

## צמיחה מבוססת פעילות בקרב עקורי גוש קטיף

### ליאור אורן<sup>1</sup> ודפנה בורנשטיין<sup>2</sup>

1. המחלקה למדעי ההתנהגות, המרכז האוניברסיטאי אריאל בשומרון ומו"פ אזורי השומרון ובקעת הירדן
2. בית הספר לעבודה סוציאלית, המרכז האוניברסיטאי אריאל בשומרון

### מבוא

בשנים האחרונות עברו חוקרים מעיסוק בלעדי בהשלכות השליליות של התרחשות אירוע טראומטי, לחקר שינויים חיוביים, הקורים עקב חשיפה לאירוע טראומטי. לשינויים אלה מתייחסים חוקרים בצמיחה בעקבות טראומה (Posttraumatic growth, PTG), המוגדרת כ"תחושת שינוי פסיכולוגי חיובי, הנובע ממאבק עם נסיבות חיים מאתגרות במיוחד" (Tedeschi & Calhoun, 2004). הכוונה היא, כי לא רק שאדם מתאושש מהמשבר או חוזר לרמת תפקודו שלפני המשבר, אלא משתמש במשבר כהזדמנות להתפתחות אישית, וחווה שינוי לטובה באיכות תפקודו. מחקרים, מרביתם מהעשור האחרון, מדווחים על דרכים חיוביות שבהן השתנו חייהם של קורבנות טראומה כתוצאה מאירועים טראומטיים שעברו. למשל: חיילים שהשתתפו במלחמה, אזרחים שנפגעו במלחמות, אזרחים שנחשפו לאירועי טרור, אזרחים שהיו מעורבים בתאונות דרכים קטלניות או שחלו במחלות קשות (Helgeson Reynolds & Tomich, 2006). תופעה זו נחשבת לאחד מכיווני המחקר המבטיחים בחקר הלחץ (Thoits, 1995). לפי טדשי וקלהון (Tedeschi, & Calhoun, 2004), שינוי זה עשוי לקרות בחמישה תחומי חיים: קרבה רבה יותר לאחרים, זיהוי אפשרויות חדשות בחיים, תחושת חוזק אישי, התחזקות רוחנית והערכה מחודשת וחיובית יותר לחיים.

במחקר אורך זה, נבחנה צמיחה בעקבות טראומה בקרב עקורי גוש קטיף, שהוכרחו לעזוב את בתיהם באוגוסט 2005 בעקבות "תוכנית ההתנתקות". בעת העקירה היו בגוש 21 יישובים, רובם דתיים, שבהם התגוררו כ-8,600 תושבים. רוב התושבים הגיעו להתגורר בגוש מסיבות אידיאולוגיות, דתיות ופוליטיות, של יישוב ארץ ישראל השלמה ושמירה על גבולותיה, וראו ביישוב האזור שליחות חשובה. במשך כ-20 שנה היו התושבים חשופים לטרור פלסטיני, כאשר מספטמבר 2000 ועד מועד העקירה נמנו בגוש 15,057 מעשי טרור. למרות זאת, חשו התושבים קשר הדוק למקום מגוריהם, ולא ראו אותו כמסוכן (Billig, 2006). במחקר שנעשה לאחר שלוש שנות טרור, נמצאה בקרב התושבים שכיחות נמוכה יחסית של תגובות לחץ בעקבות טראומה, ממצא שהוסבר באידיאולוגיה דתית ופוליטית חזקה ובלכידות קהילתית (Kaplan, Matar, Kamin, Sadan & Cohen, 2005). תושבי הגוש, שראו בעקירה בגידה ברעיון הציוני, קיוו עד הרגע האחרון כי תוכנית ההתנתקות תבוטל, ובחודשים שלפני העקירה, רבים אף השתתפו באופן פעיל במאבק

פוליטי במאמץ לבטלה. רוב תושבי הגוש סירבו להתפנות, ונעקרו מבתיהם בכוח על ידי כוחות צבא ומשטרה. מאז העקירה ועד היום, גרים רוב העקורים באתרי מגורים זמניים, שאליהם פונו על ידי הממשלה, ונמצאו מחדלים חמורים בשיקומם, בעיקר בכל הקשור לדיוור ולתעסוקה (מבקר המדינה, 2006).

עקירה מאונס של תושבים מבתיהם היא תופעה מצערת, שהפכה לשכיחה בעשורים אחרונים. בעולם מונים 31.7 מיליון איש שמוגדרים כפליטים, מתוכם, 13.7 מיליון שיושבו מחדש בארצם (United Nations High Commissioner for Refugees, 2008). בסקירת מחקרים, שכללה אלפי פליטים שיושבו בארצות המערב, נמצא, כי 9% מהם סבלו מתגובת לחץ בעקבות טראומה (Fazel, Wheeler & D'Phil, 2005). ממחקרים אחרים עולה תמונה קשה בהרבה. למשל, בקרב פליטים בנפאל נמצא שכמחציתם סבלו מתגובת לחץ בעקבות טראומה (Thapa & Hauff, 2005), ובקרב פליטים בבוסניה נמצאו בעיות פסיכולוגיות קשות של אובדן ערך עצמי (Carballo et al., 2004). בישראל אירע מקרה דומה לעקירת גוש קטיף, והוא פינוי והריסת חבל ימית בשנת 1982. בקרב מפוני ימית נמצאו רמות לחץ בינוניות בעיקר בתקופת ההמתנה לפינוי (טוביאנה, מילגרם ופלח, 1988). יש לזכור, עם זאת, כי בימית מדובר היה ביישובים צעירים, וכמו כן, רוב התושבים התפנו מרצונם, בניגוד לעקורי גוש קטיף. במחקר שנערך בקרב עקורי גוש קטיף, אובחנו יותר מ-40% מהעקורים כסובלים מתגובת לחץ בעקבות טראומה (אורן, 2008). במחקר אורך זה נבחנה צמיחה בקרב עקורי גוש קטיף, תוך שימוש בתיאוריית שימור המשאבים (Conservation of Resources, Hobfoll, 2001).

