

כלי מחקר זה נלקח מתוך [מאגר כלי המחקר](#) של קרן שלם התומכת במחקר שמטרתו

סיפור איכות החיים של אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית והסובבים אותם.

כל המעוניין להשתמש באחד מכלי מחקר מתבקש לפנות לחוקר שערך את המחקר הרלבנטי ולוודא את אישור השימוש בכלי מבחינת זכויות יוצרים.

שם הכלי: [שאלון תחושת קוהרנטיות \(גרסה מקוצרת\)](#)

פותח במקור בשנת: 1987 על ידי: Antonovsky

תורגם לעברית בשנת : לא צוין על ידי: לא צוין

1	מטרת הכלי	להעריך את תחושת הקוהרנטיות של הפרט.
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	במחקרם של פרופ' אל-יגון, פרופ' רימרמן ופרופ' מרגלית (2020), הורים לצעירים עם מש"ה בגילאי 15-30.
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	הגרסה המקוצרת של שאלון תחושת הקוהרנטיות מכילה 13 היגדים לדירוג. ציון תחושת הקוהרנטיות מתקבל על-ידי חיבור 13 הפריטים. ציון גבוה מצביע על תחושת קוהרנטיות גבוהה.
6	סוג סולם המדידה	סולם ליקרט בעל 7 דרגות (מ-1 "אף פעם" ל-7 "תמיד"/מ-1 "הם מקור לשעמום" ל-7 "מקור להנאה וסיפוק").
7	סוג הפריטים בכלי	היגדים לדירוג.
8	אורך הכלי	13 פריטים.
9	מהימנות	במחקרם של פרופ' אל-יגון, פרופ' רימרמן ופרופ' מרגלית (2020), מהימנות השאלון נעה לאורך שנות המחקר בין $\alpha = 0.74$ ל- $\alpha = 0.83$.
10	תקיפות	לא צוין

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
139 למחקר המלא	פרופ' מיכל אל-יגון, פרופ' אריק רימרמן ופרופ' מלכה מרגלית (2020), החיים בקהילה בעיניהם של צעירים עם מוגבלות שכלית התפתחותית. בית הספר לחינוך, אוניברסיטת ת"א; הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות, אוניברסיטת חיפה; מרכז אקדמי פרס, רחובות, בית הספר לחינוך, אוניברסיטת תל אביב.



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

שאלון תחושת קוהרנטיות

לפניך סדרה של משפטים. מתחת לכל אחד ספרות מ – 1 עד 7. בקצה כל רצף ישנם ביטויים המבטאים את התשובות "הקיצוניות". הנך מתבקש לסמן את המספר המבטא את תשובתך. לדוגמא: אם המילים מתחת לספרה 1 מתאימות לך, הקף בעיגול את הספרה 1. אם 1 קיצוני מידי אך הרגשתך קרובה ל – 1, סמן 2.

1. האם לעיתים קרובות יש לך הרגשה שלא איכפת לך מה קורה סביבך?

1	2	3	4	5	6	7
תמיד						אף פעם לא

2. האם קרה בעבר שהופתעת מהתנהגותם של אנשים שחשבת שאתה מכיר היטב?

1	2	3	4	5	6	7
אף פעם						תמיד

3. האם קרה בעבר שאנשים שסמכת עליהם אכזבו אותך?

1	2	3	4	5	6	7
תמיד						אף פעם לא

4. עד עתה בחיים שלך:

1	2	3	4	5	6	7
לא היו כלל מטרות						היו מטרות ויעדים ברורים מאד או יעדים

5. האם יש לך הרגשה שמתייחסים אליך בצורה לא הוגנת?

1	2	3	4	5	6	7
תמיד						אף פעם לא

6. האם יש לך את ההרגשה שאתה במצב לא מוכר ואינך יודע מה לעשות לעיתים קרובות

1	2	3	4	5	6	7
						אף פעם לא

7. בדברים שאתה עושה בתפקידיך היום-יומיים יש:

1	2	3	4	5	6	7
מקור להנאה וסיפוק						מקור לשעמום וכאב עמוק

8. האם יש לך רגשות או רעיונות סותרים זה את זה (מבלבלים):

1	2	3	4	5	6	7
תמיד						אף פעם לא

9. האם קורה שיש לך רגשות פנימיים שהייתי מעדיף לא להרגיש:

1	2	3	4	5	6	7
תמיד						אף פעם לא

10. אנשים רבים אפילו בעלי אופי חזק - לפעמים מרגישים כמסכנים. האם בעבר:

1	2	3	4	5	6	7
אף פעם לא הרגשתי כך						אני מרגיש כך תמיד

11. האם בדרך כלל לאחר שקרה משהו התברר לך:

1	2	3	4	5	6	7
שהגזמת או הפחתת						שראית את הדברים
בחיוב העניינים						ביחס הנכון

12. האם יש לך הרגשה שאין הרבה משמעות בדברים שאתה עושה בחיי היומיום:

1	2	3	4	5	6	7
תמיד						אף פעם לא

13. עד כמה יש לך רגשות שאינך בטוח שתוכל לשלוט בהם:

1	2	3	4	5	6	7
תמיד						אף פעם לא