

⊗ שם הכלי: שאלון שחיקה למדריך במע"ש

⊗ פותח בשנת: 2014 על ידי: ד"ר יעקב אזרחי, ד"ר אילן רוזינר, יהודית חסידה ויאנינה לבד, באמצעות אינטגרציה בין שאלונים קיימים.

⊗ תורגם לעברית בשנת: לא רלוונטי על ידי: לא רלוונטי

1	מטרת הכלי	לבחון את היקף תופעת השחיקה, גורמיה, השלכותיה (כולל מדדי תפקוד אובייקטיביים) ודרכים להתמודד איתה, בקרב מדריכי המע"שים.
2	סוג כלי המחקר	שאלון
3	אוכלוסיית היעד	מדריכי מע"ש
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי
5	מבנה הכלי	שאלון למדריכים במע"ש כלל מאפיינים חיוביים או היעדרם בתפקיד, לחצים וקשיים בעבודה, תמיכה מקצועית, שביעות רצון מתחומים שונים, דרכי התמודדות עם קשיים ולחצים, שחיקה בעבודה, תחושת דיכאון בעבודה, יחס למטופלים, תחושת הישג, רצון לעבור לתפקיד אחר, מצב בריאות, שביעות רצון כללית, פרטי רקע, ושאלות תפקוד הדומות לאלו שנשאל המנהל לצורך השוואה. באמצעות קוד (בן שלוש ספרות) הניתן למנהל ובהתאמה לעובד המע"ש ביצעו החוקרים השוואה לטובת ניתוח סטטיסטי.
6	סוג סולם המדידה	סולם מדידה משתנה
7	סוג הפריטים בכלי	67 שאלות בסולם מדידה ליקרט, 3 שאלות סגורות וש-2 שאלות פתוחות
8	אורך הכלי	72 שאלות
9	מהימנות	כל מדד בשאלון נותח בעזרת Cronbach α.
10	תקיפות	לא צויין



أكاديمية القاسمي - كلية أكاديمية للتربية
مכלلت ألكاسمي - مכלلة أكاديمية

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

שם המחקר	מק"ט
ד"ר יעקב אזרחי, ד"ר אילן רוזינר, יהודית חסידה ויאנינה לבד, 2015, "השפעת השחיקה בקרב עובדים על מדדים אובייקטיביים של תפקוד מקצועי" באוכלוסייה עם מוגבלות שכלית התפתחותית	129 למחקר המלא



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

שאלון למדריכים במע"ש

שלום רב!

במסגרת ביצוע מחקר עבור קרן שלם, נתבקשנו לבחון האם יש שחיקה בקרב מדריכי מע"ש. אם כן, מהי רמתה ומהן השלכותיה. לצורך כך, נשמח אם תמלא שאלון בתחום זה. בראש הדף יש לציין את הקוד שיינתן לך. הנתונים יישמרו בסודיות וישמשו לצרכי מחקר בלבד.

השאלון מנוסח בלשון זכר אך מיועד לכולם.

תודה על שיתוף הפעולה

צוות המחקר

קוד

מאפייני עבודה

באיזו מידה קיים כל אחד מהגורמים הבאים בתפקיד אותו אתה ממלא כיום?

ת.ו	\bar{X}	N	קיים במידה מועטה מאד 1	קיים במידה מועטה 2	קיים במידה בינונית 3	קיים במידה רבה 4	קיים במידה רבה מאד 5
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							

באיזו שכיחות -

ת.ו	\bar{X}	N	לעיתים רחוקות מאד 1	לעיתים רחוקות 2	לפעמים 3	לעיתים קרובות 4	לעיתים קרובות מאד 5
7.							
8.							
9.							

								באיזו שכיחות -
								10. מוטלות עליך משימות בלי מספיק תנאים ועזרה לבצע אותן
								11. אתה נדרש לגלות סבלנות, אהדה, עירנות ותשומת לב לצרכי החניכים
								12. עליך להתמודד מול חניכים "קשים"
								13. עליך לעסוק שוב ושוב בקשיים ובבעיות של חניכים
								14. אתה מרגיש תסכול כאשר חניכים לא מתקדמים מספיק
								15. יש לך במי להיעזר כאשר מתעוררת אצלך בעיה מקצועית

באיזו מידה?

