



نوتری پُرس

NUTRIPORS.IR



NUTRIPORS

[Nutripors.ir](http://Nutripors.ir)

پرسشنامه  
آزمون عزت نفس کوپراسمیت



@NUTRIPROS



## پرسشنامه

دانش آموز عزیز:

باسلام وتشکر از اینکه وقتتان را در اختیار این پژوهش قرار می دهید.

پرسشنامه ای که در اختیار دارید به منظور سنجش عزت نفس شما طراحی شده است لذا از شما تقاضا دارم جملات زیر را با دقت بخوانید و در صورتی که هر یک از آنها با وضعیت فعلی شما مطابقت دارد مربع «بلی» و چنانچه به هیچ شکلی با وضعیت شما مطابقت ندارد مربع «خیر» را علامت بگذارید.

با تشکر

- | سن:  | جنس:  | پایه تحصیلی:  |
|--|---|---|
| ۱. بیشتر اوقات در خواب و خیال به سر می برم .                               | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۲. از خود خیلی مطمئن هستم .  | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۳. اغلب آرزو می کنم ای کاش فرد دیگری بودم .                                | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۴. من دوست داشتنی هستم .   | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۵. اوقات خوشی را با پدر و مادرم می گذرانم .                                | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۶. هیچ وقت درباره چیزی نگران نمی شوم .                                     | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۷. صحبت کردن در مقابل کلاس برایم سخت است .                                 | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۸. آرزو می کنم ای کاش بزرگتر بودم .  | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۹. چیز های زیادی در من وجود دارد که اگر می توانستم آنها را تغییر می دادم . | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۱۰. به آسانی می توانم تصمیم بگیرم .  | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۱۱. دیگران از بودن من خوشحال هستند.  | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۱۲. در خانه زود عصبانی می شوم .  | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |
| ۱۳. همیشه کار را درست انجام می دهم .                                       | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر | <input type="checkbox"/> بلی <input type="checkbox"/> خیر |



۱۴. از اینکه درس می خوانم خوشحالم.  بلی  خیر
۱۵. همیشه کسی باید به من بگوید چه کار بکنم.  بلی  خیر
۱۶. انجام کارهای جدید وقت زیادی از من می گیرد.  بلی  خیر
۱۷. اغلب از آنچه انجام داده ام متاسفم.  بلی  خیر
۱۸. بین همسالان خود مشهور هستم.  بلی  خیر
۱۹. معمولاً پدر و مادرم به حرفهای من گوش می کنند.  بلی  خیر
۲۰. هرگز ناخشنود نیستم.  بلی  خیر
۲۱. تا آنجا که بتوانم کار را به نحو احسن انجام می دهم.  بلی  خیر
۲۲. من به راحتی تسلیم می شوم.  بلی  خیر
۲۳. معمولاً می توانم از خود مواظبت کنم.  بلی  خیر
۲۴. من سعی دارم همیشه شاد باشم.  بلی  خیر
۲۵. من ترجیح می دهم با بچه ای کوچکتر از خودم بازی کنم.  بلی  خیر
۲۶. من تمام کسانی را که می شناسم دوست دارم.  بلی  خیر
۲۷. والدینم انتظارات بیش از حدی از من دارند.  بلی  خیر
۲۸. دوست دارم معلم برای جواب دادن درس در کلاس من را صدا بزند  بلی  خیر
۲۹. من نسبت به ویژگیهای اخلاقی خود آگاه هستم.  بلی  خیر
۳۰. پیدا کردن کسی با خصوصیات من سخت است.  بلی  خیر
۳۱. همه چیز در زندگی من گره خورده است.  بلی  خیر
۳۲. بچه ها معمولاً از عقیده من پیروی می کنند.  بلی  خیر
۳۳. هیچ کس در خانه به من توجه زیادی نمی کند.  بلی  خیر
۳۴. هرگز سرزنش نمی شوم.  بلی  خیر
۳۵. آنطور که دوست دارم تکلیف مدرسه ام را انجام نمی دهم.  بلی  خیر
۳۶. می توانم تصمیم بگیرم و به آن پای بند بمانم.  بلی  خیر
۳۷. من واقعاً دوست ندارم که یک دختر باشم.  بلی  خیر
۳۸. من خودم را دست کم می گیرم.  بلی  خیر
۳۹. دوست ندارم با دیگران باشم.  بلی  خیر



