

🌸 **שם הכלי:** חוויית הזיקנה בעיניהן של נשים מזדקנות עם פיגור שכלי (מדריך ראיון)

🌸 **פותח בשנת:** 2010, **על ידי:** נירי דוד (2010).

1	מטרת הכלי	נועד להבין את חוויית הנשים ואת המשמעות שהן מייחסות לחוויית ההזדקנות.
2	סוג כלי המחקר	ראיון חצי מובנה
3	אוכלוסיית היעד	נשים מזדקנות עם פיגור שכלי

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
567	נירי דוד (2010). חוויית הזקנה בעיניהן של נשים מזדקנות עם פיגור שכלי. אונ' חיפה. מנחה: ד"ר דורון ישראל, ד"ר דובדבני אילנה.

חווית הזיקנה בעיניהן של נשים מזדקנות עם פיגור שכלי (מדריך ראיון)

נירי דוד (2010)

מדריך ראיון

מדריך הראיון מתבסס על מדריך הראיון כפי שמופיע בספרן של וולש ולירוי (Walsh & LeRoy, 2004) בעמ' 155-162. במדריך הראיון נעשו שינויים מינימאליים כדי להתאים את הכלי להקשר הישראלי (למשל בשאלות על פעילויות פנאי, הוצא מושג הצפרות שפחות מאפיין פעילות פנאי בארץ). הראיון תורגם בשפה הפשוטה והברורה ביותר על מנת שהמשתתפים במחקר יבינו את השאלות. בנוסף, הוכנסו עוד 11 שאלות הנוגעות לסנגור עצמי שלא היו בשאלון המקורי (חלק 1, שאלות 13-16, 24-27, חלק 4, שאלות 12, 13, חלק 5, שאלה 30).

חלק 1: דמוגרפי

1. מתי יום ההולדת שלך? _____
2. בת כמה את? _____
3. מה המוצא שלך? _____
4. האם יש לך בן זוג?
_ לבד _ יוצאת עם משהו _ גרה עם בן זוג
5. מה הקושי העיקרי שלך בתפקוד היומיומי? _____
6. באיזו עיר את גרה? _____
7. האם יש לך ילדים? אם כן, כמה? _____
8. כמה אנשים גרים איתך בבית? _____
9. מה הם היחסים שלהם איתך? _____
10. איפה את גרה?
_ בבית המשפחה _ דירה _ בבית שלך _ בדירת קהילתי _ במוסד _ אחר: _____
11. אם את גרה בבית משלך, האם את משכירה אותו או שהוא בבעלותך? _____
12. כמה זמן את כבר גרה במקום הזה? _____
13. אילו יכולת לבחור לגור בכל דירה אפשרית, איך דירה זו הייתה נראית? _____
14. במה היא שונה מהדירה שלך עכשיו? _____
15. עם מי היית רוצה לגור? _____
16. היכן הדירה תהיה ממוקמת (עיר בארץ)? _____
17. האם למדת בבית ספר? אם כן, כמה שנים? _____
18. באיזה סוג של בית ספר למדת? _____
19. האם פעם או עכשיו עבדת וקיבלת כסף על עבודתך? אם כן, כמה שעות ביום את עובדת? כמה ימים בשבוע? _____
20. מה את עושה בעבודתך? _____
21. האם את נהנית בעבודה? _____
22. מה הדבר הכי טוב בעבודה? _____
23. מה הדבר הכי רע בעבודה? _____

24. מה היית משנה בעבודתך כיום?
 25. באיזו עבודה היית רוצה לעבוד?
 26. באיזה גיל את חושבת לפרוש מעבודתך?
 27. מה היית רוצה לעשות לאחר הפרישה?

חלק 2: כלכלה ורשת בטחון

1. למי את פונה לעזרה כשאת נתקלת בבעיה? מה היחסים שלו/שלה איתך?
 2. כמה זמן ביום אדם זה (משאלה 1) עוזר לך?
 3. האם היית אומרת שהוא אדם (משאלה 1) שאפשר לסמוך עליו?
 4. האם את דואגת לפעמים שתהיי לבד, ללא העזרה שאת צריכה? בבקשה תסבירי
 5. האם האדם (משאלה 1) הזה פנוי בקלות? בבקשה תתארי כמה סיפורים.
 6. כמה קרוב אדם זה (משאלה 1) לביתך?
 7. מאיפה וממי את מקבלת כסף? (בבקשה ספרי לי עליהם)
 8. כמה את מרוויחה בחודש?
 9. האם את מסתדרת עם הכסף שלך?
 10. האם את עורכת את הקניות שלך (מזון, חפצים אישיים, בגדים וכו')?
 11. איך את מגיעה ממקום למקום בקהילה?
- ___ הליכה ___ אוטובוס ___ מונית ___ מכונית פרטית (של חבר, של שכן או קרוב משפחה)
 ___ ברכב שלך ___ אחר: _____
12. האם את מכינה את הארוחות שלך?
 13. האם את עושה בעצמך את עבודות הבית שלך?
 14. האם את עושה בעצמך את הכביסה שלך?
 15. אם היית משנה משהו לגבי המצב הכלכלי שלך והתמיכה שאת מקבלת, מה היית משנה?

