

– מיזם הבדידות –

שאלון אינטייק מורחב לזיהוי ולאפיון בדידות

_____	תאריך:
_____	שם ממלא השאלון:
_____	שם הארגון
_____	(עמותה/מחלקה):
_____	שם הישוב:

פתיחה

במסגרת בדיקה של צרכים חברתיים של אנשים בישוב / בעיר שלנו, ברצוני לשוחח אתך כדי להבין מה הצרכים שלך ולבדוק אם יש תכניות ופעילויות שיכולות להתאים לך.

[הטופס מיועד לגברים ולנשים והוא מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד]

חלק א'

תחילה, אני רוצה לשאול אותך מספר שאלות לגבי פרטיך האישיים

[ניתן למלא מראש פרטים ידועים]:

מס'	שאלות	תשובות
1	שם פרטי ומשפחה	
2	שנת לידה	
3	כתובת מלאה (כולל קומה וקיומה של מעלית)	כתובת: קומה: מעלית: יש / אין
4	כתובת מייל	
5	מס' טלפון נייד	
6	מס' טלפון בית	
7	מין	1. זכר 2. נקבה
8	ארץ לידה	
9	שנת עליה לישראל	
10	מהי שפת הדיבור העיקרית שלך?	1. עברית ← עבור לשאלה 12 2. רוסית 3. ערבית 4. אנגלית 5. אמהרית 6. אחר: _____
11	באיזו מידה אתה יכול לשוחח שיחה פשוטה בעברית?	1. באופן חופשי או כמעט חופשי 2. יכול עם מעט קשיים 3. יכול עם הרבה קשיים 4. לא יכול בכלל
12	עם מי אתה/גר/ה? (סמן את כל התשובות המתאימות)	1. גר לבד 2. גר עם בן-זוג 3. גר עם בני משפחה אחרים (ילדים/נכדים) 4. גר עם מטפלת/24 שעות 5. אחר: _____
13	מצב משפחתי	1. נשוי / חי עם בן זוג ← דלג לשאלה 15 2. רווק 3. גרוש / פרוד 4. אלמן ← לפני כמה זמן התאלמן? _____

מס'	שאלות	תשובות
14	האם יש לך בן/בת זוג?	1. לא ← דלג לשאלה 16 2. כן
15	האם בן הזוג במצב סיעודי (קשיים משמעותיים בביצוע פעולות יומיומיות, כגון רחצה ולבוש), מתמודד עם קשיים משמעותיים בזיכרון (דמנציה) או מחלה קשה אחרת?	1. לא 2. כן 3. לא רלוונטי
16	האם מתגורר איתך בן משפחה נוסף (בן/בת, נכד/ה, אחין/ית) עם מוגבלות שכלית, נכות, אוטיזם או מחלת נפש?	1. לא 2. כן
17	האם אתה רואה את עצמך כ: [הקרא תשובות]	1. דתי מאוד/ חרדי 2. דתי 3. מסורתי 4. חילוני 5. אחר: _____

חלק ב'

כעת אשאל אותך שאלות בנוגע לתפקוד ובריאות:

18. מהו מצבך הבריאותי, בדרך כלל? **[הקרא תשובות]**

1. טוב מאוד
2. טוב
3. לא כל כך טוב
4. בכלל לא טוב

19. האם יש לך בעיה בריאותית או פיזית כלשהי שמפריעה לך בפעולות היומיום?

הכוונה לבעיה הקיימת שישה חודשים או יותר. **[הקרא תשובות]**

1. יש לי בעיה בריאותית שמפריעה מאוד
2. יש לי בעיה בריאותית שמפריעה
3. יש לי בעיה בריאותית שלא כל כך מפריעה
4. יש לי בעיה בריאותית שבכלל לא מפריעה / אין לי בעיה בריאותית

20. האם יש לך קושי ללכת או לעלות מדרגות?

