

שאלון טמפרמנט

אנא הקפידו לענות על כל השאלות על-פי ההנחיות, היות ובשאלונים עם תשובות חסרות לא נוכל להשתמש לצורכי המחקר. השאלון כולל 7 עמודים, כאשר 5 העמודים הראשונים נועדו למילוי על-ידי האם, ו-2 העמודים האחרונים נועדו למילוי על-ידי האב.

אנא סמנו את התשובות בצבע.

חלק זה ימולא על-ידי האם:

שאלון פרטים אישיים:

פרטים על הילד הנמצא בגן:

מין הילד/ה: ז / נ גיל הילד/ה: _____

האם הנקת? כן / לא. **אם כן**, כמה זמן הנקת את ילדך/תך (בחודשים)?

מהו מקומו של הילד במשפחה (ראשון, שני...)? _____

האם יש ילדים נוספים במשפחה? **אם כן**, צייני כמה: _____

האם שני ההורים מתגוררים עם הילד? _____ אם לא, מי מתגורר עם הילד? האב / האם

גיל האם _____ מספר שנות לימוד _____

מצב משפחתי (רווקה, נשואה, גרושה, אלמנה) _____ מקום מגורים (עיר)

ארץ לידה _____ שנת עליה _____

האם כרגע את מועסקת? כן / לא. **אם כן**, האם במשרה מלאה / משרה חלקית.

האם הילד/ה סבל/ה או סובל/ת מבעיות רפואיות או התפתחותיות? כן / לא.

היכן הילד ישן? במיטת ההורים / בחדר ההורים עם עריסה משלו / בחדר נפרד / בחדר עם אחים.

האם את נוהגת לישון במשותף עם ילדיך? כן / לא, **אם כן**, צייני באיזו מידה הדבר מתרחש:

(א) שינה משותפת שכיחה לאורך כל הלילה (יותר מ-3 פעמים בשבוע)

(ב) שינה משותפת שכיחה בחלק מהלילה (יותר מ-3 פעמים בשבוע)

(ג) שינה משותפת חלקית, המתרחשת לעתים (יותר מפעם בשבוע)

(ד) שינה משותפת מצבית (בעקבות מחלה או חופשה)

נסי להעריך, כמה לילות ישנת ביחד עם ילדך בחודש האחרון? _____

האם את מרוצה מהסדר השינה הנוכחי? כן / לא

האם את ישנה עם ילדים נוספים במשפחה? כן / לא

שאלון עמדות האם

המשפטים הבאים מציגים נושאים הקשורים להסדרי שינה של ילדים. קראי בעיון כל משפט, וסמני **בצבע** את המספר אשר משקף את מידת ההסכמה או חוסר ההסכמה שלך באופן הקרוב ביותר.

לא מסכימה בהחלט	לא מסכימה	מסכימה לעתים	מסכימה	מסכימה בהחלט		
5	4	3	2	1	1	חשוב שלילד יהיה סדר יום קבוע (למשל, זמני אכילה ושינה).
5	4	3	2	1	2	הילד יודע מתי הוא עייף ויכול לשכב לישון בערב בהתאם להרגשתו.
5	4	3	2	1	3	כשהורים נתקלים בבעיות עם הרגלי השינה-ערות של ילדם (קושי להשכיב אותם לישון, קושי להעירם או כשהילד מתעורר בשעת בוקר מוקדמת) הם תמיד יכולים לשנות אותם.
5	4	3	2	1	4	את סדר היום של הילד (מבחינת זמנים ואירועים בו) צריכים לקבוע ההורים מכיוון שהם יודעים מה טוב לילד.
5	4	3	2	1	5	הילד צריך לישון במיטתו ולא במיטת

					ההורים.	
5	4	3	2	1	6 במצבי מחלה או מתח, יש לאפשר לילד לישון במיטת ההורים.	
5	4	3	2	1	7 ילד חייב לשכב לישון בערב בשעה קבועה ולא בהתאם לרצונו, גם אם הוא מוחה שאיננו עייף.	
5	4	3	2	1	8 אני מאמינה שהורים לא יכולים לשנות תמיד את הרגלי השינה-ערות של ילדם (קושי להשכיב אותם לישון, קושי להעירם בבוקר או כשהילד מתעורר בשעת בוקר מוקדמת) מכיוון שהמקור של חלק מהבעיות הוא ביולוגי.	
5	4	3	2	1	9 הסדרי השינה של הילד נקבעים בהתאם אליו ולא לפי עקרונות ההורים.	
5	4	3	2	1	10 הילד יכול להתעורר בבוקר בהתאם להרגשתו.	
5	4	3	2	1	11 אפשר לחנך ילדים לישון ולהתעורר בשעות המקובלות על ההורים גם אם הם מוחים על כך.	
5	4	3	2	1	12 ילד חייב להתעורר בבוקר בשעה קבועה ולא בהתאם לרצונו, גם אם הוא מתקשה לקום.	
5	4	3	2	1	13 כאשר הילד מבקש לישון במיטת ההורים, יש לאפשר לו זאת.	

