



نوتری پُرس

NUTRIPORS.IR



NUTRIPORS

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

پرسشنامه  
پرسشنامه تحریک پذیری



@NUTRIPROS



## پرسشنامه تحریک پذیری

به سوالات پرسشنامه بر اساس مقیاس پاسخ دهی پاسخ دهید.  
مقیاس پاسخ دهی:

کاملاً در مورد من صدق می کند ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ به هیچ عنوان در مورد من صدق نمی کند



ردیف	عبارات	۱	۲	۳	۴	۵
۱	دوست دارم با مردم باشم.					
۲	معمولاً چنین به نظر می رسد که عجله دارم.					
۳	به آسانی وحشت زده می شوم.					
۴	مکرراً برآشفته می شوم.					
۵	مرا فردی خونگرم و تندخو می شناسند.					
۶	زنگی ام اهنگ تندی دارد.					
۷	بیشتر ترجیح می دهم با دیگران کار کنم تا به تنهایی .					
۸	به آسانی دچار پریشانی عاطفی می شوم.					
۹	چیزهای زیادی وجود دارد که مرا آزار می دهد.					
۱۰	اغلب احساس ناامنی می کنم.					
۱۱	مردم را بیش از هر چیز دیگری عامل تحریک می دانم.					
۱۲	اغلب احساس می کنم از فرط نیرومندی در حال انفجار هستم.					
۱۳	هنگامی که ناراضی باشم ، بلافاصله کاری می کنم که دیگران از آن باخبر شوند.					
۱۴	رویدادهای روزانه مرا آشفته و مضطرب می سازند.					
۱۵	هنگامی که بترسم، سرآسیمه می شوم.					



## روش نمره دهی و تفسیر پرسشنامه

نمرات پاسخ هایتان را به صورت گروه های سه تایی از ماده آزمونها جمع بندی کنید. ابتدا پاسخهایتان را به ماده آزمونهای ۱، ۷ و ۱۱ جمع ببندید. این جمع منعکس کننده سطح جامعه پذیری شماست. (تقسیم این حاصل جمع بر ۳، نمره شما را با با مقیاس ۱ تا ۵ که در آغاز در نظر گرفتید قابل مقایسه خواهد کرد، و به این ترتیب نمره شما مفهوم شهودی تری پیدا خواهد کرد). سپس پاسخ هایتان را به مواد ۲، ۶ و ۱۲ را جمع ببندید. این جمع بیانگر سطح فعالیت شما خواهد بود.

سه مقیاس دیگر از نظر مفهومی به هم وابسته هستند، هر چند جداگانه سنجیده می شوند. حاصل جمع پاسخهای شما به ماده آزمونهای ۴، ۸ و ۱۴ بازتابی از گرایش کلی شما نسبت به تجربه کردن یک واکنش درماندگی است. ماده آزمونهای ۳، ۱۰ و ۱۵ اختصاصی ترند. این سه ماده آزمون اضطراب را اندازه گیری می کنند. ماده آزمونهای ۵، ۹ و ۱۳ نیز بسیار اختصاصی اند. آنها خصیصه خشم را می سنجند. این سه مقیاس آخر - درماندگی، ترس و خشم - همگی مقیاسهای مولفه های تهییج پذیری هستند.

این ماده آزمونها از بررسی آماری خلق و خوی EAS خاص بزرگسالان (باس و پلومین، ۱۹۸۴) اقتباس شده است. خصیصه های شخصیتی ای که با این آزمون سنجیده می شود خلق و خواها هستند. که از نظر زیست شناختی مبتنی بر گرایشهای خلق و خویی موروثی می باشند. سه خصوصیت اساس که با این مقیاسها سنجیده می شوند - جامعه پذیری، سطح فعالیت، و هیجان پذیری - ویژگیهایی هستند که تاثیری بسیار نافذ دارند. آنها بر آنچه افراد انجام می دهند تاثیر می گذارند (مثلا، اشتغال به فعالیتهای انفرادی در مقابل فعالیتهای گروهی). آنها همچنین بر چگونگی انجام هر کاری که افراد عملا انجام می دهند تاثیر می گذارند (مثلا، سریع و با تقلای زیاد،



در مقابل به آرامی و با فراغت بال). در واقع این خصوصیات خلق و خو ممکن

است در هسته اصلی تمامی شخصیت قرار داشته باشد، به این مفهوم که سایر گرایشهای شخصیت ممکن است بر مبنای آنها ساخته شده باشند.

**ماخذ:** کارور، چارلز اس و شی یر، مایکل اف . نظریه های شخصیت . ترجمه احمد رضوانی . معاونت فرهنگی آستان قدس رضوی . ۱۳۷۵ . صص ۲۵۲-۲۵۳