה באופן ישיר לשיפור ההורות ולהפחתת סימפטומים דכאוניים (Wright, Fopma-Loy, & Fischer, 2005).

למרות ההבנה כי זוגיות הינה תחום מרכזי בחיי ניצולי פמ"ב, עד כה נחקרו רק מעט גורמים שעשויים למתן את ההשפעה השלילית הפוטנציאלית של הפמ"ב על הזוגיות, ואשר יכולים לתרום להבנה מי מניצולי הפגיעה המינית יהיה בעל סיכוי רב יותר לזוגיות מיטיבה. ממעט המחקרים שבחנו משאבי חוסן התורמים למיתון ההשפעה של פמ"ב על יחסים זוגיים עולה כי ניצולות אשר חוו תמיכה של לפחות הורה אחד לאחר הפגיעה היו בעלות סיכוי גבוה יותר להתקשרות בטוחה עם בן זוג (Godbout, Briere, Sabourin, & Lussier, 2014), הגנות בוגרות (mature defenses) ניבאו אהבה וקונצנזוס ביחסים (Fairweather & Kinder, 2013) ומודעות פסיכולוגית ויכולת להבין ולדבר רגשות היוו גורמי מגן לקורבנות חוזרת ביחסים זוגיים של נשים שעברו התעללות בילדות (לאו דווקא התעללות מינית) (זמיר, 2011). גם בתחום **היחסים בעבודה**, נמצא כי יחסי עבודה טובים יכולים לתרום לרווחתם של עובדים באוכלוסייה הכללית (Wilson & Ferch, 2005), וניתן להניח כי כך גם עבור ניצולי פמ"ב. אולם, בניגוד ליידע שקיים לגבי התרומה של יחסים זוגיים לחוסן של ניצולים, לא קיים מחקר שבחן את התרומה של יחסי עבודה לחוסנם. כמו כן, לא נחקרו משאבי חוסן אשר יכולים למתן את השפעות הפמ"ב ולשפר את טיב היחסים בעבודה בקרב הניצולים. לאור זאת, דרוש מחקר של משאבי חוסן נוספים העשויים לתרום למיתון הקשר בין פמ"ב ובין יחסים זוגיים ויחסים בעבודה (זמיר, 2011; Godbout et al., 2014; Fairweather & Kinder, 2013). במחקר הנוכחי יבחנו שני משאבי חוסן אשר כמעט לא נחקרו באוכלוסייה הייחודית של ניצולי פמ"ב. המשאבים הינם: אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול רגשי. מאחר וכאמור, תמיכה חברתית הינו משאב חוסן מרכזי, אשר תרומתו לחוסן הוכחה, במחקר הנוכחי תבחן תרומתם של שני המשאבים הנ"ל בנוסף לתרומה של תמיכה חברתית.

אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן עבור ניצולי פמ"ב

אחד ממשאבי החוסן שעשויים למתן את השפעת הפמ"ב ושכמעט לא נחקרו באוכלוסייה זו הינו - האינטליגנציה הרגשית. קיימים כיום שלושה מודלים עיקריים להגדרת אינטליגנציה רגשית ומדידתה. המודל הראשון מתייחס לאינטליגנציה רגשית כיכולת (Ability EL) (Mayer, Salovey, & Caruso, 2000). המודל השני מתייחס לאינטליגנציה רגשית כתכונה (Trait EL) (Petrides & Furnham, 2001; Schutte et al., 1998) והמודל השלישי משלב מודלים מעורבים לאינטליגנציה רגשית. המודלים הללו מכונים כך כי הם מכילים הן יכולות קוגניטיביות והן תכונות אישיות (Bar-On, 2006; Mayer & Salovey, 1995). על פי תאוריית שימור המשאבים, הוכח כי תכונות אישיות כמו אופטימיות, שליטה ותחושת מסוגלות מהוות משאבים דיספוזיציוניים בעלי ערך שמסייעים לאדם להתמודד במצבי מצוקה, ויש להמשיך ולחקור תכונות נוספות שמהוות משאבי מפתח הממתנים את המצוקה בעת משבר (Hobfoll, 2002; Sumer, Karanci, Berument,)

(Gunes, 2005). לאור זאת, במחקר הנוכחי בחרתי להתייחס למודל האינטליגנציה הרגשית התכונתית (Trait emotional intelligence), אשר רואה באינטליגנציה רגשית תכונה, שהיא דיספוזיציה התנהגותית, ויכולות רגשיות בינאישיות כפי שהן נתפסות על ידי האדם (Petrides & Furnham, 2001; Schutte et al., 1998).

אינטליגנציה רגשית מהווה משאב התורם לחוסן בכך שאינטליגנציה רגשית גבוהה תאפשר התנהלות אדפטיבית במצבי דחק (Liu, Prati, Perrewé, & Ferris, 2008; Petrides et al, 2016). אדם בעל אינטליגנציה רגשית גבוהה מתמודד טוב יותר עם הדרישות הרגשיות של אירועי דחק כי הוא מסוגל לתפוס ולהעריך את רגשותיו באופן מדויק, יודע מתי ואיך לבטא אותם ויכול להסדיר באופן יעיל את מצב הרוח של עצמו. אינטליגנציה רגשית, אם כך, יכולה להפחית את ההשפעות השליליות של אירועי דחק בעזרת משאבים של מודעות עצמית, ביטוי וניהול הרגשות (Mayer et al., 2016; Petrides, et al, 2016). מספר מחקרים בחנו את התרומה של אינטליגנציה רגשית לחוסן והצליחו להוכיח שהיא תורמת לשיפור החוסן במצבי דחק. היכולת של אדם לווסת רגשות, שהיא היבט מרכזי של אינטליגנציה רגשית, נמצאה כמקדמת את החוסן שלו (New et al., 2009; Tugade & Fredrickson, 2007). נמצא כי במצבי דחק, מרכיבים של אינטליגנציה רגשית קשורים לפחות תחושת איום, פחות רגשות שליליים, ותגובות גופניות של אתגר ולא של איום (Schneider, Lyons, & Khazon, 2013). במחקר נוסף ראו כי מרכיבים של אינטליגנציה רגשית מנבאים השתייכות לחלק החסין. ככל שהנחקרים חוו יותר אירועי דחק בחייהם רמת המצוקה שלהם עלתה, אך עדיין בעלי האינטליגנציה הרגשית הגבוהה חוו פחות מצוקה והיו יותר חסינים יחסית לנחקרים בעלי אינטליגנציה רגשית נמוכה שחוו אותו מספר של אירועי דחק (Armstrong, Galligan, & Critchley, 2011).

על אף שקיימת תמיכה מחקרית לכך שאינטליגנציה רגשית הינה משאב חוסן בכלל וביחסים בפרט, רק מעט תשומת לב ניתנה לאינטליגנציה רגשית כמרכיב של חוסן בקרב ניצולי פמ"ב. במספר מחקרים המושג נבחן כחלק מכמה משתני מחקר. לדוגמה במחקר שבו השתתפו בוגרים צעירים שחוו אלימות קשה בילדותם, כולל אלימות מינית, נמצא כי גורמי החוסן העיקריים בבגרות היו רוחניות, תמיכה מחברים ואינטליגנציה רגשית (Howell & Miller-Graff, 2014). במחקר אחר נמצא כי אינטליגנציה רגשית הינה גורם מגן מפני מחשבות אובדניות וניסיונות אובדניים בקרב נערים מאושפזים, ובמיוחד בקרב קורבנות לפמ"ב (Cha & Nock, 2009).

לאור מיעוט הידע אודות אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן עבור ניצולי פמ"ב דרוש מחקר שיבחן את התרומה של תכונה זו לתיפקוד חסין של הניצולים. המחקר הנוכחי מתבסס על הידע שנצבר לגבי היות אינטליגנציה רגשית משאב חוסן עבור האוכלוסייה הכללית, ובמחקר הנוכחי תבחן ההשערה כי אינטליגנציה רגשית הינה משאב חוסן אשר יכול למתן את ההשפעה השלילית של פמ"ב על יחסים זוגיים ויחסים בעבודה בקרב הניצולים.

השתתפות בטיפול כמשאב חוסן עבור ניצולי פמ"ב

במספר מחקרים על חוסן בקרב ניצולי פמ"ב נמצא כי אחד ממשאבי החוסן הינו דפוסי התמודדות אקטיביים (Domhardt et al., 2015), וביניהם קבלת טיפול רגשי (Bogar & Hulse-Killacky, 2006; Taylor & Harvey, 2010). במטא-אנליזות עדכניות נמצא כי עבור ניצולי פמ"ב טיפולים רגשיים הפחיתו בצורה משמעותית סימפטומים של PTSD, דכאון, חרדה ודיסוציאציה (Ehring et al., 2014; Taylor & Harvey, 2010). במחקר איכותני שבחן משאבי חוסן של ניצולות פגיעה מינית בילדות עלה כי רוב הנשים הרגישו כי הרוויחו מטיפול רגשי פרטני או קבוצתי (Arias & Johnson, 2013).

כאמור, כיום מתרחב המחקר המעיד על כך שניצולי פמ"ב עשויים לסבול מפוסט טראומה מורכבת (המאופיינת במורכבות סימפטומטית מעבר לסימפטומים הפוסט טראומטיים), כולל קשיים בוויסות רגשי, בעיות בינאישיות, התנהגויות אימפולסיביות, התנהגויות הרסניות, רמות גבוהות של דיסוציאציה, התמכרויות וסימפטומים סומטיים (Cloitre et al., 2009). על אף שנמצא כי טיפול הינו משאב חוסן עבור ניצולי פמ"ב, קיימת מחלוקת בספרות לגבי השאלה מה הטיפול היעיל ביותר לניצולי פמ"ב שסובלים מפוסט טראומה מורכבת והאם דרוש טיפול יחודי לתסמונת זו (Ehring et al., 2014).

חשוב לציין כי שני המשאבים הנ"ל, אינטליגנציה רגשית תכונתית והתערבויות טיפוליות, נמצאו קשורים האחד בשני. נעשו מחקרים אשר מצאו כי תכונת האינטליגנציה הרגשית ניתנת לשיפור בעזרת התערבויות אימון טיפוליות, שיובילו לעליה ברווחה הנפשית (ירידה בבעיות פסיכולוגיות, עליה באושר ובשביעות רצון מהחיים, ירידה בבעיות בריאות) (Petrides, et al, 2016) ולירידה בכמות הסימפטומים הפוסט טראומטיים במקרים של חשיפה לארוע בעל פוטנציאל טראומטי (Hunt & Evans, 2004; Swopes, Simonet, Jaffe, Tett, & Davis, 2013). התערבויות אלה ניתן לעצב ברמות שונות של חינוך לזיהוי ושיום רגשות, התערבויות אימון ספציפיות, והתערבויות טיפוליות פסיכו-תרפויטיות (Di Fabio & Saklofske, 2014). ההשערה במחקר הנוכחי תהיה כי ניצולי פמ"ב אשר השתתפו בטיפול, יהיו בעלי אינטליגנציה רגשית גבוהה יותר, ויסבלו מפחות סימפטומים פוסט טראומטיים ופוסט טראומטיים מורכבים.

אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן לזוגיות בקרב ניצולי פמ"ב

לאור העובדה המוכחת שזוגיות עשויה להוות משאב חשוב לרווחתו של הפרט, נשאלת השאלה מדוע מערכות יחסים מסוימות מצליחות ומהוות משאב חשוב, בעוד שאחרות מדרדרות ומתפרקות. מחקרים ניסו לענות על השאלה דרך הבדלים בין אישיים שבין בני הזוג ובמשאבים העומדים לרשותם, כמו למשל רמת האינטליגנציה (Watkins & Meredith, 1981), דת (Lutz-Zois, Bradley, Mihalik, & Moorman, 2006), תחומי עניין (Luo & Klohnen, 2009; Luo, 2009; Lutz-Zois et al., 2006) ומשתנים נוספים (Luo & Klohnen, 2005). בשנים האחרונות החלה להינתן תשומת לב למידת התרומה של אינטליגנציה רגשית ליחסים בכלל וליחסים זוגיים בפרט. לגבי יחסים באופן כללי נמצא כי אנשים בעלי אינטליגנציה רגשית גבוהה מפגינים התנהגויות שליליות מעטות יותר: הם פחות ביקורתיים כלפיי הסביבה, מגלים פחות פסיביות והרסנות

בתגובה לקונפליקטים ביחסים קרובים עם חברים, וקל להם לבטא פירגון להצלחות חבריהם (Brackett, Rivers, Shiffman, Lerner, & Salovey, 2006). הם מדווחים פחות על בדידות (Engelberg & Sjöberg, 2005), פחות סובלים מחרדה חברתית (Summerfeldt, Kloosterman, Antony, & Parker, 2006) ונמצא קשר חיובי בין אינטליגנציה רגשית לבין אמפתיה, שליטה עצמית, כישורים חברתיים, קרבה ויחסי חיבה (Schutte & John, 2001).

חיים זוגיים מזמנים לאדם קונטקסט חברתי-רגשי עמוס ביותר ובעל פוטנציאל רב לעימותים. האינטימיות בין בני זוג לא רק מקרבת ביניהם אלא גם יכולה להוביל למגוון רגשות שמשתנים בקיצוניות, החל מאהבה, תקווה ואושר ועד לכעס, עצב, עלבון, השפלה, אשמה (Carstensen, Graff, Levenson, & Gottman, 1996).

יש כמה סיבות לכך שהמשתנים השונים של אינטליגנציה רגשית עשויים לסייע לשביעות רצון גבוהה בנישואין. על פי מאייר, קרסו וסלוביי (2000) מרכיב מפתח של אינטליגנציה רגשית הינו בכך שאינטליגנציה רגשית מעצבת גם את הקידוד של האינפורמציה וגם את הויסות של הרגשות בזמן האינטראקציה עם השני. מכון ה"קלט", המרכיבים כוללים תפיסה מדויקת של הרגשות, אינטגרציה בין רגשות ומחשבות, והבנת המשמעות של רגשות. היכולת "לקרוא" ולהבין את המצב הרגשי של השני יכולה לתרום באופן חיובי לאיכות היחסים. בכון ה"פלט", אינטליגנציה רגשית קשורה ליכולות וויסות רגשי עצמי, כמו למשל ביטוי יעיל של כעס בזמן ויכוח, וליכולות של ויסות רגשי וניחוח של השני בזמן שהוא במצוקה (Mayer et al., 2000). ואכן, במחקר מצאו כי נחקרים עם תוצאות אינטליגנציה רגשית גבוהות יותר דיווחו באופן משמעותי על שביעות רצון גבוהה יותר בנישואין. והתוצאות המשוכללות הראו באופן משמעותי על קשר חיובי לשביעות רצון מהנישואין בקרב זוגות עם אינטליגנציה רגשית משוקללת גבוהה יותר (Schutte et al., 2001). במחקר נוסף נמצא קשר חיובי בין אינטליגנציה רגשית ובין איכות חיי הנישואין, כאשר גורם מתווך היה דפוסי ההתמודדות הזוגיים (Zeidner, Kloda, & Matthews, 2013).

