

שם הכלי: שאלון להערכת נחישות עצמית

The arc's self-determination scale (Wehmeyer,1995)

פותח בשנת: 1995, על ידי: ווכמאיר (Wehmeyer,1995)

תורגם לעברית על ידי: לא צויין, כנראה שביט (2007).

1	מטרת הכלי	לבדוק את רמת המודעות של התלמיד באשר לתכונותיו לפי מדדי נחישות עצמית, עבור אוכלוסייה עם ליקויים קוגניטיביים.
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	אוכלוסייה עם ליקויים קוגניטיביים
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	למעשה אפשר להעביר את השאלון לנשאלים בעל -פה או בכתב (שביט, 2007). השאלון המקורי כולל 72 פריטים הנחלקים לארבעה סולמות: אוטונומיה, ויסות עצמי, העצמה ומימוש עצמי.
6	סוג סולם המדידה	סולם אוטונומיה. השאלון כלל 32 פריטים, ועל הנבדק היה להעריכם לפי סולם בן ארבע דרגות. כך. למשל הצטרך הנבדק להעריך את ההיגד "אני מכין לעצמי ארוחות" בהתאם לאפשרויות הבאות: לא, גם כשיש לי הזדמנות / לפעמים, כשיש לי הזדמנות / לעתים קרובות, כשיש לי הזדמנות / תמיד, כשיש לי הזדמנות. סולם ויסות עצמי. הפריטים היו שאלות פתוחות. בסעיף זה בחנו השופטים את התשובות של התלמידים לפי סולם בן שלוש דרגות: 0 - התלמיד אינו מציע אמצעים לפתרון הבעיה - 1 - תגובת התלמיד מצביעה על פעולה, אך היא אינה מציעה כיצד להשיג את המטרה - 2 - תשובה המציגה פתרון לבעיה באמצעות פשרה או משא ומתן, מוצעת פעולה של שני הצדדים. לאחר הערכת התשובות נבדקה המהימנות בין השופטים. סעיף ב' של השאלות כלל זיהוי מצד התלמיד של צעדים אשר עליו לבצעם כדי להשיג מטרה מסוימת. בשני הסעיפים המוזכרים לעיל היה על השופטים להעריך את יכולת התלמיד להתמודד עם הבעיה המוצגת לפי סולם בן שלוש דרגות - 0: לנבדק אין תכנית ואין לו מטרה מוצגת - 1 - המטרה מוצגת ללא צעדים להשגתה - 2 - המטרה המוצגת כוללת שני צעדים או יותר להשגתה. הערכת התשובות נעשתה על ידי שלושה שופטים ונבדקה המהימנות בין השופטים. סולם העצמה פסיכולוגית. שאלון זה כלל 15 פריטים. על התלמיד היה לבחור בהיגד המתאים לו מבין שני היגדים שהוצגו לפניו. סולם מימוש עצמי. שאלון זה כלל 15 פריטים. על התלמיד היה להביע הסכמה או אי הסכמה להיגדים.
7	סוג הפריטים בכלי	שאלות פתוחות וסגורות
8	אורך הכלי	72 פריטים
9	מהימנות + תקיפות	בניתוח של מהימנות השאלון המקורי (לאחר תרגומו) נמצאו ערכי העקיבות הפנימית שלהלן - אוטונומיה: $\alpha=.80$, העצמה: $\alpha=.70$, ויסות עצמי: $\alpha=.71$, מימוש עצמי: $\alpha=.30$. בבדיקה המקדימה הנ"ל נמצא כי העקיבות הפנימית של הסולם האחרון היא נמוכה, ולכן הושמט הסולם מימוש עצמי מהמחקר של שביט (2007). את ערכי

המהימנויות שנמצאו במחקרה של שביט (2007) – ניתן למצוא במחקר עצמו המופיע במאגר כלי המחקר של קרן של"ם. לצורך המחקר תרגמו את השאלון שלושה דוברי אנגלית ועברית, אנשים אשר מתמצאים גם בתחום של תלמידים עם ליקויים קוגניטיביים. באותם המקרים שנמצאה אי התאמה באשר לתרגום נתבקשו המתרגמים להגיע להסכמה ביניהם.		
--	--	--

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
544	פנינה שביט (2007). טיפוח נחישות עצמית בקרב תלמידים עם ליקויים קוגניטיביים באמצעות למידה בקהילות לומדים. אוניברסיטת חיפה. מנחה: פרופ' רייטר שונית.

