

## שאלון Daily-FA מימוש עצמי תפקודי

### Daily Functional Self- Actualization

Rosenblum, 2021\*

נא דרג מ 1-10 את הפריטים שלהלן –התייחס בבקשה לתחושותיך בימים של שיגרה , לא בתקופת הקורונה

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	בדיוג מ 1-10 :
										1. איך היית מדרג את תחושתך לגבי הבריאות הפיזית שלך?
										2. עד כמה אתה מרגיש שהעבודה או לימודים שלך בשגרה מתאימים לך וגורמים לך למצות את כישוריך?
										3. עד כמה אתה/שבע רצון לגבי יכולתך לבצע את מה שאתה/צריך/ה לעשות בחיי היום-יום?
										4. עד כמה אתה/שבע רצון לגבי יכולתך לבצע את מה שאתה/רוצה לעשות בחיי היום-יום?
										5. כיצד היית מדרג את איכות החיים שלך בשגרה?
										6. עד כמה אתה מרגיש בשגרה, שחיך הם בדרך כלל בשליטה?
										7. עד כמה אתה מרגיש בשגרת חיך, שאתה בדרך כלל מגשים את עצמך?
										8. עד כמה אתה מרגיש שהאמצעים הפיזיים שעומדים לרשותך בסביבה שלך (מקום המגורים, ביתך, תחבורה, מרחק לעבודה, מקום העבודה), מאפשרים לך לבצע את מה שאתה רוצה?
										9. עד כמה אתה מרגיש שהאמצעים האנושיים שעומדים לרשותך בסביבה שלך (קהילה, שכנים, בן זוג, ילדים, הורים) מאפשרים לך לבצע את שאתה רוצה?
										10. כיצד היית מדרג את מצב הרוח הכללי שלך בשגרה?

פורסם ב:

Rosenblum, S., & Elimelech, O. C. (2021). Gender Differences in State Anxiety Related to Daily Function Among Older Adults During the COVID-19 Pandemic: Questionnaire Study. *JMIR aging*, 4(2), e25876.