על אף שקיימות הוכחות לכך שאינטליגנציה רגשית הינה משאב חוסן, ושהיא תורמת לשביעות רצון מיחסים זוגיים, ועל אף שנמצא כי זוגיות הינה משאב חוסן באופן כללי ועבור ניצולי פמ"ב בפרט, לא נבחן עדיין הקשר בין אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן לבין שביעות רצון מיחסים זוגיים בקרב הניצולים. המחקר הנוכחי יבחן את ההשערה כי אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן עשויה למתן את ההשלכות השליליות של פמ"ב על יחסים ולהגביר את שביעות הרצון מזוגיות בקרב הניצולים.

תפיסת ניצולי הפמ"ב את האינטליגנציה הרגשית של בן/בת הזוג ותרומתה לשביעות רצון מזוגיות

קיימת ביקורת בספרות על מדדי הדווח העצמי לאינטליגנציה רגשית תכונתית. נטען כי יש בהם מקום להטיות שונות, ביניהן רציה חברתית (Locke, 2005; Zeidner, Roberts, & Matthews, 2008). על מנת לתת מענה לביקורת זו תתווסף נקודת המבט על האינטליגנציה הרגשית של בן/בת הזוג ותבחן מידת התרומה שלה ליחסים הזוגיים. באחד משבעת המחקרים שערכו סציוט וחבריה (2001) הם בחנו את האופן שבו משפיעה תפיסת האינטליגנציה הרגשית של בן/בת הזוג את האינטליגנציה הרגשית של בן/בת הזוג השניה -

על שביעות הרצון מהזוגיות. קיים מעט ידע על כך שייחוסים שבני זוג נותנים לאירועים ולתכונות של בן הזוג השני עשויים להשפיע על שביעות הרצון מהזוגיות. נמצא מתאם בין ייחוסים חיוביים שבני זוג משייכים לשני ובין שביעות רצון מזוגיות (Bradbury & Fincham, 1990; Fincham & Bradbury, 1992) ואף נמצא כי ניתן לנבא יציבות והצלחה של זוגיות בעתיד על פי תפיסות של בני זוג אחד את השני בהווה (Carrère, Buehlman, Gottman, Coan, & Ruckstuhl, 2000). במחקרם, סציוט וחבריה מצאו כי אלה שדירגו את בני הזוג שלהם גבוה באינטליגנציה רגשית דיווחו באופן משמעותי על יותר שביעות רצון מהנישואין מאשר אלה שדירגו נמוך את בני הזוג שלהם. ממצאים אלה הוסיפו תוקף לממצאיהם מהמחקרים הקודמים שבהם התייחסו הנחקרים רק לעצמם בדיווח העצמי (Schutte et al., 2001). לא קיים מחקר על תפיסת ניצולי פמ"ב את האינטליגנציה הרגשית של בני זוגם והתרומה לשביעות הרצון מהזוגיות, כך שבמחקר הנוכחי אנסה לחזור על התוצאות של סציוט וחבריה (2001) תוך השערה כי גם בקרב אוכלוסיה יחודית זו של ניצולי פמ"ב יהיה קשר חיובי בין תפיסת בן/בת הזוג את האינטליגנציה הרגשית של בן/בת הזוג השני/ה ובין שביעות רצון מהיחסים.

השתתפות בטיפול כמשאב חוסן לזוגיות של ניצולי פמ"ב

על אף ההוכחות לכך שטיפול רגשי מהווה משאב חוסן עבור ניצולי פמ"ב, לא נבחנה התרומה של הטיפול הרגשי לשביעות הרצון מזוגיות בקרב אוכלוסיית הניצולים. המחקר הנוכחי ינסה לשפוך אור על סוגיה זו. במחקר כאן אשער כי אינטליגנציה רגשית, השתתפות בטיפול, ותפיסה חיובית של האינטליגנציה הרגשית של בן הזוג יהיו גורמים ממתנים להשפעות הפמ"ב ויתרמו לשביעות רצון גבוהה יותר מהיחסים הזוגיים.

אינטליגנציה רגשית כמשאב חוסן ליחסים בעבודה

מחקרים מצאו קשר חיובי בין אינטליגנציה רגשית ובין מרכיבים שונים של הצלחה ושביעות רצון מעבודה הן אצל עובדים והן אצל מנהלים (Clarke & Ahmetoglu, Leutner, & Chamorro-Premuzic, 2011; Mahadi, 2017). לדוגמה, אינטליגנציה רגשית נמצאה קשורה באופן שלילי לקורבנות ולהצקות בקרב עובדים (Mavroveli & Sánchez-Ruiz, 2011), מנהלים עם אינטליגנציה רגשית גבוהה מצליחים להכיר ברגשות ובנקודת הראות של הכפופים (Wolff, Pescosolido, & Druskat, 2002), הם יותר רגישים לרגשות של הכפופים להם ומתייחסים אליהם בקבלה ובעידוד (Law, Wong, & Song, 2004). עובדים עם אינטליגנציה רגשית גבוהה יכולים לווסת טוב יותר את רגשותיהם (Vesely, Saklofske, & Nordstokke, 2014), וכך במקום העבודה הם מסוגלים לזהות טוב יותר את הרגשות של לחץ ותסכול, ולווסת אותם על מנת להפחית את השפעתם (Platsidou, 2010). ההצלחה בעבודה קשורה גם למימדים שונים של אינטליגנציה רגשית כגון הערכה עצמית, אופטימיות ופתרון קונפליקטים (Di Fabio & Saklofske, 2014).

השתתפות בטיפול כמשאב חוסן ליחסים בעבודה

ממחקרי הערכת התערבות עולה כי תכניות התערבות טיפוליות עשויות לשפר את הרווחה הנפשית, התקשורת והיחסים, ושביעות הרצון מהעבודה של העובדים. לדוגמה, בשנים האחרונות נערכו מספר

מחקרים שבדקו התערבות טיפולית קבוצתית של קבוצות קשיבות (mindfulness) והראו כי עובדים שהשתתפו בקבוצות להגברת הקשיבות היו פחות שחוקים, יותר שבעי רצון מהעבודה, פחות מתוחים, יותר חסינים ובעלי רווחה נפשית גבוהה יותר (Aikens et al., 2014; Hülshager, Alberts, Feinholdt, & Lang, 2013), התערבויות אימון המבוססות על עקרונות CBT נמצאו מקדמות שיפור תקשורת בין עובדים, העלאת הרווחה הנפשית וחזרה מוצלחת לעבודה לאחר דכאון (Sasaki et al., 2017; Wisenthal & Krupa, 2013).

ניתן לראות כי אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול רגשי הינם משאבים אשר יכולים לשפר את היחסים של עובדים במקום העבודה. אולם עד כה לא נבדק אם משאבים אלה יכולים למתן במקום העבודה את ההשפעות השליליות על יחסים שצפויים להיות לניצולי פמ"ב. במחקר הנוכחי אבחן את ההשערה שההשפעות השליליות של פמ"ב על יחסים משפיעות לרעה גם על היחסים של הניצולים במקום עבודתם יחסית לאנשים שחוו טראומה חד פעמית ולאנשים שלא חוו טראומה. יחד עם זאת, תבחן ההשערה כי המשאבים אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול עשויים למתן את ההשפעה השלילית וליצור יחסי עבודה טובים יותר במקום העבודה עבור ניצולי פמ"ב.

רציונל המחקר הנוכחי והתרומה הקלינית והתאורטית

מסקירת הספרות עולה כי המחקר בתחום הפמ"ב עוסק בעיקר בהשלכות השליליות של הפגיעה על תחומים שונים בחיים הבוגרים של הניצולים (בריאות פיסית ונפשית, יחסים בינאישיים, סימפטומים פוסט טראומטיים). בשנים האחרונות מתרחבת ההבנה כי לצד ההשלכות השליליות ארוכות הטווח, קיימים גם משאבי חוסן אשר יכולים להגן על אנשים מפני ההשלכות השליליות. ההבנה הזו מובילה להרחבת החקירה אחר משאבי חוסן שיאפשרו לניצולי פמ"ב לתפקד היטב למרות ההשפעות הפוטנציאליות של הפגיעה. המחקר הנוכחי נשען על "תאוריית שימור המשאבים" ומציע משאבי חוסן שעשויים לתרום ליחסים טובים יותר בשני תחומי חיים מרכזיים: זוגיות ועבודה. משאבי החוסן שיבחנו כאן כממתני השפעות הפגיעה הם: אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול רגשי. כאשר הבנה מעמיקה יותר של משאבי חוסן שלא נחקרו דיים, יכולה לאפשר פיתוח של תכניות התערבות שיהיו יעילות בהפחתת הקשיים הבינאישיים בזוגיות ובעבודה בקרב הניצולים. השגת משאבים יכולה להביא לשרשרת של השגת משאבים נוספים. הבנה של אינטליגנציה רגשית והשתתפות בטיפול כמשאבי חוסן ליחסים בזוגיות ובעבודה תוכל להביא לחיזוק משאבים אלה בקרב הניצולים ולשיפור תכניות ההתערבות למען רווחתם. וזאת מתוך התפיסה כי רווח של משאבים יוביל לרווח של משאבים נוספים ויגביר את חוסנם של הניצולים, ומתוך היידע המחקרי כי תכונת האינטליגנציה הרגשית ניתנת לשיפור בעזרת התערבויות טיפוליות.

מאחר וקיים מחסור במחקר אודות ההשלכות של פמ"ב על גברים ניצולים, המחקר הנוכחי יבחן את תרומת משאבי החוסן לשני המגדרים. הבנה טובה יותר של השלכות הפגיעה ומשאבי החוסן בקרב גברים ניצולים, והבנת הדמיון וההבדלים בין המגדרים, תאפשר פיתוח תכניות התערבות מתאימות לאוכלוסייה זו. כמו כן,

דרושה הבנה מעמיקה יותר של אבחנת הפוסט טראומה המורכבת, והשפעת מאפייני הפגיעה על ניצולי פמ"ב לשם בניית פרוטוקולים טיפוליים מתאימים.

השערות המחקר (ראה מודל ע"מ 23)

ארועים טראומטיים וסימפטומים פוסט טראומטיים ופוסט טראומטיים מורכבים

1. אנשים שחוו אירוע חד פעמי בעל פוטנציאל טראומטי עשויים לסבול מסימפטומי PTSD יותר מאנשים שלא חוו אירוע כזה.
2. ניצולי פגיעות מיניות מתמשכות בילדות עשויים לסבול מיותר סימפטומי PTSD ובנוסף להם סימפטומי CPTSD מאשר אנשים שחוו אירוע חד פעמי.
3. ככל שלאנשים יהיו יותר סימפטומי PTSD, יחסיהם הבינאישיים (בזוגיות ובעבודה) יהיו רעועים יותר.
4. היחסים הבינאישיים (בזוגיות ובעבודה) של אנשים שסובלים מסימפטומי CPTSD יהיו רעועים יותר משל אנשים שסובלים מסימפטומי PTSD.
5. יהיה קשר בין כמות הסימפטומים הפוסט טראומטיים ובין מאפייני הארוע, כאשר ככל שהפגיעה התחילה בגיל צעיר יותר, נמשכה זמן רב יותר, מידת הקירבה לפוגע היתה גבוהה יותר ותחושת האיום על החיים היתה גבוהה יותר – סימפטומי ה PTSD וה CPTSD יהיו רבים יותר והיחסים הבינאישיים רעועים יותר.
6. אנשים שהשתתפו בטיפול יהיו בעלי אינטליגנציה רגשית גבוהה ובעלי פחות סימפטומי PTSD מאלה שלא השתתפו בטיפול.

שביעות רצון מזוגיות:

1. ניצולי פמ"ב יהיו פחות שבעי רצון מהיחסים הזוגיים יחסית לאנשים שחוו טראומה חד פעמית, ועוד פחות שבעי רצון יחסית לאנשים שלא חוו טראומה.
2. הקשר בין פמ"ב לבין טיב היחסים הזוגיים יהיה חלש יותר בקרב ניצולים בעלי אינטליגנציה רגשית גבוהה יותר.
3. ככל שתפיסת האינטליגנציה הרגשית של בן/בת הזוג תהיה גבוהה יותר, שביעות הרצון מהזוגיות תהיה גבוהה יותר.
4. הקשר בין פמ"ב לבין טיב היחסים הזוגיים יהיה חלש יותר בקרב ניצולים שהשתתפו בטיפול רגשי.
5. תבחן השאלה האם יש הבדלים מובהקים בשביעות הרצון מזוגיות של ניצולי פמ"ב גברים לעומת ניצולות פמ"ב נשים.

טיב היחסים בעבודה:

1. היחסים בעבודה של ניצולי פמ"ב יהיו פחות טובים יחסית לאנשים שחוו טראומה חד פעמית, ועוד פחות טובים יחסית לאנשים שלא חוו טראומה.

2. הקשר בין פמ"ב לבין טיב היחסים בעבודה יהיה חלש יותר יותר בקרב ניצולים בעלי אינטליגנציה רגשית גבוהה יותר.

3. הקשר בין פמ"ב לבין טיב היחסים בעבודה יהיה חלש יותר בקרב ניצולים שהשתתפו בטיפול רגשי.

4. תבחן השאלה האם יש הבדל בטיב היחסים בעבודה בין ניצולים גברים לניצולות נשים.

