

## + مقیاس همدلی مهربان و اپستین

هدف: ارزیابی میزان همدلی افراد

ردیف	عبارات	کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالقم	کاملاً مخالفم
۱	هنگامی که فردی را می بینم که در میان گروه خود را غریبه احساس می کند، دچار اندود می شوم.					
۲	حساسیت و بیان احساسات نسبت به حیوانات احمقانه است.					
۳	نمایش عواطف در بین افراد جامعه برای من آزاردهنده است.					
۴	از مدمی که ناشاد و افسرده اند رو بر می گردانم.					
۵	اگر حس کنم افرادی که در کنار من هستند، عصبی اند من نیز عصبی می شوم.					
۶	احمقانه است که به خاطر اشک دیگران شادی خویش را از دست بدهم.					
۷	تمایل دارم نظر هیجانی خود را در مشکلات و دشواری های دوستانم سهیم کنم.					
۸	آوازه ها و اشعاری که به ذهن ... است بر من عمیقاً اثر می گذارد.					
۹	هنگامی که اخبار بد از وضعیت نابسامان دیگران به گوش می رسد، کنترلم را از دست می دهم.					
۱۰	عقل من بسیار تحت تأثیر اطرافیانم است.					
۱۱	افراد غریبه ای را که برای نخستین بار می بینم سرد و کسل کننده می یابم.					
۱۲	از بین دو شغل مددکاری اجتماعی و کار در بخش مدیریت منابع انسانی اولی را ترجیح می دهم.					
۱۳	اگر دوست من کج خلق و غمگین باشد، من هرگز تحت تأثیر او قرار نمی گیرم.					
۱۴	دوست دارم صحنه ای را شاهد باشم که دیگری جعبه هدایای دریافت شده خود را می گشاید.					
۱۵	افراد به این دلیل تنها هستند که با دیگران رابطه برقرار نمی کنند.					
۱۶	دیدن افراد گریان مرا افسرده می سازد.					

					برخی آوازاها مرا شاد می کند.	۱۷
					به هنگام خواندن رمان خود را در احساسات قهرمان آن شریک حس می کنم.	۱۸
					هرگاه می بینم با فرد دیگری بد رفتاری می شود، خشمگین می شوم.	۱۹
					حتی هنگامی که اطرافیان من نگران هستند، می توانم آرام بگیرم.	۲۰
					هرگاه دوست من عقده دل خویش را می گشاید، سعی می کنم مسیر صحبت را تغییر دهم.	۲۱
					دیگری مرا به خود جذب می کند.	۲۲
					وقتی می بینم از تماشای یک فیلم کسی به گریه افتاده است یا خنده به شدت شگفت زده می شوم.	۲۳
					می توانم تصمیم بگیرم بدون این که تحت تأثیر احساسات دیگران قرار بگیرم.	۲۴
					اگر اطرافیانم افسرده باشند، نمی توانم وضعیت مساعد قبلی خود را ادامه دهم.	۲۵
					تعجب می کنم چرا بعضی چیزها می تواند دیگران را این اندازه ملول و غمگین سازد.	۲۶
					دیدن یک جانور زخمی مرا غمگین می سازد.	۲۷
					صرف وقت برای فیلم و رمان احمقانه است.	۲۸
					دیدن افراد پیر و درمانده مرا غمگین می سازد.	۲۹
					اشک دیگران بیش از آنکه احساس همدردی مرا به جوش آورد، مرا تحریک می کند.	۳۰
					به شدت در فیلم هایی که مشاهده می کنم، مجذوب و درگیر می شوم.	۳۱
					گاهی با وجود غلیان هیجانات پیرامون خود کاملاً خونسرد باقی می مانم.	۳۲
					گاهی بچه های خردسال بدون هیچ دلیل واضحی می گریند.	۳۳

## مقیاس همدلی مهربان و اپستین

برای ارزیابی میزان همدلی افراد از مقیاس همدلی مهربان و اپستین (۱۹۷۲) استفاده می شود. این مقیاس دارای ۳۳ پرسش است که ۱۷ پرسش آن بصورت مثبت و ۱۶ پرسش دیگر به صورت معکوس طرح شده اند. پرسش های شماره ۳، ۴، ۶، ۱۱، ۱۳، ۱۲، ۲۰، ۲۱، ۲۳، ۲۴، ۲۶، ۲۸، ۳۰، ۳۲ و ۳۳ پرسش های منفی مقیاس را تشکیل دادند (مانند نمایش عواطف در بین افراد جامعه برای من آزار دهنده است) و بقیه ی پرسش ها، پرسش های مثبت را تشکیل می دهند (مانند هنگامی که فردی را می بینم که در میان گروه خود را غریبه احساس می کند، دچار اندوه می شوم) پرسش ها به صورت ۵ گزینه ای طرح شده: کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم می باشد که به ترتیب امتیازهای ۵ تا ۱ را کسب می کنند.

