



⊗ שם הכלי: שאלון הערכה עצמית – Rse-Self Esteem.

⊗ פותח בשנת: 1965 על ידי: Rosenberg, ובנוסף: Hobfoll & Walfisch, 1984

⊗ תורגם לעברית בשנת: 1976 על ידי: זק

1	מטרת הכלי	השאלון נועד לבדוק את מידת ההערכה העצמית הכללית של האדם על-ידי קבלה/אי קבלה של ה"עצמי".
2	סוג כלי המחקר	שאלון.
3	אוכלוסיית היעד	במחקר של ורדי (2006) אחים לילדים עם משי"ה. במחקר של סונדוס (2017), סבתות לילדים עם וללא משי"ה. במחקר של פינדלר ועמיתים (2017), סבתות ואימהות לילדים עם וללא משי"ה.
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי.
5	מבנה הכלי	השאלון כולל 10 היגדים המעריכים את ההערכה העצמית של הפרט, לדוגמה "בסך הכל אני מרוצה מעצמי".
6	סוג סולם המדידה	במחקר של ורדי (2006) הנבדקים התבקשו לציין עד כמה הם מסכימים עם היגדים המוצגים בסולם ליקרט הנע בין 1 ("מסכים מאוד") לבין 5 ("לא מסכים כלל"). ציון ההערכה העצמית הכללית חושב על ידי מיצוע היגדי השאלון. ציון גבוה מצביע על רמת הערכה עצמית גבוהה יותר. קינג-גורפינקל (2004), סונדוס (2017) ופינדלר ועמיתים (2017) השתמשו בסולם דירוג בן 4 רמות בלבד.
7	סוג הפריטים בכלי	פריטי דירוג.
8	אורך הכלי	10 היגדים.
9	מהימנות	עקיבות פנימית (אלפא קרונבאך): Hobfoll & Walsich (1984) -0.95, ורדי (2006) -0.75. קינג-גורפינקל (2004) -0.78, סונדוס (2017) -0.82, פינדלר ועמיתים (2017) מצאו מהימנות אלפא קרונבאך 0.83 עבור האימהות ו-0.82 עבור הסבתות.
10	תקיפות	במחקר הבודק את תרומתם של משאבים פנימיים-אישיותיים ושל משאבים חיצוניים להשתגלות נשפית, הזוגית וההורית של אמהות לילדים עם נכות פיזית, נמצא כי קיים קשר ישיר בין הערכה עצמית ושליטה עצמית להסתגלות אמהות לילדים עם נכות פיזית, וקשר ממתן בין הערכה עצמית לבין שלושה מתוך ארבעה מדדי הסתגלות: רווחה נפשית, מצוקה נפשית והסתגלות זוגית (פינדלר, 1998). הממצאים מעידים על תוקף השאלון (ורדי, 2006).

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
<a href="#">513</a> <a href="#">למחקר המלא</a>	אדם לילך (2001). רמת הדחק של אימהות אומנות לילד עם פיגור שכלי והקשר שלה למשאביהן האישיים. בית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש לואיס וגבי וייספלד, אוניברסיטת בר אילן.
10 <a href="#">למחקר המלא</a>	פרופ' וייס תמר, די"ר יילון-חיימוביץ שירה, לוטן מאיר (2005). חקירת תפקידה של המציאות המדומה עבור בוגרים צעירים עם מוגבלות. אוניברסיטת חיפה.
<a href="#">526</a> <a href="#">למחקר המלא</a>	קניג-גורפינקל אורה (2004). מגדר האח הבריא, סגנון התמודדות שיתופית של ההורים, הערכה עצמית וקבלה של אחרים בריאים את אחיהם בעלי פיגור שכלי. המחלקה לפסיכולוגיה, אוניברסיטת בר אילן.
<a href="#">532</a> <a href="#">למחקר המלא</a>	ורדי איה (2006). תרומתם של הערכה עצמית, רמת הדיפרנציאציה של העצמי, תפיסת הדחק במשפחה ותפיסת הטיפול הדיפרנציאלי של ההורים לצמיחה אישית בקרב אחרים לילדים עם/וללא פיגור שכלי. בית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש לואיס וגבי וייספלד, אוניברסיטת בר אילן.
<a href="#">633</a> <a href="#">למחקר המלא</a>	סונדוס פאטמה זבידאת (2017). צמיחתן האישית ורווחתן הנפשית של סבתות ערביות במשפחות לילדים עם/וללא מוגבלות שכלית: תרומתם של מאפיינים אישיים ובין אישיים. בית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש לואיס וגבי וייספלד, אוניברסיטת בר אילן.
<a href="#">114</a> <a href="#">למחקר המלא</a>	פרופ' פינדלר ליאורה, זבידאת סונדוס פאטמה, רכבי נטלי וסקבירסקי נטלי (2017). אימהות וסבתות במשפחות לילדים עם/וללא מוגבלות שכלית התפתחותית בחברה הערבית. בית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש לואיס וגבי וייספלד, אוניברסיטת בר אילן.



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

## שאלון הערכה עצמית

### Rse-Self Esteem Rosenberg (1965)

לפניך רשימה של תיאורים העוסקים בהרגשתך לגבי עצמך. לגבי כל אחד מהם, סמן האם אתה מסכים או לא מסכים עם התיאור.

מסכים	מסכים	לא	מאד לא	
מאד		מסכים	מסכים	
4	3	2	1	1. בסך הכול אני מרוצה מעצמי.....
4	3	2	1	2. לפעמים אני חושב שאני כלל לא טוב.....
4	3	2	1	3. אני מרגיש שיש לי מספר תכונות חיוביות..
				4. אני מסוגל לעשות דברים באותה רמה
4	3	2	1	טובה כמו רוב האנשים.....
				5. אני מרגיש שאין הרבה דברים שאוכל
4	3	2	1	להתגאות בהם.....
4	3	2	1	6. אני בהחלט מרגיש לפעמים כלא שווה.....
4	3	2	1	7. אני מרגיש בעל ערך ברמה שווה לאחרים...
				8. הייתי רוצה שיהיה לי יותר כבוד עצמי.....
4	3	2	1	9. בסך הכול אני נוטה להרגיש כישלון.....
4	3	2	1	10. יש לי גישה חיובית כלפי עצמי.....



أكاديمية القاسمي - كلية أكاديمية للتربية  
مכללת אלקאסמי - מכללה אקדמית