חלק 3: בריאות

1. איך היית מתארת את המצב הבריאותי הכללי שלך?
- ___ מצוין ___ טוב ___ רע ___ רע מאוד
2. איך היית מתארת את המצב הבריאותי הכללי שלך יחסית לאנשים אחרים בגילך?

3. מצוין טוב רע רע רע מאוד
איך היית מתארת את מצבך הבריאותי יחסית ללפני 5 שנים?
4. מצוין טוב רע רע רע מאוד
האם הבריאות שלך מונעת ממך לעשות את מה שאת רוצה לעשות?
5. כמה פעמים היית אצל רופא שיניים בשלושת החודשים האחרונים?
6. כמה פעמים היית אצל רופא שיניים בשנה האחרונה?
7. אילו תרופות את לוקחת באופן קבוע? (בבקשה מני אותן)
8. האם את לוקחת ויטמינים?
9. האם יש לך בעיה בריאותית קבועה?
10. שמיעה ראייה ניידות תפקודים חיוניים (vital functions) תקשורת מחלות אחר: _____
10. האם עשית בדיקות שגרתיות? אם כן, אילו?
11. pap – בדיקה לגילוי מוקדם של סרטן צוואר הרחם
בדיקה לגילוי מוקדם של סרטן (שד, מעי הגס וכו')
בדיקה לגילוי מוקדם של מחלות לב
11. כמה פעמים בשבוע את עושה הליכות?
12. האם את עושה סוג אחר של התעמלות באופן קבוע? אם כן, איזה ובאיזו תדירות?
13. כיצד היית מתארת את התזונה שלך?
14. מצוינת טובה רעה רעה מאוד
האם את אוכלת דברים שאת אוהבת?
15. מה הם המאכלים האהובים עליך? (בבקשה מני אותם)
16. האם את ישנה טוב?
17. באיזו שעה בדרך כלל את הולכת לישון?
18. באיזו שעה בדרך כלל את קמה בבוקר?

חלק 4: תפקידים חברתיים

1. ספרי לי על משפחתך.

2. כל כמה זמן את רואה את משפחתך?
 3. איך היו חיי המשפחה שלך כשהיית ילדה?
 4. איך חיי המשפחה שלך עכשיו?
 5. ספרי לי על חבריך/חברותיך.
- מי הם?
כמה זמן את מכירה את האדם?
כל כמה זמן את רואה אותו/אותה?
6. כיצד החברות ביניכם השתנתה?
 7. תבני מעגל יחסים. שימי את השמות של האנשים שהכי חשובים לך ליד המרכז.



8. כשאת מזדקנת, האם התפקיד שלך בתוך המשפחה משתנה? אם כן, כיצד?

פנאי

9. כמה פעמים בחודש בממוצע את עושה את הפעילויות הבאות להנאה?

א. הולכת למועדון/מפגשים קבוצתיים

ב. הולכת לפאב

ג. הולכת למסעדה/הולכת לאירוע ספורטיבי

ד. הולכת לקניון

ה. הולכת לבית כנסת

ו. מדברת עם השכנים

ז. הולכת לבית של חבר/ה

ח. הולכת לבית של קרוב/ת משפחה

ט. הולכת לקולנוע, הצגה או קונצרט

י. לוקחת חלק בפעילות ספורטיבית

יא. הולכת לפארק

יב. הולכת לספרייה

יג. אחר

10. מה היא הפעילות המועדפת עליך? (איזו פעילות את הכי אוהבת?)

11. האם יש לך מספיק כסף כדי לעשות את מה שאת אוהבת?

12. אילו פעילויות פנאי היית מוסיפה ביומיום שלך?

13. לאילו חוגים היית רוצה ללכת?

14. יחסית ללפני 5 שנים, האם את עושה יותר פעילויות פנאי מחוץ לבית או פחות?

15. אילו פעילויות פנאי את עושה בבית? באיזו תדירות?

__ צופה בטלוויזיה __ קוראת או מקשיבה לסיפורים __ משחקת משחקי שולחן
__ מקשיבה למוסיקה או לרדיו __ משחקת משחקי וידאו __ סורגת

מְדַבֵּר בְּטֵלְפֹן _ עוֹבֵדֵת בְּגִינָה _ עוֹשֶׂה פְּאֻזְלִים
_ אַחֵר:

16. הָאֵם בְּדֶרֶךְ כָּל אֵת עוֹשֶׂה פְּעִילוּיֹת לְבַד אוֹ עִם אַחֵרִים?

17. הָאֵם יֵשׁ לָךְ חֶבְרָה/קְרוֹבָה שְׂאִיתוֹ/אִיתָהּ אֵת עוֹשֶׂה פְּעִילוּיֹת?