عنوان	کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
امتیاز	۵	۴	۳	۲	۱

پرسش های منفی نیز به همین شکل است، اما ترتیب امتیازها معکوس و به صورت ۱ تا ۵ می باشد.

عنوان	کاملاً موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کاملاً مخالفم
امتیاز	۱	۲	۳	۴	۵

## خرده مقیاس ها و سوالات

ردیف	خرده مقیاس	سوالات	تعداد سوال
۱	همدلی واکنشی	۱۲-۱۶-۱۷-۱۹-۲۷-۲۹	۶
۲	همدلی بیانی	۲-۳-۱۱-۲۱-۲۳	۵

۳	همدلی مشارکتی	۳۳-۳۰-۲۸-۲۶-۱۴-۷	۶
۴	اثرپذیری عاطفی	۳۱-۲۴-۱۸-۱۰-۸-۵	۶
۵	ثبات عاطفی	۳۲-۲۵-۲۲-۱۳	۴
۶	همدلی نسبت به دیگران	۱۵-۶-۴-۱	۴
۷	کنترل	۲۰-۹	۲

### ویژگیهای روانسنجی

در پژوهشی با استفاده از این مقیاس و به وسیله ی مهربابان و اپستین (۱۹۷۲)، در مورد ۲۰۲ مرد و زن (به گونه ی مساوی) انجام گرفت و ضریب پایایی مقیاس ۰/۸۴ گزارش شد.

در پژوهش زرشقایی و همکاران (۱۳۸۹)، بمنظور تصریح بیشتر ویژگی های مقیاس همدلی هیجانی متعادل ابتدا به محاسبه ی میانگین و انحراف معیار نمره ی این مقیاس در گروه نمونه ی مورد مطالعه اقدام شد. جدول ۱ نشانگر این ویژگی ها می باشد.

جدول ۱- شاخص های توصیفی و پایایی پرسش نامه ی همدلی

تعداد پرسش	آزمودنی	میانگین	انحراف استاندارد	واریانس	آلفای کرونباخ
۳۳	۱۴۲	۳/۴۳	۱/۲۳	۱/۵۹	۰/۵۶
		۱۱۱/۳۹	۱۰/۶۸	۱۱۴/۰۲	

بمنظور تعیین ضریب پایایی پرسشنامه ی همدلی از روش آزمون و بازآزمون با فاصله ی زمانی ۲۰ روز نیز استفاده شد. نتایج بدست آمده در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲- ضریب پایایی پرسشنامه ی همدلی با استفاده از روش آزمون باز آزمون

آماره / مرحله	آزمون	بازآزمون
تعداد	۳۷	۳۷
میانگین	۱۱۱/۰۵	۱۱۰/۸۹
انحراف استاندارد	۸/۱۴	۸/۰۴
ضریب پایایی	P < ۰/۰۰۱، ۰/۵۹۹	

بمنظور تعیین ضریب روایی پرسشنامه ها، پس از تحلیل عاملی، ضریب همبستگی نمره ی کل آزمون با خرده مقیاس های آن محاسبه و به عنوان شاخص روایی در نظر گرفته شد. جدول ۳ نشانگر ضریب همسانی درونی خرده مقیاس های مقیاس همدلی هیجانی متعادل با نمره ی کل مقیاس می باشد.

جدول ۳- ضریب روایی پرسشنامه ی همدلی

ردیف	عامل	تعداد پرسش	میانگین	انحراف استاندارد	واریانس	ضریب روایی	معناداری
۱	همدلی واکنشی	۶	۲۴/۸۲	۵/۱۷	۲۶/۷۳	۰/۶۵۳	۰/۰۰۱
۲	همدلی بیاتی	۵	۱۷/۵۲	۳/۰۷	۹/۴۳	۰/۵۰۲	۰/۰۰۱
۳	همدلی مشارکتی	۶	۱۹/۶۸	۲/۷۲	۷/۴۱	۰/۴۹۷	۰/۰۰۱
۴	اثرپذیری عاطفی	۶	۱۷/۳۶	۳/۵۵	۱۲/۶۱	۰/۴۷۹	۰/۰۰۱
۵	ثبات عاطفی	۴	۱۳/۳۶	۲/۴۷	۶/۱۳	۰/۳۹۱	۰/۰۰۱
۶	همدلی نسبت به دیگران	۴	۱۳/۶۰	۲/۶۴	۶/۹۵	۰/۴۰۳	۰/۰۰۱
۷	کل	۳۱	۱۰۶/۳۴	۱۰۰/۰۵	-	-	-

## منابع

- زرشقایی، مسعود؛ نوری، ابوالقاسم؛ عریضی، حمیدرضا. (۱۳۸۹). کفایت شاخص های روان سنجی نسخه ی فارسی مقیاس همدلی هیجانی متعادل. مجله ی روش ها و مدل های روان شناختی، جلد ۱، شماره ۱، پاییز ۱۳۸۹.

