

נספחים

נספח 1: שאלון למדידת ההתעסקות בלקות קריאה

כיתה: \_\_\_\_\_ גיל: שנים \_\_\_\_\_ חודשים \_\_\_\_\_

לפניך מספר שאלות. אתה יכול לענות על כל משפט בתשובות "בכלל לא", "קצת", "אינני יכול להחליט", "הרבה פעמים" ו "הרבה מאוד פעמים" - לפי כמה שכל משפט מאפיין ומתאר אותך.

לדוגמא - במשפט הראשון "אני מנסה להבין את ליקוי הקריאה שלי", אם אתה הרבה פעמים מנסה להבין את הליקוי שלך, הקף בעיגול את המספר 4, אם אינך מצליח לבחור באחת האפשרויות - "בכלל לא", "קצת", "הרבה פעמים" או "הרבה מאוד פעמים", הקף את מספר 2.

0	1	2	3	4
בכלל לא	קצת	אינני יכול להחליט, לפעמים כן ולפעמים לא	הרבה פעמים	הרבה מאוד פעמים

0	1	2	3	4	
0	1	2	3	4	1. אני מנסה להבין את ליקוי הקריאה שלי
0	1	2	3	4	2. אני מוטרד מכך שלקות הקריאה שלי משפיע על איך שאני לומד
0	1	2	3	4	3. בגלל שאני מתבייש, לוקח לי זמן עד שאני מספר לאנשים שלא מכירים אותי על לקות הקריאה שלי
0	1	2	3	4	4. אני חושב על לקות הקריאה שלי
0	1	2	3	4	5. אני מוטרד ממה שחושבים עליי ילדים בכיתה בגלל הלקות שלי
0	1	2	3	4	6. כשאני מדמיין את העתיד, אני חושב בעיקר איך לקות הקריאה שלי תשפיע עליי
0	1	2	3	4	7. לא נוח לי לעשות דברים שקשורים ללימודים כשמישהו אחר מסתכל עליי
0	1	2	3	4	8. אני חושב על מה שחושבים עליי תלמידים אחרים
0	1	2	3	4	9. אני נהיה נבוך בקלות כשאני חושב על לקות הקריאה שלי
0	1	2	3	4	10. אני חושב מה חושבים עליי מורים
0	1	2	3	4	11. אני מספר לאנשים שאני לא מכיר על ליקוי הקריאה שלי
0	1	2	3	4	12. אני חושב על הרגשות והמחשבות שיש לי על הלקות
0	1	2	3	4	13. אני חושב איך להסתיר את לקות הקריאה שלי

0	1	2	3	4	14. אני שואל את עצמי ממה יש לי לקות קריאה?
0	1	2	3	4	15. אני נעשה מתוח לפני שאני צריך להציג משהו בפני הכיתה
0	1	2	3	4	16. אני שואל את עצמי- למה דווקא לי יש לקות קריאה?
0	1	2	3	4	17. אני מסתכל על עצמי מהצד כאילו זה לא אני שיש לו לקות קריאה
0	1	2	3	4	18. אני חושב איך היו נראים החיים שלי בלי לקות קריאה
0	1	2	3	4	19. אני שם לב לשינויים במצב הרוח שלי כשאני לא מצליח ללמוד
0	1	2	3	4	20. אני חושב אם אני בכלל חכם
0	1	2	3	4	21. כאשר אני לומד בקבוצה בכיתה אני נעשה עצבני
0	1	2	3	4	22. אני מוטרד מכך שלא אצליח בלימודים

## נספח 2: שאלון למדידת הידע על לקות קריאה

ספר לי כל מה שאתה יודע על לקות קריאה (לא שלך באופן כללי). תגיד כמה שיותר דברים.

- עד פעמיים (מה עוד, איזה עוד דברים אתה יודע על הקושי בקריאה?)

קריטריונים לציון:

1. נקודה ניתנת לכל רעיון המועלה תוך בדיקת הקשרו לקטגוריות הבאות:
  - א. אפיוני התהליך – דיוק קריאה, קצב קריאה, הבנת הנקרא, כתיבה (קצב, דיוק, ניסוח).
  - ב. השלכות על מקצועות הלימוד - קושי במקצועות הלימוד השונים, בתהליך הלמידה למבחן ובזמן המבחן, בהכנת שיעורי בית.
  - ג. השלכות רגשיות, התנהגותיות
  - ד. הישגים - מה ההשפעה של הלקות על ההישגים
  - ה. דרכי התמודדות
2. בנייה של קטגוריות נוספות מהרעיונות המועלים ומתן נקודה לכל היגד התואם לקטגוריה.
3. הפחתת נקודה אחת להיגד שאינו קשור בלקות קריאה (לדוגמא: "לא רואים טוב").
4. מתן נקודה לכל קטגוריה אליה התייחס הנבדק (מגוון הקטגוריות)

נספח 3: שאלוני חרדה לימודית ותכונתית

איך אני מרגיש?