18. אִם אֵת רוֹצֵה לַעֲשׂוֹת מִשְׁהוֹ מִיּוֹחֵד, הָאֵם יֵשׁ לָךְ מִשְׁהוֹ לַעֲשׂוֹת אֵת זֶה אִיתוֹ?

19. בְּזִמָּן הַחֹפְשִׁי שֶׁלְךָ, כַּמָּה פְּעָמִים אֵין לָךְ מָה לַעֲשׂוֹת?

_ כִּמְעַט תְּמִיד _ בְּדֶרֶךְ כָּלֵל _ לְפַעֲמִים _ לַעֲיִתִים רַחוּקוֹת _ אִף פְּעַם
20. מָה הִשְׁתַּנָּה בַּחֲמֵשׁ הַשָּׁנִים הָאַחֲרוֹנוֹת?

21. אִם הֵייתָ יְכוּלָה לְשַׁנּוֹת מִשְׁהוֹ לְגַבִּי פְּעִילוּיֹת הַפְּנָאִי, מָה הֵייתָ מִשְׁנָה?

22. הָאֵם אֵת נוֹסַעַת לְנוֹפֵשׁ?

בְּאִיזוֹ תְּדִירוֹת?

עִם מִי?

מָה אֵת עוֹשֶׂה?

23. סִפְרִי לִי אֹדוֹת הַמְקוֹמוֹת שֶׁהֵייתָ בָּהֶם. מָה הִכִּי אֶהְבֵּת?

חֵלֶק 5: רוּחָה אִשִּׁית

1. בְּאוֹפֵן כָּלֵלִי, אֵיךְ הֵייתָ מְדַרְגֵת אֵת הָאוֹשֵׁר שֶׁלְךָ?

_ מְאֹד מְאוֹשֵׁרֵת _ מְאוֹשֵׁרֵת _ כַּכֵּה כַּכֵּה _ לֹא מְאוֹשֵׁרֵת
2. הָאֵם אֵת מְרַגִּישָׁה עֲצוּבָה לַעֲיִתִים קְרוֹבוֹת?

3. הָאֵם יֵשׁ מִשְׁהוֹ שְׂאִיכַפֵּת לוֹ אֵיךְ אֵת מְרַגִּישָׁה?

4. הָאֵם אֵת עוֹשֶׂה אֵת מָה שְׂאֵת רוֹצֵה לַעֲשׂוֹת?

5. הָאֵם אֵת דּוֹאגֵת אוֹ חֶרְדָּה בְּמִשְׁךְ הַיּוֹם?

6. הָאֵם אֵת מְרַגִּישָׁה בְּטוֹחָה בְּסִבִּיבָה שֶׁלְךָ?

7. הָאֵם הֵייתָ רוֹצֵה לְהִישָׂאֵר בְּמִיטָה כָּל הַיּוֹם?

8. הָאֵם אֵת מְרַגִּישָׁה תּוֹרְמֵת?

9. הָאֵם אֵת מְתַעֲנִינֵת בְּמִשְׁהוֹ אוֹ מְתַרְגֵּשֵׁת מִמֶּנּוּ?

10. האם את בדרך כלל מרגישה מרוצה מהישג מסוים?
11. האם את מרגישה רצויה בקהילה שלך?
12. האם את מרגישה שיש לך שליטה בחיידך?
13. בהשוואה לחבריך/חברותיך, האם יש ברשותך יותר או פחות דברים?
14. מה הם שלושת הדברים החשובים ביותר בחיידך?
15. האם את יכולה להחליט החלטות בעצמך?
16. האם את מרוצה מסידורי המגורים שלך?
17. האם היית צריכה להתמודד עם אירועי חיים משמעותיים (לידות, מוות, מעברי משפחה וכו')?
18. מי או מה עזר לך באירועי חיים אלו?
19. כיצד את מתמודדת עם פתרון בעיות?
20. ספרי לי על יום שגרת בחיידך. (פעילויות, זמן הפעילויות, מי עוזר)
21. האם סוף השבוע שונה מימי השבוע האחרים?
22. האם היום הרגיל שלך היום שונה מהיום הרגיל שלך לפני 5 שנים?
23. מה הן החלומות שלך?
24. מה הן הדאגות שלך?
25. תסתכלי על עצמך בעוד 5 שנים. ספרי לי מה את רואה.
26. מה הדבר הכי טוב שקרה לך בשנה האחרונה?
27. מה הדבר הכי רע?
28. כשאת רואה ילדות צעירות שגם הן כמוך, מה שונה? מה דומה?
29. מה את חושבת הוא הסוד של חיידך? (במקרה והשאלה לא תובן, מה את חושבת הדבר המיוחד בחיידך שאף אחד אחר לא יודע?)
30. יש משהו שלא שאלתי והיית רוצה לספר לי?