

# שאלון מוקד שליטה פנימי חיצוני למבוגרים

אמבר ענת, 1999

**הקשר שבין נחישות- עצמית ומיקוד שליטה  
לבין שביעות רצון מסגנון חיים של אנשים עם פיגור שכלי  
החיים בבית ובהוסטל**

ענת אמבר

עבודת גמר המוגשת כמילוי חלק מהדרישות  
לקבלת התואר "מוסמך"

אוניברסיטת חיפה  
הפקולטה ללימוד רווח ובריאות  
בית הספר לעבודה סוציאלית

נובמבר, 1999

## נספחים

### נספח מס' 1 - שאלון דמוגרפי

תאריך: \_\_\_\_\_ .

מין: ז / נ

גיל / שנת לידה \_\_\_\_\_ .

מסגרת מגורים: בית / מסגרת לדיור קהילתי (שם המסגרת \_\_\_\_\_)

משך זמן המגורים בדיור הקהילתי: \_\_\_\_\_ .

מצב משפחתי של ההורים: נשוי / גרוש / אלמן / רווק .

מספר אחים ואחיות: \_\_\_\_\_ .

עיסוק האם: \_\_\_\_\_ .

עיסוק האב: \_\_\_\_\_ .

מסגרת תעסוקתית: \_\_\_\_\_ .

רמת תפקוד: \_\_\_\_\_ .

נספח מס' 4- שאלון מקוד שליטה פנימי-חיצוני למבוגרים (ANS-IL)
   
 נווסקי ודיוק ( Nowicki & Duke, 1974 )

	לא	כן
1. האם אתה מאמין שרוב הבעיות תיפתרנה מעצמן, אם רק לא תתיחס אליהן?	_____	_____
2. האם אתה מאמין שאתה יכול למנוע מעצמך הצטננות?	_____	_____
3. האם יש אנשים שנולדים ברי מזל?	_____	_____
4. האם בדרך כלל נהגת לייחס חשיבות רבה לקבלת ציונים טובים?	_____	_____
5. האם מאשימים אותך לעיתים קרובות בדבר שאינך אחראי לו?	_____	_____
6. האם אתה מאמין שמי שלומד מספיק, יצליח בכל בחינה?	_____	_____
7. האם הרגשתך היא שבדרך כלל לא כדאי להתאמץ הרבה, מכיון שאף פעם הדברים אינם מסתדרים כמו שצריך?	_____	_____
8. אם העניינים מתחילים טוב בבוקר, האם אתה סבור שזה יהיה יום טוב ללא קשר עם מה שאתה עושה?	_____	_____
9. האם אתה מרגיש שהורים שמים לב בדרך כלל למה שיש לילדיהם לומר?	_____	_____

10. האם אתה מאמין שבכוחם של איחולים וברכות הצלחה לגרום שיקרן דברים טובים? \_\_\_\_\_
11. כשאתה נענש האם נראה לך בדרך כלל שאין לך סיבה מוצדקת? \_\_\_\_\_
12. האם אתה סבור שבדרך כלל קשה לשנות דעה של ידך? \_\_\_\_\_
13. האם אתה חושב שקריאות עידוד עוזרות לקובצת משחקים לנצח יותר מאשר המזל עוזר? \_\_\_\_\_
14. האם הרגשת בעבר שכמעט ואי אפשר לשנות את דעת הורך בשום עניין? \_\_\_\_\_
15. האם אתה מאמין, שעל הורים להרשות לילדים להחליט בעצמם ברוב הענינים שלהם? \_\_\_\_\_
16. כשאתה עושה משהו שלא כסורה, האם אתה מרגיש שכמעט אין מה לעשות כדי לתקן זאת? \_\_\_\_\_
17. האם אתה מאמין שרוב האנשים נולדים עם כשרון לספורט? \_\_\_\_\_
18. האם רוב בני גילך חזקים ממך? \_\_\_\_\_
19. האם לפי הרגשתך אחת הדרכים הטובות לפתור את מרבית הבעיות היא פשוט לא לחשוב עליהן? \_\_\_\_\_
20. האם אתה מרגיש שיש לך בחירה רבה כשאתה מחליט מי יהיו ידיך? \_\_\_\_\_
21. האם אתה סבור שחתול שחור החוצה את דרכך עלול להביא מזל רע? \_\_\_\_\_

