

כלי מחקר זה נלקח מתוך **מאגר כלי המחקר** של קרן שלם התומכת במחקר שמטרתו שיפור איכות החיים של אנשים עם מוגבלות והסובבים אותם.

כלי המחקר הינם גרסאות אשר נעשה בהן שימוש על ידי החוקרים עצמם ולכן יתכנו אי התאמות בין פרטי הכלי המקורי לבין הפרטים המתוארים במאגר.

כל המעוניין להשתמש באחד מכלי מחקר מתבקש לפנות לחוקר שערך את המחקר הרלבנטי ולוודא את אישור השימוש בכלי מבחינת זכויות יוצרים.

לקרן שלם אין זכויות על הכלים המוזכרים באתר זה.

שם הכלי: **שאלון הגדרה עצמית AIR-SDS (AIR-Self Deetermination Scale) ואוטונומיה בקבלת החלטות**

פותח בשנת: 1994, על ידי: Wolman et al. (1994)

תורגם והותאם לעברית בשנת: 2023, על ידי: תמר טאוב (2023).

|   |                        |   |
|---|------------------------|---|
| 1 | <b>מטרת הכלי</b>       | לבחון את מידת ההגדרה העצמית של מתבגרים ואת מידת האוטונומיה הנתפסת בעיניהם לקבל החלטות בעצמם.  |
| 2 | <b>סוג כלי המחקר</b>   | שאלון   |
| 3 | <b>אוכלוסיית היעד</b>  | מתבגרים עם מוגבלות שכלית  |
| 4 | <b>אופי הדיווח</b>     | דיווח עצמי בעזרת מראיין   |
| 5 | <b>מבנה הכלי</b>       | הכלי כולל מספר תתי-סולמות:<br>תת סולם היכולות כולל שני חלקים הנוגעים להתנהגות בהגדרה עצמית: דברים שתלמידים עושים (כישורים) לטובת הגדרה עצמית (6 פריטים) וכיצד הם מרגישים לגבי הביצועים שלהם (6 פריטים), למשל: "אני אוהב לעמוד ביעדים שלי".<br>סולם ההזדמנויות מודד את תפיסת התלמידים לגבי הזדמנויות שניתנו להם בבית הספר (6 פריטים) ובבית (6 פריטים), לדוגמה: "יש לי מישהו בבית הספר/בית שיכול להגיד לי אם אני עומד ביעדים שלי".<br>השאלון תורגם לעברית ובחזרה לאנגלית. נעשו התאמות עבור סולמות מתבגרים כדי לאפשר שימוש למשתתפים עם מוגבלויות שונות. אלה כללו הפשטות שפה שהובילו ל-28 פריטים. בנוסף, סולם ליקרט הצטמצם לשלוש דרגות ועיצוב השאלון שילב צבע וסמלים.<br>פריטים 29-33 שייכם לסולם אוטונומיה בקבלת החלטות. |
| 6 | <b>סוג סולם המדידה</b> | סולם ליקרט בן 3 דרגות: לעולם לא (1), לפעמים (2), תמיד (3). ציוני סולם חושבו לפי אמצעי פריט.   |

|   |                  |  |
|---|------------------|--|
| 7 | סוג הפריטים בכלי | פריטי דירוג  |
| 8 | אורך הכלי        | 28 היגדים + 5 היגדים של אוטונומיה בקבלת החלטות   |
| 9 | מהימנות ותוקף    | <p>אלפא של Cronbach לגרסת התלמיד כישורי <math>SD = 0.79</math>, רגשות <math>SD = 0.70</math>, הזדמנויות בבית הספר = <math>0.79</math> ואפשרויות בבית = <math>0.83</math> (Wong et al., 2017). אין מידע לגבי מהימנות ותוקף ספציפיים של ההורים</p> <p>גרסה של AIR-SDS. במחקר הנוכחי המהימנות היו: א) למתבגרים: יכולות <math>\alpha = 0.74</math>, הזדמנויות בבית הספר <math>\alpha = 0.79</math>,</p> <p>הזדמנויות בבית <math>\alpha = 0.80</math>, ו-ב) להורים: יכולות ילד עבור <math>\alpha = 0.79</math>, הזדמנויות לבית ספר <math>\alpha = 0.79</math>, הזדמנויות בבית <math>\alpha = 0.64</math>.</p> <p>בתוצאות מחקר הפיילוט של טאוב (2023) נמצאה (<math>N = 33</math>) עקביות פנימית של <math>\alpha = 0.91</math> עבור PADM ו-<math>\alpha = 0.89</math>. עבור AIR-SDS העקביות הפנימית של תת-סולמות ה-AIR-SDS הראתה <math>\alpha = 0.82</math> עבור Capacities, ו-<math>\alpha = 0.86</math> עבור שני סולמות ההזדמנות.</p> <p>תוצאות ניתוח גורמים של סולמות אלו ניתן למצוא במחקר הבא: Taub &amp; Lerner (2023) <a href="https://www.kshalem.org.il/Perspectives-of-adolescents-with-disabilities-and-their-parents-regarding-autonomous-decision-making-and-self-determination">Perspectives of adolescents with disabilities and their parents regarding autonomous decision-making and self-determination (kshalem.org.il)</a> בקישור הבא:</p> |

#### רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

| שם המחקר  | מק"ט   |
|---|--|
| תמר טאוב (2023). הגדרה עצמית ואוטונומיה בקבלת החלטות של מתבגרים עם מוגבלות. עבודת גמר לתואר שלישי. בהנחיית: פרופ' שירלי ורנר. האוניברסיטה העברית. במימון קרן שלם. | <a href="https://www.kshalem.org.il/890-109-2018">890-109-2018</a> |

#### לשימוש פנימי – מיקום במאגר כלי המחקר של הקרן

כלי מחקר < איכות חיים של אנשים עם מש"ה < היבטים רגשיים ורווחה נפשית < שאלון הגדרה עצמית

ואוטונומיה בהחלטות

[למחקר המלא באתר הקרן](#) 🌀

[למאגר המחקרים של קרן שלם](#) 🌀

[למאגר כלי המחקר באתר קרן שלם](#) 🌀

## שאלון הגדרה עצמית (AIR-Self Deermiation Scale)

Wolman et al. (1994)

+ אוטונומיה בקבלת החלטות

\*בקשה למקריא: אנא שנו את לשון הפנייה לנקבה לפי מגדר הנבדק\*

### מי אני

אני לומדת באוניברסיטה. חלק מהלימודים שלי זה לעשות מחקר. מטרת מחקר זה לבדוק נושאים דרך שאלות. את השאלות שואלים בשאלון. המחקר שלי הוא על הכוונה עצמית. הכוונה עצמית היא האם אתה מחליט לבד החלטות.

בשאלון אשאל אותך אם אתה מחליט לבד על דברים שחשובים לך. למשל דברים שחשובים לך לעשות עם המשפחה, בבית הספר או עם החברים. אני אשאל אותך איך אתה משיג את המטרות שלך.

**במסגרת המחקר שלי אני שואלת הרבה אנשים על קבלת ההחלטות שלהם. כל הפרטים האישיים שלך נשארים בסוד.**

תודה על התשובות שלך ועל שהסכמת להשתתף במחקר.

תמר טאל

מרפאה בעיסוק ודוקטורנטית באוניברסיטה העברית



## איך לענות על השאלות

אפשר לשאול אותי שאלות אם משהו לא ברור.  
אפשר לבקש ממני הפסקה למנוחה אם תרצה.  
אתה יכול לבקש ממני להפסיק למלא את השאלון אם אתה לא רוצה להמשיך.

יש בשאלון כמה מיילים חשובות:  
**מטרה** - מטרה היא מה שאתה רוצה לעשות. לכל אחד יש מטרות אחרות בחיים שלו.  
**תוכנית** - תוכנית איך אתה בוחר להשיג את המטרה שלך.

### לדוגמה:

| מטרה                                  | תוכנית   |
|---------------------------------------|--|
| 1 אני רוצה להיות אחראי על מסיבת הכיתה | כדי להיות אחראי למסיבה צריך לספר למורה שאני רוצה להיות בצוות שמארגן את המסיבה. |
| 2 להזמין חברה לסרט                    | כדי ללכת עם חברה לסרט אני צריך לשתף את ההורים. צריך לתכנן איך נוסעים לקולנוע.  |

בכל תשובה צריך להצביע על האפשרות שהכי מתאימה לך:



• אף פעם, מסומן בכוס ריקה



• לפעמים, מסומן בחצי כוס מלאה



• תמיד, מסומן בכוס מלאה

לפני שנתחיל לקרוא את השאלון, ניתן כמה דוגמאות:

| שאלות על עצמי                        | אף פעם | לפעמים | תמיד |
|--------------------------------------|--------|--------|------|
| אני חוצה את הכביש באור אדום          | x      |        |      |
| אני מצחצח שיניים בכל יום             |        |        | x    |
| אני אוכל ארוחת ערב עם בני המשפחה שלי |        | x      |      |