שאלון להערכת נחישות עצמית

The arc's self-determination scale (Wehmeyer,1995)

נספח 3: שאלון נחישות עצמית

פרויקט העצמת נחישות עצמית

The arc's self-determination scale (Wehmeyer,1995)

שאלון לתלמיד

מספר משתתף:

תאריך הראיון:

הנחיות

סמן את התשובה בכל שאלה המתארת בעזרה הטובה ביותר כיצד התנהג במצב הסדור

- אין תשובות נכונות או תשובות שאינן נכונות
- סמן רק תשובה אחת לכל שאלה

חלק ראשון - אישועור

1. א- עממות - סיפול איש

1. אני מבין לעצמי אחדות	לא, גם כשיש לי אחדות	לפעמים כשיש לי אחדות	לעיתים קרובות כשיש לי אחדות	תמיד כשיש לי אחדות
	אני מבין כלל			
2. אני מסוגל בעצמי בלבד	לא, גם כשיש לי אחדות	לפעמים כשיש לי אחדות	לעיתים קרובות כשיש לי אחדות	תמיד כשיש לי אחדות
3. אני מבצע עבודות בית	לא, גם כשיש לי אחדות	לפעמים כשיש לי אחדות	לעיתים קרובות כשיש לי אחדות	תמיד כשיש לי אחדות
4. אני שומר על דברי הפרטים	לא, גם כשיש לי אחדות	לפעמים כשיש לי אחדות	לעיתים קרובות כשיש לי אחדות	תמיד כשיש לי אחדות
5. אני נוהג לעצמי עזרה	לא, גם כשיש לי אחדות	לפעמים כשיש לי אחדות	לעיתים קרובות כשיש לי אחדות	תמיד כשיש לי אחדות
6. אני שומר על נקיון הדפוס	לא, גם כשיש לי אחדות	לפעמים כשיש לי אחדות	לעיתים קרובות כשיש לי אחדות	תמיד כשיש לי אחדות

1.2- עממות מחסנים עם חתבים

תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	7. אני סקיד עם כלים אחרים
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	8. אני משתמש בשרותי הדואר
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	9. אני מקדים את פגישתי וישיבותיי
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	10. אני מתייחס לאיש מכירות בחסידות ובמסעדות.

1.3- התנהגות המבוססת על החוסר ענין ויכולת, סדר עדיפויות- ביילי שילת הפאנל

תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	11. בזמני החופשי אני עוסק בפעילות שמעניינת אותי
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	12. אני מתכנן את פעילותי סוף השבוע
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	13. אני מתכנן את פעילותי סוף השבוע
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	14. חברי ואני בוחרים את הפעילות שאנו עוסקים בה
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	15. אני כותב מכתבים, משרחב בטלפון עם חברים ומשפחה
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	16. אני מאזין למדריקה שאני אורח

ד-ה. התנהגות מבוססת על תחושי עניין, יכולת וסדר עדיפויות-יחסים עם הקהילה					
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	ללא, גם כשיש לי הזדמנות	אני מתנדב לפעילות קהילתית	
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	אני הולך למסעדות שאני אוהב	1.18
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	אני הולך לסרטים הופעות וריקודים	1.19
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	אני הולך לקניות או מבקר במרכז קניות וקניונים	2.0
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	אני נוטל חלק בפעילות בתנועת נוער	2.1

1.1. ה-התנהגות המבוססת על תחומי עניין, יכולת וסדר עדיפויות – ביחס לבטיע

תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	22. אני משקיע בבית הספר ובטמני החופשי בפעילות שמעניינת אותי
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	23. אני משקיע בבית הספר בפעילות שתשפר את אפטריווחי בעתיד
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	24. אני מתכנן תוכניות לסיוח אורד
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	25. אני עובד או עובדתי בעסר כדי להרוויח כסף
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	26. אני מעורב, או שהייתי מעורב
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשיש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	27. אני מתעניין בעבודה על ידי ביקורים במקומות עבודה או משוחח עם אנשים עובדים