1. אין קושי
2. יש קושי מועט
3. יש קושי רב
4. לא יכול בכלל

21. האם יש לך קושי לראות? גם כשאתה מרכיב משקפיים.

1. אין קושי
2. יש קושי מועט
3. יש קושי רב
4. לא רואה בכלל

22. האם יש לך קושי לשמוע? גם כשאתה מרכיב מכשיר שמיעה.

1. אין קושי
2. יש קושי מועט
3. יש קושי רב
4. לא שומע בכלל

23. האם יש לך מטפלת שעוזרת לך בחיי היום יום? **[הקרא תשובות]**

1. אין
2. יש, מספר שעות בשבוע: _____
3. יש, 24 שעות

24. השאלה הבאה מתייחסת לכל בני משק הבית. האם אתה /אתם מצליח/ים לכסות את כל

ההוצאות החודשיות של משק הבית למזון, לחשמל, לטלפון וכדומה? **[הקרא תשובות]**

1. מצליח/ים ללא כל קושי
2. מצליח/ים
3. לא כל כך מצליח/ים
4. בכלל לא מצליח/ים
5. לא ידוע/מסרב

חלק ג'

כעת, אני רוצה לשאול אותך מספר שאלות על פעילויות פנאי ועל פעילויות חברתיות:

25. כל כמה זמן (בערך) אתה יוצא מהבית (לכל מטרה: ביקור אצל קרובי משפחה, הליכה או ישיבה בגינה הציבורית, קופת חולים, בית כנסת, סידורים וכד')?

1. כל יום או כמעט כל יום
2. 2-3 פעמים בשבוע או יותר
3. פעם בשבוע
4. 2-3 פעמים בחודש
5. פעם בחודש
6. פחות מפעם בחודש
7. לעיתים נדירות / לא יוצא אף פעם

26. האם כיום אתה עובד למחייתך (לא כולל עבודת עקרת בית בביתה ועבודה בהתנדבות)?

1. לא עובד ← אם עבד בעבר, לפני כמה זמן פרש מעבודתו?

2. כן, עובד, פרט במה:

27. האם אתה עוסק בפעילות התנדבותית כלשהי?

1. לא

2. כן, פרט:

28. האם אתה משתתף בפעילויות חברתיות או בפעילויות פנאי כלשהן (כמו מועדון, בית כנסת,

חוגים, ספורט והרצאות)?

1. לא משתתף

2. משתתף ← **עבור לשאלה 30**

29. למה אתה לא משתתף בפעילויות חברתיות או פנאי? (ניתן לענות יותר מתשובה אחת)

1. המצב הבריאותי לא מאפשר לי / מקשה עליי
2. הפעילויות לא מעניינות / לא מתאימות לי
3. לא ידוע לי על פעילויות כאלו בסביבת מגוריי
4. סביבת מגוריי לא נגישה (למשל, מגורים בקומה גבוהה ללא מעלית)
5. אין לי איך להגיע לפעילויות (מבחינת תחבורה, הסעה וכדומה)
6. אני מפחד לצאת מהבית לבד
7. אני צריך לטפל ולהשגיח על בן משפחה אחר
8. מחיר גבוה של חלק מהפעילויות (למשל טיול)
9. זמן הפעילות לא נוח לי
10. אני לא רוצה או לא צריך
11. סיבה אחרת, מהי:

← עבור לשאלה 32

30. באיזו פעילות חברתית או פנאי אתה משתתף (ניתן לסמן יותר מתשובה אחת)?

[הקרא תשובות]

1. מפגשים עם בני משפחה
2. אירועים משפחתיים
3. מפגשים חברתיים עם חברים או שכנים
4. פעילות ספורטיבית (כגון הליכה או שחייה)
5. חוג (אומנות, ספורט, מקהלה, קרמיקה, ברידג' וכד')
6. בית כנסת או פעילות דתית קבוצתית אחרת
7. מועדון
8. מרכז יום
9. לימודים במכללה, סמינר, מכון אשכולות, סדרת הרצאות קבועה וכדומה
10. פעילות פנאי של קהילה תומכת
11. בילוי (כגון מסעדה, סרט, הצגה וכדומה)
12. התנדבות
13. בית כנסת
14. אזכרות
15. אחר, פרט:

16. לא משתתף

31. באיזו תדירות אתה משתתף בפעילות חברתית ?