### צמיחה בעקבות טראומה

כמה הסברים הוצעו לצמיחה בעקבות טראומה, כאשר רובם יוצאים מהגישה הקלינית, המדגישה מאפיינים אישיותיים ודמוגרפיים. חוקרים התומכים בגישה זו, מדגישים את אופן ההתמודדות של הנפגע, ורואים צמיחה כתוצאה של התמודדות חיובית מעצבת (Aldwin, 1994); צמיחה כהתמודדות קוגניטיבית, הכוללת הערכה מחדש ומציאת משמעות באירוע הטרומה, ומתבטאת בחשיבה והרהור בטרומה שקרתה (Tedeschi & Calhoun, 2004); או צמיחה כשם אחר לתהליכי התמודדות, הכוללים מציאת משמעות (Park & Folkman, 1997) או יצירת אשליה חיובית, התורמת להאדרה עצמית (Taylor & Armor, 1996). בניתוח-על (Helgeson et al., 2006) נמצאו דרכי התמודדות של הערכה חיובית מחדש, קבלה וגם הכחשה, כקשורים לצמיחה בעקבות טראומה. מאפייני אישיות, שנמצאו קשורים לצמיחה בעקבות טראומה, הם: מיקוד שליטה פנימי (Maercker & Herrle, 2003), חוסן (Zoellner & Maercker, 2006), אופטימיות ופתיחות להתנסויות (Tedeschi & Calhoun, 1996). מבחינת מאפיינים דמוגרפיים, נמצאו רמות צמיחה גבוהות, יחסית, בקרב הקבוצות הבאות: נשים, צעירים ובני קבוצות מיעוט (Zoellner & Maercker, 2006).

מבחינת הקשר שבין התגובה הטרומטית לצמיחה, טוענים טדשי וקלהון (Tedeschi & Calhoun, 1996), כי צמיחה עשויה להתרחש לאחר חוויית אירוע טראומטי קשה, ובעקבות התמודדות המלווה בעיבוד קוגניטיבי, ולכן תקרה זמן רב לאחר האירוע. מחקרים אכן מצאו, כי צמיחה מתרחשת בעקבות אירועים קשים, אך לא נמצא קשר בין עיבוד קוגניטיבי לצמיחה (Bonanno & Kaltman, 1999). גם מבחינת פרק הזמן שעבר

מאז האירוע, קיימים ממצאים סותרים (Frazier, Conlon, & Glaser, 2001). מחקרים מעטים עסקו בשאלה אילו אירועים יביאו לצמיחה. לפי וורטמן (Wortman, 2004), צמיחה תתרחש בעיקר בעקבות אירועים שהסתיימו בהצלחה (למשל, התמודדות והחלמה ממחלה קשה), בניגוד לאירועים שהסתיימו באובדן.

שאלה המעסיקה חוקרים רבים היא מהות הקשר שבין צמיחה בעקבות טראומה, לבין מדדי בריאות נפשית ופיזית. בסקירות ספרות (Zoellner & Maercker, 2006) ובניתוחי על (Helgeson et al., 2006) מובאים מחקרים, שבהם צמיחה בעקבות טראומה נמצאה קשורה להקלה, אך גם להחמרה במדדי מצוקה פסיכולוגיים. גם ביחס לבריאות גופנית ולאיכות חיים נמצאו ממצאים סותרים. ממצאים אלה הביאו כמה חוקרים לסבור, כי דיווחים על צמיחה עלולים להיות קשורים לשימוש בהתמודדות ממוקדת רגש, שנחשבת כיעילה פחות מאשר התמודדות הממוקדת בפתרון בעיות, וכי מדובר בצמיחה שאיננה אמיתית (Frazier & Kaler, 2006). ספקות גם עלו ביחס ליכולתו של שאלון דיווח עצמי לזהות צמיחה אמיתית בקרב נפגעים (Frazier et al., 2009).

בניסיון להתמודד עם בעיות אלה, מציעה תיאוריית שימור המשאבים (Conservation of Resources, Hobfoll, 2001) הסבר שונה למושג חדשני זה. התיאוריה מציעה מסגרת לניתוח לחץ ודרכי התמודדות, תוך התמקדות במשאבי הפרט והקהילה. התיאוריה טוענת, כי אנשים חווים לחץ 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 לחץ קשים אנשים עלולים לחוות סחרור שלילי של אובדני משאבים, כאשר אובדנים חדשים מתווספים לאלה הקיימים. מנגד, אנשים עשויים גם לחוות סחרור חיובי של רווח משאבים, תוך עשיית שימוש במשאבים שבידיהם. הובפול ועמיתיו (Hobfoll et al., 2007) רואים צמיחה בעקבות טראומה כרווח של משאבים, למשל, תחושת משמעות ואינטימיות. הם טוענים כי רווח משאבים, ולא מאפייני אישיות, הוא שישפיע על רמת הצמיחה של הנפגע. בהתייחס לממצאים הסותרים שנמצאו בין צמיחה למדדי בריאות נפשית, טוענים החוקרים, כי על מנת שצמיחה תביא תועלת לנפגע, היא חייבת להיות מתורגמת מתחושה קוגניטיבית לפעילות הקשורה לטראומה, כמו למשל, סיוע לקהילה. לצמיחה זו הם קוראים "צמיחה מבוססת פעילות" (Action-based Growth). מחקרם בנושא, שנעשה בקרב תושבי גוש קטיף ימים ספורים לפני העקירה, העלה ביקורות רבות. ביניהן, שלא נמדדה צמיחה כלל (Tedeschi, Calhoun & Cann, 2007); שהמחקר היה בר-זמני, והצמיחה נמדדה לפני העקירה (Stasko & Ickovics, 2007), וכן שהמחקר מעלה שאלות יותר משהוא מספק תשובות (Pat-Horenczyk & Brom, 2007). על חלק משאלות אלה מנסה מחקר אורך זה לענות.

## השערות המחקר

המטרה הראשונה במחקר זה הייתה בדיקה של רמת צמיחה בקרב עקורי גוש קטיף. לאור הממצא, כי תושבי הגוש הפגינו חוסן רב בהתמודדות עם טרור פלסטיני, הועלו השערות הבאות:

א. בקרב העקורים תימצא רמה גבוהה של צמיחה בעקבות טראומה.

- ב. משאבים הקשורים לאידיאולוגיה דתית ופוליטית, לתחושת משמעות, לאינטימיות וללכידות קהילתית, שסייעו לתושבי הגוש בהתמודדות עם טרור, ימצאו בקשר חיובי עם צמיחה בעקבות טראומה.
- ג. פעילות קהילתית, חברתית ופוליטית בזמן העקירה, ובשנים שלאחריה, תימצא בקשר חיובי עם צמיחה.
- ד. צמיחה תימצא בקשר חיובי עם שביעות רצון בתחומי חיים למיניהם, בעיקר בקרב עקורים שידווחו על היותם פעילים בעת העקירה ואחריה.

