

## پرسشنامه خود شکوفایی

هرگز	به ندرت	گاهی اوقات	اغلب اوقات	
				۱. تقریباً همه چیز در امن و امان است
				۲. به خوبی می دانم که از زندگی ام چه می خواهم
				۳. زندگی ام با معنا است
				۴. راجع به اهداف زندگی مطمئن هستم
				۵. احساس می کنم که در حال رسیدن به کمال خویش هستم
				۶. روی هم رفته از سلامت خوبی برخوردارم
				۷. احساس سلامتی و امنیت می کنم
				۸. در حیطه کاری خود از اعتماد به نفس خوبی برخوردارم
				۹. در جلب نظر و احترام دیگران به خودم، موفق هستم
				۱۰. زندگی ام مرتب و سازمان یافته است
				۱۱. نسبت به بستگانم احساس صمیمیت و نزدیکی می کنم
				۱۲. مورد احترام دیگران هستم
				۱۳. احساس می کنم که انسان با ارزشی هستم
				۱۴. احساس می کنم که مثل یک انسان کامل در حال رشد و کمال هستم
				۱۵. زندگی من روال خیلی خوبی دارد
				۱۶. روی هم رفته از زندگی خود راضی هستم
				۱۷. مردم مرا به خوبی درک می کنند
				۱۸. ماهیت وجودی خود را آنگونه که هست می پذیرم
				۱۹. دیگران نسبت به من بی توجه هستند
				۲۰. احساس تنهایی و بی یابوری می کنم
				۲۱. احساس خستگی و بی حوصلگی می کنم
				۲۲. به خوبی از عهده انجام کارهایم برمی آیم
				۲۳. خود را انسانی موفق و کامیاب می دانم
				۲۴. استعدادهای ذاتی خویش را می شناسم
				۲۵. برای شکوفا ساختن استعدادهایم تلاش می کنم

و

## نمره گذاری:

نمره گذاری پرسشنامه براساس طیف لیکرت چهار درجه ای می باشد.

هرگز	به ندرت	گاهی اوقات	اغلب اوقات
1	2	3	4

## تحلیل ( تفسیر) بر اساس میزان نمره پرسشنامه

بر اساس این روش از تحلیل شما نمره‌های به دست آمده را جمع کرده و سپس بر اساس جدول زیر قضاوت کنید. توجه داشته باشید میزان امتیاز های زیر برای یک پرسشنامه است در صورتی که به طور مثال شما 10 پرسشنامه داشته باشید باید امتیاز های زیر را ضربدر 10 کنید

مثال: حد پایین نمرات پرسشنامه به طریق زیر بدست آمده است

تعداد سوالات پرسشنامه \* 1 = حد پایین نمره

حد پایین نمره	حد متوسط نمرات	حد بالای نمرات
25	62	100

امتیازات خود را از 25 عبارت فوق با یکدیگر جمع نمایید. حداقل امتیاز ممکن 25 و حداکثر 100 خواهد بود.

نمره بین 25 تا 42 : خودشکوفایی فرد، ضعیف است.

نمره بین 42 تا 62 : خودشکوفایی فرد، متوسط است.

نمره بالاتر از 62 : خودشکوفایی فرد، قوی است.

روایی پرسشنامه با استفاده از نظرات اساتید راهنما و مشاور، خوب ارزیابی و تایید شده است.

پایائی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد (1380) در پژوهش اسماعیل خانی و همکاران آن با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ محاسبه شد. معمولاً دامنه ضریب اعتماد آلفای کرونباخ از صفر (0) به معنای عدم پایداری، تا مثبت یک (+1) به معنای پایائی کامل قرار می‌گیرد و هر چه مقدار بدست آمده به عدد مثبت یک نزدیکتر باشد قابلیت اعتماد پرسشنامه بیشتر می‌شود. آلفای کرونباخ برای پرسشنامه خودشکوفایی 0/92 بدست آمد که نشان دهنده پایایی بسیار خوب این مقیاس است.

میزان آلفای کرونباخ

92/0

نام متغیر

خودشکوفایی