

כלי מחקר זה נלקח מתוך **מאגר כלי המחקר** של קרן שלם התומכת במחקר שמטרתו שיפור איכות החיים של אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית והסובבים אותם.

כל המעוניין להשתמש באחד מכלי מחקר מתבקש לפנות לחוקר שערך את המחקר הרלבנטי ולוודא את אישור השימוש בכלי מבחינת זכויות יוצרים.

שם הכלי: **שאלון מסוגלות הורית (PSOC) Parenting Sense of Competence (PSOC)** (בעברית וערבית) 🌀

פותח בשנת: 1978 על ידי: ג'ונסטון ומאש (Johnston & Mash) 🌀

תורגם לעברית בשנת: 1998 על ידי: גולדשטיין-פרבר 🌀

תורגם לערבית בשנת: לא צוין על ידי: לא צוין 🌀

מדידת מסוגלות הורית ושביעות הרצון מתפקיד ההורה.	מטרת הכלי	1
שאלון.	סוג כלי המחקר	2
אבות למתבגרים עם לקות התפתחותית.	אוכלוסיית היעד	3
דיווח עצמי	אופי הדיווח	4
השאלון מורכב מ-17 פריטים לדירוג בסולם ליקרט המתייחסים לנושאים, כמו: תחושת שליטה כהורה טוב ומיומן, קשיים והצלחות במסוגלות ההורית, מוטיבציה בתפקיד האב, כישורים נחוצים להיות אב טוב וכדומה. עבור חלק מהפריטים צוין גבוה משמעותו מסוגלות הורית גבוהה, וחלק מהפריטים בכיוון הפוך – ציון גבוה משמעותו מסוגלות הורית נמוכה. פריטים לדוגמה: "למרות שלהיות הורה יכול להיות דבר מתגמל, אני מתוסכל כרגע מהמצב ההתנהגותי של ילדי" ו-"אני הולך לישון באותו האופן שאני מתעורר, עם הרגשה שלא הספקתי הרבה".	מבנה הכלי	5
סולם ליקרט מ-1 ("כלל לא מסכים") עד 6 ("מסכים בהחלט").	סוג סולם המדידה	6
שאלות לדירוג- סולם ליקרט.	סוג הפריטים בכלי	7
17 היגדים.	אורך הכלי	8
קטרונה וטרומן (Cutrona & Troutman, 1986) מצאו כי מהימנות (אלפא קרונברך) מבחן-חוזר של השאלון היא 0.72, המבטאת יציבות טובה-בינונית לאורך זמן. בישראל השימוש בשאלון נפוץ ונחקר לכלל הגילאים והמינים של הילדים, כדוגמה במחקרה של שפילמן (2006), שבו נמצאו מהימנויות אלפא קרונברך סבירות. במדד התפיסה העצמית	מהימנות	9

כהורה נמצאה מהימנות של $\alpha=0.70$ בקרב האבות, ובמדד שביעות הרצון מתפקיד ההורות נמצאה מהימנות פנימית $\alpha=0.71$ בקרב האבות. במחקרה של כעביה (2018), צוינה מהימנות (אלפא קורנברך) $a=0.66$ .		
לא צוין	תקיפות	10

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

שם המחקר	מק"ט
פארס כעביה (2018). הקשר בין מסוגלות הורית לבין סטיגמה, סומטיזציה ולחץ בקרבת אבות למתבגרים עם לקות התפתחותית בקהילה הבדואית בצפון הארץ. עבודת גמר המוגשת כמילוי חלק מהדרישות לקבלת תואר "מוסמך האוניברסיטה", בהנחיית ד"ר איריס מנור בנימיני, הפקולטה לחינוך- החוג לחינוך מיוחד, אוניברסיטת חיפה.	663 <a href="#">למחקר המלא</a>



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

**שאלון מסוגלות הורית (PSOC)**

**תחושתי כהורה**

לפניך רשימת אמירות, הנוגעות לילדך/ילדיך. התייחס בבקשה לכל פריט, תוך ציון הסכמתך או אי-הסכמתך עם כל אמירה, על פי הסולם המצוין.