## השיטה

### א. הנבדקים

במחקר אורך זה השתתפו 94 נבדקים, שנענו לבקשת החוקרים בשלב הראשון, וציינו את פרטיהם האישיים, כדי שניתן יהיה לחזור אליהם. בלוח 1 מפורטים מאפייניהם האישיים. כפי שניתן לראות, 57.4% הם נשים, גיל ממוצע 35.8 (סטיית תקן 12.86), גרו ביישוב שנעקר במשך 15.22 שנים בממוצע (סטיית תקן 6.53). רובם דתיים מאוד ונשואים (66.3%), ולהם 4.4 ילדים בממוצע. 45.3% מהם ציינו, כי הם או בן משפחה קרוב נפגעו באירוע טרור. 41.6% מהם אובחנו, בזמן 1 במחקר זה, כסובלים מהפרעת לחץ פוסט-טראומטית בעקבות העקירה. לא נמצאו הבדלים, מבחינת מאפיינים דמוגרפיים, בין נבדקים שסירבו להשתתף בשלב השני של המחקר, לבין אלה שהסכימו (לבחינת מאפייניהם של 326 הנבדקים שהשתתפו בשלב ראשון של המחקר, ראה אורן 2008).

### לוח 1: אחוזים, ממוצעים וסטיות תקן של מאפייניהם הדמוגרפיים של משתתפי המחקר

מאפיין	ממוצע	סטיית התקן
גיל	35.8	12.86
מספר ילדים	4.4	3.12
שנות השכלה	14.8	3.17
רמת דתיות	4.45	.86
שנות מגורים ביישוב שנעקר	15.22	6.53

רמת דתיות: סקלה של 1-5, 1 = כלל לא דתי; 5 = דתי מאוד

### ב. כלי המחקר

בזמן 1 הועבר שאלון דיווח עצמי שכלל, בין היתר, את החלקים הבאים:

- מדד להפרעת לחץ פוסט-טראומטית (Posttraumatic Stress Disorder Inventory) (Solomon et al., 1993) (PTSDI) ובו 17 פריטים המתייחסים לסימפטומים של PTSD לפי ה-DSM (APA, 2000). הנבדקים התבקשו לציין, בעבור כל פריט, באיזו מידה הרגישו כך בהקשר לתהליך העקירה, על גבי סולם בן 4 דרגות, כאשר 1 משמעו "בכלל לא" ו-4 משמעו "במידה רבה מאוד". בהסתמך על קריטריון ה-DSM ועל מחקרים אחרים (לדוגמה: Bleich, Gelkopf & Solomon, 2003), נבדק אובחן כסובל

- מ-PTSD אם ציין בחיוב (ציון 3) סימפטום אחד לפחות של חזרה לא רצונית על הטראומה, שלושה סימפטומים של הימנעות ושניים של עוררות יתר. מהימנות פנימית של הסקאלה נמצאה גבוהה ( $\alpha=.91$ ) ולכן חושב ציון כללי למדד זה.
2. שאלון אסטרטגיות התמודדות מקוצר (Cope) (Carver, Scheier & Weintraub, 1989). בשאלון 30 פריטים, הבודקים 15 אסטרטגיות התמודדות. הנבדקים התבקשו לציין את המידה שבה הם משתמשים בכל דרך התמודדות, על גבי סולם בן 4 דרגות, כאשר 0 משמעו "בכלל לא" ו-3 משמעו "במידה רבה". בוצע ניתוח גורמים חקרני (Exploratory) לאסטרטגיות ההתמודדות לכלל הנבדקים, כאשר חילוף הגורמים נעשה בשיטת Varimax Rotation. נמצאו שני גורמים, ששימשו לבניית שתי סקאלות. אסטרטגיות ההתמודדות שזיכו לגורם על פי מידת טעינותם באותו הגורם, יחסית למידת טעינותם בגורמים האחרים. סקאלת התמודדות פעילה ( $\alpha=.83$ ) כללה התמודדות פעילה, דיכוי פעולות מתחרות, ראייה חיובית וצמיחה, תמיכה אינסטרומנטלית, תכנון, תמיכה רגשית ופנייה לדת. סקאלת התמודדות סבילה ( $\alpha=.74$ ) כללה שימוש באלכוהול ובסמים, הכחשה, ניתוק התנהגותי, ניתוק מחשבתי ואיפוק.
3. סקאלת חוסן (Hardiness Scale) (Kobasa, 1979), בת 50 פריטים בעבור שלושת מרכיבי החוסן – שליטה, אתגר ומעורבות. הנבדקים התבקשו לציין את מידת הסכמתם בכל פריט, על גבי סולם בן 4 דרגות, כאשר 0 משמעו "לא נכון לחלוטין" ו-3 משמעו "נכון לחלוטין". מהימנות הסקאלה נמצאה גבוהה ( $\alpha=.87$ ) ולכן חושב ציון כללי.
4. מדד להערכת יעדי התיישבות והגשמתם (טוביאנה, מילגרם ופלח, 1988). בסולם זה נכללו חמישה היגדים, וכל היגד תיאר יעד אחר, שאותו ביקש הנבדק להגשים באמצעות התיישבותו בגוש קטיף: אידיאולוגי – מבחינה לאומית, חברתית או דתית, אסטרטגי – ביטחוני – יצירת יישוב יהודי בלב אזור עוין, פוליטי – ניסיון למנוע החזרת האזור לפלסטינים, אישי – התיישבות בשטח שומם והפיכתו לפרורה, חומרי – השגת איכות ורמת חיים גבוהה. כל היגד דורג על סולם מ-1 ("חשוב ביותר") ועד 4 ("בכלל לא חשוב"). היגדים אלה הוערכו גם על סולם נוסף, שהתייחס למידת ההגשמה של היעד (היגד) מבחינת הנבדק, לפני העקירה. גם סולם זה היה בן ארבע דרגות: 1 ("הגשמה מלאה") עד 4 ("לא התגשם"). לציונים אלה בוצע היפוך סקלה. כדי לבחון את השפעת היעדים על צמיחה, חושבו ציוני מרכזיות בעבור חמשת היעדים, באמצעות הכפלת חשיבות היעד במידת השגתו.
5. שאלון פרטים אישיים, שכלל שאלות דמוגרפיות, שאלות על עמדות הנבדק כלפי תהליך העקירה, על תחושת קהילה (בעבר ובהווה), על מעורבות באירוע טרור, על רמת לחץ ועל תחושת משמעות ואופטימיות.
- בזמן 2 הועבר שאלון דיווח עצמי, שכלל את החלקים הבאים:
1. שאלון צמיחה פוסט-טראומטית (PTGI) (The Posttraumatic Growth Inventory) (Tedeschi & Calhoun, 1996). זהו שאלון מקובל, ובו 21 פריטים, המחולקים ל-5 ממדי צמיחה: קרבה לאחרים, אפשרויות חדשות, חוזק אישי, התחזקות רוחנית והערכה לחיים. המשתתפים התבקשו להעריך את המידה שבה חל בהם שינוי כתוצאה מהעקירה, על סולם בן 6 דרגות: 0 ("לא חל שינוי") עד 5 ("חל שינוי במידה רבה"). נשאלו שתי שאלות נוספות, שלא נכללו בחישוב הצמיחה: "גיליתי עד כמה משפחתי כמה ותומכת"; "אני חש קרוב יותר לקב"ה".