ת.ו	\bar{X}	N	במידה מועטה מאד 1	במידה מועטה 2	במידה בינונית 3	במידה רבה 4	במידה רבה מאד 5	
								16. ידוע לך בדיוק מהן הסמכויות שלך בתפקיד
								17. אתה חייב לעשות בתפקידך דברים שבעצם היית רוצה לעשות אותם באופן אחר
								18. ברור לך מהן הציפיות ומה נדרש ממך בתפקידך
								19. אתה נדרש לבצע משימות שאינן בהגדרת תפקידך
								20. יש לך תמיכה וגיבוי מהנהלת מע"ש

עד כמה אתה מרוצה או לא מרוצה מכל אחד מהנושאים הבאים:



ת.ו.	\bar{X}	N	מאד לא מרוצה 1	לא כל כך מרוצה 2	ככה - ככה 3	מרוצה 4	מרוצה מאד 5

21. מהשכר שאתה מקבל בעבודתך
 22. מהתנאים הסוציאליים שאתה מקבל
 23. היחסים עם מדריכים אחרים במע"ש (תמיכה, עזרה הדדית, גיבוש וכד')

באיזו מידה אתה מקבל ממדריכים אחרים במע"ש:

24. תמיכה מקצועית (עזרה טכנית, מתן עצה ומידע, סיוע בפתרון בעיה מקצועית וכד')

ת.ו.	\bar{X}	N	1. במידה מועטה מאד	2. במידה מועטה	3. במידה בינונית	4. במידה רבה	5. במידה רבה מאד

25. תמיכה רגשית (הקשבה אליך, התייחסות לקשייך וכד')

ת.ו.	\bar{X}	N	1. במידה מועטה מאד	2. במידה מועטה	3. במידה בינונית	4. במידה רבה	5. במידה רבה מאד

26. באיזו מידה אתה מקבל מהנהלת מע"ש משוב על עבודתך (הדרכה, ביקורת, מידע וכד')

ת.ו.	\bar{X}	N	1. במידה מועטה מאד	2. במידה מועטה	3. במידה בינונית	4. במידה רבה	5. במידה רבה מאד

27. באיזו מידה במחלקה שלך יש אווירה נעימה ("צחוקים", חיוכים, מזיקה, רוגע)?

ת.ו.	\bar{X}	N	1. במידה מועטה מאד	2. במידה מועטה	3. במידה בינונית	4. במידה רבה	5. במידה רבה מאד

לפניך מספר דרכים בהן מדריכים במע"ש עשויים להשתמש כדי להקל על הקשיים ולהתמודד עם הלחצים הקיימים בעבודתם. נסה להעריך עד כמה השתמשת בכל אחת מהדרכים הללו בתקופה האחרונה.

ת.ו.	\bar{X}	N	לעיתים רחוקות מאד 1	לעיתים רחוקות 2	לפעמים 3	לעיתים קרובות 4	לעיתים קרובות מאד 5

28. ניסית להעביר משימות ותפקידים למדריכים אחרים
 29. ניסית להוריד מתח (מטחה),

								התעמלות, בילוי וכד')
								30. השקעת פחות בחניכים כדי להקל על עצמך
								31. התייעצת עם הנהלת מע"ש
								32. ניסית להיות "ראש קטן" במידת האפשר

מהם הלחצים והקשיים העיקריים שאתה נתקל בהם בדרך כלל במסגרת העבודה?

הרגשה בעבודה ותפקוד

לפניך משפטים שונים המתארים כיצד מדריכים במע"שים עשויים להרגיש בתפקידם. בתקופה האחרונה, עד כמה היו לך את ההרגשות המתוארות להלן:

ת.ו.	\bar{X}	N	לעיתים רחוקות מאד 1	לעיתים רחוקות 2	לפעמים 3	לעיתים קרובות 4	לעיתים קרובות מאד 5	
								33. עייפות
								34. טוב לך
								35. הרגשה של "התרוקנות מצברים"
								36. קצת מדוכא
								37. סחוט פיזית
								38. תשוש נפשית
								39. "מבסוט"
								40. מרגיש נשחק בעבודתך

41. האם הוצע לך בשנה האחרונה קורס או השתלמות מקצועית מחוץ למע"ש (במימון או בסיבסוד של מע"ש)? 1. כן 2. לא

42. אם כן, האם עברת את הקורס/ההשתלמות שהוצע לך?

- כן
- לא. מה הסיבה לכך?
- כאשר אתה חושב על עצמך בתקופה האחרונה, באיזו מידה היו לך בעבודה כל אחת מההרגשות או ההתנהגויות המתוארות להלן.