	לא	כן
14. האם הרגשת בעבר שכמעט ואי אפשר לשנות את דעת הוריד בשום ענין?	_____	_____
15. האם אתה מאמין, שעל הורים להרשות לילדים להחליט בעצמם ברוב העניינים שלהם.ץ	_____	_____
16. כשאתה עושה משהו שלא כסורה, האם אתה מרגיש שכמעט אין מה לעשות כדי לתקן זאת ?	_____	_____
17. האם אתה מאמין שרוב האנשים נולדים עם כשרון לספורט?	_____	_____
18. האם רוב בני גילך חזקים ממך?	_____	_____
19. האם לפי הרגשתך אחת הדרכים הטובות לפתור את מרבית הבעיות היא פשוט לא לחשוב עליהן ?	_____	_____
20. האם אתה מרגיש שיש לך בחירה רבה כשאתה מחליט מי יהיו ידידך?	_____	_____
21. האם אתה סבור שחתול שחור החוצה את דרכך עלול להביא מזל רע?	_____	_____
22. האם הרגשת לעתים קרובות , שהכנת או אי הכנת שעורי הבית השפיעה על גובה הציונים שקבלת ?	_____	_____
23. כשאדם בגילך כועס עליך , האם אתה מרגיש שאפשר לעשות רק מעט כדי לעצור את כעסו ?	_____	_____
24. האם היתה לך אי פעם קמיע?	_____	_____
25. האם אתה מאמין שחיבתם (או אי חיבתם) של אנשים כלפיך תלויה בהתנהגותך ?	_____	_____
26. האם הוריד עזרו לך בדרך כלל כשפנית אליהם בבקשת עזרה?	_____	_____

	כן	לא
27. כשאנשים כעסו עליך , האם הרגשת שבדרך כלל לא היתה לכך כל סיבה?	_____	_____
28. האם בדרך כלל אתה מרגיש שאתה יכול להשפיע על מה שיקרה מחר, על ידי מה שאתה עושה היום ?	_____	_____
29. האם אתה מאמין , שכשדברים רעים עומדים למרות הם יקרו ללא קשר עם מה שתעשה כדי למנוע זאת ?	_____	_____
30. האם אתה חושב שאנשים יכולים להשיג את מה שהם רוצים אם רק יתמידו לנסות ?	_____	_____
31. האם על פי רוב אתה סבור שאין תועלת לנסות להשיג את מה שאתה רוצה בבית ?	_____	_____
32. האם אתה מרגיש שדברים טובים קורים כתוצאה מעבודה קשה ?	_____	_____
33. כשבן גילך רוצה להיות אויב שלך, האם אתה מרגיש שקשה מאוד לשנות את המצב ?	_____	_____
34. האם אתה מרגיש שקל לגרום לידידים לעשות מה שאתה רוצה?	_____	_____
35. האם בד"כ אתה מרגיש שיש לך השפעה מעטה על מה שאתה מקבל לאכול בבית?	_____	_____
36. האם אתה מרגיש, שכאשר מישהו לא מחבב אותך, אפשר לעשות רק מעט בקשר לכך?	_____	_____
37. האם בד"כ הרגשת שלא היה טעם להתאמן בבית הספר, ביון שרוב הילדים האחרים היו יותר פקחים ממך?	_____	_____
38. האם אתה נמנה על אלה המאמינים שתכנון מוקדם מביא לתוצאות טובות יותר ?	_____	_____

כן      לא

39. האם בד"כ אתה מרגיש שיש לך לומר מעט בהחלטות משפחתיות?

40. האם אתה סבור שמוטב להיות פיקח מאשר בר-מזל?



## כלי המחקר

המידע נאסף באמצעות שלושה שאלונים , שפותחו בעבר ושמשו במחקרים קודמים:

שאלון בחירה וקבלת החלטות לבוגרים בעלי נכות אינטלקטואלית של סטנקליף (STANCLIFF,1995) . ראה נפח מס' 2.

שאלון זה מתבסס בחלקו על שאלון איכות החיים של שלוק (Suchalock,1990) , ומיועד לבדוק נחישות עצמית .

השאלון כולל שאלות לבדיקת בחירות , שעורך האדם בעל הפיגור השכלי בתחומי החיים הבאים :

1. פעילויות ביתיות , צוות, הורים ואנשים אחרים עימם האדם גר.
2. כסף והשימוש בו.
3. בריאות .
4. פעילות חברתית , גישה לקהילה ומערכות יחסים אישיות .
5. עבודה/פעילות יומית .

