

- * שם הכלי: שאלון תמיכה חברתית (Interpersonal Social Evaluation List) ISEL
 * פותח בשנת: 1985, על ידי: (Colaon, Mermelstein, Kmarck & Hoberman, 1985)
 * תורגם לעברית בשנת: 1994, על ידי: קרן (1994).

| | | |
|----|------------------|---|
| 1 | מטרת הכלי | לבחון תמיכה חברתית לאמהות שילדיהן נמצאים במסגרת דיור קהילתי, על ידי בדיקת תפיסתן את מקורות התמיכה הפוטנציאליים שלהן (בתחומים: השתייכות, הערכה, תמיכה חומרית והערכה עצמית). |
| 2 | סוג כלי המחקר | שאלון |
| 3 | אוכלוסיית היעד | אמהות שילדיהן נמצאים במסגרת דיור קהילתי |
| 4 | אופי הדיווח | דיווח עצמי |
| 5 | מבנה הכלי | מורכב מארבעה תחומים: 1. השתייכות, 2. הערכה, 3. תמיכה חומרית, ו-4. הערכה עצמית. |
| 6 | סוג סולם המדידה | שאלות שהתשובה אליהן היא: 1 = נכון, 2 = לא-נכון. ככל שהציון גבוה יותר כך התמיכה רבה יותר. |
| 7 | סוג הפריטים בכלי | נכון / לא נכון |
| 8 | אורך הכלי | 40 פריטים |
| 9 | מהימנות | מהימנות השאלון עפ"י המחברים: 0.88 (השתייכות: 0.78, תמיכה: 0.81, הערכה: 0.82, הערכה עצמית: 0.73) ועל פי מחקרה של לורי (1999): מהימנות אלפא של קרונברך כללית 0.93 ומהימנות התחומים נעה בין 0.69 ל-0.85. |
| 10 | תקיפות | לא צויינה |

רשימת מחקרי קרן של"ם אשר עשו שימוש בכלי:

| מק"ט | שם המחקר |
|------|--|
| 502 | לורי ליאורה (1999). אפיוני אמהות שילדיהן הבוגרים נמצאים במסגרות דיור קהילתי - חוסן אישי, התמודדות, תמיכה חברתית ובריאות נפשית. אונ' חיפה. תואר שני. מנחה: ד"ר בן צור חסי |



שאלון תמיכה חברתית (ISEL)

Colaon, Mermelstein, Kmarck & Hoberman, 1985

-59-

2. שאלון תמיכה חברתית - ISEL

הורה נכבד

השאלון הבא בודק כיצד הינך נוהג/ת להסתייע. השאלון מורכב מרשימת משפטים שכל אחד מהם יכול להיות נכון או לא נכון לגביך. סמני/י בעגול את התשובה המתאימה. כאשר שתי התשובות אינן נראות לך מתאימות או קשה לך לענות על השאלה, גם אז חשוב שתבחרי/י באחת מן האפשרויות שמתארת אותך בצורה נכונה יותר מהאחרת.