ת.ו.	\bar{X}	N	במידה מועטה מאד 1	במידה מועטה 2	במידה בינונית 3	במידה רבה 4	במידה רבה מאד 5	
								43. אתה מטפל בצורה טובה



										בבעיות של החניכים שלך
										44. הפכת קצת פחות אכפתי ביחסיך לחניכים מאז שהתחלת בתפקיד
										45. אתה מרגיש שבעבודתך כמדריך, אתה משפיע על החניכים בצורה חיובית
										46. אתה מבין היטב איך מרגישים וחושבים החניכים שלך
										47. אתה מתייחס לחלק מהחניכים שלך בצורה לא אישית
										48. אתה יוצר בקלות אווירה רגועה עם החניכים
										49. פחות חשוב לך מה קורה לחלק מהחניכים

באיזו מידה מאפיינים אותך כל אחד מהנושאים הבאים:

ת.ו	\bar{X}	N	לא רלוונטי	במידה מועטה מאד	במידה מועטה	במידה בינונית	במידה רבה	במידה רבה מאד	
			9	1	2	3	4	5	
									50. משקיע בפיתוח אישי של החניכים (היבטים חברתיים, בטחון עצמי, כישורי חיים, התנהגות)
									51. משקיע בשיחות קבוצתיות עם חניכים (היגינה אישית, איך להתלבש, איך נראה שולחן עבודה, שיחת העשרה וכד')
									52. מצליח לצפות מראש אירוע חריג (זיהוי של מצוקת חניך, אווירת מתח בקבוצה וכו')
									53. מגיב היטב לאירוע חריג אחרי שאירע
									54. נותן יחס טוב לחניכים שלך (אזון קשבת, עבודה עם כל הלב, כבוד לחניכים, אכפתיות וכו')
									55. לוקח אחריות, מתנדב לתפקידים נוספים
									56. רוצה להיות מקצועי (לצאת לקורסים



										והשתלמויות וכד')
										57. מכיר היטב את החניכים שלך כך שאתה מתאים התנהגות ו/או שיבוץ למטלות בהתאם למאפייני החניכים
										58. מבצע עבודות באיכות הנדרשת (ביצוע בקרת איכות על המוצר)
										59. ניתן לסמוך עליך בפרויקטים חשובים ומורכבים
										60. הלקוחות מעדיפים לעבוד איתך
										61. משקיע בפיתוח החניכים במיומנויות הקשורות לעבודה (יכולת לעבוד במגוון עבודות, מוטיבציה, הנגשת העבודה וכד')

62. אם היית יכול, באיזו מידה היית רוצה לעבור לתפקיד אחר?

5. במידה רבה מאד	4. במידה רבה	3. במידה בינונית	2. במידה מועטה	1. במידה מועטה מאד	N	\bar{X}	0. ת.ו

63. כיצד היית מעריך את מצב בריאותך באופן כללי?

5. מצוין	4. טוב מאד	3. טוב	2. סביר	1. לא טוב	N	\bar{X}	0. ת.ו

64. עד כמה אתה מרוצה או לא מרוצה מהתפקיד שלך במע"ש?

5. מרוצה מאד	4. מרוצה	3. ככה-ככה	2. לא כל כך מרוצה	1. מאד לא מרוצה	N	\bar{X}	0. ת.ו

65. מה היית ממליץ להנהלת מע"ש לעשות כדי להפחית לחצים וקשיים בעבודה ולהקטין את הרגשת השחיקה של המדריכים?

המלצות להפחתת קשיים ולחצים:

המלצות להפחתת הרגשת השחיקה:

עכשיו כמה משתני רקע הנחוצים לנו לצורך ניתוחים סטטיסטיים.

66. מגדר. גבר 2. אישה
67. גיל: 1. עד 24 2. 25-34 3. 35-44 4. 45-54 5. 55 ומעלה
68. השכלה



1. עד תיכונית חלקית	2. תיכונית מלאה ללא בגרות	3. תיכונית עם תעודת בגרות	4. על תיכונית	5. אקדמית

69. לאום: 1. יהודי 2. ערבי 3. אחר, פרט _____

70. וותק בתפקיד הנוכחי:

1. עד שנה	2. מעל שנה עד שנתיים	3. מעל שנתיים עד 5	4. מעל 5 עד 10	5. מעל 10 עד 20	6. מעל 20 שנים

71. וותק בעיסוק (עבודה נוכחית, עבודה קודמת או התנדבות עם אנשים בעלי מוגבלות)

1. עד שנה	2. מעל שנה עד שנתיים	3. מעל שנתיים עד 5	4. מעל 5 עד 10	5. מעל 10 עד 20	6. מעל 20 שנים

72. האם אתה עובד או לומד בנוסף לתפקידך הנוכחי?

1. רק העבודה במקום הנוכחי	2. יש לי עבודה נוספת	3. אני לומד בנוסף לעבודה במקום הנוכחי	4. אני גם לומד וגם עובד בנוסף לעבודה במקום הנוכחי