מסכים בהחלט	מסכים	קצת מסכים	קצת לא מסכים	לא מסכים	כלל לא מסכים	
6	5	4	3	2	1	1. בעיות הכרוכות בטיפול בילדי נפתרות בקלות ברגע שאתה מבין כיצד פעולותיך משפיעות על הילד שלך, הבנה שאני רכשתי.
6	5	4	3	2	1	2. למרות שלהיות הורה יכול להיות דבר מתגמל, אני מתוסכל כרגע מהמצב ההתנהגותי של הילד.
6	5	4	3	2	1	3. אני הולך לישון באותו אופן שבו אני מתעורר, עם הרגשה שלא הספקתי הרבה.
6	5	4	3	2	1	4. אינני יודע מדוע, אך לעיתים כאשר אני אמור להיות בעמדת שליטה, אני מרגיש יותר כמו זה שנשלט.
6	5	4	3	2	1	5. אמי/אבי היו מוכנים טוב יותר להיות הורה טוב מאשר אני.
6	5	4	3	2	1	6. הייתי יכול לשמש מודל חיקוי טוב להורה חדש כדי שילמד מה עליו לדעת בכדי להיות הורה טוב.
6	5	4	3	2	1	7. להיות הורה זה דבר שניתן להסתדר איתו, וכל בעיה ניתנת בקלות לפתרון.
6	5	4	3	2	1	8. אחד הקשיים בלהיות הורה הוא חוסר הידיעה באם אני עושה עבודה טובה או לא.
6	5	4	3	2	1	9. לעיתים אני חש שאיני מצליח לעשות שום דבר.
6	5	4	3	2	1	10. אני עונה על הציפיות שלי מעצמי שלי לגבי מומחיות בטיפול בילדי.
6	5	4	3	2	1	11. אם יש מישהו שמסוגל למצוא את התשובה בקשר למה שמטריד את ילדי-זה אני.
6	5	4	3	2	1	12. כישרונותיי ותחומי ההתעניינות שלי הם בתחומים אחרים, לא בלהיות הורה.
6	5	4	3	2	1	13. יחסית למשך הזמן שבו אני מתפקד כאב, אני חש לגמרי בנוח עם התפקד.
6	5	4	3	2	1	14. אילו להיות אב לילד היה מעניין יותר, הייתה לי מוטיבציה לתפקד טוב יותר כהורה.

6	5	4	3	2	1	15.אני מאמין בכנות שיש לי הכישרים הנחוצים להיות אב טוב לילדי.
6	5	4	3	2	1	16.להיות הורה גורם לי מתח וחרדה
6	5	4	3	2	1	17.להיות אב טוב מהווה תגמול בפני עצמו.

## سألون مسوولون الهورون بعربون

امامك قائمه اقوال الون لها علاقه بأولادك. الرجاء التطرق لكل من الاقوال, وتدرج موافقتك او عدم موافقتك مع كل قول من الاقوال حسب التدرج المذكور.

موافق جدا	موافق	موافق قليلًا	غير موافق قليلًا	غير موافق	غير موافق ابدا	
6	5	4	3	2	1	1. المشاكل المتعلقة بالتعامل مع اولادي تحل بسهولة حين افهم كيف تأثر تصرفاتي على اولادي، تعلمت هذا من تجربتي
6	5	4	3	2	1	2. على الرغم من ان كوني اب ا هو فعل قد يشعرن بالاكفاء، الا انني الآن اشعر انني محبط من تصرفات اولادي.
6	5	4	3	2	1	3. اذهب للنوم كما استيقظت صباحا مع شعور انني لم انجز الكثير.
6	5	4	3	2	1	4. لا اعرف لماذا، لكنني احيانا عندما يتوجب علي ان اكون العامل المسيطر في الموقف، اشعر وكأنني العامل المتحكم به ولي العكس.
6	5	4	3	2	1	5. كانت لدي امي ا ابي جاهزية افضل ليكونوا اهلاً افضل مما انا عليه.
6	5	4	3	2	1	6. استطع ان اكون قدوة جيدة لاهل جديدين كي يتعلموا ما عليهم ان يعرفوا ليكونوا اب ام جديدين.
6	5	4	3	2	1	7. ان تكون اب ا هو شيء يمكن ان تتعامل معه، وكل مشكله يمكن ان تحل بسهولة.
6	5	4	3	2	1	8. احد الصعوبات في كونك اب ا هو عدم القدره على المعرفة اذا كان ما تفعله جيد او لا.
6	5	4	3	2	1	9. احيانا اشعر انني لا استطع ان افعل اي شيء.
6	5	4	3	2	1	10. انا أشعر بالرضى عن نفسي في ما يخص خبرتي بالتعامل مع اولادي
6	5	4	3	2	1	11. اذا كان هناك احد يعرف ما هو الشيء الذي يقلق اولادي – فهو انا
6	5	4	3	2	1	12. مهاراتي واهتماماتي تنصب في مجالات اخرى وليست بكوني اب ا ام
6	5	4	3	2	1	13. نسبة للفترة التي اشغل فيها وظيفة اب ام. اشعر بالراحة في هذا المنصب.
6	5	4	3	2	1	14. لو كانت الابوه شيء اكثر متعة، لكان لدي محفز حتى اكون اب افضل.
6	5	4	3	2	1	15. انا اؤمن بصدق ان لدي المهارات اللازمة حتى اكون اب جيد لاولادي.
6	5	4	3	2	1	16. كوني اب ا ام يسبب لي الشعور بالقلق والتوتر.
6	5	4	3	2	1	17. كوني اب جيد هذا مقابل كاف بحد ذاته.