2. שאלון מצב עכשווי, שנבנה על סמך ראיונות עם עקורים, ובו התבקשו המשתתפים לציין כיצד הם תופסים כיום את מצבם, יחסית לתקופה שבה התגוררו בגוש קטיף, בתחומי חייהם השונים, על גבי סולם בן 7 דרגות (1 – "הורע בהרבה, 4 – "ללא שינוי", 7 – "הוטב בהרבה"). בוצע ניתוח גורמים חקרני (Exploratory) להערכות המשתתפים, כאשר חילוץ הגורמים נעשה בשיטת Varimax Rotation. נמצאו שני גורמים, ששימשו לבניית שתי סקאלות. תחומי חברה ומדינה כללו את התחומים: יכולת לסמוך על הנהגה דתית/רוחנית, יכולת לסמוך על הנהגת מדינת ישראל, יכולת לסמוך על הנהגה מקומית, חברת/קהילתי, דיור ובריאות גופנית. תחומים אישיים כללו את התחומים: קשר עם בן/בת זוג, דתיות/רוחניות, משפחה, בריאות נפשית ותעסוקה.
3. שאלות באשר למעורבות בפעילות חברתית/קהילתית/פוליטית בזמן העקירה ולאחריה, לרמת לחץ, לתחושת משמעות, לאופטימיות ולתפיסת תהליך העקירה כטראומטי. על השאלות התבקשו המשתתפים לענות באמצעות סולם בן 7 רמות (1 – "במידה מעטה"; 7 – "במידה רבה").

### ג. הליך המחקר

שאלוני המחקר הועברו לעקורים בהעברה יחידנית, באתרי המגורים הזמניים, שאליהם הופנו על ידי הממשלה, בזמן 1 (דצמבר 2005 – ספטמבר 2006) על ידי עוזרי מחקר, ובזמן 2 (אוקטובר 2008) על ידי החוקרת, תושבת גוש קטיף לשעבר. המחקר אושר על ידי ועדת האתיקה המוסדית. בשני זמני ההעברה היה השאלון אנונימי, ולווה במכתב פתיחה, שהדגיש את חשיבות המחקר והבטיח כי בנתונים ייעשה שימוש מחקרי בלבד. בזמן 1 התבקשו המשתתפים, בסוף השאלון, לציין דרך התקשרות עמם לצורך השתתפות במחקר המשך קצר. הדגימה הייתה דגימת נוחות, וההשתתפות במחקר הייתה על בסיס התנדבותי. לנבדקים המעוניינים בכך, הוצע לקבל משוב על השאלון שלהם, וכן את דוח המחקר הסופי.

### תוצאות

ממוצעים, סטיות תקן, מהימנויות ומתאמים בין משתני המחקר העיקריים מוצגים בלוח 2. כפי שניתן לראות, תגובת לחץ בעקבות טראומה נמצאה בקשר חיובי עם ממד הצמיחה "הערכת החיים". צמיחה בעקבות טראומה, ורוב ממדיה, נמצאו בקשר חיובי עם המצב בתחומים האישיים, ועם פעילות לאחר העקירה. ממדי הצמיחה "אפשרויות חדשות" ו"כוח אישי" נמצאו בקשר חיובי עם פעילות בזמן העקירה. ממד הצמיחה "קרבה לאחרים" נמצא בקשר חיובי עם המצב בתחומי החברה והמדינה. מרכזיות היעד הפוליטי נמצאה בקשר שלילי עם ממד הצמיחה "אפשרויות חדשות". מרכזיות יעד ההתיישבות החומרי נמצאה בקשר שלילי עם צמיחה בעקבות טראומה ועם רוב ממדיה. בנוסף, פעילות בזמן העקירה נמצאה בקשר שלילי עם המצב בתחומי החברה והמדינה. בהקשר למשתני האישיים (התמודדות, חוסן ואופטימיות) שנמדדו בזמן 1, תגובת לחץ בעקבות טראומה נמצאה בקשר חיובי עם התמודדות סבילה ( $r = .38; p < .0001$ ) ובקשר שלילי עם חוסן ( $r = -.23; p < .001$ ). לא נמצא כל קשר בין משתני האישיים שנמדדו, לבין צמיחה בעקבות טראומה וממדיה. בשאלה לגבי תמיכה משפחתית, היה הציון הממוצע 3.66 (סטיית תקן 1.57). בשאלה לגבי קרבה לקב"ה, היה הציון הממוצע 3.44 (סטיית תקן 1.58).

לוח 2: ממוצעים, סטיות תקן, מהימנויות ומתאמים בין משתני המחקר

משתנה	M	S.D.	Alpha	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. תגובת לרוץ בעקבות טראומה	2.35	.66	.91	-.01	.21	.08	-.02	.25*	.03	-.04	-.02	.05	.14	-.19	-.18	.08	.02
2. צמיחה בעקבות טראומה	2.89	.93	.93	.87**	.78**	.87**	.71**	.79**	-.09	-.16	-.18	.07	-.29**	.13	.41**	.19	.25*
3. קרבה לאחרים	2.62	1.01	.83	.54**	.71**	.71**	.61**	.53**	-.02	-.13	-.13	.07	-.29**	.21*	.41**	.13	.22*
4. אפשרויות חדשות	2.84	1.03	.75	.40**	.59**	.40**	.60**	.60**	-.16	-.18	-.25*	-.03	-.25*	.00	.34**	.25*	.21
5. חוץ אישי	3.18	1.13	.77	.55**	.55**	.55**	.55**	.66**	-.18	-.14	-.19	.04	-.21*	.11	.28**	.25*	.24*
6. התחזקות רותנית	3.25	1.42	.79	.77	.77	.77	.77	.55**	-.01	-.05	.04	.14	-.21*	.19	.54**	.05	.11
7. הערכת החיים	2.96	1.36	.77	.77	.77	.77	.77	.55**	.01	-.12	-.12	.12	-.17	.01	.17	.02	.18
8. מרכיזיות יעד אידיאולוגי	12.29	4.39								.61**	.37**	.55**	.20**	-.22*	-.09	.10	-.04
9. מרכיזיות יעד אסטרטגי	10.15	5.09								.49**	.55**	.20**	.20**	-.12	-.11	-.00	-.14
10. מרכיזיות יעד פוליטי	7.44	5.16								.39**	.21**	.21**	.21**	.20	-.09	-.11	-.10
11. מרכיזיות יעד אישי	11.51	4.51											.46**	.15	.00	-.10	.08
12. מרכיזיות יעד חומרי	9.02	5.02												-.07	-.23*	-.20	-.02
13. מצב בתחומי חברת ומדינה	2.85	.88	.72	.87**	.78**	.87**	.71**	.79**	-.09	-.16	-.18	.07	-.29**	.13	.33**	-.34**	.14
14. מצב בתחומים אישיים	4.41	1.03	.73	.73	.73	.73	.73	.73								-.11	.10
15. פעילות בזמן העקירה	4.19	1.98															.25*
16. פעילות לאחר העקירה	3.03	1.76															

\* = .05; \*\* = .01

**רמות צמיחה בעקבות טראומה בקרב עקורי גוש קטיף**

השערת המחקר הראשונה הייתה, כי בקרב עקורי גוש קטיף תימצא רמת צמיחה גבוהה יחסית. בהסתמך על מדד הצמיחה שהועבר, נמצאה בקרב העקורים רמת צמיחה מצרפית של 59.76 (סטיית תקן 20.57). רמה זו נחשבת בינונית ביחס לרמות הצמיחה שנמצאו בקרב נפגעי טראומה אחרים.