מאפייני האירוע הטראומטי:

1. יהיה קשר בין מאפייני הפגיעה של הניצולים לבין טיב יחסיהם הבינאישיים (בזוגיות ובעבודה) כך שככל שהפגיעה נעשתה בגיל צעיר יותר, נמשכה זמן רב יותר, מידת הקירבה לפוגע היתה גבוהה יותר ותחושת האיום על החיים היתה גבוהה יותר – טיב היחסים הבינאישיים (בזוגיות ובעבודה) יהיה רעוע יותר.

2. הקשר בין מאפייני האירוע (גיל, משך, קירבה לתוקף ותחושת איום על החיים) לבין כמות סימפטומי PTSD ו-CPTSD יהיה חלש יותר בקרב ניצולים בעלי אינטליגנציה רגשית גבוהה ואשר השתתפו בטיפול רגשי.

- האינטליגנציה הרגשית, ההשתתפות בטיפול, כמות סימפטומי ה PTSD ו ה CPTSD ומאפייני האירוע הטראומטי יתרמו לטיב היחסים הבינאישיים של הניצולים מעבר לתמיכה החברתית.

שיטה

אוכלוסיה ואיסוף נתונים

במחקר ישתתפו גברים ונשים מעל גיל 18 שמנהלים מערכת יחסים זוגית משמעותית מעל שנה, ואשר עובדים במקום עבודה מעל שנה. ניתוח מקדים באמצעות תכנת "Gpower" (Faul, Erdfelder, Lang, & Buchner, 2007) הראה כי דרושים 172 נחקרים כדי לקבל אפקט בינוני ($d=.15$) עם 95% power, תוך שימוש בגרסיה רבת משתנים, עם 10 משתנים ואלפא = 0.05. הנתונים ייאספו על ידי הקמת אתר אינטרנטי ומילוי שאלונים מקוונים. כמו כן יופצו בקרב אתרים ופורומים הקשורים לנושא. מתוך מילוי השאלונים יתהוו שלוש קבוצות מחקר: אנשים שלא חוו טראומה, אנשים שחוו טראומה חד פעמית, אנשים שחוו טראומה מינית מתמשכת בילדות (לקבוצה זו יכנסו נחקרים שחוו טראומה מינית מתמשכת, נחקרים שחוו טראומות מתמשכות אחרות כגון שבי לא יכנסו למחקר).

ניתוח הנתונים

ייעשה בתכנת SPSS באמצעות מבחני t, מתאמים של פירסון, ניתוח שונות חד כיווני, מבחני רגרסיה ופרוצדורת PROCESS מודל 4.

כלי המחקר

שאלון פרטים דמוגרפיים - השאלון חובר לצורך המחקר הנוכחי וכולל מאפיינים אישיים כמו: גיל, השכלה, תעסוקה, מצב כלכלי, מצב משפחתי, דת ועוד (ראה נספח 1).

שאלון למדידת איכות זוגיות – (MQS-I) (לביא, 1995) מבוסס על הכלי האמריקאי ENRICH (Olson, Fowers & Olson, 1989) ועל הנוסח המקוצר של הכלי האמריקאי ENRICH (Fournier & Druckman, 1989)

1993). בשאלון זה 10 פריטים הבודקים את מידת שביעות הרצון, ההסכמה וההתאמה בין בני זוג במדדים: תכונות בן הזוג, תקשורת, פתרון קונפליקטים, כלכלה וכספים, התעניינות ופנאי, מיניות, הורות, קשר עם חברים ומשפחת מוצא, חלוקת תפקידים ודת (Fowers & Olson, 1986). התשובות ניתנות על רצף מ 1-7. לדוגמה: עד כמה אתה מקבלת את תכונות האופי של בן/בת זוגך? 1 = מאד מקבל, 7 = מאד לא מקבל. לבסוף מחשבים ציון כולל כך שציון גבוה יותר מבטא איכות קשר גבוהה יותר. הכלי נמצא כבעל רמות גבוהות של תקפות מבחנת ובו זמנית (Lavee, 1995). כלי זה נמצא בשימוש נרחב באוכלוסייה הישראלית והוא נמצא תקף ומהימן בקרב זוגות ישראלים. מהימנות העקביות הפנימית של הכלי נמצאה דומה לזו שבכלי המקורי (טווח שבין 0.81 ל 0.92) (Lavee & Ben-Ari, 2004) (ראה נספח 2).

טיב היחסים בעבודה ימדד בעזרת שלושה שאלונים המודדים מרכיבים מרכזיים ביחסים, כפי שנעשה במחקר של גיינה פריגוף (Prigoff, 1999):

מדידת תוקפנות ביחסים בעבודה – שאלון תוקפנות מקוצר (AQ- Aggression Questionnaire--Short Form) (Bryant & Smith, 2001), מבוסס על שאלון התוקפנות שבו 29 פריטים (Buss & Warren, 2000; Buss & Perry, 1992). עשו ניתוח גורמים שהוליד שאלון מקוצר בן 12 פריטים, שבו ארבעת המרכיבים (תוקפנות פיסית, תוקפנות מילולית, זעם ועוינות) נמצאה התאמה טובה ($GFI = .94$). המודל נוסה בשני מדגמים אמריקאים שמילאו את השאלון המקוצר. עבור שני המדגמים מקדמי המתאם היו טובים באופן כללי: תוקפנות פיסית (.80, .79), תוקפנות מילולית (.80, .83), זעם (.76, .76), ועוינות (.70, .75). ניתוחים נוספים סיפקו הוכחות תומכות לתוקף המבני של המודל והראו תוקף מבחין חזק לגורם ה"עוינות" המקוצר בהשוואה לקודמים. במחקר הנוכחי הנחקרים יתבקשו לענות על השאלון בהקשר של יחסיהם בעבודה. (ראה נספח 3)

תחושת בדידות חברתית בעבודה – סולם UCLA לבדידות חברתית (Russell, Peplau, & Cutrona, 1980) - מיועד למדוד בדידות בדיווח עצמי. מורכב מעשרים פריטים שמחציתם משקפים שביעות רצון מיחסים חברתיים, כגון "יש אנשים אליהם אני יכול לפנות", ומחציתם מתארים חוסר שביעות רצון, כגון, "אני מרגיש שאני לא בעניינים". הנבדק מתבקש לדרג באיזו מידה הנאמר בפריט מתאים לו, בסולם שבין "בכלל לא" = 1 לבין "במידה רבה" = 4. לאחר היפוך כיוון הפריטים החיוביים, מחשבים ציון כללי לכל נבדק על ידי מיצוע פריטי השאלון, כך שציון גבוה משקף יותר בדידות. נמצאה עקביות פנימית גבוהה ($\alpha = 0.92$), ומהימנות מבחן חוזר טובה לאחר 12 חודשים (המתאם בין שתי ההעברות עומד על 0.73). שימוש בכלי בעבודות קודמות בגרסה העברית העלה תכונות פסיכומטריות דומות (Solomon, 1993). במחקר הנוכחי הנחקרים יתבקשו לענות על השאלון בהקשר של יחסיהם בעבודה (ראה נספח 4).

שביעות רצון מתגמול חברתי בעבודה – שאלון ה (Seashore, Lawler) Satisfaction with Social Rewards (III, Mirvis, & Cammann, 1983) נגזר מתוך The Michigan Organizational Assessment Questionnaire (Cammann, Fichman, Jenkins, & Klesh, 1983). השאלון נועד לבחון עד כמה האדם שבע

רצון מהאינטראקציות עם העמיתים בעבודה. השאלון מורכב משלושה פריטים, והתשובות נעות על סולם ליקרט מ 1-7, כאשר 1=מאד לא שבע רצון ו 7= מאד שבע רצון. ציון גבוה מראה על שביעות רצון מהאינטראקציה עם העמיתים לעבודה (ראה נספח 5).

שאלון תמיכה חברתית - שאלון לדיווח עצמי (Multidimensional Scale of Perceived Social Support, 1988), השאלון פותח על ידי זימט, דהלם, זימט ופרלי (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, 1988) תורגם לעברית ע"י סטטמן (1995). השאלון בודק את התפיסה הסובייקטיבית של הנבדק לגבי התמיכה החברתית העומדת לרשותו, ומורכב מ 12 היגדים המתייחסים לתמיכה חברתית. הנבדק מתבקש לציין עד כמה כל אחד מההיגדים מתאים לתיאור הרגשתו לפי סולם של 1-7, כאשר ציון 1 משמעו "לא מתאים במידה רבה מאד" וציון 7 משמעו "מתאים במידה רבה מאד". ציון גבוה יותר משקף תמיכה חברתית נתפסת רבה יותר. מתוך השאלון מופקים שלושה גורמים: תמיכה מבני משפחה, תמיכה מחברים, ותמיכה מאחר משמעותי. תוקף השאלון נבדק על ידי מחבריו (Zimet et al., 1988) אשר מצאו מתאמים שליליים בין שלושת גורמי התמיכה לבין תסמיני דכאון וחרדה. כמו כן, מחברי השאלון מצאו עקיבות פנימית $\alpha = 0.85$ ו-0.91 לשלושת גורמי התמיכה החברתית. מחקרים שעשו שימוש בגירסה העברית של השאלון מצאו תוצאות דומות (באור, 2005; דנגור, 1993). (ראה נספח 6)

שאלון לזיהוי אירועים טראומטיים קודמים (SLESQ) (Goodman, Corcoran, Turner, Yuan, & Green, 1998) מטרת השאלון לזהות חשיפה קודמת לאירועים טראומטיים. הוא בנוי מ-13 סעיפים. 11 שאלות בודקות חשיפה לאירוע ספציפי (אלימות, חולי, תאונה וכו'). דוגמה לשאלה: "האם אי פעם היית מעורב בתאונה שהיה בה סיכון חיים?" עבור כל האירוע שהנבדק מאשר שקרה לו, הוא מתבקש לציין במלל חופשי: גיל בעת האירוע, תיאור האירוע, מידת החשיפה והפגיעה, מספר הפעמים שהתרחש או משך התרחשותו, פרטים על התוקף ומידת תחושת איום על החיים. מהימנותו של הכלי נבדקה על ידי מחבריו במבחן חוזר. ממוצע הסעיפים הצביע על מהימנות טובה $k=0.73$ ובדיקת תוקף מתכנס נמצאה 0.64. מתוך השאלונים יוצרו שלוש קבוצות: 1. אנשים שלא נחשפו לאירוע בעל פוטנציאל טראומטי. 2. אנשים שחווי אירוע חד פעמי כגון תאונה, פיגוע. 3. אנשים שחווי פגיעה מינית מתמשכת בילדות – מי שענה בשאלות 5-7 על יותר מארוע אחד ושהקורבן לא יכול היה להפרד מהתוקף (אנשים שחווי טראומות מתמשכות אחרות לא יכנסו למחקר, למשל, המצאות באיזור מלחמה לאורך זמן). (ראה נספח 7).

שאלון טראומה בינלאומי - International Trauma Questionnaire (ITQ; Version 1.5) (Cloitre, Roberts, Bisson, & Brewin, Unpublished manuscript; Hyland et al., 2017) השאלון תורגם לעברית בגרסתו הראשונית (Gilbar, Hyland, Cloitre, & Dekel, 2018), במחקר הנוכחי יועבר בגרסתו המעודכנת, לאחר אישור המחברים.

מדד דיווח עצמי לאינטליגנציה רגשית תכונתית (SRRI) - מדד לדיווח עצמי על שם סציוט (Schutte et al., 1998). הגרסה המקורית האנגלית תורגמה לעברית על ידי שני חוקרים דו לשוניים, ואז תורגמה שוב

לאנגלית על ידי חוקר שלישי דובר שתי השפות. המדד מורכב מ-33 פריטים. התשובות מדורגות על סולם הנע בין 1-5 כאשר 1=מסכים מאוד, ו 5= כלל לא מסכים. למשל: "כשאני מרגיש שינוי ברגשות שלי אז צצים במוחי רעיונות חדשים". מהימנות אלפא קרונבך הכוללת שנמצאה במחקר זה עבור גברים ונשים היא $\alpha=0.86$. (ראה נספח 8)

שאלון תפיסת האינטליגנציה הרגשית של בן/בת הזוג – גרסה מותאמת של שאלון ה-SRRI. הנחקרים ידרגו את בן הזוג שלהם בכל אחד ממדדי השאלון כפי שנעשה במחקר מסי' 6 על ידי סצ'וט וחבריה (Schutte et al., 2001).

שאלון השתתפות בטיפול רגשי ותפיסת איכות הטיפול – בחינה האם הנחקר/ת השתתף/ה בעבר או בהווה בתהליך טיפולי. נחקרים ששיבו בחיוב ישאלו על סוג ומשך הטיפול. וכן שאלון בן 6 פריטים לבדיקת איכות הקשר הטיפולי, שמטרתו לבדוק את האופן שבו הנחקר/ת תופס את הקשר כמשמעותי ומשביע רצון (בן ניסים, 2016). התשובות ניתנות על סולם ליקרט בן 5 דרגות הנע מ 1="במידה מועטה מאד" ועד 5="במידה רבה מאד". לדוגמה, "עד כמה הטיפול היה/הוא משמעותי עבורך". נמצאה עקביות פנימית אלפא של קרונבך 0.92 (בן ניסים, 2016) (ראה נספח 9).

