

2. שאלון קוהרנטיות:

(Antonovsky, 1987) Antonovsky's Sense of Coherence Scale (נספח 9, עמ' 210).

מטרת הכלי:

מטרת השאלון היא לבדוק את תחושת הקוהרנטיות של הפרט. תחושת קוהרנטיות, היא אוריינטציה גלובלית שמאמץ האדם בהתמודדותו עם מצבי לחץ. המושג קוהרנטיות, מבטא ראייה של מצב הלחץ כשלם על כל רכיביו והתאמה בין החלקים השונים של מצב הלחץ, ללא סתירה ביניהם. מידת ההתאמה בתכנים בין החלקים השונים של מצב הלחץ היא, תחושת הקוהרנטיות.

תיאור הכלי:

השאלון כולל 29 פריטים ובודק את תחושת הביטחון של הפרט בעולם ואת תפיסתו את עצמו בעולמו, על פי שלושה מימדים: מובנות, נהילות ומשמעויות. כל פריט כולל היגד המתייחס לתפיסתו העכשווית של האדם את עצמו: מחשבות, רגשות, ומעשים בנוגע להבנה, משמעות ושליטה על החיים. הפריטים מנוסחים כקביעות או כטענות קצרות המבטאות השקפה מסוימת על הנושא הנחקר. הנבדק מתבקש לבחור את הדירוג המבטא בצורה הטובה ביותר את תחושתו האישית. דוגמאות לכך הן: "כשאתה מדברת עם אנשים, האם יש לך הרגשה שהם לא מבינים אותך?" (מובנות) (פריט 1), "האם קורה שיש לך הרגשות שאתה לא בטוחה שתוכלי לשלוט בהם?" (נהילות) (פריט 29) או "אתה מצפה שחייך האישיים בעתיד יהיו מלאי משמעות ותכלית או לגמרי בלי משמעות ותכלית?" (משמעותיות) (פריט 22).

שיטת הציון:

חישוב הציונים, נעשה על טווח אפשרי של 29 עד 203. התשובות ניתנות לציון על סולם ליקרט בן 7 דרגות (1 ו-7 מייצגים קטבים מנוגדים). הציון הוא בכיוון החיובי, כאשר ציון גבוה, מצביע על תחושת קוהרנטיות גבוהה ולהיפך. הציון הכולל של השאלון, הוא סכום סך כל הציונים של שלושת המימדים: מובנות, נהילות ומשמעותיות. המחבר ממליץ להשתמש בציון הכולל בלבד, משום שהנו משקף באופן מדויק וברור יותר את תחושת רמת הקוהרנטיות של האדם כמשאב התמודדות ולכן במחקר זה, ייעשה הציון בשיטה זו.

מהימנות ותוקף הכלי:

עקביות פנימית גבוהה ורמת תקפות טובה, נמצאו במחקרים רבים שהתבצעו בארץ, בהם נמצאה עקביות פנימית לפי אלפא של קרונבך בטווח של 0.88 עד 0.91. לדוגמא: במחקרה של דנגור (1993) ודרורי ופלוריאן (1997), נמצאה עקביות פנימית של $\alpha = 0.90$ ו- $\alpha = 0.87$ בהתאמה. במחקר (דרורי פלוריאן וקרביץ, 1991) שנערך באוכלוסיה בוגרת, נמצאה עקביות פנימית של $\alpha = 0.84$ ו- $\alpha = 0.87$ במחקר (אנטונובסקי, 1998) שבוצע גם הוא בקרב אוכלוסיה ישראלית בוגרת, נמצאה עקביות פנימית של $\alpha = 0.87$.

בדיקת תקפות הכלי נעשתה על ידי בדיקת המתאמים שבין שאלות תחושת הקוהרנטיות למדדים אחרים שפותחו למדידת המושג. כמו כן נבדקו המתאמים בין תחושת קוהרנטיות למדדים של מצוקה נפשית (Flannery & Flannery, 1990) ובריאות נפשית (דרורי וקולגות, 1991). במחקרים אלה, נמצא מתאם חיובי גבוה בין תחושת קוהרנטיות לבריאות נפשית ומתאם שלילי מובהק למצוקה נפשית.

חלוקת פריטי השאלון לגורמים השונים וכן תוצאות ניתוח העקביות הפנימית שנעשו בכל מדד בנפרד, מוצגים בלוח 2.

לוח 2: חלוקת הפריטים לגורמים ותוצאות ניתוח העקביות הפנימית של שאלון קוהרנטיות.

ממד בתחושת קוהרנטיות	הפריטים בשאלון	מהימנות אלפא של קרונבך
מובנות	1,3,5,10,12,15,17,19,21,24,26	0.80
נהילות	2,6,9,13,18,20,23,25,27,29	0.76
משמעותיות	4,7,8,11,14,16,22,28	0.77
קוהרנטיות (השאלון כולו)	כל הפריטים	0.90

כפי שעולה מלוח 2, ניתן לראות שנמצאה עקביות פנימית גבוהה בכל אחד ממרכיבי השאלון. עם זאת, בבדיקת הקשרים שבין הגורמים השונים נמצאו מתאמים בטווח של $r = 0.53$; $p < 0.001$ ועד $r = 0.71$; $p < 0.001$, על כן נבנה ציון כללי הכולל את כל פריטי השאלון וחושבה העקביות הפנימית של הציון הכללי. נמצאה עקביות פנימית גבוהה, $\alpha = 0.90$.