**ניבוי צמיחה בעקבות טראומה בקרב עקורי גוש קטיף**

השערת המחקר השנייה טענה, כי משאבים הקשורים לאידיאולוגיה ולתחושות משמעות, אינטימיות ולכידות קהילתית, ינבאו צמיחה בעקבות טראומה. בוצעו ניתוחי תסוגה (גרסיה) בשיטת סטפויז, שאליהם הוכנסו משתנים שנמצאו במתאמים מובהקים (p < .05) עם המשתנה המנובא. בשלב הראשון הוכנסו משתנים דמוגרפיים; בשלב השני הוכנסו משתני אישיות, ומשתנים הקשורים לתהליך ההתנתקות, שנמדדו בזמן 1, ובשלב השלישי הוכנסו משתני תפיסת מצב בתחומי החיים למיניהם, ופעילות בזמן העקירה ואחריה, שנמדדו בזמן 2.

בלוח 3 מוצגות תוצאות ניתוח גרסיה לניבוי צמיחה. כפי שניתן לראות, מודל הרגרסיה מסביר 65% מהשונות בצמיחה [F(3, 79) = 26.36; p < .0001]. השפעת יעד ההתיישבות החומרי, שהוכנס למודל הרגרסיה בשלב 2, נמצא קשור באופן שלילי לצמיחה והסביר 15% מהשונות. משתנה התמיכה מהמשפחה, שהוכנס בשלב 3, נמצא קשור באופן חיובי לצמיחה, והוסיף 39% לשונות המוסברת. משתנה הקשר לקב"ה, שהוכנס גם הוא בשלב 3, נמצא קשור גם הוא באופן חיובי לצמיחה, והוסיף 11% לשונות המוסברת בניבוי צמיחה בעקבות טראומה. תרומתם של כל אחד משלושת המשתנים נמצאה מובהקת.

**לוח 3: תוצאות ניתוח רגרסיה בשלבים לניבוי צמיחה בעקבות טראומה**

שלב 3 R2 = .65			שלב 2 R2 = .15			שלב 1			מנבאים
β	SE B	B	β	SE B	B	β	SE B	B	
						.21			מיגדר <sup>1</sup>
						.12			מספר ילדים <sup>1</sup>
						.13			רמת דתיות <sup>1</sup>
			.08						חשיבות יעד ההתיישבות החומרי <sup>1</sup>
			-.38*	.51	-1.41				השגת יעד ההתיישבות החומרי
.67***	1.34	8.29							תמיכת משפחה
.39**	1.46	5.24							קשר לקב"ה
-.05									מצב בתחומי חברה ומדינה <sup>1</sup>
.03									מצב בתחומים אישיים <sup>1</sup>
.07									תפיסת תהליך העקירה כטראומטי <sup>1</sup>
.07									מעורבות בזמן העקירה <sup>1</sup>
.06									מעורבות לאחר העקירה <sup>1</sup>

\* = p < .01; \*\* = p < .001; \*\*\* = p < .0001

(<sup>1</sup>) משתנים שהוצאו מנוסחת הרגרסיה



### קשר בין פעילות לצמיחה בקרב עקורי גוש קטיף

השערת המחקר השלישית טענה, כי ימצא קשר חיובי בין פעילות חברתית, קהילתית ופוליטית, בזמן העקירה ובשנים שאחריה, לבין צמיחה בעקבות טראומה. כדי לבחון השערה זו חולקו המשתתפים, על פי החציון, לשתי קבוצות המייצגות פעילות גבוהה ופעילות נמוכה. חלוקה זו בוצעה בעבור שני משתני הפעילות. בוצעו שני ניתוחי שונות חד-כיווניים על ציון הצמיחה. בניתוח הראשון, שבו נבדקה השפעת פעילות בזמן העקירה על רמת הצמיחה, נמצא אפקט מובהק לפעילות  $[F(1, 82) = 4.91; p < .05]$ . משמעו, שעקורים שהיו פעילים בתקופת העקירה, מדווחים על צמיחה רבה יותר, לעומת אלה שלא היו פעילים בתקופה זו. גם בניתוח השני, שבו נבדקה השפעת פעילות לאחר העקירה על רמת הצמיחה, נמצא אפקט מובהק לפעילות  $[F(1, 82) = 4.75; p < .01]$ . משמעו, שעקורים שהיו פעילים בשנים שלאחר העקירה, מדווחים על צמיחה רבה יותר, לעומת אלה שלא היו פעילים בתקופה זו.

### קשר בין צמיחה בעקבות טראומה לשביעות רצון בתחומי החיים השונים

ההשערה הרביעית טענה, כי ימצא קשר בין דיווח על צמיחה לשביעות רצון בתחומי החיים למיניהם, וכי קשר זה יהיה גבוה במיוחד בקרב עקורים שהיו פעילים בתקופת העקירה ואחריה. כדי לבחון השערה זו, חולקו משתתפי המחקר לשלוש קבוצות שוות, על פי רמת הצמיחה שעליה דיווחו. בוצעו 4 ניתוחי שונות דו-כיווניים  $2 \times 3$  (רמת פעילות  $x$  רמת צמיחה), על ציון שביעות הרצון מתחומי החיים. בניתוח הראשון נבדקה השפעתם של פעילות בתקופת העקירה ושל רמת הצמיחה על שביעות הרצון מהתחומים האישיים. נמצא אפקט מובהק לפעילות בתקופת העקירה  $[F(1, 79) = 6.07; p < .01]$ , וכן אפקט מובהק לצמיחה  $[F(2, 79) = 11.69; p < .0001]$ . משמעו, שנבדקים שהיו פעילים בתקופת העקירה, וכן שדיווחו על צמיחה רבה יותר, דיווחו על שביעות רצון גבוהה יותר בתחומים האישיים. בניתוח השני נבדקה השפעתם של פעילות בתקופת העקירה ושל רמת הצמיחה על שביעות הרצון מתחומי הקהילה והמדינה. בדומה לניתוח קודם, גם כאן, נמצא אפקט מובהק לצמיחה  $[F(2, 79) = 5.93; p < .01]$ . בניתוח השלישי נבדקה השפעתם של פעילות לאחר העקירה ושל רמת הצמיחה על שביעות הרצון מהתחומים האישיים. נמצא אפקט מובהק לפעילות בתקופת העקירה  $[F(1, 79) = 4.65; p < .05]$ . בניתוח האחרון נבדקה השפעתם של פעילות לאחר העקירה ושל רמת הצמיחה על שביעות הרצון מתחומי הקהילה והמדינה, ולא נמצא כל אפקט מובהק.

