- **שם הכלי: שאלון רמת דחק ומשאבים אישיים של אמהות אומנות**
- **פותח בשנת:** 2001 , **על ידי: אדם (2001)** תוך התבסות על שאלונים אחדים:

שאלון FILE (Family Enventory Of Life Events and Changes) שפותח ע"י Hamilton et al.

שאלון HREC (Handicap Related Event Checklist Symptom Severity Measure) שפותח על ידי Peterson, 1983 ותורגם על ידי פינדלר, 1997.

שאלון RSE –Self Esteem שפותח ע"י Rosenberg (אצל פינדלר, 1997).

שאלון Self-Mastery כפי שפותח ע"י Perlin & Schooler, 1987 (אצל פינדלר, 1997)

שאלון תמיכה חברתית MSPSS כפי שפותח ע"י Zimmet, et al., 1988 (אצל דנגור, 1993)

1	**מטרת הכלי**	השאלון נועד להעריך את רמת הדחק והמשאבים האישיים של אמהות אומנות.
2	**סוג כלי המחקר**	שאלון
3	**אוכלוסיית היעד**	אמהות אומנות לילדים עם/ללא פיגור שכלי
4	**אופי הדיווח**	דיווח עצמי של האמהות
5	**מבנה הכלי**	מספר חלקים: 1. פרטים דמוגרפיים (שאלות 1-7), 2. הטיפול בילד (שאלות 10-19), 3. מצב כלכלי (שאלות 20-27), 4. הקשר הזוגי (שאלות 28-33), 5. הקשר של האם האומנת עם ילדיה הביולוגיים (שאלות 33-37), 6. בריאות המשפחה (שאלות 39-43), 7. בריאותה של האם האומנת (שאלות 44-50), 8. תמיכה חברתית (שאלות 51-54), 9. שליטה עצמית (שאלות 55-58), 10. הערכה עצמית (שאלות 59-62), 11. הקשר של ילדיה הביולוגיים של האם האומנת לילד האמון (שאלות 63-66), 12. הקשר של המשפחה האומנת עם המשפחה הביולוגית של הילד האמון (שאלות 67-70), 13. קשרי האם האומנת עם שכניה ויחסם לתפקיד האם האומנת (שאלות 71-75), 14. יחסם של החברים לאם האומנת ולתפקיד האומנה (שאלות 76-79), 15. מערכת הקשרים בין האם האומנת למנחי האומנה (שאלות 80-92), 16. מניעים לתפקיד האומנה (שאלה 93).
6	**סוג סולם המדידה**	התשובות לשאלות ניתנות על גבי סולמות מדידה, בני 3, 4 או 5 תשובות/דרגות.
7	**סוג הפריטים בכלי**	פריטי בחירת תשובה (כאשר התשובות מהוות דירוג) וכמה שאלה פתוחות.
8	**אורך הכלי**	94 פריטים
9+10	**מהימנות ותקיפות**	לא צויינו

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
513	אדם לילך (2001). רמת הדחק של אמהות אומנות לילד עם פיגור שכלי והקשר שלה למשאביהן האישיים. תואר שני. אוניברסיטת בר אילן. מנחה: ד"ר פורטוביץ דוד.

שאלון רמת דחק ומשאבים אישיים של אמהות אומנות

אדם, 2001

נספח מספר 1

שאלון המחקר

אם אומנת יקרה !

אוניברסיטת בר – אילן עורכת מחקר על אמהות אומנות, רגשותיהן ותחושותיהן שלך ושל אמהות אחרות.
מחקר זה מיועד ללמוד ולהבין יותר את מורכבות חייכן והמשימות העומדות בפניכן.

אנו מעונינים בדעותיכן ובמה שיש לכן לומר על חיי היום – יום שלכן. אין בשאלון זה תשובות נכונות או לא נכונות. מחשבותיך, רגשותיך ועמדתך הן התשובות המתאימות ביותר. השאלות ממוספרות. בחירת התשובה הנכונה תעשה על ידי הקפת הספרה בעיגול שנמצאת ליד התשובה הרצויה.

מחקר זה הנו אנונימי, ללא פרטים מזהים שלך ושל בני משפחתך.
סודיות מובטחת ותשובותיך ישמשו לעיבוד סטטיסטי בלבד.
אנו מקווים שנוכל להבין טוב יותר כיצד לסייע לאמהות אומנה בעתיד.

