

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 מסוגלות עצמית- (Sherer et al., 1982) Self-Efficacy Scale

פותח בשנת: לא צוין על ידי: לא צוין

תורגם לעברית בשנת: לא צוין על ידי: לא צוין

תורגם לערבית בשנת: לא צוין על ידי: לא צוין

1	מטרת הכלי	מדד למסוגלות עצמית
2	סוג כלי המחקר	שאלון.
3	אוכלוסיית היעד	במחקרו של יעקב-שלמה (2019), הורים לבעלי מוגבלות שכלית התפתחותית בגיל 21 ומעלה המתגוררים בבית הוריהם באופן קבוע.
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	בשאלון היגדים לדירוג אשר בודקים מסוגלות עצמית, לדוגמא: "קל לי לדבוק במטרותיי ולהשיג אותן", "אני בטוח שאוכל להתמודד עם מצבים בלתי צפויים".
6	סוג סולם המדידה	סולם ליקרט מ-1 ( "כלל לא מתאר אותי") עד 4 ("מתאר אותי במידה רבה").
7	סוג הפריטים בכלי	היגדים לדירוג- סולם ליקרט.
8	אורך הכלי	10 פריטים
9	מהימנות	המהימנות הפנימית של הכלי כפי שנמצאה על-ידי Scholz, Doña, Sud & Schwarzer (2002) הייתה גבוהה $a=0.86$ . במחקר של יעקב- שלמה (2019) נמצאה המהימנות $\alpha=0.885$ .
10	תקיפות	לא צוין

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

שם המחקר	מק"ט
<p>חן יעקב-שלמה (2019). מודל להסבר סימפטומים של דכאון וחרדה בקרב הורים למבוגרים בעלי מוגבלות שכלית התפתחותית. מחקר לשם מילוי חלקי של הדרישות לקבלת תואר "מוסמך האוניברסיטה" בהנחיית פרופ' יעקב בכנר, בית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש שרלוט ב' וג'ק ג' שפיצר, אוניברסיטת בן גוריון.</p>	<p><a href="#">658</a> <a href="#">למחקר המלא</a></p>



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

**שאלון מסוגלות עצמית: self efficacy scale**

לפניך מספר היגדים בהם אנשים נוהגים לתאר את עצמם. אנא הערך עד כמה כל היגד מתאר אותך בדרך כלל על פני סולם החל מ-1 – כלל לא מתאר אותי, ועד 4 – מתאר אותי במידה רבה.

4	3	2	1	האם את/ה מרגיש/ה	
מתאר אותי במידה רבה			כלל לא מתאר אותי		
4	3	2	1	תמיד אוכל לפתור בעיות קשות אם אשתדל מספיק.	1
4	3	2	1	אם מישהו מתנגד לי, אוכל למצוא אמצעים ודרכים להשיג את מה שאני רוצה.	2
4	3	2	1	קל לי לדבוק במטרותי ולהשיג אותן.	3
4	3	2	1	הודות לתושייה שלי, אני יודע כיצד להתמודד עם מצבים בלתי צפויים.	4
4	3	2	1	אני בטוח שאוכל להתמודד עם מצבים בלתי צפויים.	5
4	3	2	1	אני יכול למצוא פתרון כמעט לכל בעיה, אם אני משקיע בכך.	6
4	3	2	1	אני מסוגל להישאר רגוע נוכח קשיים משום שאני נשען על כישורי ההתמודדות שלי.	7
4	3	2	1	כאשר אני עוד בפני בעיה אני בדרך כלל חושב על מספר רעיונות כיצד להתמודד עמה.	8
4	3	2	1	כאשר אני בצרה אני לרוב חושב מה אפשר לעשות.	9
4	3	2	1	לא משנה מה עומד לקרות, אני בדרך כלל מסוגל להסתדר עם זה.	10