אתיקה

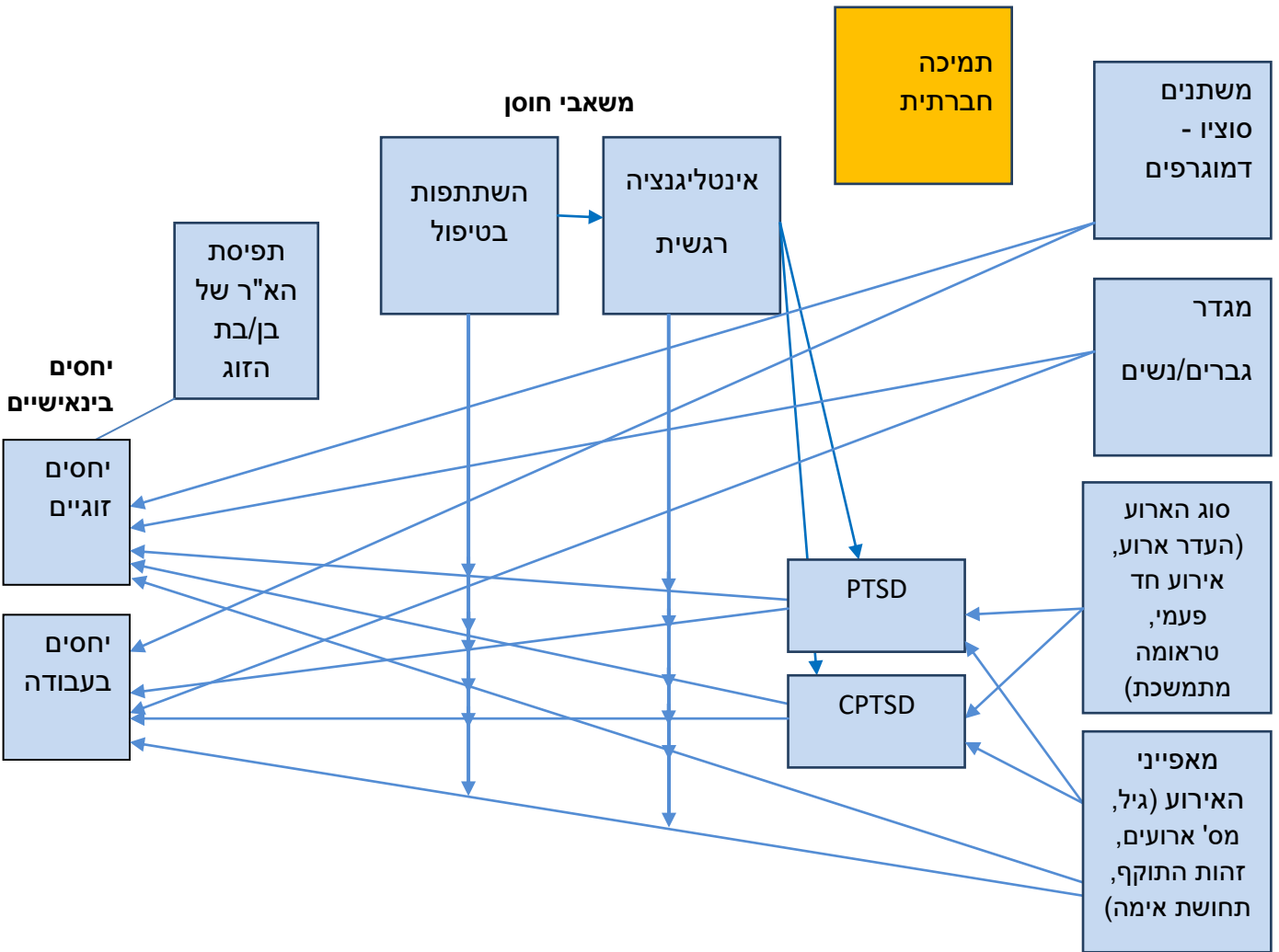
בתחילת השאלונים המקוונים יודגש נושא הוולונטריות והאנונימיות. כמו כן, מאחר ואני מרכזת יחידה לטיפול בנפגעות תקיפה מינית, על מנת למנוע כל תחושת לחץ או כפייה, ועל פי כללי האתיקה, השאלונים לא יופצו בקרב מטופלות שבהן אני מטפלת. תכני השאלונים, ובמיוחד אלה הקשורים לטראומות ולפגיעות מיניות עשויים לעורר מצוקה רגשית בקרב הנחקרים. בסוף השאלון תופיע רשימת מקומות אליהם ניתן לפנות בעת מצוקה, כולל כתובות וטלפונים.

מגבלות המחקר

1. תחום "משאבי החוסן" הינו תחום נרחב ביותר. המחקר הנוכחי מוגבל לשניים מתוך כלל המשאבים הניתנים לחקירה. כמו כן, משאב החוסן "השתתפות בטיפול" יחקר באופן מצומצם, ויבחנו הקריטריונים של ההשתתפות ושביעות הרצון. לא תעשה בדיקה של סוגי טיפול ומידת תרומתם לניצולים. במחקרי המשך יהיה מקום לבחון איזה סוג של טיפול יכול להוות גורם ממתן לסימפטומים פוסט טראומטיים ופוסט טראומטיים מורכבים ובהתאם לכך ליחסים הבינאישיים.
2. הנתונים במחקר ייאספו על ידי שאלונים לדיווח עצמי אשר נתונים להטיות מעצם היותם סובייקטיביים.
3. המחקר הינו מחקר קורלטיבי, אין דרך להסיק סיבה ותוצאה. המחקר בוחן השערות חד כווניות מתאמיות, כאשר במחקרים אחרים ניתן לבחון אותם משתנים בכווניות הפוכה, לדוגמה, כאן נבחנת התרומה של אינטליגנציה רגשית ליחסים בינאישיים אך במחקר אחר ניתן לבחון גם את התרומה של יחסים בינאישיים לאינטליגנציה רגשית.

3. מאחר והמחקר נעשה בנקודת זמן אחת, לא תהיה אפשרות לדעת על מידת אבדן המשאבים עבור הנחקרים.

מודל המחקר



משתנה התמיכה החברתית – משתנה בקרה, יוחזק על מנת לבחון את האינטליגנציה הרגשית וההשתתפות בטיפול מעבר לתמיכה החברתית.



רשימה ביבליוגרפית

- בן ניסים, ע. (2016). חשיפה עצמית ודיסוציאציה בקרב נפגעות ונפגעי טראומה : תרומתם של דפוסי התקשרות והתערבות טיפולית. בר אילן.
- גונן קרן. (2013). תקיפה מינית בתוך המשפחה ומחוצה לה.
- הרמן, ג. (1997). טראומה והחלמה. תל אביב : עם עובד.
- זמיר, א. (2011). התעללות בילדות וגורמי חוסן : אלקסיתימיה, ויסות רגשי, מודעות פסיכולוגית ואמפתיה בחיי הנישואים של נשים / אסנת זמיר ; בהדרכת יואב לביא. אוניברסיטת חיפה.
- Ahmetoglu, G., Leutner, F., & Chamorro-Premuzic, T. (2011). EQ-nomics: Understanding the relationship between individual differences in Trait Emotional Intelligence and entrepreneurship. *Personality and Individual Differences, 51*(8), 1028–1033.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.08.016>
- Aikens, K. a., Astin, J., Pelletier, K. R., Levanovich, K., Baase, C. M., Park, Y. Y., & Bodnar, C. M. (2014). Mindfulness goes to work: impact of an online workplace intervention. *Journal of Occupational and Environmental Medicine / American College of Occupational and Environmental Medicine*. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000209>
- Airila, A., Hakanen, J. J., Schaufeli, W. B., Luukkonen, R., Punakallio, A., & Lusa, S. (2014). Are job and personal resources associated with work ability 10 years later? The mediating role of work engagement. *Work and Stress, 28*(1), 87–105.
<https://doi.org/10.1080/02678373.2013.872208>
- Amato, P. R., Johnson, D. R., Booth, A., & Rogers, S. J. (2003). Continuity and change in marital quality between 1980 and 2000. *Journal of Marriage and Family*.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00001.x>
- Arias, B. J., & Johnson, C. V. (2013). Voices of healing and recovery from childhood sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse, 22*(7), 822–841.
<https://doi.org/10.1080/10538712.2013.830669>
- Armstrong, A. R., Galligan, R. F., & Critchley, C. R. (2011). Emotional intelligence and psychological resilience to negative life events. *Personality and Individual Differences, 51*(3), 331–336. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.03.025>
- Aspelmeier, J. E., Elliott, A. N., & Smith, C. H. (2007). Childhood sexual abuse, attachment, and trauma symptoms in college females: The moderating role of attachment. *Child Abuse and*

- Neglect*, 31(5), 549–566. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2006.12.002>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285. <https://doi.org/10.1037/ocp0000056>
- Banyard, V. L., Williams, L. M., & Siegel, J. A. (2003). Retraumatization Among Adult Women Sexually Abused in Childhood: Exploratory Analyses in a Prospective Study. *Journal of Child Sexual Abuse*, 11(3), 19–48. https://doi.org/10.1300/J070v11n03_02
- Banyard, V., Potter, S., & Turner, H. (2011). The impact of interpersonal violence in adulthood on women’s job satisfaction and productivity: The mediating roles of mental and physical health. *Psychology of Violence*, 1(1), 16–28. <https://doi.org/10.1037/a0021691>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*.
- Barth, J., Bermetz, L., Heim, E., Trelle, S., & Tonia, T. (2013). The current prevalence of child sexual abuse worldwide: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Public Health*. <https://doi.org/10.1007/s00038-012-0426-1>
- Bennett, S. E., Hughes, H. M., & Luke, D. A. (2000). Heterogeneity in Patterns of Child Sexual Abuse, Family Functioning, and Long- Term Adjustment. *Journal of Interpersonal Violence*, 15, 134–157. <https://doi.org/10.1177/088626000015002002>
- Bogar, C. B., & Hulse-Killacky, D. (2006). Resiliency Determinants and Resiliency Processes Among Female Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse. *Journal of Counseling & Development*, 84(3), 318–327. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00411.x>
- Bonanno, G. a. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *The American Psychologist*, 59(1), 20–8.
- Bonanno, G. a., & Mancini, A. D. (2012). Beyond resilience and PTSD: Mapping the heterogeneity of responses to potential trauma. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(1), 74–83. <https://doi.org/10.1037/a0017829>
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Shiffman, S., Lerner, N., & Salovey, P. (2006). Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 780–795. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.4.780>
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Attributions in Marriage: Review and Critique. *Psychological Bulletin*, 107(1), 3–33.

- Briere, J., & Scott, C. (2015). Complex Trauma in Adolescents and Adults: Effects and Treatment. *Psychiatric Clinics of North America*, *38*(3), 515–527.
- Bryant, F. B., & Smith, B. D. (2001). Refining the Architecture of Aggression: A Measurement Model for the Buss–Perry Aggression Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, *35*(2), 138–167. <https://doi.org/10.1006/jrpe.2000.2302>
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). Personality processes and individual differences: The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, *63*(3), 452–459.
- Carbone-Lopez, K. (2012). The Life Course Consequences of Childhood Sexual Assault Effects on Relationship Formation and Intimate Violence across Relationships. In Laura Carpenter and John DeLamater (Ed.), *Sex for Life : From Virginity to Viagra, How Sexuality Changes Throughout Our Lives* (pp. 88–106). NYU Press.
<https://doi.org/10.18574/nyu/9780814772522.003.0004>
- Carrère, S., Buehlman, K. T., Gottman, J. M., Coan, J. A., & Ruckstuhl, L. (2000). Predicting marital stability and divorce in newlywed couples. *Journal of Family Psychology*.
<https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.1.42>
- Carstensen, L. L., Graff, J., Levenson, R. W., & Gottman, J. M. (1996). Affect in intimate relationships: The developmental course of marriage. *Handbook of Emotion, Adult Development, and Aging*, 227–247. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/B978-012464995-8/50014-5>
- Cha, C. B., & Nock, M. K. (2009). Emotional intelligence is a protective factor for suicidal behavior. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *48*(4), 422–430. <https://doi.org/10.1097/CHI.0b013e3181984f44>
- Clark, A. E. (1997). LABOUR ECONOMICS Job satisfaction and gender: Why are women so happy at work? *Labour Economics*, *4*, 341–372.
- Clarke, N., & Mahadi, N. (2017). The significance of mutual recognition respect in mediating the relationships between trait emotional intelligence, affective commitment and job satisfaction. *Personality and Individual Differences*, *105*, 129–134.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.09.028>
- Cloitre, M., Garvert, D. W., Brewin, C. R., Bryant, R. A., & Maercker, A. (2013). Evidence for proposed ICD-11 PTSD and complex PTSD: A latent profile analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, *4*(SUPPL.). <https://doi.org/10.3402/ejpt.v4i0.20706>

- Cloitre, M., Garvert, D. W., Weiss, B., Carlson, E. B., & Bryant, R. A. (2014). Distinguishing PTSD, complex PTSD, and borderline personality disorder: A latent class analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, *5*.
- Cloitre, M., Stolbach, B. C., Herman, J. L., Van Der Kolk, B., Pynoos, R., Wang, J., & Petkova, E. (2009). A developmental approach to complex PTSD: Childhood and adult cumulative trauma as predictors of symptom complexity. In *Journal of Traumatic Stress* (Vol. 22, pp. 399–408). <https://doi.org/10.1002/jts.20444>
- Crowley, M. S., & Seery, B. L. (2001). Exploring the multiplicity of childhood sexual abuse with a focus on polyincestuous contexts of abuse. *Journal of Child Sexual Abuse: Research, Treatment, & Program Innovations for Victims, Survivors, & Offenders*, *10*(4), 91–110. https://doi.org/10.1300/J070v10n04_07
- Currie, J., & Widom, C. S. (2016). Long-Term Consequences of Child Abuse and Neglect on Adult Economic Well-Being, *15*(2), 111–120. <https://doi.org/10.1177/1077559509355316>
- Cutajar, M. C., Mullen, P. E., Ogloff, J. R. P., Thomas, S. D., Wells, D. L., & Spataro, J. (2010). Psychopathology in a large cohort of sexually abused children followed up to 43 years. *Child Abuse and Neglect*, *34*(11), 813–822. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2010.04.004>
- Daigneault, I., Hébert, M., & McDuff, P. (2009). Men's and women's childhood sexual abuse and victimization in adult partner relationships: A study of risk factors. *Child Abuse and Neglect*, *33*(9), 638–647. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2009.04.003>
- Di Fabio, A., & Saklofske, D. H. (2014). Promoting individual resources: The challenge of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, *65*, 19–23. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.026>
- DiLillo, D., Peugh, J., Walsh, K., Panuzio, J., Trask, E., & Evans, S. (2009). Child maltreatment history among newlywed couples: A longitudinal study of marital outcomes and mediating pathways. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *77*(4), 680–692. <https://doi.org/10.1037/a0015708>
- Dimitrova, N., Pierrehumbert, B., Glatz, N., Torrisi, R., Heinrichs, M., Halfon, O., & Chouchena, O. (2010). Closeness in relationships as a mediator between sexual abuse in childhood or adolescence and psychopathological outcome in adulthood. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, *17*(3), 183–195. <https://doi.org/10.1002/cpp.650>
- Ditlevsen, D. N., & Elklit, A. (2012). Gender, trauma type, and PTSD prevalence: a re-analysis

