

- שם הכלי: שאלון מקורות תמיכה ודחק QRS-F (Questionnaire of Resources & Stress) ☸
- פותח בשנת: 1983, על ידי: פרידריך גרינברג וקרניק (Friedrich, Greenberg & Crnic, 1983) ☸
- תורגם לעברית בשנת: 1991, על ידי: רימרמן (1991) (ולפני כן על ידי פורטוביץ ורימרמן, 1985). ☸

1	מטרת הכלי	לבדוק דחק והסתגלות של הורים לילדים ולמתבגרים בעלי נכות התפתחותית
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	הורים לילדים עם נכות התפתחותית
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	ארבעה מימדים: 1. תפיסת ההורה את הבעיות ההוריות והמשפחתיות. כולל 20 פריטים ומבטא את תפיסת המשיב ביחס לבעיות ביחס אליו, ביחס לבני משפחה אחרים והמשפחה כמכלול. שאלות 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 11, 14, 15, 18, 21, 24, 25, 31, 33, 35, 40, 45, 46. 2. תפיסת ההורה את מידת הפסימיות. כולל 11 פריטים המבטאים את תפיסת המשיב באשר למידת הפסימיות שלו מהאפשרות שילדו יגיע לעצמאות תפקודית. מדד זה מבטא דכאוניות. שאלות 12, 13, 16, 20, 28, 32, 42, 43, 47, 50, 51. 3. תפיסת ההורה את תכונות הילד. כולל 15 פריטים המבטאים את תפיסת המשיב לגבי התנהגות הילד וקשייו. שאלות 1, 6, 17, 19, 22, 23, 27, 29, 30, 34, 37, 39, 41, 44, 48. 4. תפיסת ההורה את יכולתו הפיזית של הילד. כולל ששה פריטים ומבטא את תפיסת המשיב לגבי יכולתו הפיזית של בנו/בתו לבצע מיומנויות של עזרה עצמית. שאלות 8, 26, 36, 38, 49, 52. צרוף ציוני כל הקטגוריות הללו נותן ציון דחק כוללני ומשקף את הדחק של ההורים.
6	סוג סולם המדידה	סקלת ליקרט בעלת ערכים של 0 (לא מסכים) ו- 1 (מסכים).
7	סוג הפריטים בכלי	הצהרות אשר חלקן מתארות השפעה שלילית של הילד עם נכות התפתחותית על משפחתו וחלקן השפעה חיובית.
8	אורך הכלי	52 הצהרות/פריטים

<p>בניתוח סטטיסטי של השאלון נמצא מקדם מהימנות פנימית 0.95, וכן נמצא שאלון זה במתאם גבוה, 0.99, עם הגרסה הקודמת הארוכה יותר של הולרויד (Holroyd, 1974). במחקרה של רעיף (1991) מקדם אלפא של השאלון עבור אוכלוסיית הורים לילדים רכים נכים היה 0.93. גם במחקרה של לורי (1999) נמצאה מהימנות פנימית גבוהה של $\alpha=0.90$ עבור אוכלוסיית אמהות לילדים בוגרים עם פיגור שכלי. במחקרה של וודינסקי (2003) נמצאה מהימנות פנימית גבוהה של $\alpha=0.93$ על כל המדגם, בקרב אוכלוסיית הורים עולים נמצאה $\alpha=0.93$ ובקרב אוכלוסיית הורים ילידי הארץ נמצאה $\alpha=0.92$. פריט מספר 50 בשאלון לא הובן על ידי נבדקים רבים והמתאם שלו עם הסקלה היה שלילי, לכן פריט זה הוצא מהשאלון. במחקרה של גל-אתרוג (2002) נמצאו המהימנויות הבאות: תפיסת ההורה את הבעיות ההוריות והמשפחתיות - $\alpha=.88$, תפיסת ההורה את מידת הפסימיזם - $\alpha=.73$, תפיסת ההורה את מאפייני הילד - $\alpha=.77$, תפיסת ההורה את יכולת הפיזית של הילד - $\alpha=.63$ ורמת הדחק הכוללת - $\alpha=.90$. במחקרה של פיין (2018), מקדם מהימנות פנימית של מימד תפיסת ההורה את הבעיות ההוריות והמשפחתיות נמצא $\alpha=.75$, מקדם מהימנות פנימית של מימד תפיסת ההורה את מידת הפסימיזם נמצא $\alpha=.69$, מקדם מהימנות פנימית של מימד תפיסת ההורה את תכונות בנו/בתו נמצא $\alpha=.75$, מקדם מהימנות פנימית של מימד תפיסת ההורה את יכולתו הפיזית של בנו/בתו נמצא $\alpha=.73$, לאחר סיכום כל 4 הקטגוריות נמצאה לדחק מהימנות פנימית (אלפא של קורנברך) של 0.83.</p>	<p>9 מהימנות</p>
<p>לא צויינה</p>	<p>10 תקיפות</p>