[רשום את תדירות סך הפעילויות אם יש יותר מאחת]

1. יותר מפעם בשבוע
2. פעם בשבוע
3. בין פעם בשבועיים לפעם בחודש
4. בין פעם בחודש לפעם בשלושה חודשים
5. בתדירות של פעם ביותר משלושה חודשים

32. אם הייתה לך הסעה / ליווי לפעילות, האם היית משתתף יותר?

1. לא
2. כן

33. האם מבקר אצלך מתנדב/ת?

1. לא
2. כן

חלק ד'

כעת אשאל אותך מספר שאלות על הקשרים החברתיים שלך:

34. בדרך-כלל כשאתה רוצה להיות בחברת אנשים, האם אתה מרגיש שאתה יכול למצוא חברה?

ובאיזו תדירות?

1. כן, תמיד
2. לפעמים
3. לעתים רחוקות
4. אף פעם לא

35. האם יש אנשים שאתה מרגיש נוח לבקש מהם עזרה בכל זמן שאתה צריך?

1. כן, תמיד
2. לפעמים
3. לעתים רחוקות
4. אף פעם לא

36. האם יש מספיק אנשים שאתה מרגיש קרוב אליהם?

1. כן
2. כן, פחות-או-יותר
3. לא ממש
4. לא

37. האם יש לך ילדים?

1. לא
2. כן, כמה ילדים? _____
כמה מתוכם גרים בסביבה הקרובה למקום מגוריך? _____

38. כל כמה זמן (בדרך כלל) אתה מדבר בטלפון / בסקייפ (או באמצעי אחר) עם בן/י משפחה?

1. כל יום/ כמעט כל יום
2. 2-3 פעמים בשבוע
3. פעם בשבוע
4. 2-3 פעמים בחודש
5. פעם בחודש
6. פחות מפעם בחודש
7. רק בחגים
8. אני לא מדבר איתם בטלפון / אין לי בני משפחה שאני בקשר איתם

39. כל כמה זמן (בדרך כלל) אתה נפגש עם בן/י משפחה?

1. כל יום או כמעט כל יום
2. 2-3 פעמים בשבוע
3. פעם בשבוע
4. 2-3 פעמים בחודש
5. פעם בחודש
6. פחות מפעם בחודש
7. רק בחגים
8. אני לא נפגש / אין לי בני משפחה שאני בקשר איתם

40. באיזו מידה אתה מרוצה מטיב היחסים שיש לך עם בני המשפחה שלך? [הקרא תשובות]

1. מרוצה מאוד ← **עבור לשאלה 39**

2. מרוצה

3. לא כל כך מרוצה

4. לא מרוצה

41. האם היית רוצה לשפר את היחסים שלך עם בני המשפחה שלך?

1. לא רוצה

2. לא חושב שצריך

3. רוצה, אבל לא מאמין שאפשר

4. רוצה

42. כל כמה זמן (בדרך כלל) אתה מדבר בטלפון / בסקייפ (או באמצעי אחר) עם חברים / שכנים

/ מכרים?

1. כל יום/ כמעט כל יום

2. 2-3 פעמים בשבוע

3. פעם בשבוע

4. 2-3 פעמים בחודש

5. פעם בחודש

6. פחות מפעם בחודש

7. רק בחגים

8. אני לא מדבר איתם בטלפון / אין לי חברים או שכנים שאני בקשר איתם

43. כל כמה זמן (בדרך כלל) אתה נפגש עם חברים / שכנים / מכרים?