- of 18 nordic convenience samples. *Annals of General Psychiatry*.
<https://doi.org/10.1186/1744-859X-11-26>
- Domhardt, M., Mü Nzer, A., Rg, J., Fegert, M., & Goldbeck, L. (2015). Resilience in Survivors of Child Sexual Abuse: A Systematic Review of the Literature. *Trauma, Violence, & abuse, 16*(4), 476–493. <https://doi.org/10.1177/1524838014557288>
- Domhardt Munzer, A., Fegert, J. M. and Goldbeck, L., M. (2015). Resilience in Survivors of Child Sexual Abuse: A Systematic Review of the Literature. *Resilience in Survivors of Child Sexual Abuse: A Systematic Review of the Literature*.
<https://doi.org/10.1177/1524838014557288>
- Dorahy, M. J., Corry, M., Shannon, M., Webb, K., McDermott, B., Ryan, M., & F.w. Dyer, K. (2013). Complex trauma and intimate relationships: The impact of shame, guilt and dissociation. *Journal of Affective Disorders, 147*(1–3), 72–79.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.10.010>
- DSM 5 s Posttraumatic Stress Disorder with Dissociative Symptoms Challenges and Future Directions. (n.d.).
- Dube, S. R., Anda, R. F., Whitfield, C. L., Brown, D. W., Felitti, V. J., Dong, M., & Giles, W. H. (2005). Long-term consequences of childhood sexual abuse by gender of victim. *American Journal of Preventive Medicine, 28*(5), 430–438.
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2005.01.015>
- DuMont, K. A., Widom, C. S., & Czaja, S. J. (2007). Predictors of resilience in abused and neglected children grown-up: The role of individual and neighborhood characteristics. *Child Abuse and Neglect, 31*(3), 255–274. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2005.11.015>
- Easton S, D., & Kong J. (2017). Mental health indicators fifty years later: A population-based study of men with histories of child sexual abuse. *Child Abuse & Neglect, 63*, 273–283.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.09.011>
- Edmond, T., Auslander, W., Elze, D., & Bowland, S. (2006). Signs of Resilience in Sexually Abused Adolescent Girls in the Foster Care System. *Journal of Child Sexual Abuse, 15*(1), 1–28. https://doi.org/10.1300/J070v15n01_01
- Ehring, T., Welboren, R., Morina, N., Wicherts, J. M., Freitag, J., & Emmelkamp, P. M. G. (2014). Meta-analysis of psychological treatments for posttraumatic stress disorder in adult survivors of childhood abuse. *Clinical Psychology Review*.

<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.10.004>

- Engelberg, E., & Sjoberg, L. (2005). *Emotional Intelligence and Inter-Personal Skills. International handbook of emotional intelligence.*
- Fairweather, A., & Kinder, B. (2013). Predictors of relationship adjustment in female survivors of childhood sexual abuse. *Journal of Interpersonal Violence, 28*(3), 538–57. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22960946>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G* Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods, 39*(2), 175–191. Retrieved from <http://brm.psychonomic-journals.org/content/39/2/175.short>
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2015). A New Look at Social Support. *Personality and Social Psychology Review, 19*(2), 113–147. <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>
- Fergusson, D. M., McLeod, G. F. H., & Horwood, L. J. (2013). Childhood sexual abuse and adult developmental outcomes: Findings from a 30-year longitudinal study in New Zealand. *Child Abuse and Neglect, 37*(9), 664–674. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.03.013>
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1992). Assessing attributions in marriage: The Relationship Attribution Measure. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*(3), 457–468. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.62.3.457>
- Finkelhor, D. (1994). The international epidemiology of child sexual abuse. *Child Abuse and Neglect, 18*(5), 409–417. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(94\)90026-4](https://doi.org/10.1016/0145-2134(94)90026-4)
- Fowers, B. J., & Olson, D. (1993). ENRICH Marital Satisfaction Scale: A Brief Research and Clinical Tool. *Journal of Family Psychology, 7*(2), 176–185. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.7.2.176>
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1986). Predicting Marital Success With Prepare : a Predictive Validity Study. *Journal of Marital and Family Therapy, 12*(4), 403–413. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1986.tb00673.x>
- Gibson, R. L., & Hartshorne, T. S. (1996). Childhood sexual abuse and adult loneliness and network orientation. *Child Abuse & Neglect, 20*(11), 1087–1093. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(96\)00097-X](https://doi.org/10.1016/0145-2134(96)00097-X)
- Gil, S. (2014). Male Victims of Childhood Sexual Abuse by a Male or Female Perpetrator. *J Trauma Stress Disor Treat 3, 3, 2*. <https://doi.org/10.4172/2324-8947.1000128>

- Gil, S. (2016). Comparison between Males and Females Sexually Abused in Childhood by a Male or Female Perpetrator. *Journal of Traumatic Stress Disorders & Treatment, 4*(3).
<https://doi.org/10.4172/2324-8947.1000142>
- Gilbar, O., Hyland, P., Cloitre, M., & Dekel, R. (2018). ICD-11 complex PTSD among Israeli male perpetrators of intimate partner violence: Construct validity and risk factors. *Journal of Anxiety Disorders, 54*, 49–56. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.01.004>
- Godbout, N., Briere, J., Sabourin, S., & Lussier, Y. (2014). Child sexual abuse and subsequent relational and personal functioning: The role of parental support. *Child Abuse and Neglect, 38*(2), 317–325. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.10.001>
- Godbout, N., Sabourin, S., & Lussier, Y. (2009). Child Sexual Abuse and Adult Romantic Adjustment Comparison of Single-and Multiple-Indicator Measures. *Journal of Interpersonal Violence, 24*(4), 693–705. <https://doi.org/10.1177/0886260508317179>
- Goh, C. T., Koh, H. C., & Low, C. K. (1991). Gender effects on the job satisfaction of accountants in Singapore. *Work and Stress, 5*(4), 341–348.
- Goodman, L. A., Corcoran, C., Turner, K., Yuan, N., & Green, B. L. (1998). Assessing traumatic event exposure: general issues and preliminary findings for the Stressful Life Events Screening Questionnaire. *Journal of Traumatic Stress, 11*(3), 521–542.
<https://doi.org/10.1023/A:1024456713321>
- Guenette Francis. (2008). Women Survivors' Experiences of the intersection of abuse and work. *Canadian Journal of Career Development, 7*(2), 20–26.
- Hakanen, J. J., Peeters, M. C. W., & Schaufeli, W. B. (2017). Different Types of Employee Well-Being Across Time and Their Relationships With Job Crafting. *Journal of Occupational Health Psychology, 22*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1037/ocp0000081>
- Halbesleben, J. R. B. (2006). Sources of social support and burnout: A meta-analytic test of the conservation of resources model. *Journal of Applied Psychology, 91*(5), 1134–1145.
<https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.5.1134>
- Halbesleben, J. R. B., Neveu, J.-P., Paustian-Underdahl, S. C., & Westman, M. (2014). Getting to the “COR.” *Journal of Management, 40*(5), 1334–1364.
<https://doi.org/10.1177/0149206314527130>
- Heath, V., Bean, R., & Feinauer, L. (1996). Severity of childhood sexual abuse: Symptom differences between men and women. *American Journal of Family Therapy, 24*(4), 305–314.

<https://doi.org/10.1080/01926189608251043>

Hillberg, T., Hamilton-Giachritsis, C., & Dixon, L. (2011). Review of Meta-Analyses on the Association Between Child Sexual Abuse and Adult Mental Health Difficulties: A Systematic Approach. *Trauma, Violence, & Abuse, 12*(1), 38–49.

<https://doi.org/10.1177/1524838010386812>

Hobfoll, S. (2014). Resource caravans and resource caravan passageways: a new paradigm for trauma responding. *Intervention, 12*(December 2014), 21–32.

<https://doi.org/10.1097/WTF.0000000000000067>

Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist, 44*(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>

Hobfoll, S. E. (2011). Conservation of resource caravans and engaged settings. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 84*(1), 116–122.

<https://doi.org/10.1111/j.2044-8325.2010.02016.x>

Hobfoll, S. E. (2012). Conservation of Resources and Disaster in Cultural Context: The Caravans and Passageways for Resources. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes, 75*(3), 227–232. <https://doi.org/10.1521/psyc.2012.75.3.227>

Hobfoll, S. E., Bansal, A., Schurg, R., Young, S., Pierce, C. A., Hobfoll, I., & Johnson, R. (2002). The Impact of Perceived Child Physical and Sexual Abuse History on Native American Women's Psychological Well-Being and AIDS Risk. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 70*(1), 252–257. <https://doi.org/10.1037//0022-006X.70.1.252>

Hobfoll, S. E., & Ford, J. S. (2010). Conservation of Resources Theory. In *Encyclopedia of Stress* (pp. 562–567). <https://doi.org/10.1016/B978-012373947-6.00093-3>

Homma, Y., Wang, N., Saewyc, E., & Kishor, N. (2012). The relationship between sexual abuse and risky sexual behavior among adolescent boys: a meta-analysis. *The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine, 51*(1), 18–24. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2011.12.032>

Howell, K. H., & Miller-Graff, L. E. (2014). Protective factors associated with resilient functioning in young adulthood after childhood exposure to violence. *Child Abuse and Neglect, 38*(12), 1985–1994. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2014.10.010>

Hülshager, U. R., Alberts, H. J. E. M., Feinholdt, A., & Lang, J. W. B. (2013). Benefits of mindfulness at work: The role of mindfulness in emotion regulation, emotional exhaustion,

- and job satisfaction. *Journal of Applied Psychology*, *98*(2), 310–325.
<https://doi.org/10.1037/a0031313>
- Hunt, N., & Evans, D. (2004). Predicting traumatic stress using emotional intelligence. *Behaviour Research and Therapy*. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2003.07.009>
- Hyman, B., & Williams, L. (2001). Resilience Among Women Survivors of Child Sexual Abuse. *Affilia Summer AFFILIA*, *16*(2), 198–219. <https://doi.org/10.1177/08861090122094226>
- Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, *76*(1), 105–129.
<https://doi.org/10.1111/jomf.12077>
- Johnson, P. R., & Indvik, J. (1994). The impact of unresolved trauma on career management. *Journal of Workplace Learning*, *6*(4), 10–15. <https://doi.org/10.1108/13665629410071216>
- Johnson, P. R., & Indvik, J. (1995). Trauma brought into the workplace. *Journal of Managerial Psychology*, *10*(2), 26–32. <https://doi.org/10.1108/02683949510075551>
- Jonzon, E., & Lindblad, F. (2006). Risk factors and protective factors in relation to subjective health among adult female victims of child sexual abuse. *Child Abuse & Neglect*, *30*(2), 127–143. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2005.08.014>
- Kaniasty, K., & Norris, F. H. (2004). Social Support in the aftermath of disasters, catastrophes , and acts of terrorism: altruistic, overwhelmed, uncertain, antagonistic, and patriotic communities. *Bioterrorism: Psychological and Public Health Interventions*, *4*(4), xii, 363 p.
<https://doi.org/10.1037//1089-2680.6.4.307>
- Karakuş, Ö. (2012). Childhood abuse and attachment styles of adolescents. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, *10*(2), 645–658.
- Kataria, A., Garg, P., & Rastogi, R. (2013). Psychological Climate and Organizational Effectiveness: Role of Work Engagement. *IUP Journal of Organization Behaviour*, *12*(3), 33–46. Retrieved from
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=bth&AN=89529689&site=ehost-live>
- Kia-Keating, M., Sorsoli, L., & Grossman, F. K. (2010). Relational Challenges and Recovery Processes in Male Survivors of Childhood Sexual Abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, *25*(4), 666–683. <https://doi.org/10.1177/0886260509334411>
- Kiewitz, C., & Weaver, J. B. (2007). The Aggression Questionnaire (pp. 343–345). Los Angeles,

CA.

- Knefel, M., Garvert, D. W., Cloitre, M., & Lueger-Schuster, B. (2015). Update to an evaluation of ICD-11 PTSD and complex PTSD criteria in a sample of adult survivors of childhood institutional abuse by Knefel & Lueger-Schuster (2013): A latent profile analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, *6*, 1–6. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v6.25290>
- Knefel, M., & Lueger-Schuster, B. (2013). An evaluation of ICD-11 PTSD and complex PTSD criteria in a sample of adult survivors of childhood institutional abuse. *European Journal of Psychotraumatology ISSNOnline) Journal European Journal of Psychotraumatology*, *4*(1), 2000–8198. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v4i0.22608>
- Lamoureux, B. E., Palmieri, P. A., Jackson, A. P., & Hobfoll, S. E. (2012). Child sexual abuse and adulthood-interpersonal outcomes: Examining pathways for intervention. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, *4*(6), 605–613. <https://doi.org/10.1037/a0026079>
- Lavee, Y. (1995). The Marital Quality Scale: Clinical and research application. Paper presented at the annual conference of the Isr aeli Psychological Association, Beer Sheva.e.
- Lavee, Y., & Ben-Ari, A. (2004). Emotional expressiveness and neuroticism: do they predict marital quality? *Journal of Family Psychology : JFP : Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, *18*(4), 620–7. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.4.620>
- Law, K. S., Wong, C.-S., & Song, L. J. (2004). The Construct and Criterion Validity of Emotional Intelligence and Its Potential Utility for Management Studies. *Journal of Applied Psychology*, *89*(3), 483–496. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.89.3.483>
- Liu, Y., Prati, L. M., Perrewé, P. L., & Ferris, G. R. (2008). The relationship between emotional resources and emotional labor: An exploratory study. *Journal of Applied Social Psychology*. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2008.00398.x>
- Locke, E. A. (2005). Why emotional intelligence is an invalid concept. *Journal of Organizational Behavior*, *26*(4), 425–431.
- Luo, S. (2009). Partner selection and relationship satisfaction in early dating couples: The role of couple similarity. *Personality and Individual Differences*, *47*(2), 133–138. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.02.012>
- Luo, S., & Klohnen, E. C. (2005). Assortative Mating and Marital Quality in Newlyweds: A

- Couple-Centered Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *88*(2), 304–326.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.2.304>
- Lutz-Zois, C. J., Bradley, a. C., Mihalik, J. L., & Moorman-Eavers, E. R. (2006). Perceived similarity and relationship success among dating couples: An idiographic approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, *23*(6), 865–880.
<https://doi.org/10.1177/0265407506068267>
- Maniglio, R. (2009). The impact of child sexual abuse on health: A systematic review of reviews. *Clinical Psychology Review*. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.08.003>
- Maniglio, R. (2011). The role of child sexual abuse in the etiology of suicide and non-suicidal self-injury. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2010.01612.x>
- Marriott, C., Hamilton-Giachritsis, C., & Harrop, C. (2014). Factors promoting resilience following childhood sexual abuse: A structured, narrative review of the literature. *Child Abuse Review*, *23*(1), 17–34. <https://doi.org/10.1002/car.2258>
- Mavroveli, S., & Sánchez-Ruiz, M. J. (2011). Trait emotional intelligence influences on academic achievement and school behaviour. *British Journal of Educational Psychology*, *81*, 112–134. <https://doi.org/10.1348/2044-8279.002009>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*, *8*(4), 290–300.
<https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, *4*(3), 197–208. [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(05\)80058-7](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(05)80058-7)
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence. *Handbook of Intelligence*. <https://doi.org/10.1080/14766080903069364>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2015). *Attachment-related contributions to the study of psychopathology*. (V. Marcia, Ed.), *Handbook of psychodynamic approaches to psychopathology*. (guilford p). NY.
- Muller, R. T., Sicoli, L. A., & Lemieux, K. E. (2000). Relationship between attachment style and posttraumatic stress symptomatology among adults who report the experience of childhood abuse. *Journal of Traumatic Stress*, *13*(2), 321–332.