אנו מודים לך על שיתוף הפעולה

בכבוד רב
ד"ר דוד פורטוביץ
לילך אדם

1. באיזו ארץ נולדת _____

2. שנת לידה שלך _____

3. מצבך המשפחתי
   1. __ נשואה
   2. __ רווקה
   3. __ גרושה
   4. __אלמנה
   5. __ פרודה
   6. __ ידועה בציבור

4. כמה ילדים טבעיים יש לך_____

5. כמה שנים למדת בסך הכל (החל מכתה א') _____ שנים

6. כיצד את מגדירה את עצמך :
   1. __ אישה דתית מאד
   2. __ אישה דתית
   3. __ מסורתית
   4. __ לא דתית ולא מסורתית
   5. __ אישה חילונית.
   6. __ אישה אנטי דתית

7. כמה שנים את אם אומנת _____

כעת כמה שאלות על ילדך האמון

8. מין הילד:
   1. __ זכר
   2. __ נקבה

9. גיל הילד:____

10. לדעתך ,מהי דרגת הפיגור של הילד האמון:
    1. קלה
    2. בינונית
    3. עמוקה
    4. עמוקה מאד

11. האם הילד זקוק לטיפולים מיוחדים:
   1. כלל לא
   2. במידה מועטה
   3. במידה רבה
   4. במידה רבה מאד.

12. האם הילד סובל ממגבלות פיזיות
   1. קלה מאד
   2. קלה
   3. בינונית
   4. קשה
   5. לא

13. האם הילד זקוק למעקב רפואי:
   1. לא
   2. מעט מאד
   3. מעט
   4. רב
   5. רב מאד

14. האם יש לכם הוצאות כספיות מיוחדות בגלל הילד האמון
   1. לא
   2. מעט מאד
   3. הרבה
   4. הרבה מאד.

15. האם יש צורך לעבור דירה בגלל הילד האמון
   1. לא
   2. צורך מועט
   3. צורך רב
   4. הכרח

16. האם קיים צורך לערוך שינוי במבנה הבית בגלל הילד האמון:
   1. לא
   2. צורך מועט
   3. צורך רב
   4. הכרח

17. האם קיימות מגבלות בפעילות יום יומיות של שאר בני המשפחה בגלל הילד האמון
    1. לא
    2. מעט מאד
    3. מעט
    4. הרבה
    5. הרבה מאד.

18. האם קיים קושי במציאת בייבי סיטר לילד האמון
    1. לעתים קרובות מאד
    2. לעתים קרובות
    3. לעתים רחוקות
    4. לעתים רחוקות מאד

19. האם קיים קושי ביציאה לטיולים ואירועים משפחתיים בגלל הילד האמון
    1. לעתים קרובות מאד
    2. לעתים קרובות
    3. לעתים רחוקות
    4. לעתים רחוקות מאד

כעת מספר שאלות על משפחתך

20. בחודש האחרון,בערך כמה כסף הוצאת על רכישת מזון ודברי מכולת _____

21. בחודש האחרון, בערך כמה כסף הוצאתם על חינוך הילדים _____

22. חודש האחרון, בערך כמה כספים הוצאתם על משכנתא או שכר דירה_____

23. בחודש האחרון, בערך כמה כספים הוצאתם על בילוי _____

24. בחצי שנה האחרונה, האם היו לכם בעיות כספיות
    1. לעתים רחוקות מאד
    2. לעתים רחוקות
    3. לעתים קרובות
    4. לעתים קרובות מאד

25. האם את חושבת שהבעיות הכספיות ימצאו פתרון
    1. בטוחה שכן
    2. חושבת שכן
    3. חושבת שלא
    4. בטוחה שלא

26. האם אתם גרים בדירה
1. בבעלותכם
2. בשכר דירה
3. בדמי מפתח
4. אחר _____

27. באיזו מידה את מרגישה שמצבך הכלכלי טוב
1. במידה רבה מאד
2. במידה רבה
3. במידה בינונית
4. במידה מועטה
5. במידה מועטה מאד

<u>כעת מספר שאלות על הקשרים עם בן זוגך</u>

28. כמה שנים את חיה עם בן זוגך ____

29. האם קיימים נושאים שבמחלוקת בינך ובין בן זוגך
1. לא
2. לעתים רחוקות
3. לעתים קרובות
4. לעתים קרובות מאד

30. האם ישנם סכסוכים בינך ובין בן זוגך
1. כלל לא
2. לעתים רחוקות
3. לעתים קרובות
4. לעתים קרובות מאד