1. כל יום או כמעט כל יום

2. 2-3 פעמים בשבוע

3. פעם בשבוע

4. 2-3 פעמים בחודש

5. פעם בחודש

6. פחות מפעם בחודש

7. רק בחגים

8. אני לא נפגש / אין לי חברים או שכנים שאני בקשר איתם

44. באיזו מידה אתה מרוצה מטיב היחסים שיש לך עם חבריך / שכניך / מכריך?

[הקרא תשובות]

1. מרוצה מאוד ← עבור לשאלה 43
2. מרוצה
3. לא כל כך מרוצה
4. לא מרוצה

45. האם היית רוצה לשפר את היחסים שלך עם חבריך / שכניך / מכריך? [הקרא תשובות]

1. לא רוצה
2. לא חושב שצריך
3. רוצה, אבל לא מאמין שאפשר
4. רוצה

46. האם אתה פעיל ברשתות חברתיות (כמו פייסבוק, וואטסאפ), כדי לשמור על קשר עם

בני-משפחה וחברים?

1. לא
2. לפעמים
3. כן

47. באיזה מידה אתה מרגיש שייכות לקהילה בה אתה מתגורר?

(באיזה מידה אתה מרגיש שאתה חלק מהקהילה בה אתה גר)? [הקרא תשובות]

1. במידה רבה מאוד
2. במידה רבה
3. במידה מועטה
4. בכלל לא או במידה מועטה מאוד

48. האם אתה מעוניין ביצירת קשרים חברתיים חדשים?

1. לא
2. כן

49. האם יש מצבים בהם אתה מרגיש בדידות? **[הקרא תשובות]**

[במידה שהמרוויין לא מבין את המושג בדידות יש להסביר: מצב בו אדם לא מרוצה מכמות הקשרים שיש לו עם אנשים אחרים או מאיכות ותדירות הקשרים האלו, וכתוצאה מכך מרגיש תחושות לא נעימות]

1. לעיתים קרובות

2. לפעמים, מידי פעם

3. לעיתים רחוקות

4. אף פעם לא

50. בהשוואה לאיך שהרגשת בעבר, באיזו תדירות אתה מרגיש בדידות כיום? **[הקרא תשובות]**

1. לעיתים יותר קרובות בהשוואה לעבר

2. באותה תדירות כמו בעבר

3. לעיתים יותר רחוקות בהשוואה לעבר

51. בהשוואה ליתר ימי השבוע, באיזו תדירות אתה מרגיש בדידות במהלך סופי השבוע

[הקרא תשובות]

1. לעיתים יותר קרובות בהשוואה ליתר ימי השבוע

2. באותה תדירות כמו ביתר ימי השבוע

3. לעיתים יותר רחוקות בהשוואה ליתר ימי השבוע

חלק ה'

אני רוצה לסיים בכמה שאלות בנוגע להעדפות שלך ולתחומי העניין שלך:

52. האם אתה מעוניין לעסוק בפעילות חברתית / פעילות פנאי (נוספת) מחוץ לבית?

1. לא – פרט מדוע לא מעוניין? _____

2. כן, מעוניין – פרט במה היית מעוניין? _____

53. האם אתה מעוניין בפעילות חברתית / פעילות פנאי (נוספת) בתוך הבית?

1. לא – פרט מדוע לא מעוניין? _____

2. כן, מעוניין – פרט במה היית מעוניין? _____

54. האם היית מעוניין בפעילות חברתית בסופי שבוע?

1. לא

2. כן

55. האם היית מעוניין שיגיע אליך מתנדב הביתה?

3. לא

4. כן

תודה רבה!

חלק ה'

התרשמות ממלא השאלון / מעביר האינטייק:

56. האם, להערכתך, במהלך השיחה גילה הזקן סימנים של דכדוך או מצב רוח ירוד?

