



## שאלון: אופטימיות

# לחץ בהכשרה להוראה והשלכותיו על המתכשר להוראה

דוח מחקר

(2009-20)

סגל שרית

עזר חנה

סיוע סטטיסטי: גילת יצחק

אייר, תשס"ח

2009

מאי

© כל הזכויות שמורות לרשות המחקר במכללת לוינסקי



## כלי המחקר

**שאלון פרטים אישיים** : השאלון נועד לצורך איסוף מידע על הרקע הסוציו – דמוגרפי של המשתתפים במאפיינים של מין, גיל, רמת דתיות ושפת אם ומידע על מאפיינים הקשורים בלימודים, כמו שנת לימוד ומסלול לימודים.

**שאלון למדידת אופטימיות** : השאלון פותח לצורך המחקר ומיועד למדוד את רמת האופטימיות של אנשים. הוא מורכב מ 13 היגדים המתארים את האופן שבו רואה האדם את העתיד ברצף שבין פסימיות לאופטימיות. למשל, "אני תמיד אופטימי ביחס לעתיד", "כמעט שאיני מצפה שדברים יסתדרו לטובתי". המשיבים מתבקשים לסמן את מידת הסכמתם עם הנאמר בהיגד על פני סולם שנע בין 1 (לא מסכים) לבין 6 (מסכים במידה רבה). המהימנות של השאלון נבדקה באמצעות מקדם אלפא של קרונבך ונמצאה גבוהה 0.83. ולכן חושב מדד אחד על ידי ממוצע התשובות לכל השאלות. ציון גבוה במדד זה מבטא רמה גבוהה של אופטימיות..

## עיבוד הנתונים

מהימנות השאלונים נבחנה באמצעות מקדמי אלפא של קרונבך לבדיקת העקביות הפנימית. נערכו ניתוחי גורמים במטרה לזהות קטגוריות כלליות בתחומים שנמדדו על ידי השאלונים. לאור ניתוחי הגורמים וניתוח המהימנות חושבו מדדים בכל אחד מן המשתנים שנמדדו במחקר. חושבו הממוצעים וסטיות התקן של כל אחד מן המדדים במטרה לתאר מבחינה סטטיסטית את אוכלוסיית המחקר בכל אחד מן המשתנים שנבחנו במחקר הנוכחי. על מנת לבחון את הקשרים בין המשתנים חושבו מתאמי פירסון, נערכו ניתוחי שונות ונערכו ניתוחים של רגרסיה מרובה שבהם המנובאים היו מדדים של רווחה בהכשרה להוראה והמנבאים היו מדדים של לחץ, דפוסי התמודדות, רמת אופטימיות ונכונות לפנות לעזרה בעת מצוקה.



## שאלון: אופטימיות

סטודנט יקר

אנו מבקשים ממך להשתתף במחקר שנערך במכללת לוינסקי ולמלא את השאלון המצורף בזה. המחקר עוסק בהיבטים שונים של הלימודים במכללה מנקודת מבטם של הסטודנטים. השאלון הינו אנונימי והמידע שייאסף באמצעותו מיועד לצרכי מחקר בלבד. אנא, קרא את כל החלקים של השאלונים וענה על כל השאלות.

### חלק 1:

מין 1. זכר 2. נקבה

גיל: \_\_\_\_\_ ארץ לידה: \_\_\_\_\_ שנת עלייה לארץ: \_\_\_\_\_

מצב משפחתי: 1. רווק/ה 2. נשוי/אה 3. אחר

מגורים: 1. לבד 2. עם בן/בת זוג 3. עם שותפים 4. עם ההורים

רמת דתיות: 1. חילונית 2. מסורתית 3. דתית 4. חרדית

שפת אם: 1. עברית 2. ערבית 3. רוסית 4. אחר \_\_\_\_\_

באיזה בית ספר תיכון למדת? 1. ממלכתית מגזר יהודי 2. ממלכתית-דתית מגזר יהודי 3. ערבי 4. חו"ל

שנת לימודיך במכללה: 1. א 2. ב 3. ג 4. ד

מסלול לימודים: 1. גיל רך 2. יסודי 3. על יסודי 4. חינוך מיוחד 5. מוסיקה 6. לימודי המשך

(לימודים לאחר תואר ראשון בהסבות. אם הנך משלים בהסבות תואר B.Ed. כתוב את המסלול)

האם הנך בתכנית המצוינות: 1. כן 2. לא

תחומי התמחות: \_\_\_\_\_



חלק 2:

ציין באיזו מידה אתה מסכים עם כל אחד מהמשפטים הבאים :

מסכים מאוד					מאוד לא מסכים	
6	5	4	3	2	1	1. בתקופות של חוסר וודאות אני בד"כ מצפה לטוב ביותר
6	5	4	3	2	1	2. קל לי להיות נינוח
6	5	4	3	2	1	2. אם יש לי אפשרות שמשו "לא ילך לי", זה באמת מה שיקרה
6	5	4	3	2	1	4. אני תמיד רואה את הצד הטוב של הדברים
6	5	4	3	2	1	5. אני תמיד אופטימי ביחס לעתידי
6	5	4	3	2	1	6. אני נהנה מאוד מחבריי
6	5	4	3	2	1	7. חשוב לי להיות תמיד עסוק
6	5	4	3	2	1	8. כמעט שאיני מצפה שדברים יסתדרו לטובתי
6	5	4	3	2	1	9. דברים אף פעם לא מסתדרים בצורה שאני רוצה בה
6	5	4	3	2	1	10. אינני נפגע בקלות רבה מידי
6	5	4	3	2	1	11. אני מאמין ברעיון שבכל דבר רע יש גם נקודת אור
6	5	4	3	2	1	12. כמעט שאיני בונה על כך שייקרו לי דברים טובים
6	5	4	3	2	1	13. אני מרגיש שבכל דבר "הולך לי קשה".