



שם הכלי: שאלון מצב רגשי (מתוך שאלון SELF) 🌐

פותח בשנת: 1984, על ידי: לין ולין (Linn & Linn, 1984) 🌐

(במחקר של כהן-לוינסון, 2004, הורכב שאלון זה משני תתי-סולמות של שאלון ה SELF)

תורגם בשנת: 2000, על ידי: פריזנט (2000) 🌐

| | | |
|----|------------------|---|
| 1 | מטרת הכלי | לבדוק את הדימוי העצמי (תפיסת הזקן לגבי ערכו כאדם) והמצב הנפשי (עצב, אושר, בדידות, תקווה וכד') של הנחקר, המייצגים יחדיו את מצבו הרגשי |
| 2 | סוג כלי המחקר | שאלון |
| 3 | אוכלוסיית היעד | מבוגרים עם נכות התפתחותית |
| 4 | אופי הדיווח | דיווח עצמי |
| 5 | מבנה הכלי | שני סולמות: 1. דימוי עצמי (שני פריטים מתייחסים להערכת המשפחה והסביבה וארבעה - להיבט העצמי). 2. מצב נפשי (ארבעה פריטים מודדים את ההיבט הפיזיולוגי וחמישה פריטים את ההיבט הפסיכולוגי. ששת הפריטים הראשונים מודדים תחושות שליליות ושלושת האחרים – תחושות חיוביות) |
| 6 | סוג סולם המדידה | סולם דימוי עצמי: התשובות ניתנות בסולם ליקרט בן שלוש דרגות ממסכים עד לא מסכים. ציון הדימוי העצמי מושג בעזרת חישוב ממוצע הפריטים. סולם מצב נפשי: התשובות ניתנות בסולם ליקרט בן שלוש דרגות מבכלל לא עד די הרבה. ציון המצב הנפשי מושג בעזרת חישוב ממוצע הפריטים. במחקר הנוכחי שונה כיוון ששת הפריטים הראשונים כך שציון גבוה יותר משמעו מצב נפשי טוב יותר. במחקר של כהן-לוינסון, הורכב משתנה אחד של מצב רגשי הכולל את הדימוי העצמי והמצב הנפשי. הציון במשתנה זה הינו ממוצע הפריטים המרכיבים אותו, וככל שהינו גבוה יותר, מצבו הרגשי של הנחקר טוב יותר. |
| 7 | סוג הפריטים בכלי | דירוג |
| 8 | אורך הכלי | 15 פריטים: דימוי עצמי – 6 פריטים, מצב נפשי – 9 פריטים. |
| 9 | מהימנות | העקיבות הפנימית על פי פריזנט (2000) היא $\alpha = 0.69$ לסולם הדימוי העצמי ו $\alpha = 0.83$ לסולם המצב הנפשי (פריזנט, 2000). במחקר של כהן-לוינסון (2004) נמצאה עקיבות פנימית של $\alpha = 0.73$ עבור סולם הדימוי העצמי, $\alpha = 0.77$ עבור סולם המצב הנפשי. העקיבות הפנימית של פריטי שני הכלים גם יחד נמצאה $\alpha = 0.81$. המתאם בין ציוני שני הכלים נמצא מובהק ($r = 0.36, p < 0.001$) ומלמד על קשר חיובי ביניהם. |
| 10 | תקיפות | לא צויינה |

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

| שם המחקר | מק"ט |
|---|------------|
| כהן-לוינסון דיצה (2004). השפעת מערכת התמיכה הבלתי פורמלית על הזדקנות מוצלחת של אנשים עם פיגור שכלי. אונ' חיפה. תואר שני. מנחה: ד"ר דובדבני אילנה. | <u>527</u> |
| האלה האבס אבו עיד (2010). הקשר בין תפיסת אקלים חברתי לבין הזדקנות מוצלחת אצל אנשים עם פיגור שכלי. אונ' חיפה. תואר שני. מנחה: ד"ר דובדבני אילנה. | <u>571</u> |

שאלון מצב רגשי (מתוך שאלון ה SELF)

Linn & Linn, 1984

דימוי עצמי

הקשב/י וענה על המשפטים הבאים על פי מידת הסכמתך .

| לא מסכים | די מסכים | מסכים | |
|----------|----------|-------|---|
| 3 | 2 | 1 | |
| | | 1 | 1. אני מרגיש/ה שיש לי מספר דברים בהם אני טוב. |
| 3 | 2 | 1 | 2. בדרך כלל אני מרוצה מעצמי. |
| 3 | 2 | 1 | 3. אני זוכה לכבוד מאחרים. |
| 3 | 2 | 1 | 4. אני מרגיש/ה שיש לי עדיין מה לתת/ לתרום. |
| 3 | 2 | 1 | 5. אני זוכה להערכה. |
| 3 | 2 | 1 | 6. אני חושב/ת שאני מסוגל/ת ללמוד דברים חדשים. |

מצב נפשי

הקשב/י ועני/ה באיזו מידה הרגש/ה את הדברים הבאים בחודש האחרון?

| 3 | 2 | 1 | בחודש האחרון אני מרגיש/ה |
|---------|---------|---------|---|
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 1. עצבנות או חוסר מנוחה פנימי. |
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 2. איטיות או ירידה במרץ. |
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 3. תחושת בדידות. |
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 4. הרגשה של חוסר אונים. |
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 5. תחושת עצבות. |
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 6. חוסר תקווה לגבי העתיד. |
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 7. הרגשת אושר. |
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 8. שלחיים יש משמעות עבורי. |
| די הרבה | לא הרבה | בכלל לא | 9. אני מרגיש/ה שהדברים שאני עושה מעניינים אותי. |