שם: \_\_\_\_\_ גיל: \_\_\_\_\_ מין: בן / בת (הקף בעיגול)  
 הוראות: לפניך משפטים שבעזרתם בנים ובנות מתארים את עצמם. קרא כל משפט בתשומת לב והחלט כיצד אתה מרגיש כשאתה עושה משהו שקשור בלימודים, למשל, שיעורי בית, עבודות בכיתה, הכנה למבחנים. אחר כך סמן X ליד המילה שמתארת אותך בזמן שאתה לומד.  
 אל תבזבו זמן רב מידי על משפט מסוים.  
 זכור למצוא את המילה המתארת טוב ביותר את הרגשתך כשאתה עושה משהו לימודי.

1. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד שלו	<input type="checkbox"/> שלו	<input type="checkbox"/> לא שלו
2. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד נרגז	<input type="checkbox"/> נרגז	<input type="checkbox"/> לא נרגז
3. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד נעים	<input type="checkbox"/> נעים	<input type="checkbox"/> לא נעים
4. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד עצבני	<input type="checkbox"/> עצבני	<input type="checkbox"/> לא עצבני
5. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד מתוח	<input type="checkbox"/> מתוח	<input type="checkbox"/> לא מתוח
6. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד נינוח (נוח אולי)	<input type="checkbox"/> נינוח	<input type="checkbox"/> לא נינוח
7. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד מפוחד	<input type="checkbox"/> מפוחד	<input type="checkbox"/> לא מפוחד
8. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד רגוע	<input type="checkbox"/> רגוע	<input type="checkbox"/> לא רגוע
9. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד מודאג (אולי דואג)	<input type="checkbox"/> מודאג	<input type="checkbox"/> לא מודאג
10. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד מרוצה	<input type="checkbox"/> מרוצה	<input type="checkbox"/> לא מרוצה
11. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד מבוהל	<input type="checkbox"/> מבוהל	<input type="checkbox"/> לא מבוהל
12. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד מאושר	<input type="checkbox"/> מאושר	<input type="checkbox"/> לא מאושר
13. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד בטוח	<input type="checkbox"/> בטוח	<input type="checkbox"/> לא בטוח
14. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד טוב	<input type="checkbox"/> טוב	<input type="checkbox"/> לא טוב
15. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד חושש (אולי לא בטוח)	<input type="checkbox"/> חושש	<input type="checkbox"/> לא חושש
16. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד מוטרד	<input type="checkbox"/> מוטרד	<input type="checkbox"/> לא מוטרד
17. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד בנוח	<input type="checkbox"/> נוח	<input type="checkbox"/> לא נוח
18. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד חרד (מפחד?)	<input type="checkbox"/> חרד	<input type="checkbox"/> לא חרד
19. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד מבולבל	<input type="checkbox"/> מבולבל	<input type="checkbox"/> לא מבולבל
20. אני מרגיש	<input type="checkbox"/> מאוד שמח	<input type="checkbox"/> שמח	<input type="checkbox"/> לא שמח

## איך אני מרגיש?

שם: \_\_\_\_\_ גיל: \_\_\_\_\_ מין: בן/בת(הקף בעיגול) תאריך: \_\_\_\_\_

**הוראות:** לפניך מספר משפטים שבהם רגילים בניס ובנות לתאר את עצמם. קרא כל משפט והחלט האם ההרגשה בו מתארת אותך כמעט אף פעם, לפעמים או לעיתים קרובות. סמן X ליד התשובה המילה הכי נכונה לך.

אל תבזבז יותר מידי זמן על משפט מסוים.

זכור לבחור את המשפט המתאר בצורה הטובה ביותר את הרגשתך בדרך כלל, (בלי קשר ללימודים).

1. אני דואג שאעשה שגיאות	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
2. יש לי חשק לבכות	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
3. אני מפקפק (לא מאמין/ בטוח)	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
4. אני מתקשה להחליט	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
5. קשה לי עם בעיותיי	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
6. אני דואג יותר מידי	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
7. בבית אני נעשה נרגז	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
8. אני מרגיש שדמעות חונקות את גרוני	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
9. אני מרגיש מוטרד (חושב ודואג יותר מדי)	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
10. מחשבות לא חובות מתרוצצות במוחי ומטרידות אותי	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
11. אני מוטרד בקשר לבית ספר	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
12. קשה לי להחליט מה לעשות	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
13. אני מרגיש שהלב שלי דופק במהירות	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
14. אני פוחד בסתר ליבי	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות
15. אני מוטרד	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות

<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	16. אני מרגיש שצובט לי בלב
<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	17. אני מוטרד בקשר לדברים שעלולים לקרות
<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	18. אני מתקשה להירדם בלילה
<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	19. יש לי הרגשה מוזרה בבטן
<input type="checkbox"/> לעיתים קרובות	<input type="checkbox"/> לפעמים	<input type="checkbox"/> כמעט אף פעם	20. מטריד אותי מה שאחרים חושבים עליי

נספח 4: שאלון למדידת תחושת מסוגלות לימודית

שם: \_\_\_\_\_ גיל: \_\_\_\_\_ מין: בן/בת תאריך: \_\_\_\_\_

לפניך מספר משפטים. סמן ליד כל משפט כמה הוא מאפיין אותך בקשר ליכולת שלך בלימודים. למשל, אם המשפט מאוד נכון ומאפיין אותך, סמן 3 "מאוד מאפיין אותי".

מאוד מתאר אותי	מתאר אותי במידה בינונית	קצת מתאר אותי	בכלל לא מתאר אותי
3	2	1	0

0	1	2	3	1. אני תמיד אצליח לפתור בעיות קשות אם אתאמץ מספיק חזק
0	1	2	3	2. גם אם מישהו מתנגד לי, אני אוכל למצוא דרך להשיג את מה שאני רוצה
0	1	2	3	3. קל לי להשקיע ולהשיג את המטרות שלי.
0	1	2	3	4. בזכות יכולת ההמצאה שלי אני יודע איך להתמודד עם מצבים לא צפויים (מפתיעים)
0	1	2	3	5. אני בטוח שאצליח להתמודד עם דברים שקורים פתאום, בלי שתכננתי אותם.
0	1	2	3	6. אני יכול למצוא פתרון כמעט לכל בעיה אם אני משקיע מאמצים בשביל זה
0	1	2	3	7. אני מסוגל להישאר רגוע כשקשה לי, כי אני כבר יודע שאני יכול להצליח להתמודד.
0	1	2	3	8. כשיש לי בעיה, אני בדרך כלל חושב על כל מיני דרכים לפתור אותה
0	1	2	3	9. כשאני בצרה אני בדרך כלל חושב מה לעשות
0	1	2	3	10. לא משנה מה עומד לקרות, אני בדרך כלל מסוגל להתמודד עם זה.

נספח 5: שאלון למדידת מוטיבציה פנימית ללמידה

לפניך משפטים, סמן ליד כל משפט את התשובה שהכי מתאימה ומאפיינת אותך. למשל, "עד כמה אני נהנה להתמודד עם לימודים קשים?" אם אתה נהנה כשהלימודים קשים, סמן 5 ואם אתה קצת אוהב כשהלימודים קשים, סמן 2.

1	2	3	4	5
בכלל לא	קצת	בינוני	הרבה	הרבה מאוד

1	2	3	4	5	1. עד כמה אתה נהנה להתמודד עם לימודים קשים?
1	2	3	4	5	2. עד כמה אתה מרוצה כשאתה מבין טוב חומר לימודים?
1	2	3	4	5	3. עד כמה אתה זוכר חומר לימודי אחרי שהמורה מסיימת ללמד אותך בכיתה?
1	2	3	4	5	4. עד כמה אתה מתייאש לנסות ללמוד כשהחומר קשה מידי?
1	2	3	4	5	5. עד כמה אתה מעדיף להתמודד עם לימודים קשים בעצמך, ובלי שיעזרו לך?
1	2	3	4	5	6. עד כמה אתה קורא דברים שקשורים ללימודים שהמורה לא נתנה לקרוא?
1	2	3	4	5	7. עד כמה אתה מעדיף ללמוד לבד ובלי שיעזרו לך חומר חדש?
1	2	3	4	5	8. עד כמה אתה נהנה ללמוד?
1	2	3	4	5	9. האם לפעמים אתה מחליט להכין עבודות או שיעורי בית גם בלי שביקשו ממך?
1	2	3	4	5	10. עד כמה אתה חושב שהלימודים בבית הספר יעזרו לך בעתיד, כשתגדל?
1	2	3	4	5	11. האם אתה לומד כי "חייבים ללמוד"?
1	2	3	4	5	12. האם אתה מעדיף שיגלו לך את התשובה כשהשאלה מאוד קשה?
1	2	3	4	5	13. עד כמה אתה ערני ביום הלימודים?
1	2	3	4	5	14. האם החומר בכיתה מעניין אותך ועושה לך חשק ללמוד אותו גם לא בשעות בית הספר?
1	2	3	4	5	15. האם אתה רוצה להמשיך ללמוד כשתהייה גדול?