۴۰. خیلی وقت ها دوست دارم از خانه بیرون بروم .  
بلای  خیر
۴۱. من اصلاً کمرو نیستم .  
بلای  خیر
۴۲. من اغلب اوقات در مدرسه احساس دلخوری می کنم .  
بلای  خیر
۴۳. من اغلب احساس می کنم که از خود شرمنده ام .  
بلای  خیر
۴۴. من به زیبایی دیگران نیستم .  
بلای  خیر
۴۵. اگر چیزی برای گفتن داشته باشم معمولاً آن را می گویم .  
بلای  خیر
۴۶. بچه ها اغلب از من عیب جویی می کنند.  
بلای  خیر
۴۷. پدر و مادرم به احساسات من توجه دارند.  
بلای  خیر
۴۸. من همیشه راست می گویم .  
بلای  خیر
۴۹. معلمان در احساسات من موثرند .  
بلای  خیر
۵۰. برایم مهم نیست که بر من چه می گذرد .  
بلای  خیر
۵۱. من احساس شکست را دارم .  
بلای  خیر
۵۲. به هنگام سرزنش سریع ناراحت می شوم .  
بلای  خیر
۵۳. بچه های دیگر بیشتر از من مورد علاقه دیگران هستند .  
بلای  خیر
۵۴. اغلب اوقات این احساس را دارم که والدینم مرا تحت فشار قرار می دهند .  
بلای  خیر
۵۵. همیشه می دانم که به مردم چه بگویم .  
بلای  خیر
۵۶. اغلب در مدرسه دلسرد می شوم .  
بلای  خیر
۵۷. معمولاً چیزی مرا آزار نمی دهد .  
بلای  خیر
۵۸. نمی توان به من اعتماد کرد .  
بلای  خیر



## آزمون عزت نفس کوپراسمیت

مقیاس عزت نفس کوپراسمیت (۱۹۶۷) یک مقیاس ۵۸ ماده ای خود- گزارشی ، مداد - کاغذی است که ۸ ماده آن دروغ سنج می باشد و ۵۰ ماده دیگر آن به ۴ خرده مقیاس عزت نفس کلی، عزت نفس اجتماعی ، عزت نفس خانوادگی ، و عزت نفس تحصیلی تقسیم شده است .

### شیوه نمره گذاری این آزمون به صورت صفر و یک است به این معنا که ماده های شماره

۱۴ ، ۱۸ ، ۱۹ ، ۲۱ ، ۲۳ ، ۲۴ ، ۲۸ ، ۲۹ ، ۳۰ ، ۳۲ ، ۳۶ ، ۴۵ ، ۴۷ ، ۵۷ ، ۲ ، ۴ ، ۵ ، ۱۰ ، پاسخ بلی، یک نمره و پاسخ خیر صفر می گیرد . و بقیه سوالات به صورت معکوس است یعنی پاسخ خیر آنها یک نمره و پاسخ بلی صفر می گیرد .

بدیهی است که حداقل نمره ای که یک فرد ممکن است بگیرد صفر و حداکثر ۵۰ خواهد بود . چنانچه پاسخ دهنده از ۸ ماده دروغ سنج که شامل ماده های ۶ ، ۱۳ ، ۲۰ ، ۲۷ ، ۳۴ ، ۴۱ ، ۴۸ ، ۵۵ می باشد بیش از ۴ نمره بیاورد بدان معنی است که اعتبار آزمون پایین است و آزمودنی سعی کرده است خود را بهتر از آن چیزی که هست جلوه دهد .

## پایایی آزمون عزت نفس کوپر اسمیت

کوپر اسمیت و همکاران (۱۹۶۷) ضریب باز آزمایی ۸۸ درصد را بعد از ۵ هفته و ضریب باز آزمایی ۷۰ درصد را بعد از سه سال برای این مقیاس به دست آورده اند تحلیل عوامل نشان داده است که فرد ، مقیاسها عامل های متفاوتی از عزت نفس را می سنجند ( به نقل از نیسی و شهنی بیلاق ، ۱۳۸۱) .

شکرکن و نیسی (۱۳۷۳) ، در پژوهشی که بر روی دانش آموزان سال اول تا سوم دبیرستانهای نجف آباد انجام دادند ، ضریب پایایی باز آزمایی این مقیاس را برای دانش آموزان دختر و پسر به ترتیب ۹۰ درصد و ۹۲ درصد گزارش کرده اند . علامه (۱۳۸۴) نیز با اجرای این مقیاس بر روی یک نمونه دانش آموز پایایی این مقیاس را با روش تنصیف ۸۳ درصد و با روش آلفای کرونباخ ۸۴ درصد بر آورد کرده است .



تحقیقات متعدد ضریب اعتبار مقیاس عزت نفس کوپراسمیت را تایید کرده اند ، در مطالعه شکرکن و نیسی (۱۳۷۳) ضریب اعتبار این مقیاس از طریق همبسته کردن نمره های آزمون با معدل آخر سال دانش آموزان محاسبه گردیده است و ضرایب بدست آمده برای پسران ۶۹ درصد و برای دختران ۷۱ درصد (  $p = ۰/۰۰۱$  ) گزارش شده است .

علامه ( ۱۳۸۴ ) برای محاسبه اعتبار این پرسشنامه از روش همبسته کردن آن با نمره های مقیاس اضطراب اجتماعی استفاده نموده است و ضریب اعتبار ۰/۵۳ - را با (  $p < ۰/۰۰۱$  ) به دست آورده است .