### דיון

מטרתו של מחקר אורך זה הייתה לבחון צמיחה בעקבות טראומה, בקרב תושבים שנעקרו מבתיהם בגוש קטיף, כאשר תיאוריית שימור המשאבים שימשה כבסיס תיאורטי שממנו נגזרו השערות המחקר. שלא כמשוער, רמת הצמיחה שנמצאה בקרב העקורים הייתה בינונית, בהשוואה למחקרים אחרים שהשתמשו באותו כלי המדידה (Powell, Rosner, Butollo, Tedeschi & Calhoun, 2003). לכך קיימים כמה הסברים אפשריים: ייתכן שאירועי טרור ומלחמות הם קיצוניים ולא רציונליים מכדי שיאפשרו צמיחה גבוהה יותר, בניגוד לאירועי חיים אנושיים ונורמטיביים, כמו מחלות או שכול (Stasko & Ickovics, 2007). ייתכן שאנשים המתאפיינים בחוסן גבוה, מתפקדים היטב גם במצבים קשים, ואינם

נזקקים כלל להתנהגויות המזוהות, מחקרית, עם צמיחה בעקבות טראומה (Westphal & Bonanno, 2007). על פי הסבר זה, ציוני צמיחה מתונים, שנמצאו, למשל, בממד הקרבה לאחרים או בממד הערכת החיים, עשויים להצביע על כך, שמלכתחילה היו ממדים אלה גבוהים בקרב העקורים. לבסוף, ייתכן שציוני הצמיחה שנמצאו נובעים מכך שהעקורים נמצאים עדיין, כהגדרתם, "בתוך אירוע הטראומה" ולא שוקמו על ידי המדינה. תמיכה בהסבר זה מספקת תיאוריית שימור המשאבים, שלפיה, בין המשאבים שישפיעו על צמיחה מצויים גם משאבים חומריים ומצבו הסוציו-אקונומי של הנפגע.

השערת המחקר השנייה טענה, כי משאבים הקשורים לאידיאולוגיה ולתחושות משמעות, אינטימיות ולכידות קהילתית, ינבאו צמיחה רבה. השערה זו אוששה כאשר נמצאו שלושה משתנים המנבאים צמיחה בעקבות טראומה. המשתנה הראשון והיחיד, שנמדד בסמוך לעקירה, הוא מרכזיות היעד החומרי, שניבא צמיחה מעטה. נראה כי אובדן המשאב החומרי זוכה לבולטות יום-יומית גבוהה בקרב עקורים הגרים באתרי מגורים זמניים, ולכן הוא קשה במיוחד בעבור אותם העקורים, שמראש ייחסו חשיבות רבה למשאב זה, ונאלצו להמיר את ביתם המרווח בצריף ("קרווילה"). גם במחקרים אחרים נמצא קשר דומה בין קשיים כלכליים וחוסר ודאות לבין צמיחה (Nordanger, 2007).

אירוע טראומה משול לרעידת אדמה, הפוגעת במבני חיים מרכזיים (Calhoun, 1996). לפי דימוי זה, ההתנתקות הייתה, בלי ספק, שבר גדול בעבור העקורים ופגעה במבני חיים מרכזיים, כמו היכולת לסמוך על הנהגת המדינה. על רקע זאת, לא נראה מפתיע שהם מוצאים את מקורות הצמיחה במבנים שנותרו שלמים, כמו תמיכת המשפחה והקרבה לקב"ה. גם בראיונות שקיימנו עם עקורים מיד לאחר העקירה, ציוני גורמים אלה כמקורות חוזק חשובים (אורן, 2007).

בהתייחס לתמיכת המשפחה, יש לזכור כי, בניגוד לאירועים טראומטיים רבים אחרים (למשל, מחלה) שקורים ליחיד, העקירה הייתה טראומה משותפת לכל המשפחה. ממצאים דומים, באשר לתרומת התמיכה המשפחתית לצמיחה בעקבות טראומה, נמצאו גם במחקרים אחרים שעסקו בטרומות קשות ומשותפות, כמו אסון הצונאמי (Tang, 2006) ורעידת האדמה באל-סלוודור (Vázquez, Cervellón, Pérez-Sales, Vidales, & Gaborit, 2005).

אמונה דתית נמצאה במחקרים כמנבאת צמיחה בעקבות טראומה (Park, 2006; Harris et al., 2008). בקרב תושבי גוש קטיף שימשה האמונה הדתית כמשאב חשוב בהתמודדות עם טרור (Levav, Kohn & Billig, 2008), ואולם מחקר שנעשה לאחר העקירה, העלה אפשרות, כי חלק מהעקורים חוו משבר אמונה עקב ציפייתם, שהכזיבה, לנס שימנע את העקירה (Oren & Possick, 2009). תחושת הקרבה לקב"ה עשויה גם להתקשר לתהליכים קוגניטיביים למציאת משמעות לעקירה, או להיות תוצאה של תהליכים כאלה, כאשר כמה חוקרים מוצאו, כי למציאת משמעות לאירוע הטראומה יש תפקיד מרכזי בצמיחה (Updegraff, Silver & Holman, 2008).

כמשוער, פעילות בזמן העקירה ובשנים שלאחריה נמצאה קשורה לדיווח על צמיחה רבה. ממצא זה תומך בטיעונם של הובפול ועמיתיו (Hobfoll et al., 2007), בדבר הקשר שבין פעילות לצמיחה. כמו כן, הוא עונה על הנחה מרכזית, שלפיה, תחושת צמיחה תהיה קשורה לפעילות שתקדם שינוי חיים מהותיים, ומכאן חשיבותה (Helgeson et al., 2006). בנוסף, פעילות לאחר הטראומה עשויה לשמש דרך התמודדות פעילה, הקשורה לתקווה

ולאופטימיות, וכן להחלמה ולהכרה בחוזק אישי, בין היתר, באמצעות השוואה לאחרים שמצבם קשה יותר (Farran, Herth & Popovich, 1995). למרות זאת, לא נמצאו מחקרים המקשרים בין פעילות לפני הטראומה לצמיחה שאחריה, ובמחקרים מעטים, שבחנו את הקשר בין פעילות לאחר הטראומה לצמיחה, נמצאו ממצאים שאינם עקביים (Frazier & Kaler, 2006). מחד גיסא, טענתם של הובפול ועמיתיו (Hobfoll et al., 2007), בדבר הצורך לעבור מדיווח על צמיחה לבחינת התנהגויות של צמיחה, עשויה לפתור בעיות שהועלו במבוא. מאידך גיסא, שאלה מתבקשת היא, באיזה אופן משפיעים המשאבים שהושקעו, לשווא, לפני הטראומה, על הצמיחה שאחריה. ייתכן שבקרב העקורים הייתה הפעילות קשורה לאידיאולוגיה וללכידות קהילתית (Oren, 2009). מתבקש, על כן, לבחון נושא זה בקרב נפגעי טראומה אחרים.