<https://doi.org/10.1023/A:1007752719557>

- Murphy, S., Elklit, A., Dokkedahl, S., & Shevlin, M. (2016). Testing the validity of the proposed ICD-11. PTSD and complex PTSD criteria using a sample from Northern Uganda. *European Journal of Psychotraumatology*. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v7.32678>
- Murray, L. K., Nguyen, A., & Cohen, J. A. (2014). Child Sexual Abuse. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2014.01.003>
- Mushtaq, R. (2014). Relationship Between Loneliness, Psychiatric Disorders and Physical Health ? A Review on the Psychological Aspects of Loneliness. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8(9). <https://doi.org/10.7860/JCDR/2014/10077.4828>
- New, A. S., Fan, J., Murrugh, J. W., Liu, X., Liebman, R. E., Guise, K. G., ... Charney, D. S. (2009). A Functional Magnetic Resonance Imaging Study of Deliberate Emotion Regulation in Resilience and Posttraumatic Stress Disorder. *Biological Psychiatry*, 66(7), 656–664. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2009.05.020>
- Noll, J. G., Shenk, C. E., Yeh, M. T., Ji, J., Putnam, F. W., & Trickett, P. K. (2010). Receptive Language and Educational Attainment for Sexually Abused Females. *PEDIATRICS*, 126(3), e615–e622. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-0496>
- Okpara, J. O. (2006). The Relationship of Personal Characteristics and Job Satisfaction: A Study of Nigerian Managers in the Oil Industry. *Journal of American Academy of Business, Cambridge*, 10(1), 49–58. Retrieved from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=bth&AN=22988193&site=ehost-live>
- Okpara, J. O., Squillace, M., & Erondu, E. a. (2005). Gender differences and job satisfaction: a study of university teachers in the United States. *Women in Management Review*, 20, 177–190. <https://doi.org/10.1108/09649420510591852>
- Olson, D. H., Fournier, D. G., & Druckman, J. M. (1989). *Prepare Preparemc, ENRICH inventories (3rd ed.)*. Minneapolis, MN: PREPARE/ENRICH.
- Pereda, N., Guilera, G., Forns, M., & Gómez-Benito, J. (2009). The international epidemiology of child sexual abuse: A continuation of Finkelhor (1994). *Child Abuse and Neglect*, 33(6), 331–342. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2008.07.007>
- Petrides, K. V., Mikolajczak, M., Mavroveli, S., Sanchez-Ruiz, M. J., Furnham, A., & Perez-Gonzales, J. C. (2016). Developments in Trait Emotional Intelligence Research. *Emotion*

Review, 8(4), 335–341.

- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425–448. <https://doi.org/10.1002/per.416>
- Platsidou, M. (2010). Trait Emotional Intelligence of Greek Special Education Teachers in Relation to Burnout and Job Satisfaction. *School Psychology International*, 31(1), 60–76. <https://doi.org/10.1177/0143034309360436>
- Pope, H. G., & Hudson, J. I. (1995). *Factors that mediate between child sexual abuse and adult psychological outcome. Psychological medicine (Print)*.
- prigoff gina L. (2000). *The relationship between childhood sexual abuse and interpersonal difficulties in the workplace. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*.
- Purvanova, R. K., & Muros, J. P. (2010). Gender differences in burnout: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 77(2), 168–185. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.04.006>
- Romano, E., & De Luca, R. V. (2001). Male sexual abuse: : A review of effects, abuse characteristics, and links with later psychological functioning. *Aggression and Violent Behavior*. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(99\)00011-7](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(99)00011-7)
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Saks, A. M. (2006). Antecedents and consequences of employee engagement. *Journal of Managerial Psychology*, 21(7), 600–619. <https://doi.org/10.1108/02683940610690169>
- Sasaki, N., Somemura, H., Nakamura, S., Yamamoto, M., Isojima, M., Shinmei, I., ... Tanaka, K. (2017). Effects of Brief Communication Skills Training for Workers Based on the Principles of Cognitive Behavioral Therapy. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 59(1), 61–66. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000924>
- Schneider, T. R., Lyons, J. B., & Khazon, S. (2013). Emotional intelligence and resilience. *Personality and Individual Differences*, 55(8), 909–914. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.07.460>
- Schumm, J. A., Doane, L. S., & Hobfoll, S. E. (2012). *Conservation of resources theory: The central role of resource loss and gain in understanding retraumatization*. (D. Melanie & V.

- M. Follette, Eds.), *Retraumatization: assessment, treatment, and prevention*. New York: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203866320>
- Schumm, J. A., Hobfoll, S. E., & Keogh, N. J. (2004). Revictimization and interpersonal resource loss predicts PTSD among women in substance-use treatment. *Journal of Traumatic Stress, 17*(2), 173–181. <https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000022624.53181.21>
- Schumm, J. A., Stines, L. R., Hobfoll, S. E., & Jackson, A. P. (2005). The double-barreled burden of child abuse and current stressful circumstances on adult women: The kindling effect of early traumatic experience. *Journal of Traumatic Stress, 18*(5), 467–476. <https://doi.org/10.1002/jts.20054>
- Schutte, N. S., & John M. (2001). Emotional Intelligence and Interpersonal Relations. *Journal of Social Psychology, 141*(4).
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., ... Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *Journal of Social Psychology, 141*(4), 523–536. <https://doi.org/10.1080/00224540109600569>
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences, 25*(2), 167–177. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4)
- Seashore, S. E. (1983). *Assessing organizational change : a guide to methods, measures, and practices*. Wiley series on organizational assessment and change.
- Senn, T. E., Carey, M. P., & Coury-Doniger, P. (2011). Self-defining as sexually abused and adult sexual risk behavior: Results from a cross-sectional survey of women attending an STD clinic. *Child Abuse Negl, 35*(5), 353–362. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.01.013>
- Sharma Pooja. (2017). Organizational culture as a predictor of job satisfaction: the role of gender and age. *Management, Pp. 35-48, 22*(1), 35–48.
- Sias, P. M. (2009). *Organizing Relationships: Traditional and Emerging Perspectives on Workplace Relationships*. SAGE Publications, Inc. Retrieved from <http://web.a.ebscohost.com.proxy1.athensams.net/ehost/detail/detail?nobk=y&vid=9&sid=2d55e831-e9b0-4afd-965f-2851f21d7d6c@sessionmgr4006&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbGl2ZQ==#AN=321355&db=e000xww>

- Simpson, C. L. (2010). Resilience in women sexually abused as children. *Families in Society*, *91*(3), 241–247. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.4001>
- Solomon, Z. (1993). *Combat Stress Reaction: The Enduring Toll of War. Plenum series on stress and coping*. new york: plenum. <https://doi.org/10.1007/978-1-4757-2237-6>
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, *5*(1). <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>
- Steine, I. M., Winje, D., Skogen, J. C., Krystal, J. H., Milde, A. M., Bjorvatn, B., ... Pallesen, S. (2017). Posttraumatic symptom profiles among adult survivors of childhood sexual abuse: A longitudinal study Downloaded for Anonymous User (n/a) at MACHBA-Bar. *Child Abuse & Neglect*, *67*(67), 280–293. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.03.002>
- Stevenson, B., & Wolfers, J. (2009). The paradox of declining female happiness. *American Economic Journal: Economic Policy*, *1*(2), 190–225. <https://doi.org/10.1257/pol.1.2.190>
- Stoltenborgh, M., van IJzendoorn, M. H., Euser, E. M., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2011). A Global Perspective on Child Sexual Abuse: Meta-Analysis of Prevalence Around the World. *Child Maltreatment*, *16*(2), 79–101. <https://doi.org/10.1177/1077559511403920>
- Strait, T. R. (2011). *Male survivors of childhood sexual abuse and difficulties at work. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*. Capella University. Retrieved from https://www.lib.uwo.ca/cgi-bin/ezpauthn.cgi?url=http://search.proquest.com/docview/870547447?accountid=15115%0Ahttp://vr2pk9sx9w.search.serialssolution.com?ctx%7B_%7Dver=Z39.88-2004%7B&%7Dctx%7B_%7Denc=info:ofi/enc:UTF-8%7B&%7Drfr%7B_%7Ddid=info:sid/PsycIN
- Styron, T., & Janoff-Bulman, R. (1997). Childhood attachment and abuse: Long-term effects on adult attachment, depression, and conflict resolution. *Child Abuse and Neglect*. [https://doi.org/10.1016/S0145-2134\(97\)00062-8](https://doi.org/10.1016/S0145-2134(97)00062-8)
- Sullivan, K. T., & Davila, J. (2010). *Support Processes in Intimate Relationships. Support Processes in Intimate Relationships*. new york: oxford. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195380170.001.0001>
- Sumer, N., Karanci, A. N., Berument, S. K., & Gunes, H. (2005). Personal resources, coping self-efficacy, and quake exposure as predictors of psychological distress following the 1999

- earthquake in Turkey. *Journal of Traumatic Stress, 18*(4), 331–342.
<https://doi.org/10.1002/jts.20032>
- Summerfeldt, L. J., Kloosterman, P. H., Antony, M. M., & Parker, J. D. A. (2006). Social anxiety, emotional intelligence, and interpersonal adjustment. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 28*(1), 57–68. <https://doi.org/10.1007/s10862-006-4542-1>
- Swopes, R. M., Simonet, D. V., Jaffe, A. E., Tett, R. P., & Davis, J. L. (2013). Adverse Childhood Experiences, Posttraumatic Stress Disorder Symptoms, and Emotional Intelligence in Partner Aggression. *Violence and Victims, 28*(3). <https://doi.org/10.1891/0886-6708.VV-D-12-00026>
- Tarakeshwar, N., Hansen, N. B., Kochman, A., Fox, A., & Sikkema, K. J. (2006). Resiliency among individuals with childhood sexual abuse and HIV: Perspectives on addressing sexual trauma. *Journal of Traumatic Stress, 19*(4), 449–460. <https://doi.org/10.1002/jts.20132>
- Taylor, J. E., & Harvey, S. T. (2010). A meta-analysis of the effects of psychotherapy with adults sexually abused in childhood. *Clinical Psychology Review*.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.05.008>
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2007). Regulation of positive emotions: Emotion regulation strategies that promote resilience. *Journal of Happiness Studies, 8*(3), 311–333.
<https://doi.org/10.1007/s10902-006-9015-4>
- Vesely, A. K., Saklofske, D. H., & Nordstokke, D. W. (2014). EI training and pre-service teacher wellbeing. *Personality and Individual Differences, 65*, 81–85.
- Walker, E. C., Sheffield, R., Larson, J. H., & Holman, T. B. (2011). Contempt and Defensiveness in Couple Relationships Related to Childhood Sexual Abuse Histories for Self and Partner. *Journal of Marital and Family Therapy, 37*(1), 37–50. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00153.x>
- Walsh, K., Fortier, M. A., & DiLillo, D. (2010). Adult coping with childhood sexual abuse: A theoretical and empirical review. *Aggression and Violent Behavior*.
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2009.06.009>
- Watkins, M. P., & Meredith, W. (1981). Spouse similarity in newlyweds with respect to specific cognitive abilities, socioeconomic status, and education. *Behavior Genetics, 11*(1), 1–21.
<https://doi.org/10.1007/BF01065824>
- Whisman, M. A. (2006). Childhood trauma and marital outcomes in adulthood. *Personal*

- Relationships*, 13(4), 375–386. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00124.x>
- Whiteman, S., McHale, S., & Crouter, A. (2007). Longitudinal Changes in Marital Relationships : The Role of Offspring ' s Pubertal Development. *Journal of Marriage and Family*, 69(November), 1005–1020. <https://doi.org/ISSN:ISSN-0022-2445>
- Williams, J., & Nelson-Gardell, D. (2012). Predicting resilience in sexually abused adolescents. *Child Abuse and Neglect*, 36(1), 53–63. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.07.004>
- Wilson, S. M., & Ferch, S. R. (2005). Enhancing Resilience in the Workplace Through the Practice of Caring Relationships. *Organization Development Journal*, 23(4), 45–60.
Retrieved from
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=bth&AN=19282781&site=ehost-live&scope=site>
- Wisenthal, A., & Krupa, T. (2013). Cognitive work hardening: A return-to-work intervention for people with depression. *Work*, 45(4), 423–430. <https://doi.org/10.3233/WOR-131635>
- Wolff, S. B., Pescosolido, A. T., & Druskat, V. U. (2002). Emotional intelligence as the basis of leadership emergence in self-managing teams. *Leadership Quarterly*, 13(5), 505–522.
[https://doi.org/10.1016/S1048-9843\(02\)00141-8](https://doi.org/10.1016/S1048-9843(02)00141-8)
- World Health Organization . *Report of the consultation on child abuse prevention (WHO/HSC/PVI/99.1) World Health Organization; Geneva (Switzerland): 1999. Available at: <http://www.who.int/mip2001/files/2017/childabuse.pdf>* (n.d.).
- Wright, M. O. D., Fopma-Loy, J., & Fischer, S. (2005). Multidimensional assessment of resilience in mothers who are child sexual abuse survivors. *Child Abuse and Neglect*, 29(10), 1173–1193. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2005.04.004>
- Wright, M. O., Fopma-Loy, J., & Fischer, S. (2005). Multidimensional assessment of resilience in mothers who are child sexual abuse survivors. *Child Abuse & Neglect*, 29(10), 1173–1193. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2005.04.004>
- Yancey, C. T., & Hansen, D. J. (2010). Relationship of personal, familial, and abuse-specific factors with outcome following childhood sexual abuse. *Aggression and Violent Behavior*. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2010.07.003>
- Zabary, K., Zabary Supervised by, K., & Lev-Wiesel, R. (2013). *The relationship between Child Sexual Abuse, Feeling of Shame and Fear of Intimacy in Women ' s relationship with Male Spouse*. University of Haifa.