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
520	וודינסקי הלנה (2003). הנכונות של הורים לילדים עם פיגור שכלי לפנות להשמה חוץ ביתית: השוואה בין הורים עולים מבריה"מ לשעבר לבין הורים ילידי הארץ. אונ' חיפה. תואר שני. מנחה: ד"ר דובדבני אילנה.
503	כהן-חבושה רינה (1999). הורים לבוגרים עם נכות התפתחותית: התמודדות עם דחק, תמיכה משפחתית ועמדות כלפי נורמליזציה כמשתנים הקשורים לעמדותיהם כלפי תעסוקת בנם/בתם. אונ' חיפה. תואר שני. מנחה: ד"ר דובדבני אילנה.
514	גל-אתרוג רונית (2002). ההבדלים בין אמהות לאבות של צעירים עם פיגור שכלי ברמות הדחק, בדפוסי ההתמודדות ובעמדותיהם כלפי שילוב בניהם/בנותיהם בקהילה. אונ' חיפה. תואר שני. מנחה: ד"ר דובדבני אילנה.
502	לורי ליאורה (1999). אפיוני אמהות שילדיהן הבוגרים נמצאים במסגרות דיור קהילתי - חוסן אישי, התמודדות, תמיכה חברתית ובריאות נפשית. אונ' חיפה. תואר שני. מנחה: ד"ר בן צור חסי
642	פיין מעיין (2018). הקשר שבין דחק, נטל טיפול ואמביוולנטיות שחשים הורים מזדקנים המטפלים בילדיהם הבוגרים עם מוגבלות שכלית התפתחותית לבין איכות חייהם של ההורים. מחקר לשם מילוי חלקי של הדרישות לקבלת תואר "דוקטור לפילוסופיה" בהנחיית פרופ' אסתר יקוביץ, אוניברסיטת בן גוריון בנגב.

שאלון מקורות תמיכה ודחק QRS-F

Friedrich, W.N., Greenberg, M.I., & Crnic, K. (1983)

הורה נכבדה, לפניך שאלון העוסק ברגשות ומחשבות שיש להורים כלפי בנם/בתם עם צרכים מיוחדים, השאלון מורכב מ-52 שאלות-הצהרות.

הנך מתבקשת לציין באם הנך מסכימה או לא מסכימה עם כל אחת מן ההצהרות. אם קשה לך להחליט באם הנך מסכימה או לא מסכימה, תחשבי על כך במונחים של מה אתה או בני משפחתך מרגישים או נוהגים לעשות ברוב המקרים.

לעתים תמצאי שאלות לבעיות שאינן קיימות במשפחתך, למרות זאת ניתן לענות עליהן במסכימה או לא מסכימה.

(1) לא יוצרות קשר עם בני גילוח.

מסכימה לא מסכימה

(2) בשל ____ בני משפחתנו צריכים לוותר על הרבה דברים.

מסכימה לא מסכימה

(3) ישנה הסכמה במשפחתנו בנושאים מהותיים.

מסכימה לא מסכימה

(4) אני חוששת ממה שעלול לקרות ל ____ כאשר לא אוכל יותר לטפל בו.

מסכימה לא מסכימה

(5) הדרישות המתמשכות לטיפול ב ____ מגבילות את קידומו.

מסכימה לא מסכימה

(6) הנוה מוגבלות בסוג העבודה שהוא (היא) יכולה לעשות למחייתוה

מסכימה לא מסכימה

(7) אני מקבלת את העובדה ש ____ יאלצותאלץ להתגורר בעתיד במסגרת חוץ משפחתית (מוסד או הוסטל).

מסכימה לא מסכימה

(8) יכולה לאכול בעצמוה.

מסכיסוה לא מסכיסוה

9) כדי לטפל ב____ ותרתי על דברים שמאוד רציתי לעשות בחיים.

מסכיסוה לא מסכיסוה

10) ____ מסוגלות להתאים את עצמוה לחיים החברתיים של המשפחה.

מסכיסוה לא מסכיסוה

11) ביציאתי את הבית אני נמנעות לעתים מלקחת את ____.

מסכיסוה לא מסכיסוה

12) בשל האחראיות הרבה שיש לנו כלפי ____ יפגעו בעתיד החיים החברתיים והכלכליים של משפחתנו.

מסכיסוה לא מסכיסוה

13) מטריד אותי ש____ יהיה/תהיה תמיד כזה/כזו.

