

☉ **שם הכלי** : שאלון עומס בעבודה – **Self-Rated Health (SRH)**.

☉ **מותח בשנת** : 1979 על ידי Karasek

☉ **תורגם לעברית בשנת** : לא צוין על ידי : לא צוין

1	מטרת הכלי	הערכת עומס העבודה של המשיב.
2	סוג כלי המחקר	שאלון.
3	אוכלוסיית היעד	במחקר של סניור-פינקר (2017), מטפלים של אנשים עם משי"ה בדיוור.
4	אופי הדיווח	דיווח עצמי.
5	מבנה הכלי	השאלון מעריך את מידת העומס והלחץ בו עובד צריך לעבוד בזמן עבודתו, למשל "אני נדרש לעבוד מהר מדי", " אין לי מספיק זמן לבצע את מה שאני נדרש לעשות", "רמת העומס בעבודה מלחיצה אותי".
6	סוג סולם המדידה	סולם דירוג מ-1 (בכלל לא) עד 6 (במידה רבה מאוד).
7	סוג הפריטים בכלי	פריטי דירוג.
8	אורך הכלי	7 פריטים.
9	מהימנות	כן, לא צוין כיצד נבדק.
10	תקיפות	כן, לא צוין כיצד נבדק.

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי :

שם המחקר	מק"ט
סניור-פינקר גלית (2017), הקשר בין מצבם התפקודי והקוגניטיבי של המטופלים לבין רמת הלחץ, השחיקה, שביעות הרצון ופגיעות שריר- שלד בקרב המטופלים באנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית. בית הספר לבריאות הציבור, אוניברסיטת תל אביב	612 למחקר המלא



שאלון עומס בעבודה

Work Load (WL)

שאלון עומס בעבודה

לגבי המשפטים הבאים, אנא צייני באיזו מידה הוא מתאר את מה שקורה בדרך כלל בעבודתך. אנא הקיפי בעיגול את הספרה המתאימה בכל שורה.

1	אני נדרשת לעבוד מהר מדי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
2	אין לי מספיק זמן לבצע את מה שאני נדרש לעשות	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
3	מוטל עלי עומס עבודה רב מדי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
4	העבודה המוטלת עלי קשה לי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
5	רמת העומס בעבודה מלחיצה אותי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
6	נדרש ממני מאמץ רב מדי	בכלל לא	1	2	3	4	5	6	במידה רבה מאוד
7	מהי רמת הלחץ הכללית המאפיינת את עבודתך	נמוכה מאוד	1	2	3	4	5	6	גבוהה מאוד