שאלון טמפרמנט

כידוע לך, לילדים יש תכונות שונות. קיימים הבדלים רבים בין ילדים צעירים. כמו לכל הילדים, גם הילד/ילדה שלך מאופיין/ת על-ידי תכונות שונות. בואי נניח כי ניתן לייצג תכונות אלה על סולם מ-1 עד 9.

9 מייצג עצמה רבה מאוד, ו-1 עצמה מועטה מאוד. הציונים בין 1 ל-9 מייצגים רמות ביניים שונות בין קצוות אלה.

ברצוננו להדגיש כי לאמהות שונות יש הרגשות שונות ומשום כך אין בשאלון זה תשובות נכונות או לא נכונות. לכן הינך מתבקשת לציין את המקום שאת חושבת שהוא המתאים ביותר לתיאור הילד שלך (על-ידי סימון בצבע).

1. כמה קל או קשה לך להרגיע את ילדך כאשר הוא מצוברח?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
בדרך-		בדרך-		לעתים		בדרך-		קשה
כלל קל		כלל קל		קשה		כלל קשה		מאוד
מאוד				ולעתים				
				קל				

2. כמה קל או קשה לך לצפות מראש מתי ילדך רוצה לישון?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
בדרך-		בדרך-		לעתים		בדרך-		קשה
כלל קל		כלל קל		קשה		כלל קשה		מאוד
מאוד				ולעתים				
				קל				

3. כמה קל או קשה לך לצפות מראש מתי ילדך יתעורר?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
בדרך-		בדרך-		לעתים		בדרך-		קשה
כלל קל		כלל קל		קשה		כלל קשה		מאוד
מאוד				ולעתים				
				קל				

4. כמה קל או קשה לך לצפות מראש מתי ילדך ירצה לאכול?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

קשה	בדרך-	לעתים	בדרך-	בדרך-
מאוד	כלל קשה	קשה	כלל קשה	כלל קל
		ולעתים		מאוד
		קל		

5. כמה קל או קשה לך לדעת מה מציק לילדך כאשר הוא נמצא בחוסר שקט?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
בדרך-		בדרך-		לעתים		בדרך-		קשה
כלל קל		כלל קל		קשה		כלל קשה		מאוד
מאוד				ולעתים				
				קל				

6. כמה פעמים ביום, בממוצע, נעשה ילדך חסר שקט ונרגז?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
אף פעם	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-12	13-14	יותר מ-15

7. כמה בוכה ילדך באופן כללי?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
מעט		בדרך-		לעתים		בדרך-		הרבה
מאוד		כלל מעט		הרבה		כלל		מאוד
				ולעתים		הרבה		
				בכלל לא				

8. כיצד הגיב/ה ילדך לאמבטיה הראשונה שלו/שלה?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
אהב		די אהב		לא אהב		די שנא		מאוד
מאוד				ולא שנא				שנא

9. העריכי את נטייתו של ילדך להיעשות מצוברח

1	2	3	4	5	6	7	8	9
בקושי		בדרך-		לעתים		בדרך-		בקלות
רב		כלל		בקלות		כלל		רבה
		בקושי		ולעתים		בקלות		
				בקושי				

10. כאשר ילדך מצוברח (בעת רעב, צמא וכו') העריכי כמה חזק הוא בוכה או צורח?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
חלש		בדרך-		לעתים		בדרך-		חזק
מאוד		כלל חלש		חלש		כלל חזק		מאוד
				ולעתים				
				חזק				

11. כיצד מגיב ילדך כאשר את מלבישה אותו?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
מאוד		בדרך-		לא אוהב		בדרך-		מאוד
אוהב		כלל		ולא שונא		כלל שונא		שונא
זאת		אוהב						זאת

12. עד כמה פעיל ילדך באופן כללי?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
בכלל לא		בדרך-		לעתים		בדרך-		פעיל
פעיל		כלל לא		פעיל		כלל פעיל		מאוד
		פעיל		ולעתים				
				לא				

13. העריכי כמה ילדך מחייך או צוחק ומשמיע קולות שמחה?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
הרבה		בדרך-		לעתים		בדרך-		בכלל לא

מאוד	כלל	הרבה	כלל מעט
	הרבה	ולעתים	
		בכלל לא	

14. מה מצב רוחו של ילדך באופן כללי?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
מאוד		בדרך-		לעתים		בדרך-		מאוד
עליז		כלל עליז		עליז		כלל		מצוברח
ומאושר		ומאושר		ומאושר		מצוברח		
				ולעתים				
				מצוברח				

15. עד כמה נהנה ילדך לשחק עמך?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
מאוד		בדרך-		לעתים		בדרך-		מאוד לא
נהנה		כלל		נהנה		כלל לא		נהנה
		נהנה		ולעתים		נהנה		
				לא נהנה				