ההשערה הרביעית, שלפיה, צמיחה בעקבות טראומה תימצא קשורה לשביעות רצון גבוהה בתחומי החיים למיניהם, בעיקר בקרב עקורים שידווחו על היותם פעילים בעת העקירה ואחריה, זכתה לתמיכה חלקית. הקשר שנמצא, בין צמיחה לשביעות רצון בתחומי החיים האישיים, תומך באפשרות, כי מדובר בצמיחה אמיתית, הבאה לידי ביטוי בתחומי החיים החשובים לעקורים, ושנמצאים בשליטתם. את חוסר הקשר בין רמת צמיחה לשביעות רצון בתחומי החברה והמדינה ניתן להסביר בתסכול הרב שחשים העקורים בנוגע לאופן טיפול הרשויות השונות בהם, ובהעדר יכולת השפעה על חלק מתחומים אלה. בניגוד למשוער, לא נמצאו הבדלים בין עקורים שהיו פעילים ובין אלה שלא היו פעילים. ייתכן שהסיבה לכך נעוצה בעובדה, שהצמיחה נמדדה 3 שנים לאחר העקירה ולא בסמוך לעקירה.

למחקר זה כמה מגבלות. ראשית, קבוצת המחקר הייתה קטנה ולא מייצגת, ואין מידע לגבי מצבם של העקורים שסירבו להשתתף במחקר ההמשך. שנית, בדומה למחקרים אחרים בתחום, במחקר זה נעשה שימוש בשאלוני דיווח עצמי בלבד, שמיעוטם חוברו על ידי החוקרים, בהעדר שאלונים מתאימים.

למחקר זה תרומות תיאורטיות ומעשיות רבות. מבחינה תיאורטית, המחקר הוא מהמעטים שבחנו טראומה קהילתית במחקר אורך (McMillen, Smith & Fisher, 1997). תוצאותיו תומכות בתפקידם החשוב של משאבים לניבוי צמיחה (Hobfoll, 2001), וסותרות טענות בדבר הקשר בין דרכי התמודדות למאפייני אישיות לצמיחה (Tedeschi & Calhoun, 2004). מחקר זה הוא היחיד שמספק תמיכה לאפשרות, שעל פיה, צמיחה קשורה לפעילות בונה בנושא הטראומה (Hobfoll et al., 2007). ברמה המעשית מדגיש המחקר את חשיבות המשאבים והחוזקים האישיים ככלים להתמודדות עם טראומה ולצמיחה בעקבותיה.

## רשימת מקורות

- אורן ל', 2007;  
 "הקשר בין משתנים מצביים ואישיותיים לתגובות לחץ בעקבות טראומה בקרב מפוני גוש קטיף", *הכנס ה-17 של מחקרי יהודה ושומרון*, אריאל.
- אורן ל', 2008;  
 "תגובות לחץ בקרב מפוני גוש קטיף וצפון השומרון: הבדלים בין המפונים מרצון לעקורים מאונס", בתוך: י' אשל (עורך), *מחקרי יהודה ושומרון*, 17, המרכז האוניברסיטאי אריאל בשומרון ומו"פ אזורי השומרון ובקעת הירדן, אריאל, עמ' 253-264.
- טוביאנה י', מילגרם נ' ופלח ה', 1988;  
 "לחץ והתמודדות אצל מפוני חבל ימית: מסקנות והמלצות", *מגמות*, ל"א, עמ' 65-82.
- מבקר המדינה, 2006;  
**דוח ביקורת על ההתנתקות, סוגיות בפעילותה של מנהלת סל"ע, היערכות הרשויות המקומיות וקליטת המפונים**, ירושלים.
- Aldwin C.M., 1994;  
*Stress, Coping and Development: An Integrative Perspective*, The Guilford Press, New York.
- APA – American Psychological Association, 2000;  
*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Text Revision (4th ed.) (DSM-IV-TR)*. APA., Washington, DC.
- Billig M., 2006;  
 "Is My Home My Castle? Place Attachment, Risk Perception and Religious Faith", *Environment and Behavior*; vol. 38, pp. 248-265.
- Bleich A., Gelkopf M. & Solomon Z., 2003;  
 "Exposure to Terrorism, Stress-Related Mental Health Symptoms, and Coping Behaviors among a Nationally Representative Sample in Israel", *Journal of the American Medical Association*, vol. 290, pp. 612-620.
- Bonanno G.A. & Kaltman S., 1999;  
 "Toward an Integrative Perspective on Bereavement", *Psychological Bulletin*, vol. 125, pp. 760-786.
- Calhoun L.G., 1996;  
 "Posttraumatic Growth: A Functional Descriptive Model", in R.G. Tedeschi (Chair), *Posttraumatic Growth: An Overview of Contemporary Models*, Symposium Conducted at the Annual Meeting of the American Psychological Association, Toronto.
- Carballo M., Smajkic A., Zeric D., Dzidowska M., Gebre-Medhin J. & Van H.J., 2004;  
 "Mental Health and Coping in a War Situation: the Case of Bosnia and Herzegovina", *Journal of Biosocial Science*, vol. 36, pp. 463-477.
- Carver C.S., Scheier M.F. & Weintraub J.K., 1989;  
 "Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 56, pp. 267-283.
- Farran C.J., Herth K.A. & Popovich J.M., 1995;  
*Hope and Hopelessness: Critical Clinical Constructs*, Sage, Thousand Oaks, CA.