השאלון הראשוני כלל 64 פריטים ולאחר בדיקה אמפירית נותרו 26 פריטים , המהווים את הגרסה הסופית של השאלון . ניתן לענות

על הפריטים על ידי דרוג התשובה על סולם בן שלוש דרגות , לדוגמא : הפריט – כאשר אתה קונה את בגדיך , מי מחליט איזה בגדים לקנות ? הקטגוריות- 1. אחרים מחליטים בדרך כלל , או שאחרים קונים בגדים למעני .

2. בדרך כלל אני בוחר את בגדי עם עזרה (למשל: מישהו הולך איתי בדרך כלל) .

3. אני מחליט. אני קונה את בגדי ללא עזרה .

מהימנות אלפא של השאלון הייתה 0.81.

הנוסח העברי הוכן על ידי כותבת העבודה ומהימנות התרגום  
נבדקה על ידי שני אנשי סגל של האוניברסיטה .  
לוח מס' 4. ממוצע תת-סולמות שאלון הבחירה .

אלפא	מקסימום	מינימום	ס"ת	ממוצע	תת סולמות
.52	2.77	1.4	.33	2.06	בחירה בבית
.51	3.00	1.0	.45	1.86	בחירה לגבי כסף והוצאות
.43	3.00	1.0	.50	2.38	בחירה בענייני בריאות
.54	3.00	1.0	.45	2.42	בחירה לגבי חברים וזמן פנוי
.26	2.66	1.0	.38	1.93	בחירה ועבודה
.75	2.76	1.6	.26	2.13	כולל

לוח מס' 4 מביא נתונים פסיכומטריים של שאלון הבחירה , ציון גבוה בשאלון פירושו בחירה רבה ולהפך. מהימנות אלפא של השאלון במחקר הנוכחי היא .75. והנה מספקת ודומה לזו של השאלון המקורי (.81), בעוד שמהימנות תת הסקלות הנה נמוכה (ראה לוח מס' 4). הסבר אפשרי לכך הוא היותן מונות מספר מצומצם של פריטים. המתאמים בין תת סולמות השאלון מובאים בנספח מס' 3.

**ב.שאלון מיקוד שליטה פנימי – חיצוני למבוגרים (ANS-LE)**  
של נוסקי ודיוק (Nowicki & Duke, 1974) ראה נספח מס' 4. שאלון זה מתבסס על השאלון לבדקת מיקוד שליטה אצל ילדים של נכתבו באופן כזה שניתן יהיה להשיב עליהם על ידי אדם בעל יכולת קריאה של כתה ה'. כמו כן ניתן להקריא לנחקר את השאלון. על הפריטים יש לענות בכך/ לא. השאלון בודק מיקוד שליטה על ידי הצגת פריטים, המייחדים סיבות לאירועים לאדם או לסביבתו ולמקרה, בהקשרים הבאים:

1. מתייחס לאמונה בעבודה קשה כבעלת השפעה על תוצאות חיים שונות.
  2. הדגשת מזל כנושא עיקרי .
  3. התמקדות בתפיסת השליטה האישית לעומת חוסר אונים.
  4. מתייחס לתחושת פטליזם בעיקר בכל הנוגע לקבלת החלטות.
  5. מדגיש תפיסות לגבי שליטה בהתייחס לדמויות סמכותיות.
  6. מתייחס לאינדיקטורים לגבי תפיסה עצמית כולל פריטים המתיחסים ליכולת קוגניטיבית ופיזית.
  7. משקף שליטה בכל הנוגע לאירועים ובחירות .
  8. מדגיש שליטה בפעילויות של הפרט ותפיסה של אחרים .
- מהימנות השאלון נבדקה והנתונים נאספו מ-766 נבדקים השאלון הנו מבוסס מבחינה פסיכומטרית: מהימנות spilt-half נעה מ-74. עד 86. מהימנות test-retest כעבור שישה שבועות הייתה  $r=.83$ .
- השימוש בשאלון מיקוד השליטה פנימי-חיצוני למבוגרים (ANS-IL) בקרב אוכלוסייה של בוגרים ומבוגרים עם פיגור שכלי, נבדק על ידי וומאייר (Wehmeyer, 1993, 1994b) ונמצאו, תקיפות מבנה וניתוח גורמים זהה לזה, שנמצא בקרב אוכלוסיות ללא נכות. שאלון זה נבדק ונמצא מתאים לבדיקת אנשים עם פיגור שכלי.
- בלום (ז"ל) חוקר ישראלי, אשר עבד עם סטפן נווסקי (Stephen Nowicki) כותב השאלון במחלקה למחקר באוניברסיטת "אימור", אטלנטה ג'ורג'יה בארה"ב ונתקבל באמצעות קשר אישי עם ס. נווסקי.
- המייצגות מיקוד שליטה חיצוני. בצד כל פריט בשאלון מצוינות התשובות –"כן" או "לא", המהוות את התשובה החיצונית לפריט. בכל פעם שהנבדק מסכים עם מפתח השאלון, הדבר נחשב

