כלי מדידה: Children's Self-Control Scale (CSC) 10-14

שם כלי המדידה בעברית: שאלון שליטה עצמית לילדים לגילאים: 10-14

מחברים: רוזנבאום.מ ורונן.ת (1991)

מקור ושנת פרסום הכלי המקורי: הכלי טרם פורסם. לפרטים נא לפנות לפרופ' מיכאל רוזנבאום. תל אביב: אוניברסיטת תל אביב, החוג לפסיכולוגיה.

במייל : miker@freud.tau.ac.il

מהימנות:

נערכו מספר בדיקות מהימנות באוכלוסיות שונות, נמצאה מהימנות סביב α = 0.80

ציינון:

השאלון הנו על סקאלה של 1-6. הציון הכללי הינו סכום ממוצע של כל הציונים.

הקידוד הנו:	1	2	3	4	5	6
החישוב הנו:	3-	2-	1-	1	2	3

ישנן מספר **שאלות הפוכות**: 3, 5 , 7, 13, 15, 22

חישוב הקידוד <u>בשאלות ההפוכות</u> הינו: 3- מקבל +3, ציון 2- מקבל +2, 1- מקבל 1

שאלון שליטה עצמית לילדים:

בשאלון הזה מופיעים משפטים שונים. את/ה מתבקש לקרוא כל משפט ולסמן X במשבצת שמתארת באיזו מידה המשפט מתאים לך.

* השאלון נכתב בגוף זכר אך מיועד גם לבנות.

שם הילד:--------------

כתה:--------------

	התנהגות	מאוד מתאים לי	די מתאים לי	קצת מתאים לי	קצת לא מתאים לי	די לא מתאים לי	מאוד לא מתאים לי
1	כשאני צריך להכין שיעורי בית משעממים, אני חושב לעצמי שזה חשוב וכדאי לגמור את השעורים עד הסוף	6	5	4	3	2	1
2	כשאני צריך לעשות משהו שמפחיד אותי, אני מתכנן איך להתגבר על הפחד	6	5	4	3	2	1
3	כשאני לחוץ ומתוח, קשה לי לשנות את הרגשות שלי	6	5	4	3	2	1
4	כשאני עצוב או מיואש, אני מנסה לחשוב על דברים שיעשו לי כיף כדי לשנות את מצב הרוח שלי	6	5	4	3	2	1
5	למרות שאני לא רוצה, אני חושב הרבה על טעויות שעשיתי בעבר	6	5	4	3	2	1
6	כשמשהו מטריד אותי אני מנסה לחשוב ולתכנן איך לפתור את הבעיה	6	5	4	3	2	1

	התנהגות	מאוד מתאים לי	די מתאים לי	קצת מתאים לי	קצת לא מתאים לי	די לא מתאים לי	מאוד לא מתאים לי
7	קל לי יותר למלא תפקידים בבית, כשההורים מכריחים אותי לעשות זאת	6	5	4	3	2	1
8	כשקשה לי להתרכז בקריאה או בשיעורים, אני מחפש פתרונות איך להתרכז יותר טוב	6	5	4	3	2	1
9	כשאני צריך להכין שיעורים, אני מסלק את כל הדברים שיכולים להפריע לי למשל, מוסיקה, טלוויזיה)	6	5	4	3	2	1
10	כשאני מוטרד ממחשבה לא נעימה, אני מנסה לחשוב על דברים נעימים יותר ולשכוח מהמחשבה המטרידה	6	5	4	3	2	1
11	כשיש לי מצב רוח רע, אני מעמיד פנים כאילו אני במצב רוח טוב, וכך אני מצליח לשנות את מצב הרוח	6	5	4	3	2	1
12	כשאני עצוב או לחוץ, אני מנסה להעסיק את עצמי בדברים שגורמים לי הנאה	6	5	4	3	2	1
13	בדרך כלל, אני דוחה למחר עבודות שלא מתחשק לי לבצע היום	6	5	4	3	2	1
14	כשקשה לי להתיישב ולהכין שיעורים, אני מחפש פתרונות איך להתרכז בכל זאת	6	5	4	3	2	1
15	למרות שאני לא רוצה, אני חושב הרבה על דברים רעים שיכולים לקרות לי בעתיד	6	5	4	3	2	1

	התנהגות	מאוד מתאים לי	די מתאים לי	קצת מתאים לי	קצת לא מתאים לי	די לא מתאים לי	מאוד לא מתאים לי
16	אני מעדיף למלא את התפקידים שלי ורק אחר כך להתפנות למה שאני באמת אוהב לעשות	6	5	4	3	2	1
17	כשכואב לי משהו, אני מנסה לשכוח מהכאב ולא לחשוב עליו	6	5	4	3	2	1
18	אני מעריך את עצמי יותר כשאני מצליח להתגבר ולפתור בעיה	6	5	4	3	2	1
19	כשאני מרגיש רע בגלל שנכשלתי במשהו אני מעודד את עצמי שזה לא כל כך נורא	6	5	4	3	2	1
20	לפני שאני מתפרץ, אני מנסה לעצור את עצמי ולהתאפק	6	5	4	3	2	1
21	אפילו אם אני כועס, אני מנסה להירגע ולא להתפרץ	6	5	4	3	2	1
22	אני תמיד עושה קודם מה שאני אוהב ורק אחר כך את מה שאני מוכרח	6	5	4	3	2	1
23	אני מתכנן את העבודה שעלי לעשות כדי שאספיק להכין את הכל	6	5	4	3	2	1
24	אני חושב טוב ומתכנן בזהירות על מה להוציא את דמי הכיס שיש לי	6	5	4	3	2	1
25	כשאני רעב והאוכל לא מוכן, אני מנסה להתעלם מהרעב ולחשוב על משהו אחר	6	5	4	3	2	1