

שם הכלי: שאלון רמת הדיפרנציאציה של העצמי LSDD (Level of Self Differentiation) ☸

פותח בשנת: 1984, על ידי: Haber (1984) ☸

תורגם לעברית בשנת: 2000 על ידי: באום ☸

1	מטרת הכלי	השאלון נועד לבדוק את רמת הדיפרנציאציה של העצמי, כלומר את המידה שבה האדם (האח) משלב בין התפקוד האינטלקטואלי לבין הכוחות האמוציונליים במערכת יחסים
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	אחים לילדים עם פיגור שכלי
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	מורכב משני תחומים: 1. בגרות רגשית (Emotional Maturity) של הנבדק כפי שבאה לידי ביטוי בערכים, האמונות, המטרות, התהליכים הקוגניטיביים אל מול התהליכים האמוציונליים, עמדות האני, הערכה של עצמי וציפיות האחרים ממני (19 היגדים). 2. תלות רגשית (Emotional Dependency) כפי שבאה לידי ביטוי באופן קבלת החלטות, הצורך באישור, הצורך בביטחון, התגובה ללחץ קבוצתי, רגשות כלפי עצמי ויכולת פתרון בעיות (13 היגדים).
6	סוג סולם המדידה	הנבדקים התבקשו לציין עד כמה הם מסכימים עם ההיגדים המוצגים בסולם ליקרט הנע בין 1 ("מאוד לא מסכים") לבין 4 ("מסכים מאוד"). ציון רמת הדיפרנציאציה הכללית חושב על ידי מיצוע 32 ההיגדים בשאלון. ככל שהציון גבוה כך רמת הדיפרנציאציה של העצמי גבוהה.
7	סוג הפריטים בכלי	דירוג
8	אורך הכלי	32 היגדים
9	מהימנות	במחקר של ורדי (2006) נמצאה עקיבות פנימית של 84. (אלפא של קרונברך).
10	תקיפות	ורדי (2006): "במחקרה של באום, העוסק בקשר בין הדיפרנציאציה של העצמי ומאפייני אישיות נרקסיסטיים לבין תפקודם המשותף של הורים גרושים, נמצא קשר בין הדיפרנציאציה של העצמי לבין תפקודם המשותף של הורים גרושים. ככל שהדיפרנציאציה של העצמי בקרב אבות גרושים הייתה גבוהה, כך הרגשות השליליים של האבות פחתו, מעורבות האב בחיי ילדיו הייתה גבוהה ושיתוף הפעולה בין ההורים היה טוב. בקרב האימהות, ככל שהדיפרנציאציה של העצמי הייתה גבוהה, כך נעשה יותר שימוש בדפוס של פשרה ופחות שימוש בדפוס של התקפה. ממצאים אלו תומכים בהשערת המחקר לפיהן ככל שהדיפרנציאציה של העצמי גבוהה כך היחסים בין ההורים טובים (באום, 2000) ומעידים כאמור, על תוקפו של השאלון".

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
<u>532</u>	ורדי איה (2006). תרומתם של הערכה עצמית, רמת הדיפרנציאציה של העצמי, תפיסת הדחק במשפחה ותפיסת הטיפול הדיפרנציאלי של ההורים לצמיחה אישית בקרב אחים לילדים עם/ללא פיגור שכלי. אונ' בר-אילן. תואר שני. מנחה: ד"ר פינדלר ליאורה.
<u>31</u>	פינדלר ליאורה (2009). חווית הסבות בקרב סבים וסבתות לילדים עם/וללא נכות אינטלקטואלית.

שאלון רמת הדיפרנציאציה של העצמי

Haber (1984)

לפניך משפטים המתארים את התפיסה שלך לגבי עצמך.

אנא סמן/י עד כמה את/ה מסכים/ה עם המשפטים המוצגים:

1 = מאוד לא מסכים/ה , 2 = לא מסכים/ה; 3 = מסכים/ה; 4 = מסכים/ה מאוד.