כתשובה חיזונית . הציון הסופי נקבע על ידי סיכום כל התשובות, שהיו בהסכמה עם מפתח השאלון – " כן" או "לא" . ככל שהציון גבוה יותר , כך הנבדק נוטה יותר למיקוד שליטה חיזוני ולהפך .

בשאלון מיקוד השליטה המקורי מהימנות Spilt half נעה מ-74 . עד 86 . בניתוח השאלון במחקר הנוכחי נתקבלה מהימנות אלפא של 48 . בניסיון להעלות את מהימנות השאלון הוצאו פריטים בעלי קשר שלילי עם הסה"כ , דבר שהעלה את מהימנות השאלון לרמה סבירה של 61 .

ממוצע השאלון המקוצר היה 11.23 (ס"ת=3.8 , תחום 21-3 ) .

ג.שאלון לבדיקת שביעות רצון מסגנון חיים

(Lifestyle Satisfaction) של –היל , צ'דסי-ראש ונובק , אשר פורסם על ידי היל וצ'דסי-ראש

(Heal & Chadsey-Rusch 1982) ראה נספח מס' 5 . שאלון זה פותח על מנת להעריך שביעות רצון של אנשים עם פיגור שכלי ממסגרת מגוריהם , מיקומה בקהילה ומשירותים הנלווים . השאלון מחולק לחמישה תת סולמות הבודקים את התחומים הבאים :

1. שביעות רצון מהקהילה .
2. שביעות רצון מחברים ומהזמן הפנוי .
3. שביעות רצון משירותים .
4. שביעות רצון משירותים .
5. שביעות רצון מעבודה .

שאלון ה- LSS נלקחה מתוך שאלון רחב יותר לבדיקת שביעות רצון ממגורים (Residential Satisfaction Scale) RSS שנכתב על ידי נובק , היל , פליווצקי ולידלאו

(Novak, Heal, Pilewski & Laidlaw, 1980) להערכת שביעות רצון של אנשים עם פיגור שכלי ממגוריהם . השאלון המקורי מכיל 50 פריטים לאחר בדיקה אמפירית צומצם השאלון ל-28

פריטים . תשובת המרואיין מדורגת באמצעות סולם בן חמש דרגות אשר מצוייננות באופן הבא : חיובית מאוד = +2 , חיובית = +1 , ניטרלית = +1 , שלילית = -1 , ושלילית מאוד = -2 . מהימנות אלפא של השאלון היא 0.85 .

השאלון תורגם לעברית ותוקף על ידי חיה שוורץ מאוניברסיטת בר-אילן .

לוח מס' 5 . נתוני תת-סולמות שאלון שביעות רצון מסגנון חיים .

אלפא	מקסימום	מינימום	ס"ת	ממוצע	תת סולמות
.72	13.33	-7.77	5.30	5.42	שביעות רצון מהקהילה
.67	11.66	-13.33	6.38	1.54	שביעות רצון מחברים וזמן פנוי
.48	18.57	-1.42	4.06	9.01	שביעות רצון משירותים
.47	16.00	.00	3.34	8.20	שביעות רצון כללית *
.54	48.50	-6.66	13.48	24.17	שביעות רצון כוללת **

\* שביעות רצון כללית – מתייחסת לשאלות כלליות לגבי שביעות הרצון מסגנון החיים , כגון : "האם את/ה אוהב/ת לגור כאן?"

\*\* שביעות רצון כוללת – מתייחסת לסך כל חמשת תת סולמות השאלון .

בלוח מס' 5 מובאים נתונים פסיכומטריים של שאלון שביעות רצון מסגנון החיים , ציון כל סולם בנוי משקלול הפריטים המרכיבים אותו . ככל שציון הסולמות גבוה יותר , כך שביעות הרצון מסגנון החיים גבוהה יותר . המתאמים בין תת סולמות השאלון מובאים בנספח מס' 6 . מהימנות השאלון הכללית במחקר הנוכחי היא 0.78 . ונמוכה מעט מזו שנמצאה במקור (0.85) .