Zeidner, M., Kloda, I., & Matthews, G. (2013). Does dyadic coping mediate the relationship between emotional intelligence (EI) and marital quality? *Journal of Family Psychology*, *27*(5), 795–805. <https://doi.org/10.1037/a0034009>

Zeidner, M., Roberts, R. D., & Matthews, G. (2008). The science of emotional intelligence: Current consensus and controversies. *European Psychologist*, *13*(1), 64–78. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.13.1.64>

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

Zinzow, H., Seth, P., Jackson, J., Niehaus, A., & Fitzgerald, M. (2010). Abuse and parental characteristics, attributions of blame, and psychological adjustment in adult survivors of child sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*, *19*(1), 79–98. <https://doi.org/10.1080/10538710903485989>

נספח 1

שאלון פרטים דמוגרפיים

נודה לך אם תתנאי לנו מספר פרטים על עצמך:

1	מין	זכר/נקבה
2	שנת לידה	
3	ארץ לידה	1. ישראל 2. צפון אפריקה 3. דרום אפריקה 4. אירופה 5. חבר העמים 6. צפון אמריקה 7. דרום אמריקה
4	שנת עליה	
5	ארץ לידה של אמך	1. ישראל 2. צפון אפריקה 3. דרום אפריקה 4. אירופה 5. חבר העמים 6. צפון אמריקה 7. דרום אמריקה
6	ארץ לידה של אביך	1. ישראל 2. צפון אפריקה 3. דרום אפריקה 4. אירופה 5. חבר העמים 6. צפון אמריקה 7. דרום אמריקה
7	דת	1. חרדי 2. דתי 3. מסורתי 4. חילוני
8	השכלה	1. יסודית 2. תיכונית 3. תואר ראשון 4. תואר שני 5. תואר שלישי 6. אחר
9	מצב כלכלי	1. מתחת לממוצע 2. ממוצע 3. מעל הממוצע
10	זוגיות	1. נישואין 2. חיים יחד בדירה.
11	משך הזוגיות הנוכחית	1. שנה עד שנתיים 2. שנתיים עד חמש 3. חמש עד עשר 4. עשר שנים ומעלה
12	עבודה	1. עבודה מקצועית בתעשייה 2. עבודה מקצועית בשירותים 3. עבודה בלתי מקצועית בתעשייה 4. עבודה בלתי מקצועית בשירותים 5. אחר
13	משך העבודה במקום הנוכחי	1. שנה – שנתיים 2. שנתיים – חמש 3. חמש – עשר 4. עשר שנים ומעלה.
14	ילדים	1. ללא ילדים 2. מס' ילדים מתחת לגיל 18 ____ 3. מס' ילדים מעל גיל 18

נספח 2

שאלון למדידת איכות זוגיות

לפניך סדרה של שאלות המתייחסות למערכת היחסים הזוגית שלך. לכל שאלה יש 7 אפשרויות לתשובה כאשר 1 ו 7 מסמנות את התשובות הקיצוניות ביותר.

הנך מתבקש/ת לסמן את הספרה המבטאת את האפשרות המתאימה לך ביותר:

1. עד כמה את/ה מקבל/ת את תכונות האופי של בן/בת זוגך?

מאד מרוצה							מאד לא מרוצה
1	2	3	4	5	6	7	

2. עד כמה את/ה ובן/בת זוגך יכולים לשוחח ביניכם על רגשותיכם וחוויותיכם?

לא משוחחים כלל							משתפים בכל דבר
1	2	3	4	5	6	7	

3. כאשר יש בעיות או כשצריך לקבל החלטות:

תמיד מגיעים להחלטה משותפת							לא מצליחים לגשר על חילוקי הדעות
1	2	3	4	5	6	7	

4. באיזה מידה יש ביניכם הסכמה על ההוצאות הכספיות לניהול העניינים הכלכליים שלכם?

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

5. באיזו מידה אתם נהנים מסוגי פעילויות או מבילויים דומים?

לכל אחד מאיתנו ובילויים שונים							אנחנו נהנים מאותם פעילויות ובילויים
1	2	3	4	5	6	7	

6. באיזו מידה קיימת ביניכם התאמה מינית?

התאמה מינית מלאה							אין ביננו התאמה מינית
1	2	3	4	5	6	7	

7. באיזו מידה יש ביניכם השקפות דומות ביחס לטיפול בילדים ולחינוכם?

השקפות דומות				השקפות שונות		
7	6	5	4	3	2	1

8. באיזו מידה יש ביניכם הסכמה על מידת הקשר עם המשפחה (הורים, אחים וכו') ועל צורת הקשר עמם?

הסכמה מלאה				אין הסכמה		
7	6	5	4	3	2	1

9. באיזו מידה את/ה שבע/ת רצון מחלוקת התפקידים ביניכם ומה שכל אחד צריך לעשות?

מאד לא שבע/ת רצון				מאד שבע/ת רצון		
7	6	5	4	3	2	1

10. באיזו מידה אתם יכולים לסמוך אחד על השני ולתת אמון זה בזה?

לא סומכים				יכולים לסמוך		
7	6	5	4	3	2	1

נספח 3

שאלון תוקפנות

לפניך מספר הגדים. אנא סמן/י את מידת ההתאמה של ההגדים ליחסיך עם אנשים בעבודה כאשר 1=בכלל לא מאפיין אותי ו 5=מאד מאפיין אותי.

1. בהנתן התגרות מספקת, אני עלולה/ה להכות אדם אחר שעובד איתי.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

2. ישנם אנשים בעבודה שהביאו אותי לכך שהחלפנו מהלומות

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. קרה שאיימתי על אנשים בעבודה

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4. אני מוצאת/את עצמי בעבודה לא מסכים/ה עם אנשים לעיתים קרובות.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. כאשר אנשים בעבודה לא מסכימים איתי, אני לא יכולה/ה שלא להכנס איתם לויכוח.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6. חברי לעבודה טוענים שאני וכחני/ת למדי

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

7. אני מתחמם/ת בקלות אבל נרגע/ת במהירה.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

8. לפעמים אני מתעצבן/ת ללא כל סיבה

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

9. קשה לי לשלוט במזג שלי

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

10. לפעמים אני מרגישה/ה שהחיים שלי דפוקים

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

11. נראה לי שאנשים אחרים מקבלים את כל ההזדמנויות

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

12. אני תוהה למה אני מרגיש/ה מריר בקשר לכל מיני דברים

5	4	3	2	1
---	---	---	---	---

נספח 4

שאלון בדידות בעבודה

המשפטים הבאים מתארים את יחסך בעבודה. ליד כל אחד מהמשפטים סמן/י באיזו מידה הנאמר מתאים לך:

המשפטים הבאים מתארים יחסים בין אנשים.
ליד כל אחד מהמשפטים סמן באיזו מידה הנאמר מתאים לך.

במידה רבה	במידה בינונית	במידה מעטה	בכלל לא	
_____	_____	_____	_____	1. אני מרגיש בראש אחד עם האנשים
_____	_____	_____	_____	2. חסר לי חברה
_____	_____	_____	_____	3. אין לי למי לפנות
_____	_____	_____	_____	4. אני לא מרגיש בודד
_____	_____	_____	_____	5. אני מרגיש חלק מחברת ידידים
_____	_____	_____	_____	6. יש לי הרבה במשותף עם אנשים סביבי
_____	_____	_____	_____	7. אני לא מרגיש קרוב לאף אחד
_____	_____	_____	_____	8. תחומי ההתעניינות שלי ורעיונותיי אינם כמו של האנשים בסביבתי
_____	_____	_____	_____	9. אני אדם מאד חברותי
_____	_____	_____	_____	10. יש אנשים שאני מרגיש קרוב אליהם
_____	_____	_____	_____	11. אני מרגיש שאני לא בעניינים
_____	_____	_____	_____	12. היחסים החברתיים שלי לא עמוקים (הם שטחיים)
_____	_____	_____	_____	13. אף אחד לא מכיר אותי ממש טוב
_____	_____	_____	_____	14. אני מרגיש מבודד מאחרים
_____	_____	_____	_____	15. כשאני רוצה אני יכול למצוא לי חברה
_____	_____	_____	_____	16. יש אנשים שממש מבינים אותי
_____	_____	_____	_____	17. אני מאושר כשאני מסוגר
_____	_____	_____	_____	18. אנשים הם מסכיבי אבל לא איתי באמת
_____	_____	_____	_____	19. יש אנשים שאיתם אני יכול לדבר
_____	_____	_____	_____	20. יש אנשים שאלהם אני יכול לפנות

נספח 5

שאלון שביעות רצון מתגמול חברתי בעבודה

לפנייך מספר הגדים לגבי שביעות רצונך מקשריך בעבודה. נא סמני תשובתך כאשר 1=מאד לא שבע רצון ו 7= מאד שבע רצון.

עד כמה את/ה שבעת רצון מ:

1. האנשים שאיתם את/ה עובד/ת

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

2. הכבוד שאת/ה מקבל/ת מהאנשים שאיתם את/ה עובד/ת

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

3. מהדרך שבה מתייחסים אלייך האנשים שאיתם את/ה עובד/ת?

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

נספח 6

שאלון תמיכה חברתית נתפסת

נספח מספר 3: שאלון תמיכה חברתית (MSPSS)

מבוקת יקרה,

אנו מבקשים לדעת מהי הרגשתך לגבי המשפטים הבאים.

התשובות האפשריות נעות מ-1 עד 7, כאשר הספרה 7 מציינת התאמה רבה מאוד של המשפט

להרגשתך, והספרה 1 מציינת אי התאמה רבה מאוד.

צייני בעיגול את התשובה המתאימה ביותר להרגשתך ברגע זה.

מתאים במידה רבה מאוד	מתאים במידה רבה מאוד	לא מתאים במידה רבה מאוד	מתאים במידה רבה מאוד				
7	6	5	4	3	2	1	1. יש אדם קרוב לי הנמצא בקרבתך כאשר אני נזקקת לו.
7	6	5	4	3	2	1	2. יש אדם קרוב שאני יכולה לשתף בצער ובשמחה.
7	6	5	4	3	2	1	3. משפחתי מנסה באמת לעזור לי.
7	6	5	4	3	2	1	4. אני מקבלת ממשפחתי את העזרה והתמיכה הרגשית שאני זקוקה לה.
7	6	5	4	3	2	1	5. יש אדם קרוב אלי המהווה לגביי מקור עידוד ממשי.
7	6	5	4	3	2	1	6. חבריי מנסים באמת לעזור לי.
7	6	5	4	3	2	1	7. אני יכולה לסמוך על חבריי / חברותיי כאשר מתעוררות בעיות.
7	6	5	4	3	2	1	8. אני יכולה לשוחח על בעיותיי עם משפחתי.
7	6	5	4	3	2	1	9. יש לי חברים/ות שאותם אני יכולה לשתף בשמחתי ובצערי.
7	6	5	4	3	2	1	10. יש אדם קרוב לי שרגשותיי חשובים לו.

11. משפחתי מוכנה לעזור לי לקבל החלטות. 1 2 3 4 5 6 7
12. אני יכולה לדבר על בעיותיי עם חבריי. 1 2 3 4 5 6 7

נספח 7

שאלון לזיהוי אירועים טראומטיים קודמים

1

שאלון קורות העבר

המשפטים הרשומים בהמשך מתייחסים לאירועים שעשויים היו להתרחש בנקודה כלשהי במהלך חיידך, גם בילדות הטוקדוטת. אם אירוע או מצב מתמשך קרה יותר מפעם אחת, רשום/רשמי בבקשה את כל המידע הידוע לך על מקרים נוספים בעמ' האחרון (שאלה מס' 14).

אל תתייחס/י לאירוע שבגללו הגעת לעורך הטיפול הנוכחי.

1. האם אי פעם היית חולה במחלה שיש בה סיכון חיים? 1. כן 2. לא

אם כן 2. באיזה גיל? _____

3. משך המחלה (בחודשים) _____

4. תאר/י את המחלה הספציפית. _____

2. האם אי פעם היית בתאונה שהיה בה סיכון חיים? 1. כן 2. לא

אם כן 2. באיזה גיל? _____

3. תאר/י את התאונה _____

4. האם מישהו נהרג? 1. כן 2. לא

5. מי? (הקשר שלו אליך) _____

6. אילו פציעות גופניות נפצעת? _____

7. האם אושפזת ליותר מיום אחד? 1. כן 2. לא

8. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?

בכלל לא	מעט מאוד	מעט	במידה בינונית	די הרבה	במידה רבה	במידה רבה מאוד	באופן קיצוני
0	1	2	3	4	5	6	7

3. האם אי פעם הופעל שימוש בכוח או בנשק נגדך במהלך שוד או תקיפה? 1. כן 2. לא

אם כן 2. באיזה גיל? _____

3. כמה תוקפים היו? _____

4. תאר/י את הכוח הפיזי (מתון, כוח רב) או הנשק שכיוון נגדך. _____

5. האם מישהו מת? 1. כן 2. לא 6. אם כן, מי? _____

7. אילו פגיעות את/ה פגעת? _____

8. האם חיידך היו בסכנה? 1. כן 2. לא

9. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?