1.1- התנהגות המבוססת על תחומי עניין יכולת וסדר עדיפויות- הבעה אישית

תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשמש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	28. אני בוחר לעצמי בגדים ואביזרים לשימוש יום יומי.
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשמש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	29. אני בוחר את הסטרדוקט שלי.
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשמש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	30. אני בוחר את המעטות למשפחתי וחברים.
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשמש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	31. אני מקשט את חלד.
תמיד כשיש לי הזדמנות	לעיתים קרובות כשיש לי הזדמנות	לפעמים כשמש לי הזדמנות	לא, גם כשיש לי הזדמנות	32. אני בוחר איך לבוא את כספי.

חלק שני - התמודדות אישית

2 א. הכנת פתרון בעיות בין-אישית

הנחיה

בכל אחת מהשאלות הבאות יש להחליט על סיפור וסוף של סיפור.
תפקידך הוא לספר מה קורה באמצע הסיפור כדי לחבר את ההתחלה ואת הסוף של כל סיפור.
אין תשובות נכונות או שגויות.

33. התחלת הסיפור : אתה משתתף בפיגוע תכנון עם הרודן, מוריד ומדריך. אתה רוצה ללמוד כיצד להיות ספר, הוריד רוצים שתלמד להיות מלצר.
באפשרותך להשתתף רק בסדנא אחת.

אמצע הסיפור :

ניקוד : _____

סוף הסיפור : הסיפור מסתיים בכך שתלמד כיצד להיות ספר.

34. התחלת הסיפור : אתה שומע מחברך על האפשרות לעבוד בחנות ספרים. אתה אוהב ספרים ורוצה את העבודה הזו. החלטת שאתה רוצה לעבוד שם.

אמצע הסיפור :

ניקוד : _____

סוף הסיפור : הסיפור מסתיים שאתה אקר עובד שם.

35. התחלת הסיפור: חב"ד מתנהלים אל"ף כאל"ף שהם כמעטים על"ף. אתה פוע

אמצע הסיפור:

סוף הסיפור: הסיפור מסתיים בכך שאתה אכן שוב שם.

ניקוד: _____

36. התחלת הסיפור: אתה מגיע לשיעור ספרות ולא מוצא את הספר בליקסון. אתה חש שלא בנהו מפני שאתה יקוק לספר בשיעור.

אמצע הסיפור:

סוף הסיפור: הסיפור מסתיים בכך שאתה משתמש בספר.

ניקוד: _____

37. התחלת הסיפור : אתה משתתף בחוג בבית הספר. מדריך החוג מכריז על בחירות לראש החוג. אתה רוצה להיות ראש חוג.

אמצע הסיפור :

ניקוד: _____

סוף הסיפור : הסיפור מסתיים בכך שאמה ראש החוג.

38. התחלת הסיפור : אתה מגיע לבית ספר חדש ואיך מכיר חברים. אתה רוצה חברים.

אמצע הסיפור :

ניקוד: _____

סוף הסיפור : הסיפור מסתיים בכך שיש לך חברים בבית הספר.

2. ב' הגדרת מטרת וביצוע משימות
הנחייה

שלושת השאלות הבאות מתייחסות לתוכניתך בעתיד.
אין תשובות נכונות או שגויות.

לכל שאלה ספר איך תכננת לקרוא התוצאה ואם כך מרץ וכפ"ד תגישנה.
מנה 4 דברים שעליך לעשות כדי להגשים את המטרה.
39. היכן תראה למד בסיום לימודיך?

☐ סרם תכנתי
☐ אני רוצה למד _____

מנה 4 צעדים להשגת המטרה.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

40. היכן תרצה לעבוד כשותפיים את לימודיך?

