

השאלון תורגם לעברית על ידי ראומה גדסי פולק, אוראל רחמים ורעות שטרן עבור דוברי עברית בישראל.

מספר נבדק _____

גרסת המתבגרים

שאלון עמדות/התנהגות הורה

הוראות: בפריטים הבאים, נא לציין בסולם מ-1 (מאוד לא סביר) עד 7 (סביר מאוד) את הסבירות שתגיב. בדרכים המפורטות עבור כל פריט. אנא קרא. כל פריט בעיון והגיב. בכנות ככל שתוכל. עבור כל תגובה, נא להקיף מספר בין 1-7.

1	2	3	4	5	6	7	סולם
							תגובה:
מאוד לא סביר			בינוני			סביר מאוד	

1. כשאני רואה את המתבגר/ת שלי כועס/ת על חבר/ה קרוב, אני בדרך כלל:

- PD 1 2 3 4 5 6 7 א. מרגיש.ה לא בנוח ומודאג.ת מההתמודדות עם הכעס שלו/ה
- EE 1 2 3 4 5 6 7 ב. מעודד.ת אותו/ה להביע את הכעס שלו/ה
- EFC 1 2 3 4 5 6 7 ג. מדבר.ת איתו/ה כדי להרגיע אותו/ה
- MIN 1 2 3 4 5 6 7 ד. אומר.ת לו/ה לא לעשות מזה כזה עניין גדול
- PUN 1 2 3 4 5 6 7 ה. מתרגז.ת עליו/ה על כך שאיבד/ה את העשתונות
- PFC1 2 3 4 5 6 7 ו. עוזר.ת לו/ה לחשוב על דברים לעשות כדי לפתור את הבעיה

2. כשהמתבגר/ת שלי מבואס/ת כי היה לו/ה יום רע, אני בדרך כלל:

- MIN1 2 3 4 5 6 7 א. אומר.ת לו/ה שבאמת אין לו/ה על מה להיות עצוב.ה
- EFC 1 2 3 4 5 6 7 ב. מנסה לגרום לו/ה לחשוב על הדברים הטובים שקרו
- EE1 2 3 4 5 6 7 ג. מקשיב.ה לו/ה מדבר על הרגשות שלו/שלה
- PD1 2 3 4 5 6 7 ד. מרגיש.ה לא בנוח באופן ניכר כשאני רואה שהוא/היא מרגיש/ה מדוכדך/ת
- PFC1 2 3 4 5 6 7 ה. עוזר.ת לו/ה לחשוב על דברים לעשות כדי לפתור את הבעיה שלו/ה
- PUN1 2 3 4 5 6 7 ו. אומר לו/ה "להתאפס" על עצמו.ה ולהפסיק להסתובב בבית עם פרצוף חמוץ

השאלון תורגם לעברית על ידי ראומה גדסי פולק, אוראל רחמים ורעות שטרן עבור דוברי עברית בישראל.

1	2	3	4	5	6	7	סולם תגובה:
			בינוני			סביר	
מאוד לא סביר						מאוד סביר	

3. כשהמתבגר/ת שלי נלחץ/ת מלהשתתף בהופעה או באירוע ספורטיבי, אני בדרך כלל:

- א. עוזר.ת ל/ה לחשוב על דברים לעשות כדי לוודא שהוא/היא עושה כמיטב יכולתו/ה
PFC 1 2 3 4 5 6 7
- ב. צועק.ת עליו/ה על כך שהוא/היא כל כך לחוצ.ה
PUN1 2 3 4 5 6 7
- ג. מנסה להרגיע אותו/ה בכך שעוזר ל/ה להסיח את דעתו/ה
EFC1 2 3 4 5 6 7
- ד. אומר.ת ל/ה לא לעשות מזה כזה עניין גדול
MIN1 2 3 4 5 6 7
- ה. מעודד.ת אותו/ה לדבר על מה שגורם ל/ה לכל כך הרבה חרדה
EE1 2 3 4 5 6 7
- ו. חושש.ת מהתמודדות עם העצבנות שלו/ה
PD1 2 3 4 5 6 7

4. כשהמתבגר/ת שלי כועס/ת כי הוא/היא לא יכול/ה להשיג משהו שהוא/היא באמת רוצה, אני בדרך כלל:

- א. מנסה לגרום ל/ה להרגיש טוב יותר על ידי כך שאני מצחיק.ה אותו/ה
EFC1 2 3 4 5 6 7
- ב. עוזר.ת ל/ה לחשוב על דרכים אחרות להשיג את מה שהוא/היא רוצה
PFC 1 2 3 4 5 6 7
- ג. מתעצבן.ת עליו/ה על כך שהוא/היא כועס/ת
PUN1 2 3 4 5 6 7
- ד. מרגיש.ה לא בנוח ולא רוצה להתמודד איתו/ה
PD1 2 3 4 5 6 7
- ה. אומר.ת ל/ה שזה טיפשי להתרגז כל כך
MIN1 2 3 4 5 6 7
- ו. מעודד אותו/ה לדבר על רגשות הכעס שלו/ה
EE1 2 3 4 5 6 7

5. כשהמתבגר/ת שלי עצוב/ה בגלל שחבר/ה פגע ברגשותיו/ה, אני בדרך כלל:

- א. נלחץ.ת מהתמודדות עם העצב שלו/ה
PD1 2 3 4 5 6 7
- ב. מעודד.ת אותו/ה לדבר על מה שמפריע ל/ה
EE1 2 3 4 5 6 7
- ג. מנסה לשמח אותו/ה
EFC1 2 3 4 5 6 7
- ד. אומר.ת ל/ה שהמצב לא גרוע כמו שהוא נראה
MIN1 2 3 4 5 6 7

השאלון תורגם לעברית על ידי ראומה גדסי פולק, אוראל רחמים ורעות שטרן עבור דוברי עברית בישראל.

