

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 בדידות \(מקוצר\)](#) - The Short-Form UCLA Loneliness Scale (ULS-8) ☸

הכלי המקורי [The Revised U.C.L.A Loneliness](#) פותח במקור בשנת: 1980 על ידי: Russell, Peplau ☸
& Cutrona . הגרסה המקוצרת פותחה בשנת: 2009 על ידי: Wu& Yao

תורגם לעברית בשנת : 2004 על ידי: דובדבני ונאור ☸

| | | |
|----|------------------|--|
| 1 | מטרת הכלי | להעריך את מידת הניכור ומידת הקרבה שבין אדם עם מש"ה לסביבתו. |
| 2 | סוג כלי המחקר | שאלון |
| 3 | אוכלוסיית היעד | במחקרה של אדנבורג (2019), אנשים עם מש"ה (ברמה קלה עד בינונית) מעל גיל 21. |
| 4 | אופי הדיווח | דיווח עצמי. |
| 5 | מבנה הכלי | המשתתפים התבקשו להתייחס לתדירות שבה הם חשים כפי שמתואר בכל אחד מהפריטים, למשל: "אין לי למי לפנות" |
| 6 | סוג סולם המדידה | סולם ליקארט הנע בין 0 (אף פעם) לבין 3 (כל הזמן). |
| 7 | סוג הפריטים בכלי | היגדים לדירוג |
| 8 | אורך הכלי | בגרסה הנוכחית 8 פריטים. |
| 9 | מהימנות | עבור שאלון זה נמצאה מהימנות פנימית אלפא קרונברך 0.87 (Wu& Yao, 2009), ובגרסה בעברית לשאלון המקורי, נמצאה מהימנות 0.86 (דובדבני ונאור, 2004). במחקרה של אדנבורג (2019) הנוכחי נמצאה מהימנות פנימית 0.64 |
| 10 | תקיפות | לא צוין |

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

| שם המחקר | מק"ט |
|---|---|
| לינור לזר אדנבורג (2019), בחינת הקשר בין השתתפות ברשת חברתית לבין מסוגלות חברתית ותחושת הבדידות בקרב אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית. עבודת גמר כמילוי חלק מהדרישות לקבלת התואר "מוסמך האוניברסיטה" בפקולטה לחינוך, החוג לחינוך מיוחד, אוניברסיטת חיפה. בהנחיית: ד"ר כרמית- נעה שפיגלמן. | 890-81-2018 למחקר המלא |



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

שאלון בדידות

עד כמה אתה מרגיש בודד (לבד)?

בטבלה יש משפטים שמתארים דברים שאולי אתה מרגיש לפעמים.

אתה צריך לקרוא כל משפט ואז לסמן עד כמה אתה מסכים איתו.





אתה צריך לסמן X במשבצת עם התשובה שמתאימה לך :











| כל הזמן | לפעמים | כמעט אף פעם | אף פעם | |
|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|------------------------|
| | | | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | אני שמח כשאני עם חברים |





| כל הזמן | לפעמים | כמעט אף פעם | אף פעם | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------|
| | | | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | חסרה לי חברה |





| כל הזמן | לפעמים | כמעט אף פעם | אף פעם | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------------|
| | | | | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | אין לי למי לפנות |





| | | | | |
|---|---|---|---|--|
| כל הזמן | לפעמים | אף כמעט פעם | אף פעם | |
|  |  |  |  | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | אני אדם חברותי (אני מכיר אנשים בקלות ויש לי חברים) |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| כל הזמן | לפעמים | אף כמעט פעם | אף פעם | |
|  |  |  |  | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | אני מרגיש "לא בעניינים" (לא משתפים אותי בדברים) |

| | | | | |
|--|---|---|---|-----------------------------|
| כל הזמן | לפעמים | אף כמעט פעם | אף פעם | |
|  |  |  |  | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | אני מרגיש מבודד (בלי חברים) |

| | | | | |
|---|---|---|---|---------------------------------|
| כל הזמן | לפעמים | אף כמעט פעם | אף פעם | |
|  |  |  |  | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | אני יכול למצוא חברים כשאני רוצה |

| | | | | |
|---|---|---|---|-----------------------------------|
| כל הזמן | לפעמים | אף כמעט פעם | אף פעם | |
|  |  |  |  | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | אני מסכן כי אני לבד ואין לי חברים |

| | | | | |
|--|---|--|---|---------------------------------------|
| כל הזמן  | לפעמים  | אף כמעט פעם  | אף פעם  | |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | יש אנשים בסביבה שלי אבל הם לא איתי |