31. באיזו מידה את מסכימה עם המשפטים הבאים :
"בעלי לא מבין אותי"
1. מסכימה ביותר
2. מסכימה
3. מעט לא מסכימה
4. לא מסכימה

32. "בעלי מעביר עלי ביקורת"
1. מסכימה ביותר
2. מסכימה
3. מעט לא מסכימה
4. לא מסכימה

33.באיזו מידה את מרגישה כי יחסך עם בעלך טובים
1. במידה רבה מאד
2. במידה רבה
3. במידה בינונית
4. במידה מועטה
5. במידה מועטה ביותר

34.אם יש לך ילדים טבעיים (חוץ מהילד האמון), האם ישנם קשיים איתם
1. מידה רבה מאד
2. במידה רבה
3. במידה בינונית
4. במידה מועטה
5. במידה מועטה ביותר

35. האם ישנם ויכוחים בינך לבין ילדך
2. במידה רבה מאד
3. במידה רבה
4. במידה בינונית
5. במידה מועטה
6. במידה מועטה ביותר

36.באיזו מידה את מרגישה כי יחסך עם ילדך טובים
1. במידה רבה מאד
2. במידה רבה
3. במידה בינונית
4. במידה מועטה
5. במידה מועטה ביותר

37. באיזו מידה את מסכימה עם המשפט הבא " ילדיי מעציבים אותי "
1. במידה רבה מאד
2. במידה רבה
3. במידה בינונית
4. במידה מועטה
5. במידה מועטה מאד

38. האם ישנה אלימות במשפחה
1. כלל לא
2. לעתים רחוקות
3. לעתים קרובות
4. לעתים קרובות מאד

כעת מספר שאלות על בריאות המשפחה

39. באיזו מידה את ומשפחתך מטפלים בשיניים
    1. במידה רבה מאד
    2. במידה רבה
    3. במידה בינונית
    4. במידה מועטה
    5. במידה מועטה מאד

40. בשנה האחרונה, האם חלה בן זוגך במחלה כרונית
    1. לא
    2. בצורה קלה
    3. בצורה קשה
    4. בצורה קשה ביותר

41. בשנה האתרונה, האם הפך אחד מילדך לחולה כרוני או נכה
    1. לא
    2. בצורה קלה
    3. בצורה בינונית
    4. בצורה קשה

42. בשנה האחרונה, האם נפטר אחד מהוריך או מהורי בן זוגך
    1. כן
    2. לא

43. ב 5 שנים האחרונות האם נפטר בן משפחה מקרבה ראשונה
    1. לא
    2. כן

כעת כמה שאלות עליך

44. בחודש האחרון, האם את חשה עייפות
    1. כלל לא
    2. לעתים רחוקות
    3. לעתים קרובות
    4. לעתים קרובות מאד

45. בחודש האחרון, האם את חשה עייפות בטיפול בבנך האמון
    1. כלל לא
    2. לעתים רחוקות
    3. לעתים קרובות
    4. לעתים קרובות מאד

46. בשנה האחרונה,האם חלית במחלה כרונית
1. לא
2. בצורה קלה
3. בצורה קשה

47. כיצד היית מגדירה את מצב בריאותך
1. מצוין
2. טוב
3. בינוני
4. גרוע
5. גרוע מאד

48. בשנה האחרונה האם פנית לפסיכולוג
1. כלל לא
2. לעתים רחוקות
3. לעתים קרובות
4. לעתים קרובות מאד

49. בשנה האחרונה, האם פנית לעזרה מעובד סוציאלי
1. כלל לא
2. לעתים רחוקות
3. לעתים קרובות
4. לעתים קרובות מאד

50. האם את מקבלת עזרה נפשית כלשהי
1. כלל לא
2. לעתים רחוקות
3. לעתים קרובות
4. לעתים קרובות מאד

וכעת מספר שאלות לגבי עזרה שאת מקבלת מאחרים

51. משפחתי נותנת לי עזרה ותמיכה רגשית
    1. במידה רבה מאד
    2. במידה רבה
    3. במידה בינונית
    4. במידה מועטה
    5. במידה מועטה ביותר

52. יש לי אדם קרוב שנותן לי תמיכה
    1. כלל לא
    2. במידה מועטה
    3. במידה רבה
    4. במידה רבה מאד

53. חברים עוזרים לעזור לי
    1. כלל לא
    2. במידה מועטה
    3. במידה רבה
    4. במידה רבה מאד