ה. כועסת עליו/ה שהוא/היא לא יותר בשליטה על דברים PUN1 2 3 4 5 6 7

ו. עוזרת לוח/ה לחשוב על דרכים לשפר את הבעיה PFC1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7	סולם תגובה:
מאוד לא סביר			בינוני			סביר מאוד	

6. כשאני רואה את המתבגר/ת שלי נלחץ/ת ממשוהו בבית הספר, אני בדרך כלל:

א. אומר.ת לוח/ה שהוא/היא עושה מזה עניין גדול מדי MIN1 2 3 4 5 6 7

ב. מרגישה.ת עצבנית ומודאגת.ת מההתמודדות עם החרדה שלו/ה PD1 2 3 4 5 6 7

ג. כועסת עליו/ה שהוא/היא לא מתמודד/ת עם דברים טוב יותר PUN1 2 3 4 5 6 7

ד. מעודדת.ת אותו/ה לדבר על מה שמלחץ אותו/ה EE1 2 3 4 5 6 7

ה. עוזרת לוח/ה לחשוב על דברים לעשות כדי לפתור את הבעיה PFC1 2 3 4 5 6 7

ו. עוזרת לנחם ולהרגיע את רגשות החרדה שלו/ה EFC1 2 3 4 5 6 7

7. כשהמתבגר/ת שלי כועסת על בן משפחה, אני בדרך כלל:

א. מנסה לעזור לוח/ה לפתור את הקונפליקט PFC1 2 3 4 5 6 7

ב. מאיים.ת להעניש אותו/ה PUN1 2 3 4 5 6 7

ג. אומר.ת לוח/ה שהוא/היא מגזימה.ת MIN1 2 3 4 5 6 7

ד. מנסה לעזור לוח/ה להירגע EFC1 2 3 4 5 6 7

ה. מעודדת אותו/ה לבטא את רגשות הכעס שלו/ה EE1 2 3 4 5 6 7

ו. מרגישה.ת מאוד לא נוח ונמנעת מלהתמודד איתו/ה PD1 2 3 4 5 6 7

8. כשהמתבגר/ת שלי מבואסת בגלל שהוא/היא מתגעגע/ת למישהו שאכפת לוח/ה ממנו, אני בדרך כלל:

א. נלחץ.ת מלהתמודד איתו/ה ועם הרגשות שלו/ה PD1 2 3 4 5 6 7

ב. מעודדת אותו/ה לדבר על הרגשות שלו/ה כלפי האדם הזה EE1 2 3 4 5 6 7

ג. מנסה לגרום לוח/ה לחשוב על דברים אחרים EFC1 2 3 4 5 6 7

ד. אומר.ת לוח/ה שאין לוח/ה על מה להרגיש רע MIN1 2 3 4 5 6 7

השאלון תורגם לעברית על ידי ראומה גדסי פולק, אוראל רחמים ורעות שטרן עבור דוברי עברית בישראל.

ה. כועסת עליו/ה שהוא/היא לא שולטת ברגשות שלו/ה
PUN1 2 3 4 5 6 7
ו. עוזרת לו/ה לחשוב על דרכים ליצור קשר עם האדם שהוא/היא מתגעגע/ת אליו

PFC1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7	סולם תגובה:
מאוד לא			בינוני			סביר	
סביר						מאוד	

9. כשהמתבגר/ת שלי נהיה לחוץ/ה בגלל מצב חברתי כלשהו שהוא/היא צריך/ה להתמודד איתו (כגון פגישה רומנטית או מסיבה), אני בדרך כלל:

א. מנסה להרגיע אותה/ה על ידי כך שאני מציינת כמה כיף יהיה לו/ה
EFC1 2 3 4 5 6 7

ב. נותנת לו/ה עצה מה לעשות במצב החברתי
PFC1 2 3 4 5 6 7

ג. כועסת עליו/ה שהוא/היא כל כך אמוציונלית
PUN1 2 3 4 5 6 7

ד. מעדיפה לא להתמודד עם הלחץ שלה
PD1 2 3 4 5 6 7

ה. מעודדת אותה/ה לבטא את הרגשות שלה
EE1 2 3 4 5 6 7

ו. אומר/ת לו/ה שהוא/היא עושה עניין גדול מכלום
MIN1 2 3 4 5 6 7

MIN = minimization; PUN = punitive; EFC = emotion-focused coping; PFC = problem-focused coping; EE = Encourage emotion expression; PD = Personal distress