| תמיד<br> | לפעמים<br> | אף פעם<br> | דברים שאני עושה כדי לקבוע מטרות ותוכניות                |
|---|---|---|---|
|   |   |   | 1 אני יודע מה אני אוהב לעשות                            |
|   |   |   | 2 אני יודע במה אני טוב                                  |
|   |   |   | 3 אני יודע מה המטרות שלי בחיים                          |
|   |   |   | 4 אני יודע לקבוע תוכנית כדי להשיג את המטרות שלי         |
|   |   |   | 5 אני משיג את המטרת שאני בוחר לעצמי                     |
|   |   |   | 6 אני בודק את עצמי ושואל האם התוכנית שלי טובה           |
|   |   |   | 7 אני שואל אחרים מה הם חושבים על התוכניות שלי           |
|   |   |   | 8 כשהתוכנית שלי לא טובה, אני חושב על תוכנית חדשה במקומה |

| תמיד<br> | לפעמים<br> | אף פעם<br> | איך אני מרגיש לגבי המטרות והתוכניות שלי?                              |
|---|---|---|---|
|   |   |   | 9 אני מבסוט מהדברים שאני רוצה בשביל עצמי                              |
|   |   |   | 10 אני מרגיש שאני יכול להחליט עליו                                    |
|   |   |   | 11 אני אוהב להכין תוכניות בשביל להשיג את המטרות בחיים שלי             |
|   |   |   | 12 אני אוהב להתחיל מיד לעשות דברים, כדי להשיג את המטרות שלי           |
|   |   |   | 13 אני אוהב לבדוק את עצמי. אני שואל את עצמי אם אני משיג את המטרות שלי |
|   |   |   | 14 אני לא פוחד לנסות תוכנית חדשה, אם תוכנית שכבר ניסיתי לא הייתה טובה |

| תמיד<br>   | לפעמים<br>   | אף פעם<br>   | מה קורה בבית הספר לגבי המטרות והתוכניות שלי?   |
|---|---|---|--|
|   |   |   | 15 בבית הספר מקשיבים לי כשאני מספר להם על התוכניות שלי                               |
|   |   |   | 16 בבית הספר עוזרים לי לחשוב על המטרות שלי   |
|   |   |   | 17 בבית הספר למדתי איך לתכנן תוכניות, כדי להשיג את המטרות שלי                        |
|   |   |   | 18 בבית הספר מעודדים אותי להתחיל לעבוד על התוכניות שלי מיד                           |
|   |   |   | 19 בבית הספר אומרים לי אם אני משיג את המטרה שלי                                      |
|   |   |   | 20 בבית הספר מסבירים לי כשהתוכנית שלי לא טובה  |
|   |   |   | 21 בבית הספר נותנים לי רעיונות איך לחשוב על תוכנית חדשה, במקום תוכנית שלא הייתה טובה |
| תמיד<br> | לפעמים<br> | אף פעם<br> | מה קורה במשפחה שלי?  |
|   |   |   | 22 המשפחה שלי מקשיבה לי כשאני מספר להם על התוכניות שלי                               |
|   |   |   | 23 המשפחה שלי עוזרת לי לחשוב על המטרות שלי   |
|   |   |   | 24 מהמשפחה שלי למדתי איך לתכנן תוכניות, כדי להשיג את המטרות שלי                      |
|   |   |   | 25 המשפחה שלי מעודדת אותי להתחיל לעבוד על התוכניות שלי מיד                           |
|   |   |   | 26 המשפחה שלי מבינה אותי כשאני לא מצליח להשיג את המטרה שלי                           |
|   |   |   | 27 המשפחה שלי מסבירה לי כשהתוכנית שלי לא טובה  |
|   |   |   | 28 המשפחה שלי נותנת לי רעיונות איך לחשוב על תוכנית חדשה, במקום תוכנית שלא הייתה טובה |



| תמיד<br> | לפעמים<br> | אף פעם<br> | אוטונומיה בקבלת החלטות   |
|---|---|---|--|
|   |   |   | 29 ההורים שלי מסכימים שאני <b>אבחר</b> בעצמי<br>מה אני רוצה לעשות              |
|   |   |   | 30 ההורים שלי מסכימים שאני <b>אחליט</b> בעצמי<br>מה אני רוצה לעשות             |
|   |   |   | 31 ההורים שלי מסכימים שאני <b>אבחר בעצמי</b><br>במה אני מעבוד כשאני אהיה מבוגר |
|   |   |   | 32 ההורים שלי מסכימים שאני אתכנן תוכניות<br>בעצמי לפי מה שאני רוצה             |
|   |   |   | 33 ההורים שלי מקשיבים לדעה שלי   |

 **תודה רבה שענית על השאלון**

פישוט לשוני מכון אקים להנגשה קוגניטיבית- ניהול רוני אנקורי  
עריכה לשונית- ליאורה רובינשטיין. עיצוב - לימור עציון.