16. העריכי באיזו מידה רוצה ילדך שיחזיקו אותו על הידיים?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
הרבה		בדרך-		לעתים		בדרך-		בכלל לא
מאוד		כלל		הרבה		כלל לא		
		הרבה		ולעתים				

בכלל לא

17. באיזו קלות משתנה מצב רוחו של ילדך?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
מאוד לאט		די לאט		לעתים מהר ולעתים לאט		די מהר		מהר מאוד

18. עד כמה שמח ילדך כאשר אנשים משחקים עמו או מדברים אליו?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
מאוד שמח		בדרך- כלל שמח		לעתים שמח ולעתים לא שמח		בדרך- כלל לא שמח		בכלל לא

19. אנה דרגי כמה קשה לאם ממוצעת לטפל בילדך?

1	2	3	4	5	6	7	8	9
קל מאוד		די קל		לעתים קשה ולעתים קל		די קשה		קשה מאוד

תודה על שיתוף הפעולה.

חלק זה ימולא על-ידי האב:

מין הילד/ה: ז / נ

גיל האב _____ מספר שנות לימוד _____

מצב משפחתי (רווק, נשוי, גרוש, אלמן) _____ מקום מגורים (עיר) _____

ארץ לידה _____ שנת עליה _____

האם אתה כרגע מועסק? כן / לא. **אם כן**, האם במשרה מלאה / משרה חלקית.

היכן הילד ישן? במיטת ההורים / בחדר ההורים עם עריסה משלו / בחדר נפרד / בחדר עם אחים.

האם אתה נוהג לישון במשותף עם ילדך? כן / לא, **אם כן**, ציין באיזו מידה הדבר מתרחש:

(א) שינה משותפת שכיחה לאורך כל הלילה (יותר מ-3 פעמים בשבוע)

(ב) שינה משותפת שכיחה בחלק מהלילה (יותר מ-3 פעמים בשבוע)

(ג) שינה משותפת חלקית, המתרחשת לעתים (יותר מפעם בשבוע)

(ד) שינה משותפת מצבית (בעקבות מחלה או חופשה)

נסה להעריך, כמה לילות ישנת ביחד עם ילדך בחודש האחרון? _____

האם אתה מרוצה מהסדר השינה הנוכחי? כן / לא

האם אתה ישן עם ילדים נוספים במשפחה? כן / לא

שאלון עמדות האב

המשפטים הבאים מציגים נושאים המעניינים הורים. קרא בעיון כל משפט, וסמן בצבע את המספר אשר משקף את מידת ההסכמה או חוסר ההסכמה שלך באופן הקרוב ביותר.

		מסכים לעתים	מסכים	מסכים בהחלט		
1	חשוב שלילד יהיה סדר יום קבוע (למשל, זמני אכילה ושינה).	3	2	1		
2	הילד יודע מתי הוא עייף ויכול לשכב לישון בערב בהתאם להרגשתו.	3	2	1		
3	כשהורים נתקלים בבעיות עם הרגלי השינה-	3	2	1		

					ערות של ילדם (קושי להשכיב אותם לישון, קושי להערים או כשהילד מתעורר בשעת בוקר מוקדמת) הם תמיד יכולים לשנות אותם.	
5	4	3	2	1	את סדר היום של הילד (מבחינת זמנים ואירועים בו) צריכים לקבוע ההורים מכיוון שהם יודעים מה טוב לילד.	4
5	4	3	2	1	הילד צריך לישון במיטתו ולא במיטת ההורים.	5
5	4	3	2	1	במצבי מחלה או מתח, יש לאפשר לילד לישון במיטת ההורים.	6
5	4	3	2	1	ילד חייב לשכב לישון בערב בשעה קבועה ולא בהתאם לרצונו, גם אם הוא מוחה שאיננו עייף.	7
5	4	3	2	1	אני מאמין שהורים לא יכולים לשנות תמיד את הרגלי השינה-ערות של ילדם (קושי להשכיב אותם לישון, קושי להערים בבוקר או כשהילד מתעורר בשעת בוקר מוקדמת) מכיוון שהמקור של חלק מהבעיות הוא ביולוגי.	8
5	4	3	2	1	הסדרי השינה של הילד נקבעים בהתאם אליו ולא לפי עקרונות ההורים.	9
5	4	3	2	1	הילד יכול להתעורר בבוקר בהתאם להרגשתו.	10
5	4	3	2	1	אפשר לחנך ילדים לישון ולהתעורר בשעות המקובלות על ההורים גם אם הם מוחים על כך.	11
5	4	3	2	1	ילד חייב להתעורר בבוקר בשעה קבועה ולא בהתאם לרצונו, גם אם הוא מתקשה לקום.	12
5	4	3	2	1	כאשר הילד מבקש לישון במיטת ההורים, יש לאפשר לו זאת.	13

תודה על שיתוף הפעולה.