- Fazel M., Wheeler J. & Danesh J., 2005;  
"Prevalence of Serious Mental Disorder in 7000 Refugees Resettled in Western Countries: A Systematic Review", *Lancet*, vol. 365, pp. 1309-1314.
- Frazier P.A. & Kaler M.E., 2006;  
"Assessing the Validity of Self Reported Stress-Related Growth", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 74, pp. 859-869.
- Frazier P.A., Conlon A. & Glaser T., 2001;  
"Positive and Negative Life Changes Following Sexual Assault", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 69, pp. 1048-1055.
- Frazier P.A., Tennen H., Gavian M., Park C.L., Tomich P. & Tashiro T., 2009;  
"Does Self-Reported Post-Traumatic Growth Reflect Genuine Positive Change?", *Psychological Science*, vol. 20, pp. 754-762.
- Harris J., Erbes C., Engdahl B., Winskowski A., Olson R. & McMahon J., 2008;  
"Christian Religious Functioning and Trauma Outcomes", *Journal of Clinical Psychology*, vol. 64, pp. 17-29.
- Helgeson V.S., Reynolds K.A. & Tomich P.L., 2006;  
"A Meta-Analytic Review of Benefit Finding and Growth", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 74, pp. 797-816.
- Hobfoll S.E., 2001;  
"The Influence of Culture, Community, and the Nested-Self in the Stress Process: Advancing Conservation of Resources Theory", *Applied Psychology*, vol. 50, pp. 337-370.
- Hobfoll S.E., Hall B.J., Canetti-Nisim D., Galea S., Johnson R.J. & Palmieri P.J., 2007;  
"Refining our Understanding of Traumatic Growth in the Face of Terrorism: Moving from Meaning Cognitions to Doing what is Meaningful", *Applied Psychology: An International Review*, vol. 56, pp. 345-366.
- Kaplan Z., Matar M.A., Kamin R., Sadan T. & Cohen H., 2005;  
"Stress-Related Response After 3 Years of Exposure to Terror in Israel: Are Ideological-Religious Factors Associated with Resilience", *Journal of Clinical Psychiatry*, vol. 66, pp. 1146-1154.
- Kobasa S.C., 1979;  
"Stressful Life Events and Health: An Inquiry into Hardiness", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 37, pp. 1-11.
- Levav I., Kohn R. & Billig M., 2008;  
"The Protective Effect of Religiosity under Terror", *Psychiatry*, vol. 71, pp. 46-58.
- Maercker A. & Herrle J., 2003;  
"Long-Term Effects of the Dresden Bombing: Relationships to Control Beliefs, Religious Coping and Personal Growth", *Journal of Traumatic Stress*, vol. 16, pp. 579-587.
- McMillen J.C., Smith E.M. & Fisher R.H., 1997;  
"Perceived Benefit and Mental Health after Three Types of Disaster", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 65, pp. 733-739.
- Nordanger D.O., 2007;  
"Coping with Loss and Bereavement in Post-War Tigray, Ethiopia", *Transcultural Psychiatry*, vol. 44, pp. 545-565.

- Oren L. & Possick C., in press;  
 "Is Ideology a Risk Factor for PTSD Symptom Severity among Israeli Political Evacuees",  
*Journal of Traumatic Stress*.
- Oren L. & Possick C., 2009;  
 "Religiosity and Posttraumatic Stress Following Forced Relocation", *Journal of Loss and Trauma*, vol. 14, pp.144-160.
- Park C.L., 2006;  
 "The Roles of Religiousness and Religious Coping in Stress-Related Growth", *Archives of the Psychology of Religion*, vol. 28, pp. 287-302.
- Park C.L. & Folkman S., 1997;  
 "Meaning in the Context of Stress and Coping", *General Review of Psychology*, vol. 1, pp. 115-144.
- Pat-Horenczyk R. & Brom D., 2007;  
 "The Multiple Faces of Post-Traumatic Growth", *Applied Psychology: An International Review*, vol. 56, pp. 379-385.
- Powell S., Rosner R., Butollo W., Tedeschi R.G. & Calhoun L.G., 2003;  
 "Posttraumatic Growth after War: A Study with Former Refugees and Displaced People in Sarajevo", *Journal of Clinical Psychology*, vol. 59, pp. 71-83.
- Solomon Z., Benbenishty R., Neria Y., Abramowitz M., Ginzburg K. & Ohry A., 1993;  
 "Assessment of PTSD: Validation of the Revised PTSD Inventory", *Israeli Journal of Psychiatry and Related Sciences*, vol. 30, pp.110-115.
- Stasko E.C. & Ickovics J.R., 2007;  
 "Traumatic Growth in the Face of Terrorism: Threshold Effects and Action-Based Growth",  
*Applied Psychology: An International Review*, vol. 56, pp. 386-395.
- Tang C., 2006;  
 "Positive and Negative Postdisaster Psychological Adjustment among Adult Survivors of the Southeast Asia Earthquake-Tsunami", *Journal of Psychosomatic Research*, vol. 61, pp. 699-705.
- Taylor S.E. & Armor D.A., 1996;  
 "Positive Illusions and Coping with Adversity", *Journal of Personality*, vol. 64, pp. 873-898.
- Tedeschi R.G. & Calhoun L.G., 1996;  
 "The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma", *Journal of Traumatic Stress*, vol. 9, pp. 455-471.
- Tedeschi R.G. & Calhoun L.G., 2004;  
 "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", *Psychological Inquiry*, vol. 15, pp. 1-18.
- Tedeschi R.G., Calhoun L.G. & Cann A., 2007;  
 "Evaluating Resource Gain: Understanding and Misunderstanding Posttraumatic Growth",  
*Applied Psychology: An International Review*, vol. 56, pp. 396-407.
- Thapa S.B. & Hauff E., 2005;  
 "Psychological Distress among Displaced Persons during an Armed Conflict in Nepal",  
*Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, vol. 40, pp. 672-679.

Thoits P.A., 1995;

"Stress, Coping, and Social Support Processes: Where Are We? What Next?", *Journal of Health & Social Behavior*, vol. 35, pp. 53-79.

United Nations High Commissioner for Refugees, 2008;

"Statistical Yearbook 2007: Trends in Displacement, Protection and Solutions", Retrieved September 16, 2009, from <http://www.unhcr.org/statistics>.

Updegraff J.A., Silver R.C. & Holman E.A., 2008;

"Searching For and Finding Meaning in Collective Trauma: Results From a National Longitudinal Study of the 9/11 Terrorist Attacks", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 95, pp. 709-722.

Vázquez C., Cervellón, P., Pérez-Sales P., Vidales D. & Gaborit M., 2005;

"Positive Emotions in Earthquake Survivors in El Salvador (2001)", *Journal of Anxiety Disorders*, vol. 19, pp. 313-328.

Westphal M. & Bonanno G.A., 2007;

"Posttraumatic Growth and Resilience to Trauma: Different Sides of the Same Coin or Different Coins?", *Applied Psychology*, vol. 56, pp. 417-427.

Wortman C.B., 2004;

"Posttraumatic Growth: Progress and Problems", *Psychological Inquiry*, vol. 15, pp. 81-90.

Zoellner T. & Maercker A., 2006;

"Posttraumatic Growth in Clinical Psychology – A Critical Review and Introduction of a Two Component Model", *Clinical Psychology Review*, vol. 26, pp. 626-653.