

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 עומס בעבודה – Self-Rated Health (SRH).

פוחת בשנת: 1979 על ידי: Karasek

תורגם לעברית בשנת: לא צוין על ידי: לא צוין

1	מטרת הכלי	הערכת עומס העבודה של המשיב.
2	סוג כלי המחקר	שאלון.
3	אוכלוסיית היעד	במחקר של סניור-פניקר (2017), מטפלים של אנשים עם משי"ה בדיוור.
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי.
5	מבנה הכלי	השאלון מעריך את מידת העומס והלחץ בו עובד צריך לעבוד בזמן עבודתו, למשל "אני נדרש לעבוד מהר מדי", " אין לי מספיק זמן לבצע את מה שאני נדרש לעשות", "רמת העומס בעבודה מלחיצה אותי".
6	סוג סולם המדידה	סולם דירוג מ-1 (בכלל לא) עד 6 (במידה רבה מאוד).
7	סוג הפריטים בכלי	פריטי דירוג.
8	אורך הכלי	7 פריטים.
9	מהימנות	כן, לא צוין כיצד נבדק.
10	תקיפות	כן, לא צוין כיצד נבדק.

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

שם המחקר	מק"ט
סניור-פניקר גלית (2017), הקשר בין מצבם התפקודי והקוגניטיבי של המטופלים לבין רמת הלחץ, השחיקה, שביעות הרצון ופגיעות שריר- שלד בקרב המטפלים באנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית. בית הספר לבריאות הציבור, אוניברסיטת תל אביב	612 למחקר המלא



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

שאלון עומס בעבודה

Work Load (WL)

שאלון עומס בעבודה

לגבי המשפטים הבאים, אנא צייני באיזו מידה הוא מתאר את מה שקורה בדרך כלל בעבודתך. אנא הקיפי בעיגול את הספרה המתאימה בכל שורה.

1	אני נדרשת לעבוד מהר מדי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
2	אין לי מספיק זמן לבצע את מה שאני נדרש לעשות	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
3	מוטל עלי עומס עבודה רב מדי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
4	העבודה המוטלת עלי קשה לי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
5	רמת העומס בעבודה מלחיצה אותי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
6	נדרש ממני מאמץ רב מדי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
7	מהי רמת הלחץ הכללית המאפיינת את עבודתך	נמוכה מאוד	1	2	3	4	5	6	גבוהה מאוד