בכלל לא	מעט מאוד	מעט	במידה בינונית	די הרבה	במידה רבה	במידה רבה מאוד	באופן קיצוני
0	1	2	3	4	5	6	7

4. האם מישהו ממשפחתך, בן זוג או חבר קרוב מאוד מת כתוצאה מתאונה, רצח, או התאבדות?

1. כן 2. לא

אם כן 2. באיזה גיל? _____

3. איך מת אדם זה? _____

4. מה הקשר שלך לאדם זה? _____

5. בשנה שקדמה למותו של אדם זה, מה הייתה תדירות המפגש/ קשר איתו/איתה? _____

6. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?

בכלל לא	מעט מאוד	מעט	במידה בינונית	די הרבה	במידה רבה	במידה רבה מאוד	באופן קיצוני
0	1	2	3	4	5	6	7

2

- 5** כשהיית ילד/ה, האם מישהו (הורה, בן משפחה אחר, בן זוג, זר או מישהו אחר) הכריח אותך פיזית לקיים עמו מגע מיני (מלא, אוראלי או אנאלי) בניגוד לרצונך או בזמן שהיית חסרת/ת אונים בצורה כלשהי? 1. כן 2. לא
- אם כן** 2. באיזה גיל? _____
3. כמה פעמים? 1. 1, 2. 2-4, 3. 5-10, 4. יותר מ-10
4. אם זה קרה יותר מפעם אחת, מה היה משכה של התקופה שבה זה קרה?
1. 6 חודשים או פחות, 2. 7 חודשים-שנתיים, 3. בין שנתיים ל-5 שנים, 4. 5 שנים או יותר
5. מי עשה את זה? (הורה, זר וכיו"ב)? _____
6. האם מישהו **אחר** עשה לך אי פעם דבר כזה? 1. כן 2. לא
7. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?
- | בכלל לא | מעט מאוד | מעט | במידה בינונית | די הרבה | במידה רבה | במידה רבה מאוד | באופן קיצוני |
|---------|----------|-----|---------------|---------|-----------|----------------|--------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

- 6** חוץ מהדברים שתוארו בשאלה מס' 5, האם אי פעם מישהו השתמש בכוח או באיום פיזי כדי **לנסות להכריח** אותך לקיים איתו מגע מיני (מלא, אוראלי או אנאלי) בניגוד לרצונך או בזמן שהיית חסרת/ת אונים בצורה כלשהי? 1. כן 2. לא
- אם כן** 2. באיזה גיל? _____
3. כמה פעמים? 1. 1, 2. 2-4, 3. 5-10, 4. יותר מ-10
4. אם זה קרה יותר מפעם אחת, מה היה משכה של התקופה שבה זה קרה?
1. 6 חודשים או פחות, 2. 7 חודשים-שנתיים, 3. בין שנתיים ל-5 שנים, 4. 5 שנים או יותר
5. מי עשה את זה? (הורה, זר וכיו"ב)? _____
6. האם מישהו **אחר** עשה לך אי פעם דבר כזה? 1. כן 2. לא
7. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?
- | בכלל לא | מעט מאוד | מעט | במידה בינונית | די הרבה | במידה רבה | במידה רבה מאוד | באופן קיצוני |
|---------|----------|-----|---------------|---------|-----------|----------------|--------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

- 7** חוץ מהדברים שתוארו בשאלות 5-6 לעיל, האם אי פעם מישהו נגע באיברים מוצנעים של גופך או הכריח אותך לגעת באיברים בגופו בניגוד לרצונך או בזמן שהיית חסרת/ת אונים בצורה כלשהי? 1. כן 2. לא
- אם כן** 2. באיזה גיל? _____
3. כמה פעמים? 1. 1, 2. 2-4, 3. 5-10, 4. יותר מ-10
4. אם זה קרה יותר מפעם אחת, מה היה משכה של התקופה שבה זה קרה?
1. 6 חודשים או פחות, 2. 7 חודשים-שנתיים, 3. בין שנתיים ל-5 שנים, 4. 5 שנים או יותר
5. מי עשה את זה? (האם את, מכר וכו)? _____
6. בן כמה היה אותו אדם? _____
7. האם מישהו **אחר** עשה לך אי פעם דבר כזה? 1. כן 2. לא
8. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?
- | בכלל לא | מעט מאוד | מעט | במידה בינונית | די הרבה | במידה רבה | במידה רבה מאוד | באופן קיצוני |
|---------|----------|-----|---------------|---------|-----------|----------------|--------------|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

8. כשהיית ילד/ה, האם הורה או מטפלת או אדם אחר היכו אותך באופן קבוע, תקפו או פגעו בך

בצורה אחרת? 1. כן 2. לא

אם כן 2. באיזה גיל? _____

3. כמה פעמים? 1. 1, 2. 2-4, 3. 5-10, 4. יותר מ-10

4. אם זה קרה יותר מפעם אחת, מה היה משכה של התקופה שבה זה קרה?

1. 6 חודשים או פחות, 2. 7 חודשים- שנתיים, 3. בין שנתיים ל-5 שנים,

4. 5 שנים או יותר

5. תארי את הכוח שהופעל כנגדך (מכות, חגורה וכו')

6. האם נפגעת? 1. כן 2. לא, אם כן, אנה תארי: _____

7. מי עשה את זה? (הקשר שלך אליו) _____

8. האם מישהו אחר עשה לך אי פעם דבר כזה? 1. כן 2. לא

9. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?

בכלל לא	מעט מאוד	מעט	במידה בינונית	די הרבה	במידה רבה	במידה רבה מאוד	באופן קיצוני
0	1	2	3	4	5	6	7

9. חוץ מהדברים שתארו בשאלה מס' 8, האם אי פעם ספגת בעיטות, מכות, או פגיעה פיזית

אחרת מבן זוג, מכר, אח, בן משפחה, זר או מישהו אחר? 1. כן 2. לא

אם כן 2. באיזה גיל? _____

3. כמה פעמים? 1. 1, 2. 2-4, 3. 5-10, 4. יותר מ-10

4. אם זה קרה יותר מפעם אחת, מה היה משכה של התקופה שבה זה קרה?

1. 6 חודשים או פחות, 2. 7 חודשים- שנתיים, 3. בין שנתיים ל-5 שנים,

4. 5 שנים או יותר

5. תארי את הכוח שהופעל כנגדך (מכות, חגורה וכו')

6. האם נפגעת? 1. כן 2. לא, אם כן, אנה תארי: _____

7. מי עשה את זה? (הקשר שלך אליו) _____

8. אם זה היה אח/ות, באיזה גיל הוא היה (היא הייתה)? _____

9. האם מישהו אחר עשה לך אי פעם דבר כזה? 1. כן 2. לא

10. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?

בכלל לא	מעט מאוד	מעט	במידה בינונית	די הרבה	במידה רבה	במידה רבה מאוד	באופן קיצוני
0	1	2	3	4	5	6	7

10. חוץ מהדברים שתארו בשאלות הקודמות, האם אי פעם מישהו איים עליך בנשק כמו סכין או

רובה? 1. כן 2. לא

אם כן 2. באיזה גיל? _____

3. כמה פעמים? 1. 1, 2. 2-4, 3. 5-10, 4. יותר מ-10

4. אם זה קרה יותר מפעם אחת, מה היה משכה של התקופה שבה זה קרה?

1. 6 חודשים או פחות, 2. 7 חודשים- שנתיים, 3. בין שנתיים ל-5 שנים,

4. 5 שנים או יותר

5. תארי את אופי האיום _____

6. מי עשה את זה? (הקשר שלך אליו) _____

7. האם מישהו אחר עשה לך אי פעם דבר כזה? 1. כן 2. לא

8. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?

בכלל לא	מעט מאוד	מעט	במידה בינונית	די הרבה	במידה רבה	במידה רבה מאוד	באופן קיצוני
0	1	2	3	4	5	6	7

4

11. האם היית אי פעם נוכח/ת בסיטואציה שבה אדם אחר נהרג, או נפצע באורח אנוש, או הותקף פיזית או מינית? 1. כן 2. לא
אם כן 2. באיזה גיל? _____
 3. אנא תאר/י מה ראית

4. האם חייך שלך היו בסכנה? 1. כן 2. לא
 5. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?
 בכלל לא מעט מאוד מעט די הרבה במידה בינונית במידה רבה במידה רבה מאוד באופן קיצוני
 0 1 2 3 4 5 6 7

12. האם אי פעם היית באיזשהו מצב שבו נפצעת באורח רציני או שחייך היו בסכנה (למשל, לחימה בשדה הקרב, או מגורים באזור מלחמה)? 1. כן 2. לא
אם כן 2. באיזה גיל? _____

3. האם תגובתך לאירוע הזה כללה פחד, אימה או זעזוע?
 בכלל לא מעט מאוד מעט די הרבה במידה בינונית במידה רבה במידה רבה מאוד באופן קיצוני
 0 1 2 3 4 5 6 7

13. האם אי פעם היית באיזשהו מצב שהיה מפחיד או מזעזע באופן קיצוני ולא הייתה אליו התייחסות בשאלות הקודמות? 1. כן 2. לא
אם כן 2. באיזה גיל? _____
 3. אנא תאר/י _____

14. אם אחד או יותר מהאירועים (או מצבים מתמשכים) שתוארו לעיל קרה לך יותר מפעם אחת (למשל, שני מקרי שוד, או שני אנשים שונים שפגעו בך באותו אופן), אנא רשום/רשמי בשורות הבאות את המקרים או המצבים הנוספים האלו. אנא רשום/רשמי את כל המידע המבוקש בתשובה לשאלה המקורית.

1. שאלה מס' _____ תאור: _____

2. שאלה מס' _____ תאור: _____

3. שאלה מס' _____ תאור: _____

15. לאחר שסיימת לענות על כל השאלות, האם היה אירוע או מצב שהתייחסת אליו בתשובה ליותר משאלה אחת? 1. כן 2. לא
אם כן, נא רשום/רשמי את מספרן של השאלות שלגביהן ענית בהתייחסות לאותו אירוע.

16. אופן ההצגה שלי את עצמי מותיר רושם טוב על אחרים. 5 4 3 2 1
17. כאשר אני במצב רוח טוב / חיובי פתרון בעיות הופך לדבר קל עבורי. 5 4 3 2 1
18. אני מסוגל לזהות רגשות שאנשים אחרים חווים על ידי התבוננות בהבעות הפנים שלהם. 5 4 3 2 1
19. אני יודע מה גורם לשינויים ברגשות שלי. 5 4 3 2 1
20. כאשר אני במצב רוח טוב / חיובי אני מצליח לחשוב על רעיונות חדשים. 5 4 3 2 1
21. אני שולט ברגשות שלי. 5 4 3 2 1
22. אני מסוגל לזהות בקלות את הרגשות שלי בזמן שאני חווה אותם. 5 4 3 2 1
23. אני מגביר את המוטיבציה שלי על ידי מחשבות על תוצאות טובות. 5 4 3 2 1
24. אני מחמיא לאחרים כאשר הם עושים משהו טוב. 5 4 3 2 1
25. אני מודע למסרים לא-מילוליים שאחרים שולחים. 5 4 3 2 1
26. כאשר אדם אחר מספר לי על אירוע או התנסות חשובה מאוד בחייו, אני תמיד מרגיש כאילו חוויתי או התנסיתי בחוויה זו בעצמי. 5 4 3 2 1
27. כאשר אני מרגיש שינויים ברגשות שלי, אני נוטה לחשוב על רעיונות חדשים. 5 4 3 2 1
28. כאשר אני נתקל באתגר, אני מוותר, היות וגם ככה רוב הסיכויים שאני אכשל. 5 4 3 2 1
29. אני יודע מה אנשים אחרים מרגישים רק מלהסתכל עליהם. 5 4 3 2 1
30. אני עוזר לאנשים אחרים להרגיש טוב יותר כאשר הם במצב רוח רע. 5 4 3 2 1
31. אני משתמש במצבי רוח טובים ככלי עזר בהתמודדות בפני מכשולים. 5 4 3 2 1
32. אני מסוגל להרגיש כיצד אנשים מרגישים על ידי הקשבה לטון הדיבור שלהם. 5 4 3 2 1
33. קשה לי להבין מדוע אנשים מרגישים כפי שהם מרגישים. 5 4 3 2 1

נספח 9

שאלון השתתפות בטיפול רגשי

לפניך מספר שאלות אודות השתתפותך בטיפול בהווה או בעבר. אנא השב/י על כל שאלה באמצעות הקפה בעיגול של התשובה המתאימה עבורך:

1. האם היית/הנך בטיפול? 1. לא 2. כן

במידה וכן:

2. איזה טיפול: 1. פסיכולוגי 2. פסיכיאטרי 3. טיפול באמנות פלסטית (ציור, פיסול) 4. טיפול בהבעה ויצירה כגון במוסיקה או תנועה. 4. שיקומי 5. אחר _____ (ניתן לסמן יותר מאחד)
3. אם סימנת יותר מטיפול אחד, איזה טיפול היה המשמעותי ביותר עבורך?
4. כמה זמן (בחודשים) היית/הנך בטיפול? _____
5. אם הטיפול הסתיים, לפני כמה זמן הוא היה (בחודשים)? _____
6. מה הסיבה המרכזית שהביאה אותך לטיפול?

לפניך מס' שאלות הנוגעות לאיכות הטיפול, אנא סמן/י בעיגול את התשובה המשקפת בצורה הטובה ביותר את מה שאת/ה חושב/ת או מרגיש/ה כאשר 1 = במידה מועטה מאד 5 = במידה רבה מאד.

	5 במידה רבה מאד	4 במידה רבה	3 במידה בינונית	2 במידה מועטה	1 במידה מועטה מאד	
						עד כמה הטיפול הוא/היה משמעותי עבורך
						עד כמה הטיפול סייע/מסייע לך
						עד כמה את/ה מרגיש/ה שהמפגש הטיפולי היה/הוא מקום בטוח עבורך
						עד כמה את/ה מרגיש/ה שאת/ה יכול לתת אמון במטפלת
						עד כמה את/ה מרגיש/ה שחל בך שינוי משמעותי

						כלשהו מאז שאת/ה בטיפול
--	--	--	--	--	--	------------------------------

באם תרצה/י, אנא פרטי/י במילותייך אודות משמעות הקשר הטיפולי עבורך ושינויים מרכזיים שחלו במסגרת הטיפול:
