

שם הכלי: שאלון הכרת תודה (GQ6 Gratitude Questionnaire) 🌸

פותח בשנת: 2002, על ידי: McCullough, Emmons & Tsang (2002) 🌸

תורגם לעברית בשנת: לא צויין, על ידי: לא צויין 🌸

1	מטרת הכלי	מטרת השאלון הייתה לבדוק את הנכונות להכרת תודה, שהוגדרה כ"נטייה מוכללת להכיר ולהגיב ברגשות חיוביים של הערכה והודיה לתפקיד שממלאת נדיבותם של אחרים בחוויות ותוצאות חיוביות ששיג הפרט (Emmons et al, 2003).
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	אמהות לילדים עם/בלבי נכות אינטלקטואלית
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי של אמהות
5	מבנה הכלי	השאלון עובד וצומצם ע"י החוקרים לגרסה המכילה 6 היגדים. השאלון הותאם לצורך המחקר של צימרמן (2011) והוסר ממנו היגד נוסף. כל נבדקת התבקשה לענות על השאלון בהתייחסות כלפי הוריה (לדוגמא: "יש לי כל כך הרבה דברים עליהם אני מכירה תודה להוריי") וכלפי הורי בעלה בנפרד (לדוגמא: "זמן רב יכול לעבור לפני שארגיש הכרת תודה לחמי וחמותי").
6	סוג סולם המדידה	ההיגדים מדורגים בסקאלה של 1-7 (1= מאוד לא מסכים ו-7 = מסכים מאוד). ככל שהציון בשאלון יהיה גבוה יותר, כך הכרת התודה גבוהה יותר.
7	סוג הפריטים בכלי	דירוג
8	אורך הכלי	5 היגדים
9	מהימנות	צימרמן (2011): "במחקר הנוכחי נמצאה עקביות פנימית של .94. להורי האם ו- .92 להורי האב."
10	תקיפות	לא צויינה

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
568	שירלי צימרמן (2011). הכרת תודה, רווחה נפשית וצמיחה אישית בקרב אימהות לילד עם/וללא נכות אינטלקטואלית בחברה החרדית והחילונית. מנחה: ד"ר ליאורה פינדלר. אוניברסיטת בר אילן.

שאלון הכרת תודה

(2002) McCullough, Emmons & Tsang

גרסת הורי האם

המשפטים בשאלון הבא מתייחסים לתחושת הכרת התודה שאת חשה כלפי הורידך. נבקש ממך להתייחס לכל משפט על ידי דירוג עד כמה את מסכימה או אינך מסכימה איתו, כאשר:

1 = מאוד לא מסכימה 4 = מסכימה ולא מסכימה באותה מידה 7 = מאוד מסכימה.

7	6	5	4	3	2	1	יש לי כל כך הרבה דברים עליהם אני מכירה תודה להוריי
7	6	5	4	3	2	1	אם הייתי צריכה לעשות רשימה של כל הדברים עליהם אני מכירה תודה להוריי, הרשימה הייתה ארוכה מאוד
7	6	5	4	3	2	1	כשאני מסתכלת על הוריי, אני לא רואה יותר מידי דברים עליהם עלי להכיר להם תודה
7	6	5	4	3	2	1	ככל שאני מתבגרת אני חשה כמה אני צריכה להכיר תודה להוריי.
7	6	5	4	3	2	1	זמן רב יכול לעבור לפני שארגיש הכרת תודה להוריי.

גרסת הורי האב

המשפטים בשאלון הבא מתייחסים לתחושת הכרת התודה שאת חשה כלפי חמיך וחמותך. נבקש ממך להתייחס לכל משפט על ידי דירוג עד כמה את מסכימה או אינך מסכימה איתו, כאשר:

1 = מאוד לא מסכימה 4 = מסכימה ולא מסכימה באותה מידה 7 = מאוד מסכימה.

7	6	5	4	3	2	1	יש לי כל כך הרבה דברים עליהם אני מכירה תודה לחמי וחמותי
7	6	5	4	3	2	1	אם הייתי צריכה לעשות רשימה של כל הדברים עליהם אני מכירה תודה לחמי, הרשימה הייתה ארוכה מאוד.
							כשאני מסתכלת על חמי, אני לא רואה יותר מידי דברים עליהם עלי להכיר להם תודה

7	6	5	4	3	2	1	
7	6	5	4	3	2	1	ככל שאני מתבגרת אני חשה כמה אני צריכה להכיר תודה לחמי וחמותי.
7	6	5	4	3	2	1	זמן רב יכול לעבור לפני שארגיש הכרת תודה לחמי וחמותי.