54. אני משוחחת עם משפחתי על בעיותיי
    1. במידה מועטה ביותר
    2. בְמידה מועטה
    3. במידה בינונית
    4. במידה רבה
    5. במידה רבה מאד

באיזו מידה את מסכימה למשפטים הבאים

55. "אני מרגישה שאני לא שולטת על דברים שקורים לי"
    1. כלל לא מסכימה
    2. מעט לא מסכימה
    3. מסכימה
    4. מסכימה ביותר

56. "לעתים קרובות אני מרגישה חסרת אונים עם הבעיות שלי"
    1. כלל לא מסכימה
    2. מעט לא מסכימה
    3. מסכימה
    4. מסכימה ביותר

57. "מה שיקרה לי תלוי בעיקר בי"
1. כלל לא מסכימה
2. מעט לא מסכימה
3. מסכימה
4. מסכימה ביותר

58. "אני יכולה לעשות כמעט כל דבר שאני מחליטה לעשות"
1. כלל לא מסכימה
2. מעט לא מסכימה
3. מסכימה
4. מסכימה ביותר

59. אני מרגישה שיש לי מספר תכונות חיוביות
1. כלל לא מסכימה
2. מעט
3. לא מסכימה
4. מסכימה
5. מסכימה ביותר

60. אני מרגישה אדם בעל ערך בדיוק כמו אחרים
1. כלל לא מסכימה
2. מעט
3. לא מסכימה
4. מסכימה
5. מסכימה ביותר

61. אני מסוגלת לעשות דברים בצורה טובה כמו רוב האנשים
1. כלל לא
2. מסכימה
3. מעט לא מסכימה
4. מסכימה
5. מסכימה ביותר

62. אני מרגישה שיש לי הרבה דברים שאני יכולה להתגאות בהם
1. כלל לא
2. מסכימה
3. מעט מסכימה
4. מסכימה
5. מסכימה ביותר

כעת כמה שאלות על מערכת המשפחה האומנת

63. מה יחסם של ילדיך הטבעיים לילד האמון
1. רובם אוהבים אותו
2. רובם מסתדרים איתו
3. רובם לא אוהבים אותו
4. רובם עוינים כלפיו

64. איך רואים ילדך את הילד האמון
1. רובם רואים בו בן משפחה לכל דבר
2. רובם רואים בו בן משפחה במידה מסוימת
3. רובם לא רואים בו בן משפחה בדרך כלל
4. רובם לא רוצים לראות בו בן משפחה כלל

65. האם רוב ילדיך סובלים מנוכחותו והתנהגותו של הילד האמון
1. כלל לא
2. במידה מועטה
3. במידה רבה
4. במידה רבה מאד

66. האם הייתה בקשה של ילדך להפסיק את האומנה
1. רובם ביקשו
2. חלקם בקשו
3. אחד ביקש
4. אף אחד לא ביקש

67. האם יש לך קשר עם משפחתו הביולוגית של הילד האמון
1. אין כל קשר
2. היה קשר בעבר
3. קשר רופף
4. קשר הדוק

68. כיצד היית מגדירה את מערכת הקשרים עם המשפחה הביולוגית של הילד האמון
1. מצוינת
2. טובה
3. מתוחה
4. גרועה
5. אין כל קשר

69. האם היית רוצה להדק את הקשרים עם המשפחה הביולוגית
1.כלל לא
2.במידה מועטה
3.במידה רבה
4.במידה רבה מאד

70. האם לדעתך חשוב שיהיה לילד האמון קשר עם משפחתו הביולוגית
1.כלל לא
2.במידה מועטה
3.במידה רבה
4.כרח

71. כיצד היית מגדירה את יחסך עם שכנך
1.טובים מאד
2.טובים
3.לא טובים
4.גרועים

72. מה יחסם של שכנך להיותך אם אומנת לילד עם פיגור
1. רובם מתייחסים באהדה
2. רובם מתייחסים באדישות
3. רובם מתייחסים בהסתייגות
4. רובם מתייחסים בחשדנות
5. רובם מתייחסים בעוינות

73. האם מאז שהפכת לאם אומנת חל שינוי ביחס השכנים אליך
1. הקשרים התהדקו
2. לא חל כל שינוי ביחסם אלי
3. רובם התרחקו ממני
4. רובם נתקו את הקשרים אתי

74. האם ילדי השכנים משחקים (או שחקו בעבר) עם ילדכם האמון
1. כלל לא
2. לעתים רחוקות מאד
3. לעתים קרובות
4. לעתים קרובות מאד

