

שם הכלי: שאלון עצמאות בפעילויות יום-יום (שאלון ADL) ☼

פותח בשנת: 1992, על ידי: ארגון מרפאים בעיסוק הדני בשיתוף ארגון הבריאות העולמי
(Project protocol WHO & WFOT) ☼

תורגם בשנת: 1995, על ידי: זק"ש, יעקובי-וקרט, וזוסמן, 1995 ☼

1	מטרת הכלי	לבדוק את מידת העצמאות בביצוע פעילויות יומיומיות (ADL)
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	תלמידים עם פיגור שכלי הלומדים בחינוך מיוחד
4	אופי הדיווח	
5	מבנה הכלי	השאלון כולל הערכה עצמית של רמת תפקוד ב- 12 פעילויות יומיומיות. שש פעילויות יומיומיות בסיסיות (BADL) – מעברים, טיפול עצמי, לבוש / התפשטות, שימוש בשירותים, נידות בתוך הבית ורחצה במקלחת / אמבטיה ושש פעילויות יומיומיות אינסטרומנטליות, הקשורות לתפעול חפצים ולסביבה (IADL) – בישול ארוחה קלה, נידות מחוץ לבית, שימוש בתחבורה ציבורית, אחזקת בית, עריכת קניות ושימוש במוסדות ציבוריים.
6	סוג סולם המדידה	על הנבדקים היה לדרג את רמת תפקודם לגבי כל פעילות על גבי סולם בן חמש דרגות: (1) ייצג תלותיות מוחלטת בעזרה לצורך ביצוע הפעילות 'לא מסוגל'; (2) ייצג הזדקקות לעזרה פיזית או מילולית או השגחה 'זקוק לעזרה פיזית / מילולית ו/או השגחה'; (3) ייצג ביצוע עצמאי של הפעילות בעזרת עזרים או פיצוי 'עצמאי בעזרת עזרים או בדרך פיצוי'; (4) ייצג ביצוע עצמאי אך איטי 'מבצע עצמאי אך איטי'; (5) ייצג ביצוע עצמאי של הפעילות 'מבצע באופן עצמאי ללא שימוש באביזרי עזר / ליווי אישי'. הציון הוא ממוצע של חמשת המדרגים לכל תחום – BADL ו- IADL ולכלל השאלון.
7	אורך הכלי	12 פריטים של פעילויות יומיומיות
8	מהימנות ותקיפות	יבזורי (2010): "בדיקת מהימנות השאלון לאחר השינויים נעשתה במחקר של Sachs, Schreuer, and Adato-Biram (2008). הבדיקות העלו מהימנות גבוהה לכלל השאלון ($\alpha = .92$) ולחלק של פעילויות יומיומיות אינסטרומנטליות ($\alpha = .88$). תוצאות דומות נמצאו גם במחקרה של טנא רינדה (2009), מהימנות פנים של כלל השאלון נמצאה גבוהה ($\alpha = .869$), כך גם מהימנות של חלק השאלון שהתייחס לפעילויות יומיומיות בסיסיות ($\alpha = .811$) והחלק של פעילויות יומיומיות אינסטרומנטליות ($\alpha = .781$). גם במחקר הנוכחי ... מהימנות החלק של פעילויות יומיומיות בסיסיות נמצאה בינונית ($\alpha = .63$), מהימנות החלק של פעילויות יומיומיות אינסטרומנטליות נמצאה גבוהה ($\alpha = .73$). ומהימנות כלל השאלון פעילויות יומיומיות בסיסיות ואינסטרומנטליות נמצאה אף היא גבוהה ($\alpha = .74$).

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
562	יונת יבזורי (2010). תכנית מעבר לחיי עבודה לתלמידים עם מוגבלות שכלית הלומדים בחינוך מיוחד.

שאלון עצמאות בפעילויות יום-יום (ADL)

(Projectprotocol WHO & WFOT)

פעילויות יומיומיות:

אנא דרג/י לפי שיטת הניקוד הבאה:

- 1 - אינך מסוגלת לבצע לבד, תלוי/ה לחלוטין בעזרה.
- 2 - הינך זקוק/ה לעזרה פיזית/מילולית או השגחה.
- 3 - מבצעת/ת באופן עצמאי בעזרת עוזרים שונים או בדרך פיצוי.
- 4 - מבצעת/ת את הפעילות באופן עצמאי, אך באופן איטי.
- 5 - מבצעת/ת את הפעילות באופן עצמאי ללא שימוש בעוזרים/ליווי אנושי.

האם את/ה עצמאי בפעולות יומיומיות כמו: סמן X בעמודה המתאימה.

1	2	3	4	5	סוג הפעילות
					העברות (לשכיבה, לישיבה, לעמידה, קימה ממיטה/כורסא...)
					טיפול עצמי (צחצוח שיניים, סירוק, טיפול בפצעים...)
					לבוש/התפשטות
					שימוש בשירותים
					ניידות בתוך הבית
					רחצה במקלחת/באמבטיה
					בישול (קפה, תה, כריך, הכנת ארוחה קלה)
					ניידות מחוץ לבית
					שימוש בתחבורה ציבורית
					אחזקת הבית
					עריכת קניות
					שימוש במוסדות ציבוריים כמו: בנק, דואר וכיו"ב...