

שם הכלי: שאלון דחק הורי הקשור בילד (PSI) (Parenting Stress Index) ☼

פותח בשנת: 1983 על ידי: אבדין (Abidin, 1983) ☼

תורגם לעברית בשנת: 1989 על ידי: שרף (1989) ☼

1	מטרת הכלי	לזהות מערכת יחסים הורה-ילד המצויים במצבי דחק.
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	הורים לילדים עם נכויות התפתחותיות
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	<p><u>השאלון כולל ששה תחומים:</u></p> <p>1. הסתגלות וגמישות הילד (לדוגמא: "היה הרבה יותר קשה לקבוע את סדרי האכילה והשינה של ילדי מכפי שציפיתי")</p> <p>2. קבלת הילד ע"י ההורה (לדוגמא: "ילדי נראה שונה במקצת מכפי שציפיתי וזה מטריד אותי לפעמים")</p> <p>3. דורשנות הילד (לדוגמא: "כשילדי מצוברח- קל להרגיעו/ קשה יותר להרגיעו מכפי שציפיתי/ מאוד קשה להרגיעו/ כל דבר שאני עושה אינו מסייע להרגעת ילדי")</p> <p>4. מצב רוח הילד (לדוגמא: "אני מרגיש שילדי נתון למצבי רוח ונהיה בנקל מצוברח")</p> <p>5. חוסר ריכוז (לדוגמא: "בהשוואה למרבית הילדים האחרים, לילדי יש קושי רב יותר להתרכז ולשים לב")</p> <p>6. תגמול ההורה (לדוגמא: "רוב הזמן אני מרגיש שילדי אוהב ורוצה להיות קרוב אליי").</p>
6	סוג סולם המדידה	ההורה נתבקש לדרג עצמו על גבי סולם בן חמש יחידות בכל אחד מן הפריטים, כאשר בחלק מן המקרים הציון 5 מייצג קושי של הילד ובחלק תכונה נוחה, זאת כדי לצמצם מערך תגובה.
7	סוג הפריטים בכלי	דירוג
8	אורך הכלי	הגרסה המקורית כללה 150 פריטים, והגרסה המתוקנת צמצמה את השאלון ל-101 פריטים הכוללים 47 פריטים בתחום הילד, 54 פריטים העוסקים בתחום ההורה ו-19 פריטים העוסקים בתחום דחק חיים. במחקר של טורקל נבדק חלק מהשאלון המתייחס לתחום השפעת הילד על ההורה הכולל 50 שאלות.
9	מהימנות ותקיפות	טורקל (2002): "בדיקת המהימנות נעשתה ע"י אבדין (Abidin, 1983) בקרב אוכלוסייה אמריקנית של 534 אימהות לילדים בני חודש עד 19 שנה. המהימנות כעקביות פנימית (cronbach's alpha) עבור ששת התחומים בנושא הילד נעו בין 0.62 לבין 0.70. כמו כן, השאלון הצליח להבחין בין קבוצות הורים שונות בעלי אפיונים שונים, כמו: אימהות לילדים הסובלים מעיכוב התפתחותי, ילדים היפראקטיביים, ילדים הסובלים מפגיעה מוחית. במחקרה של שרף (1989) על אמהות מכות בישראל, המהימנות כעקביות פנימית בששת התחומים הקשורים לילד נעו בין 0.75 לבין 0.85. במחקר הנוכחי המהימנות כעקביות פנימית הינה 0.85. והמתאם בין הדיווח של האב לדיווח של האם היה גבוה ומובהק ($r=0.822, p<0.01$).
10		

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

שם המחקר	מק"ט
טורקל לימור (2002). הורים לילדים עם נכויות התפתחותיות: הקשר בין מגדר, דחק הורי ורמת תפקוד הילד להסתגלות הזוגית של ההורים. תואר שני. אוניברסיטת חיפה. מנחה: פרופ' רימרמן אריק.	<u>512</u>

שאלון דחק הורי הקשור בילד PSI – גרסא מקוצרת

Abidin, 1983

הורה יקר,

הנך מתבקש/ת לענות על 50 פריטים אודות התיחסותך כלפי בנך/בתך עם צרכים מיוחדים. השתדלי לציין את התשובה המתארת באופן המתאים ביותר את רגשותיך, במידה ולא תמצא תשובה המתארת בדיוק את רגשותיך, אנא צייני את התשובה הקרובה ביותר להרגשתך. בכל שאלה הקף בעיגול את המספר התואם ביותר את הרגשתך.

