

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

ניתוח כלי מחקר

שם כלי המחקר

שאלון אינטליגנציה רגשית - EQ-I - Bar-On Emotional Quotient Inventory

שנה ומחבר

1997, Bar-On (1997)

תורגם לעברית

לא צויין

מטרת כלי המחקר

השאלון משמש לבדיקת האינטליגנציה הרגשית עפ"י המודל המעורב (Mixed model; Bar-On, 1997). המטרה היא הערכת יכולתו של האדם להתמודדות מוצלחת עם דרישות הסביבה.

סוג כלי המחקר

שאלון

אוכלוסיית היעד

במחקר של עמרני (2025) - בוגרים עם שיתוק מוחין (CP) עם אינטליגנציה תקינה ובוגרים עם התפתחות תקינה.

אופי הדיווח

דיווח עצמי

מבנה כלי המחקר

השאלון כולל חמישה מדדים כאשר כל מדד מחולק לתתי ציונים. א. מיומנות בין-אישית (אמפתיה, אחריות חברתית ויחסים בין-אישיים): "אני אוהב לעזור לאנשים". ב. מיומנות תוך-אישית (מודעות רגשית, אסרטיביות, קבלה עצמית הגשמה עצמית ועצמאות): "אני מחובר לרגשות שלי". ג. כושר הסתגלות (פתרון בעיות, בוחן מציאות וגמישות): "קל לי להסתגל למצבים חדשים". ד. ניהול מתח (סבילות ללחץ ושליטה בדחפים): "אני יודע איך להתמודד עם בעיות מטרידות". ה. מצב רוח כללי (אושר ואופטימיות): "אני מרוצה מהחיים שלי". בשאלון זה הנבדק צריך לדרג את עצמו.

סוג סולם המדידה

סקלת התשובות נעה על סולם בן 4 דרגות, מ- 1 = לא נכון, ועד ל- 4 = נכון מאוד. הציון חושב כממוצע של כלל הפריטים.

סוג הפריטים בכלי המחקר
פריטי דירוג

אורך כלי המחקר
30 פריטים.

תוקף ומהימנות
נעשה שימוש בשאלון זה באוכלוסייה עם התפתחות תקינה $\alpha = .70$, $\alpha = .86$ (Bar-On, 1997).
מהימנות עקיבות פנימית אלפא של קרונברך של 30 היגדי השאלון במחקר הנוכחי (עמרני, 2025)
נמצאה גבוהה $\alpha = .87$.

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי

1. תרומת משתני רקע, דחק ואינטליגנציה רגשית כמשתנה מתווך על הון פסיכולוגי ואמפתיה בקרב בוגרים עם שיתוק מוחין בהשוואה לבוגרים עם התפתחות תקינה.
2025, רוני עמרני, בהנחיית: פרופ' בתיה-חפציבה ליפשיץ, אוניברסיטת בר-אילן.
מק"ט [890-739-2024](https://doi.org/10.31070/890-739-2024)

לשימוש פנימי – מיקום במאגר כלי המחקר של הקרן

כלי מחקר < איכות חיים של אנשים עם מש"ה < היבטים רגשיים ורווחה נפשית < שאלון אינטליגנציה רגשית - EQ-I - Bar-On Emotional Quotient Inventory

קישורים שימושיים

[למאגר מחקרי הקרן <](#)

[למאגר כלי המחקר באתר הקרן <](#)

שאלון אינטליגנציה רגשית

(Bar-On, 1997) Bar-On Emotional Quotient Inventory - EQ-I

נכון מאוד	נכון לפעמים	נכון לעיתים רחוקות	לא נכון		
4	3	2	1	אני מעדיף/ה עבודה בה אומרים מה לעשות	1
4	3	2	1	אני יודע/ת איך להתמודד עם בעיות מטרידות	2
4	3	2	1	אני מחובר/ת לרגשות שלי	3
4	3	2	1	אני מנסה לראות דברים כמו שהם, בלי לדמיין עליהם או לחלום בהקיץ	4
4	3	2	1	אני אוהב/ת לעזור לאנשים	5
4	3	2	1	כשאני מתחיל/ה לדבר קשה לי להפסיק	6
4	3	2	1	אני מעדיף/ה לקבל תמונה כללית על הבעיה לפני שאני מנסה לפתור אותה	7
4	3	2	1	אני מעדיף/ה שאחרים יחליטו בשבילי	8
4	3	2	1	כשאני כועס/ת על אנשים אחרים אני יכול לספר להם על זה	9
4	3	2	1	קל לי להתחבר עם אנשים	10
4	3	2	1	אני טוב/ה בלהבין איך אנשים אחרים מרגישים	11
4	3	2	1	אני בדרך כלל מקווה לטוב	12
4	3	2	1	קל לי להסתגל למצבים חדשים	13
4	3	2	1	אני מודע לאופן בו אני מרגיש	14
4	3	2	1	אכפת לי מה קורה לאנשים אחרים	15
4	3	2	1	אני חסר/ת סבלנות	16
4	3	2	1	אני מסוגל/ת לשנות הרגלים ישנים	17
4	3	2	1	אני יודע/ת איך להישאר רגוע במצבים קשים	18
4	3	2	1	יש לי מוטיבציה להמשיך גם כשדברים נעשים קשים	19
4	3	2	1	אני מנסה להתמיד ולפתח דברים שאני נהנה מהם	20

21	אני נסחף/ת עם הדמיון והפנטזיות שלי	1	2	3	4
22	כשאני מטפל/ת בבעיות שמתעוררות אני מנסה לחשוב על מספר רב של פתרונות ככל האפשר	1	2	3	4
23	אני נהנה/ית מהדברים שמעניינים אותי	1	2	3	4
24	קל לי לומר לאנשים מה אני חושב/ת	1	2	3	4
25	יש לי יחסים טובים עם אחרים	1	2	3	4
26	אני מרגיש/ה טוב עם הגוף שלי	1	2	3	4
27	חשוב להיות אזרח/ית שומר/ת חוק	1	2	3	4
28	אני מרוצה מהמראה שלי	1	2	3	4
29	אני אוהב/ת לעשות חיים	1	2	3	4
30	אני מרוצה מהחיים שלי	1	2	3	4

