

כלי מחקר זה נלקח מתוך [מאגר כלי המחקר](#) של קרן שלם התומכת במחקר שמטרתו שיפור 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 לחץ הורי Emotional Stress (בעברית וערבית) ☼

פותח בשנת: 1978 על ידי: פרלין וסקולר (Pearlin & Schooler) ☼

תורגם לעברית בשנת: 1994 על ידי: קרן. ☼

תורגם לערבית בשנת: 2002 על ידי: יעקב-עבוד ☼

1	מטרת הכלי	מדידת תחושת הלחץ של ההורה בשלושה תחומי תפקוד: זוגיות, הורות ומצב כלכלי.
2	סוג כלי המחקר	שאלון.
3	אוכלוסיית היעד	אבות למתבגרים עם לקות התפתחותית.
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	תיאורי מצבים לדירוג באמצעות תחושות דוגמת: מודאג/ת, מתוסכל/ת, מותש/ת נפשית, לא בטוח/ה בעצמי ודרגות חומרה. שקלול השאלון נעשה באמצעות הממוצע בכל תחום (לחץ זוגי, לחץ הורי, לחץ כלכלי), ככל שהציון המתקבל גבוה יותר כן רמת הלחץ המדווחת גבוהה יותר.
6	סוג סולם המדידה	סולם ליקרט מ-1 ("כלל לא") עד 4 ("במידה רבה").
7	סוג הפריטים בכלי	שאלות לדירוג- סולם ליקרט.
8	אורך הכלי	24 היגדים (9 שאלות בנושא לחץ זוגי, 7 שאלות בנושא לחץ הורי ו-8 שאלות בנושא לחץ כלכלי)
9	מהימנות	תרגום השאלון לערבית שהוצג במחקרה של יעקב-עבוד (2002), הציג כי מהימנות השאלון היא (אלפא קרונברך) $\alpha = 0.91$. במחקרה של כעביה (2018) צוינה מהימנות כלל השאלון (אלפא קרונברך) $a = 0.96$, מהימנות הלחץ הזוגי- $a = 0.91$, מהימנות הלחץ ההורי $a = 0.95$, מהימנות לחץ מצב כלכלי- $a = 0.93$. במחקרה של כבת (2018), הוצגה מהימנות פנימית ללחץ זוגי $a = 0.84$, ללחץ הורי

a=0.93 ולחץ כלכלי a=0.86.		
תוקף המבנה של הכלי נבדק באמצעות ניתוח גורמים, וכן ניתוח הקשר שבין לחץ הורי ללחצי תפקידים אחרים, ובין לחצים אלה לבין מדדי התמודדות. במחקרה של יעקוב עבוד (2002), כפי שהוצג במחקרה של חנאן כבת (2018) תוקף הלחץ הזוגי a=0.93, תוקף הלחץ הכלכלי a=0.9 ותוקף הלחץ ההורי a=0.92.	תקיפות	10

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

שם המחקר	מק"ט
פארס כעביה (2018). הקשר בין מסוגלות הורית לבין סטיגמה, סומטיזציה ולחץ בקרבת אבות למתבגרים עם לקות התפתחותית בקהילה הבדואית בצפון הארץ. עבודת גמר המוגשת כמילוי חלק מהדרישות לקבלת תואר "מוסמך האוניברסיטה", בהנחיית ד"ר איריס מנור בנימיני, הפקולטה לחינוך- החוג לחינוך מיוחד, אוניברסיטת חיפה.	663 למחקר המלא
חנאן כבת (2018). השפעת לחץ, סטיגמה וסומטיזציה על רמת שיתוף הפעולה בין אנשי מקצוע לבין אבות לילדים מתבגרים עם לקות התפתחותית בחברה הבדואית. עבודת גמר המוגשת כמילוי הדרישות לקבלת תואר "מוסמך האוניברסיטה", בהנחיית ד"ר איריס מנור בנימיני, הפקולטה לחינוך- החוג לחינוך מיוחד, אוניברסיטת חיפה.	656 למחקר המלא



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

שאלון לחץ הורי (ES)

הורה נכבד,

בחלק זה הנך מתבקש לענות על מספר שאלות, סמן בבקשה את התשובה המתאימה ביותר עבור כל פריט .
1. כאשר אתה חושב על ההנאות והבעיות שיש לך עם בן/בת זוג, כיצד היית מתאר אותן?

	במידה רבה	במידה בינונית	במידה מועטה	כלל לא
לא מאושר				
מוטרד				
מתוסכל				
מתוח				
מודאג				
מוזנח				
רגוע (נינוח)				
משועמם				
מרוצה				

2. כאשר אתה חושב על ניסיוןך כהורה, איך אתה מרגיש?

	במידה רבה	במידה בינונית	במידה מועטה	כלל לא
מתוסכל				
מתוח				
מודאג				
מוטרד				
לא מאושר				
מותש נפשית				
לא בטוח בעצמי				

3. כאשר אתה חושב על מצבך הכלכלי, איך אתה מרגיש?

כלל לא	במידה מועטה	במידה בינונית	במידה רבה	
				מודאג
				מוטרד
				לא מאושר
				מתוח
				מתוסכל
				חסר ביטחון
				רגוע (נינוח)
				מרוצה

שאלון לחץ הורי בערבית

استمارة ادراك الاهل للضغط النفسي (Pearllin & Schooler , 1978) Emotional Stress

נطلب منك في هذا الجزء من الاستمارة ان تجيب/ي على عدد من الاسئلة , اشر/اشيري الى الاجابة الانسب لك في كل بند.
حين تفكر/ين بالمتع وفي المشاكل التي تجدها/تجدينها مع زوجك/زوجتك , كيف كنت تصفها/تصفينها (كيف تشعر/ين?)

اشعر بانني	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	قطعا لا
لست سعيدة/ة				
منزعجة/ة				
محبطة/ة				
متوترة/ة				
قلقة/ة				
مهملة/ة				
مرتاحة/ة				
ضجرة/ة				
راضية/ة				

حين تفكر/ين في خبرتك كوالدة/ة كيف تشعر/ين ؟

اشعر بانني	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	قطعا لا
محبطة/ة				
متوترة/ة				
قلقة/ة				
منزعجة/ة				
لست سعيدة/ة				
منهكة/ة نفسيا				
لست واثقة/ة بنفسي				

حين تفكر/ين في وضعك الاقتصادي كيف تشعر/ين ؟

اشعر بانني	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	قطعا لا
قلق/ة				
منزعج/ة				
لست سعيدة/ة				
متوترة/ة				
محبطة/ة				
فاقد الامان				
مرتاح/ة				
راضية/ة				