75. האם ילדך האמון מוזמן לשחק אצל השכנים
1. כלל לא
2. לעתים רחוקות מאד
3. לעתים קרובות
4. לעתים קרובות מאד

76. האם מאז היותך אם אומנת חל שינוי בקשרים שלך עם חבריך
1. הקשרים התהדקו
2. לא חל כל שינוי
3. חברים התרחקו
4. חברים נתקו קשרים

77. האם חבריך באים לבקרכם בבית
1. לעתים קרובות מאד
2. לעתים קרובות
3. לעתים רחוקות
4. לעתים רחוקות מאד
5. כלל לא

78. האם מאז שהחלת להיות אם אומנת חל שינוי בהזמנות שאת מקבלת מחבריך
1. לא חל כל שינוי
2. אני מוזמנת כבעבר רק עם בקשה שלא אביא את הילד האמון
3. אני מוזמנת פחות מבעבר
4. אני כלל לא מוזמנת יותר

79. מה יחסם של חברך להיותך אם אומנת לילד מפגר
1. רובם מתייחסים באהדה רבה
2. רובם מתייחסים באדישות
3. רובם מתייחסים בהסתייגות
4. רובם מתייחסים בחשדנות
5. רובם מתייחסים בעוינות

80. כיצד היית מגדירה את קשריך עם מנחי האומנה
1. קשרים מצוינים
2. קשרים טובים
3. קשרים לא טובים
4. קשרים גרועים

81. האם את חשה כי מנחי האומנה תומכים בך בשעת הצורך
1. כלל לא
2. במידה מועטה
3. במידה רבה
4. במידה רבה מאד

82. האם את חשה כי מנחי האומנה מעריכים את עבודתך
1. כלל לא
2. במידה מועטה
3. במידה רבה
4. במידה רבה מאד

83. האם את מעריכה את עבודת מנחי האומנה
1. כלל לא
2. במידה מועטה
3. במידה רבה
4. במידה רבה מאד

84. כאשר את נתקלת בקושי עם בנך האמון, אל מי את מעדיפה לפנות בבקשת עזרה
1. פותרת את בעיה בעצמי
2. פונה לבן משפחה
3. פונה לחבר
4. פונה למנחה האומנה

85. מהי אם אומנת לדעתך :
1. אם לכל דבר
2. ברוב המקרים משמשת כאם
3. שילוב של אשת מקצוע ואם
4. אשת מקצוע

86. מהי אם אומנת לדעת מנחי האומנה
1. המנחים רואים בי אם לכל דבר
2. המנחים רואים בי ברוב המקרים כאם
3. המנחים רואים בי שילוב של אשת מקצוע ואם
4. המנחים רואים בי אשת מקצוע לבד

87. האם ישנם חלוקי דעות בינך לבין מנחי האומנה בגלל תפיסת תפקיד שונה
1. לעתים קרובות ביותר
2. לעתים קרובות
3 .לעתים רחוקות
4. לעתים רחוקות מאד

88. האם מנחי האומנה מתערבים בדרך הטיפול והחינוך של הילד האמון
1. לעתים קרובות מאד
2. לעתים קרובות
3. לעתים רחוקות
4. לעתים רחוקות מאד

89. האם דמי האחזקה מספיקים לטיפול בילד האמון
1. כלל לא.
2. במידה מועטה
3. במידה טובה
4. במידה טובה מאד

90. האם את מקבלת החזרים עבור הוצאות עבור הילד האמון
1. כלל לא
2. באופן חלקי
3. באופן מלא

91. באילו תחומים הייתי רוצה תמיכה כלכלית ובטיפול בילד האמון ואינך מקבלת

_____

92. האם את חשה עצמך עצמאית כאם אומנת
1. כלל לא
2. במידה מועטה
3. במידה רבה
4. במידה רבה מאד

93. לפניך מספר סיבות שבגללן בוחרות נשים לאמון ילדים. נא דרגי אותם על פי סדר חשיבות לטעמך, ליד הסיבה העיקרית, רשמי את הספרה 1 , ליד הסיבה השניה בחשיבותה רשמי 2 וכן הלאה .
___ רצון לעזור
___ תעסוקה
___ פחד להישאר לבד
___ אתגר
___ הצורך בכסף

94. אם היה באפשרותך לאמץ את הילד האמון ,האם היית עושה זאת
1. בטוחה שלא
2. חושבת שלא
3. חושבת שכן
4. בטוחה שכן

תודה על השתתפותך