מסכים/ה מאוד	מסכים/ה	לא מסכים/ה	מאוד לא מסכים/ה		
4	3	2	1	הערכתם ואהבתם של אחרים אינה משפיעה בצורה משמעותית על מה שאני מרגיש.	1
4	3	2	1	אני משנה את דעתי על פי ידע חדש יותר מאשר על פי דעותיהם של אחרים.	2
4	3	2	1	אני מסוגל/ת לעזור לעצמי כאשר אני במשבר.	3
4	3	2	1	כאשר בעיה מטרידה אותי, אני מסוגל/ת לשקול דעות שונות על מנת לפתור את הבעיה.	4
4	3	2	1	אני לא מתקשה להתנגד לדעותיהם של אחרים.	5
4	3	2	1	יותר משאני זקוק/ה לאנשים אחרים אני זקוק/ה לתחושת ביטחון ביחסים קרובים.	6
4	3	2	1	חיי מכוונים על פי כמה מטרות שהגדרתי לעצמי.	7
4	3	2	1	כאשר אני נתקל/ת בבעיה, אני בדרך כלל סומך/ת על עצמי שאמצא פתרון.	8
4	3	2	1	אני יכול/ה להתנגד ללחץ קבוצתי.	9
4	3	2	1	אני יכול/ה להרגיש טוב בלי שיהיו לי יחסים רגשיים קרובים.	10
4	3	2	1	קשה לי להציב לעצמי מטרות ארוכות טווח.	11
4	3	2	1	אני יכול/ה להחליט בעצמי, אם עבודה שעשיתי הינה טובה.	12
4	3	2	1	יש לי כמה ערכים ואמונות שהם רק שלי.	13
4	3	2	1	אני לא מוטרד/ת במיוחד אם החלטותיי אינן מוצאות חן בעיני אחרים.	14

15	אני מקדיש/ה הרבה אנרגיה להיות מה שאחרים מצפים ממני שאהיה.	1	2	3	4
16	אני מעדיף/ה לשמור ולהגן על עמדותי מאשר לעשות דברים על פי הרוב.	1	2	3	4
17	אני בוגר/ת מבחינה רגשית.	1	2	3	4
18	יכולתי לקבל החלטות אינה מושפעת מאוד מהתנגדותם של אחרים.	1	2	3	4
19	הידיעה שלי שהצלחתי חשובה לי יותר משבחיהם של אחרים.	1	2	3	4
20	אני מסוגל/ת להרגיש בטוח/ה מבלי להסתמך על יחסים רגשיים קרובים.	1	2	3	4
21	אני מקבל/ת החלטות המבוססות על פי ערכים ואמונות שהלי בלבד.	1	2	3	4
22	אני מבחין/ה היטב בין רגשותיי למחשבותיי.	1	2	3	4
23	החלטותיי ופעולותיי מבוססות על הסכמתם של אחרים.	1	2	3	4
24	אני מסוגל/ת לפתור בעיות גם כאשר אני מוטרד/ת רגשית.	1	2	3	4
25	ההערכה והאהבה מאחרים הינם בעלי משמעות רבה עבורי.	1	2	3	4
26	החלטותיי אינן מושפעות בקלות מלחץ קבוצתי.	1	2	3	4
27	אני לא מתנהג/ת בצורה בוגרת.	1	2	3	4
28	אני מרגיש/ה נוח עם אמונותיי וערכיי גם כאשר אחרים מערערים עליהם.	1	2	3	4
29	מה שאני מצפה מעצמי חשוב יותר ממה שאחרים מצפים ממני.	1	2	3	4
30	אני משנה את דעותיי על מנת להימנע מויכוחים עם אחרים.	1	2	3	4
31	כאשר עליי לקבל החלטות חשובות, אני שוקל/ת את כל האפשרויות הקיימות.	1	2	3	4
32	הערכתי לגבי עבודה שעשיתי חשובה יותר מהערכתם של אחרים.	1	2	3	4