מסכיסוה לא מסכיסוה

14) אני מרגישה מתוחה כאשר עלי לצאת עם ____ מחוץ לבית.

מסכיסוה לא מסכיסוה

15) אני יכולה לבקר את ידידי בכל עת.

מסכיסוה לא מסכיסוה

16) לקחת אתנו לחופש את ____ עלול לפגום בהנאה של כולנו.

מסכיסוה לא מסכיסוה

17) ____ יודעות מהי כתובת מגוריוה.

מסכיסוה לא מסכיסוה

18) משפחתנו עושה כיום את אותם דברים שעשינו בעבר.

מסכיסוה לא מסכיסוה

19) ____ מודעות מי הואהיא.

מסכיסוה לא מסכיסוה

20) אני מתוסכלות מהדרך שבה מתנהלים חיי.

מסכיסוה לא מסכיסוה

21) בשל ____ אני חשוה לעתים מאד נבוךכה.

מסכיסוה לא מסכיסוה

22) ____ אינוה מבצעות מה שהוההיא מסוגלות.

מסכיסוה לא מסכיסוה

23) קשה ליצור קשר עם ____ בגלל הקושי שיש לו(לה) בהבנת הנאמר.

מסכיסוה לא מסכיסוה

24) יש לנו מקומות רבים אליהם אנו יכולים לצאת וליהנות עם ____.

מסכיסוה לא מסכיסוה

25) ____ זוכה להגנת יתר.

מסכיסוה לא מסכיסוה

26) ____ יכולה ליטול חלק במשחקי חברה וספורט.

מסכיסוה לא מסכיסוה

27) ל ____ יש יותר מדי זמן פנוי.

מסכיסוה לא מסכיסוה

28) אני מאוכזבת ש ____ אינוה יכולה לחיות חיים נורמליים.

מסכיסוה לא מסכיסוה

29) הזמן חולף לאיטו עבור ____ בעיקר בזמן הפנוי.

מסכיסוה לא מסכיסוה

30) ____ אינווה יכולוה למקד את תשוּמת הלב לאורך זמן.

מסכיסוה לא מסכיסוה

31) בדרך כלל קל לי להתרווח (לתפוס שלוה).

מסכיסוה לא מסכיסוה

32) אני מודאגות ממה שיקרה ל ____ כאשר הוואהיא יגדלתגדל.

מסכיסוה לא מסכיסוה

33) אני בדרך כלל עייףה מדי כדי ליהנות.

מסכיסוה לא מסכיסוה

34) אחד הדברים שאני מעריךה אצל ____ הוא בטחונוובטחונה העצמי.

מסכיסוה לא מסכיסוה

35) במשפחתנו יש כעס רב מדי.

מסכיסוה לא מסכיסוה

36) ____ יכולה להתרחץ לבד.

מסכיסוה לא מסכיסוה

37) ____ אינווה יכולה לזכור מה הוואהיא אמרה קודם.

מסכיסוה לא מסכיסוה

38) ____ מסוגלות לנסוע לבד בתחבורה ציבורית.

מסכיסוה לא מסכיסוה

39) קל ליצור קשר עם ____ .

מסכיסוה לא מסכיסוה

40) הדרישות המתמשכות לטפל ב_____ הגבילו את התפתחותי האישית.

מסכיסה לא מסכיסה

41) _____ מקבלות את עצמוה כאדם.

מסכיסה לא מסכיסה

42) אני מרגישה עצובה כאשר אני חושבות על _____.

מסכיסה לא מסכיסה

43) אני חוששות ממה שיקרה ל_____ כאשר לא אוכל לטפל בוובה יותר.

מסכיסה לא מסכיסה

44) אנשים אינם מבינים מה ש_____ מנסה לאומר.

מסכיסה לא מסכיסה

45) הטיפול ב_____ מעיק עלי מבחינה רגשית.

מסכיסה לא מסכיסה

46) בני משפחתנו עושים דברים דומים לאלה המקובלים במשפחות אחרות.

מסכיסה לא מסכיסה

47) _____ יהיהותהיה תמיד בעיה עבורנו.

מסכיסה לא מסכיסה

48) _____ מסוגלות להביע את רגשותיוורגשותיה כלפי אחרים.

מסכיסה לא מסכיסה

49) _____ צריךוכה עדיין להשתמש בחיתול או שעונית בלילה כדי לשמור על צרכיוה.

מסכיסה לא מסכיסה

50) אני נעשהות מדוכאות לעיתים רחוקות.

מסכיסה לא מסכיסה

51) אני מודאגת רוב הזמן.

מסכימה לא מסכימה

52) _____ מסוגלות להלך ללא עזרת הזולת.
מסכימה לא מסכימה