1. לא

2. כן

3. לא ניתן לדעת

[סמן בעיגול את התשובה המתאימה ביותר ופרט בשורות הבאות:]

57. האם, להערכתך, הזקן מתאים לפעילות חברתית עם אנשים אחרים והאם פעילות חברתית

מתאימה עבורו?

1. לא

2. כן

3. לא ניתן לדעת

[סמן בעיגול את התשובה המתאימה ביותר ופרט בשורות הבאות:]

58. האם, להערכתך, יש לזקן ירידה קוגניטיבית שעשויה להפריע לו להשתלב בפעילות?

1. לא

2. כן, במידה מעטה

3. כן, במידה רבה

4. לא ניתן לדעת

[סמן בעיגול את התשובה המתאימה ביותר ופרט בשורות הבאות:]

59. אם הזקן סובל מבדידות, האם, להערכתך, הסיבה היא אירוע מסוים, כגון פרישה מעבודה או התאלמנות (בדידות מצבית) או שהבדידות מלווה אותו מרבית חייו או לפחות בשנתיים האחרונות (בדידות כרונית)?

1. בדידות עקב אירוע מסוים (בדידות מצבית)

2. בדידות שמלווה מרבית החיים (בדידות כרונית)

3. לא ניתן לדעת

[סמן בעיגול את התשובה המתאימה ביותר ופרט בשורות הבאות:]

60. לסיום, אנא רשום את הערותיך על השיחה, מהן המלצותיך להמשך ביחס להשתתפות בתכנית כלשהי, ומה הם הנימוקים והשיקולים לכך, תוך לקיחה בחשבון של רצון הזקן ותחומי העניין שלו (העזר לשם כך באומדן מידת ההתאמה לתכנית, המצורף בעמוד הבא):

מתאים / לא מתאים –

ניקוד: אם התשובה נכונה, רשום בניקוד: 1 אם התשובה אחרת, רשום בניקוד: 0	תשובה	מאפיין
	מעל גיל 80	א. גיל
	אישה	ב. מגדר
	אלמן	ג. מצב משפחתי
	לבד או עם בן זוג במצב סיעודי / עם דמנציה	ד. הסדר מגורים
	קושי מועט / קושי רב / לא יכול ללכת או לעלות מדרגות	ה. ניידות
	לא כל כך מצליח/לא מצליח לכסות הוצאות בסיסיות של משק הבית ו/או מקבל השלמת הכנסה	ו. מצב כלכלי
	ערבים / בדואים / דרוזים	ז. קבוצה אתנית
	פחות מפעם בשבוע	ח. תדירות הקשר עם בני משפחה
	לא כל כך מרוצה / לא מרוצה	ט. איכות הקשר עם בני משפחה
	פחות מפעם בשבוע	י. תדירות הקשר עם חברים ומכרים
	לא כל כך מרוצה / לא מרוצה	יא. איכות הקשר עם חברים ומכרים
	אין	יב. תחושת שייכות לקהילה
	לא מועסק	יג. מצב תעסוקתי
	לא משתתף / לא מרוצה	יד. מועדון/ מרכז יום
	לא משתתף / לא מרוצה	טו. פעילות פנאי/חוגים
	אין מתנדב	טז. התנדבות
	לא משתתף	יז. מסגרת דתית
	לעיתים קרובות / מדי פעם	יח. יש מצבים בהם מרגיש בדידות
	יש	יט. עניין ביצירת קשרים חברתיים חדשים

	יש	כ. עניין בחיזוק קשרים חברתיים קיימים או אמונה ביכולת לעשות זאת
	יש	כא. עניין בהצטרפות למסגרות חברתיות
	אין	כב. סימנים לדיכאון / בדידות כרונית
	ככל שהציון גבוה יותר, הסיכוי שהאדם מתאים לתוכנית גבוה יותר (טווח ניקוד: 0-22)	סה"כ ניקוד
מתאים / לא מתאים	סמן בעיגול	מתאים לתכנית

אומדן מידת ההתאמה לתכנית: _____