מסכים/ה מאוד	מסכים/ה	לא בטוח/ה	לא מסכים/ה	מאד לא מסכים/ה
1	2	3	4	5

דוגמה:

1. כאשר ילדי רוצה משהו, הוא בדרך כלל מתמיד בנסיונות להשיגו.
5 4 3 2 1
2. ילדי הוא כה פעיל עד שזה מכלה את כוחותי.
5 4 3 2 1
3. ילדי אינו מאורגן וניתן להסיחו בקלות.
5 4 3 2 1
4. בהשוואה למרבית הילדים האחרים, לילדי יש קושי רב יותר להתרכז ולשים לב.
5 4 3 2 1
5. לעיתים קרובות ילדי ישאר עסוק עם צעצוע למשך יותר מעשר דקות.
5 4 3 2 1
6. ילדי צועד ללא מטרה הרבה יותר מכפי שציפיתי.
5 4 3 2 1
7. ילדי פעיל הרבה יותר מכפי שציפיתי.
5 4 3 2 1
8. ילדי מתפתל מאוד ובוועט כאשר מלבישים או רוחצים אותו.
5 4 3 2 1

.9	ניתן בנקל להסיח את דעת ילדי מדבר אותו הוא רוצה.					
		5 4 3 2 1				
.10	לעיתים רחוקות ילדי עושה למעני דברים הגורמים לי הרגשה טובה.					
		5 4 3 2 1				
		מאד לא	לא מסכים/ה	לא בטוח/ה	מסכים/ה	מסכים/ה מאוד
		מסכים/ה				
		5	4	3	2	1
.11	רוב הזמן אני מרגיש שילדי אוהב אותי ורוצה להיות קרוב אלי.					
		5 4 3 2 1				
.12	לעיתים אני מרגיש שילדי אינו אוהב אותי ואינו רוצה להיות קרוב אלי.					
		5 4 3 2 1				
.13	ילדי מחייך אלי הרבה פחות מכפי שציפיתי.					
		5 4 3 2 1				
.14	כאשר אני עושה דברים למען ילדי יש לי הרגשה שהוא לא כל כך מעריך את מאמצי.					
		5 4 3 2 1				
.15	איזה משפט מתאר את ילדך בצורה הטובה ביותר?					
.1	כמעט תמיד אוהב לשחק עימי					
.2	לעיתים אוהב לשחק עימי					
.3	בדרך כלל אינו אוהב לשחק עימי					
.4	כמעט אף פעם אינו אוהב לשחק עימי					
.16	ילדי בוכה ועושה עניין גם מדבר קטן					
.1	הרבה פחות מכפי שציפיתי					
.2	פחות מכפי שציפיתי					
.3	בערך כפי שציפיתי					
.4	הרבה יותר מכפי שציפיתי					
.5	נראה לי כי הוא עושה זאת כמעט באופן קבוע					
.17	בהשוואה לרב הילדים ילדי בוכה ועושה עניין גם מדברים קטנים.					
		5 4 3 2 1				

					18.	כאשר ילדי משחק, הוא אינו צוחק או מצחקק.
5	4	3	2	1		
					19.	בדרך כלל ילדי מתעורר במצב רוח רע.
5	4	3	2	1		
					20.	אני מרגיש שילדי נתון למצבי רוח ונהיה בנקל מצוברח.
5	4	3	2	1		
					21.	ילדי נראה שונה במקצת מכפי שציפיתי וזה מטריד אותי לפעמים.
5	4	3	2	1		
	מאד לא	לא מסכים/ה	לא בטוח/ה	מסכים/ה	מסכים/ה מאוד	
	מסכים/ה					
<hr/>						
	5	4	3	2	1	
						22.
5	4	3	2	1		בתחומים מסויימים נראה כי ילדי שכח את שלמד בעבר והוא חוזר ועושה דברים המאפיינים ילדים צעירים יותר.
						23.
						נראה כי ילדי אינו לומד מהר כמו רוב הילדים האחרים.
5	4	3	2	1		
						24.
						לא נראה לי כי ילדי מחייך באותה מידה כמו רב הילדים האחרים.
5	4	3	2	1		
						25.
						ילדי עושה דברים אחדים המטרידים אותי.
5	4	3	2	1		
						26.
						ילדי אינו מסוגל לעשות דברים כפי שציפיתי שיוכל.
5	4	3	2	1		
						27.
						ילדי אינו אוהב שיחבקהו וינגעו בו הרבה.
5	4	3	2	1		
						28.
						כאשר ילדי חזר מבית חולים, היו לי ספקות לגבי יכולתי להיות הורה.
5	4	3	2	1		
						29.
						להיות הורה זה קשה יותר מכפי שציפיתי.
5	4	3	2	1		
						30.
						אני מרגיש שיש לי היכולת והשליטה כאשר אני מטפל בילדי.
5	4	3	2	1		
						31.
						בהשוואה לילד הממוצע, לילדי יש קושי רב להתרגל לשינויים בסדר היום או לשינויים בבית.
5	4	3	2	1		