☐ סרס תכנתי

☐ אני רוצה לעבוד _____

מנה 4 צעדים להשגת המסדר.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

41. באיזו תחרוה תשתמש לאחר סיום לימודיך?

☐ סרס תכנתי

☐ אני אשתמש ב_____

מנה 4 צעדים להשגת המסדר.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

חלק שלישי – העצמה פסיכולוגית

הנחיות

בחר את התשובה שהכי מאפיינת אותך.
עליך לבחור תשובה אחת בלבד מתוך השתיים ולסמנה
אין תשובות נכונות ושגויות.

42.

☐ אני בדרך כלל עושה מה שחבריי רוצים... א
☐ אני מעדיף לחבריי כשעושים משהו בניגוד לרצוני.

43.

☐ אני מספר לאחרים על רעיונות ודעות חדשים או שונים... א
☐ אני בדרך כלל מסכים עם דעותיהם של אחרים.

44.

☐ אני בדרך כלל מסכים עם אחרים כשאומרים לי שאני מסוגל לעשות משהו... א
☐ אני אומר שאני חושב שאני יכול לעשות גם כשאומרים שאני יכול.

45.

☐ אני מעדיף לחבריי כשראם פוגעים ברגשותיי... א
☐ אני פוחד להעיר כשפוגעים ברגשותיי.

46.

☐ אני מסוגל להחליט בעצמי... א
☐ אחרים מחליטים עבורי.

47.

☐ להשקיע בבידור לא מתעל לי... א
☐ להשקיע בבידור לא מעצא עבודה טובה.

48. אני מקבל מה שארצה אם אעבוד קשה... או
☐ אני זקוק למזל כדי לקבל את מה שארצה.
☐

49. אין טעם להשתדל מפני שדברים לא משתנים... או
☐ אני ממשיך להשתדל גם אחרי שטעיתי במשהו.
☐

50. יש לי יכולת לעשות את העבודה שאני רוצה... או
☐ אין לי את היכולת לעשות את העבודה שאני רוצה.
☐

51. אינני יודע כיצד להתחבר עם חברים... או
☐ אני יודע כיצד להתחבר עם חברים.
☐

52. אני מסוגל לעבוד עם אחרים... או
☐ אינני יכול לעבוד עם אחרים.
☐

53. אני לא עושה החלטות נכונות... או
☐ אני מסוגל לקבל החלטות.
☐

54. אם יש לי את היכולת אני אוכל להשיג את העבודה שאני רוצה... או
☐ אני מבראה לא מקבל את העבודה שאני רוצה למרות שיש לי את היכולת.
☐

55. יהיה לי קשה להתחבר עם חברים חדשים ... או
☐ אני מסוגל להתחבר עם חברים חדשים.
☐

56. ☐ אני מסוגל לעבוד עם אחרים אם אני צריך... או
☐ אני לא אהיה מסוגל עם אחרים.

57. ☐ ההחלטה שאני מקבל לא יכולה...או
☐ אני אהיה מסוגל לקבל החלטות שחשובות לי.

חלק רביעי – מימוש עצמי
 הנחיות:

אמור אם האמירות הבאות מתארות או לא מתארות כיצד אתה מרגיש עם עצמך.

58. אינני מחבביש באף אחד מרגשותיי	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
59. נוה לי לכווץ על אנשים שחשובים לי	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
60. אני מסוגל להפגין רגשות וגם אם אנשים רואים אותי.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
61. אני יכול לחבו אנשים וגם אם אינני מסכים איתם.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
62. אני פוחד לעשות סעויות	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
63. יותר חשוב להיות עצמך מאשר להיות מקובל.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
64. אהבבים אותי מפני שאני אהוב	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
65. אני יודע מה אני עושה הכי טוב.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
66. אני לא מקבל את מובלתיי.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
67. אני מרגיש שאני לא יכול לעשות דברים רבים.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
68. אני מחבב את עצמי	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
69. אינני אדם חשוב	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
70. אני יודע כפך לפעם על מובלתיי.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
71. אחרים מחבבים אותי.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐
72. אני בוסס ביכולות שלי.	☐	מסכים	☐	לא מסכים	☐