- | | |
|----------------|--|
| נכון / לא נכון | 1 יש לפחות אדם אחד שאני מכיר/ה וסומכת/ת באמת על עצתו. |
| נכון / לא נכון | 2 יש מספר אנשים שאני נוהג/ה/נתנת לבלות בחברתם בשעות הפנאי. |
| נכון / לא נכון | 3 אם אחיה חולה ואודקק שמישהו יסיע אותי לרופא, תהיה לי בעיה למצוא מישהו. |
| נכון / לא נכון | 4 אני מסוגלת לעשות דברים בצורה טובה כמו רוב האנשים. |
| נכון / לא נכון | 5 אין מישהו שאני יכול/ה לבטוח בו שיתן לי עיצה בתחום הכספי. |
| נכון / לא נכון | 6 כאשר אני חש/ה בודד/ה יש מספר אנשים שאוכל להתקשר אליהם ולשוחח. |
| נכון / לא נכון | 7 אם מסיבה כלשהי אחיה בכלא, יש מישהו שאוכל לצלצל אליו שישחרר אותי בערבות. |
| נכון / לא נכון | 8 בדרך כלל אנשים לא סומכים עלי. |
| נכון / לא נכון | 9 אם יתעורר אצלי משבר משפחתי, כמה מחברי / חברותי יוכלו לתת לי עיצה להתמודד עם המצב. |
| נכון / לא נכון | 10 בדרך כלל אני נפגשת ומשוחח/ת עם בני משפחה וחברים. |
| נכון / לא נכון | 11 אם אודקק לעזרה בהעברת דירה, אתקשה למצוא מישהו שיעזור לי. |
| נכון / לא נכון | 12 יש מישהו הגאה בהישגים שלי. |
| נכון / לא נכון | 13 יש מישהו שאוכל לבקש ממנו עיצה לגבי שינוי מקום עבודה, או מציאת מקום חדש. |
| נכון / לא נכון | 14 אם אחליט אחר הצהריים שאני רוצה ללכת בערב לסרט, אוכל למצוא מישהו שילך איתי. |
| נכון / לא נכון | 15 אם אודקק להסענה לשדה התעופה מוקדם מאוד בבוקר, יהיה לי קשה למצוא מישהו שיקח אותי. |
| נכון / לא נכון | 16 אני מרוצה מחיי יותר מאשר רוב האנשים מרוצים מחיהם. |
| נכון / לא נכון | 17 אין אף אחד שייכול לתת לי חוות דעת על האופן שבו אני מתמודד/ת עם בעיותי. |
| נכון / לא נכון | 18 אני חש/ה שאני נמצאת/ת בשוליים של המעגל החברתי שלי. |
| נכון / לא נכון | 19 אם אצטרך לשלוח מכתב דחוף שעה קצרה לפני סגירת הדואר ולא אוכל לעשות זאת בעצמי, יהיה מי שיעשה זאת עבורי. |
| נכון / לא נכון | 20 רוב האנשים שאני מכיר/ה מעריכים אותי. |
| נכון / לא נכון | 21 אם אצטרך לנסוע למספר שבועות, יש מישהו שיוכל להשיג על |



- ביתי בזמן העדרי. נכון / לא נכון
- 22 אני קרובה לחברים שלי, יותר מאשר רוב האנשים הקרובים לחברים.
- 23 יש מעט אנשים שאני סומכת עליהם שיעזרו לי לפתור את בעיותי. נכון / לא נכון
- 24 אני לא מוזמנת לעיתים קרובות לעשות דברים יחד עם אנשים אחרים. נכון / לא נכון
- 25 כאשר אני זקוקה לעצה כיצד להתמודד עם בעיות אישיות, יש למי לפנות. נכון / לא נכון
- 26 אף אחד לא עשה לי מסיבת יום הולדת. נכון / לא נכון
- 27 אם אתקע במרחק של 15 ק"מ ממקום מגורי, יש מישהו שאוכל להתקשר אליו ויבוא לקחת אותי. נכון / לא נכון
- 28 רוב חברי מצליחים בשינויים שהם עושים בחייהם יותר ממני. נכון / לא נכון
- 29 יש מישהו שאני חשה בנוח לבקש ממנו עצה לגבי בעיות אינטימיות. נכון / לא נכון
- 30 אם ארצה לאכול ארוחת צהריים בחברה, אוכל בנקל למצוא מישהו שיצטרף אלי. נכון / לא נכון
- 31 אין אף אחד שאוכל להתקשר אליו ולבקש את מכוניתו למספר שעות. נכון / לא נכון
- 32 רוב חברי הינם מעניינים יותר ממני. נכון / לא נכון
- 33 אני חשה שאין אף אחד שאוכל לחלוק איתו את דאגותי ופחדתי האישיים ביותר. נכון / לא נכון
- 34 אם ארצה לנסוע למשך היום (למשל לים), יהיה לי קשה למצוא מישהו שיצטרף אלי. נכון / לא נכון
- 35 אם אודסק להלואה דחופה של 250 ש"ח, יש מישהו שאוכל לקבל זאת ממנו. נכון / לא נכון
- 36 אני מתקשה לא לפגור אחרי חברי. נכון / לא נכון
- 37 יש מישהו שאני יכולה לבקש ממנו עצה כיצד להתמודד עם ויכוחים בנושא האחריות לאחזקת הבית. נכון / לא נכון
- 38 רוב האנשים שאני מכירה, אינם נהנים מהדברים שאני נהנה/נהנית. נכון / לא נכון
- 39 אם אהיה חולה, לא יהיה כמעט אף אחד שיעזור לי בעבודותי היומיומיות. נכון / לא נכון
- 40 אני חושבת שחברי מרגישים שאני לא טובה בלגזור להם לפתור את בעיותיהם. נכון / לא נכון