					.32	ילדי מגיב בעוצמה חזקה כאשר קורה משהו שאינו אוהב.
5	4	3	2	1		
					.33	זוהי בדרך כלל בעיה להשאיר את ילדי עם בייבי סיטר (שמרטף).
5	4	3	2	1		
					.34	ילדי נהיה מצוברח בנקל מהדבר הקטן ביותר.
5	4	3	2	1		
					.35	ילדי מבחין בנקל ומגיב תגובת יתר לצלילים חזקים ולאורות.
5	4	3	2	1		
					.36	היה הרבה יותר קשה לקבוע את סדרי האכילה והשינה של ילדי מכפי שציפיתי.
5	4	3	2	1		
	מאד לא	לא מסכים/ה	לא בטוח/ה	מסכים/ה	מסכים/ה מאוד	
	מסכים/ה					
<hr/>						
	5	4	3	2	1	
						.37
						בדרך כלל ילדי נמנע לזמן מה מצעצוע חדש לפני שהוא מתחיל לשחק עמו.
5	4	3	2	1		
						.38
						זה בדרך כלל אורך זמן רב וקשה מאוד לילדי להתרגל לדברים חדשים.
5	4	3	2	1		
						.39
						ילדי לא נראה חש בנוח כאשר הוא פוגש זרים.
5	4	3	2	1		
						.40
						כשילדי מצוברח
						1. קל להרגיעו.
						2. קשה יותר להרגיעו מכפי שציפיתי.
						3. מאוד קשה להרגיעו.
						4. כל דבר שאני עושה אינו מסייע להרגעת ילדי.
						.41
						מצאתי כי לגרום לילדי שיעשה דבר מה או שיפסיק לעשות דבר מה
						1. הרבה יותר קשה מכפי שציפיתי.
						2. קשה במידה מסויימת מכפי שציפיתי.
						3. קשה בערך כפי שציפיתי.

4. קל במידה מסויימת מכפי שציפיתי.

42. חשוב בעיון וספור את מספר הדברים שילדך עושה אשר מטרידים אותך. (לדוגמא : מסרב להקשיב, פעיל יתר על המידה, בוכה, מפריע בדיבורים, מתקוטט, מייבב וכו.) סמן בבקשה את המספר הכולל של הדברים שספרת.

	מסכים/ה מאוד	מסכים/ה	לא בטוח/ה	לא מסכים/ה	מאד לא מסכים/ה
1.	3-1				
2.	5-4				
3.	7-6				
4.	9-8				
5.	10+				
43. כאשר ילדי בוכה זה מתמשך בדרך כלל:					
1.					
2.					
3.					
4.					
44. יש מספר דברים שילדי עושה אשר מטרידים אותי מאד.					
1	2	3	4	5	
45. לילדי היו בעיות בריאותיות רבות מכפי שציפיתי.					
1	2	3	4	5	
46. ככל שילדי גדל ונהיה עצמאי יותר, אני מוצא את עצמי מודאג יותר שמא ייפגע או יקלע לצרות.					
1	2	3	4	5	
47. ילדי נתגלה כבעיה גדולה יותר מכפי שציפיתי.					
1	2	3	4	5	

48. נראה לי שיותר קשה לטפל בילדי מאשר לטפל ביתר הילדים.

5 4 3 2 1

49. ילדי תמיד תלוי בי.

5 4 3 2 1

50. ילדי מציב בפני דרישות רבות יותר מאשר רוב הילדים.

5 4 3 2 1