

**نسخه‌ی فارسی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ) - نسخه
18 آیتمی**

همیشه	اغلب	مربطاً	گاهی	هرگز	آیتم‌ها
5	4	3	2	1	1) احساس می‌کنم که من برای آنچه که اتفاق افتاده است، مسئولم.
5	4	3	2	1	2) فکر می‌کنم مسبب اتفاق‌های پیش‌آمده خودم هستم.
5	4	3	2	1	3) فکر می‌کنم من مجبورم که این اتفاق را بپذیرم.
5	4	3	2	1	4) فکر می‌کنم من مجبورم که این موقعیت را بپذیرم.
5	4	3	2	1	5) من اغلب در مورد احساسی که نسبت به این تجربه دارم، فکر می‌کنم.
5	4	3	2	1	6) این مساله که من در مورد تجربه کسب کرده‌ام چه احساس و فکری دارم، ذهن من را به خود مشغول کرده است.
5	4	3	2	1	7) به چیزهای خوشایندی فکر می‌کنم که ربطی به این اتفاق ندارند.
5	4	3	2	1	8) من به جای این اتفاق به چیزهای خوب می‌اندیشم.
5	4	3	2	1	9) من در مورد اینکه چگونه این موقعیت را تغییر دهم، فکر می‌کنم.
5	4	3	2	1	10) برای بهترین کار ممکن برنامه ریزی می‌کنم.
5	4	3	2	1	11) من فکر می‌کنم می‌توانم از این موقعیت چیزی را یاد بگیرم.
5	4	3	2	1	12) من فکر می‌کنم در نتیجه چیزی که برای من اتفاق افتاده است، قوی‌تر خواهم شد.
5	4	3	2	1	13) فکر می‌کنم چیزی را که من تجربه کرده‌ام در مقایسه با چیزهای دیگر خیلی بد نبوده است.
5	4	3	2	1	14) من به خودم می‌گویم که در زندگی چیزهای بدتری هم وجود دارد.
5	4	3	2	1	15) من به فکر کردن در مورد وحشتناک بودن تجربه‌ام ادامه می‌دهم.
5	4	3	2	1	16) من عمیقاً به وحشتناک بودن این موقعیت فکر می‌کنم.

					کنم.
5	4	3	2	1	17) من احساس می کنم که دیگران برای آنچه که اتفاق می افتد، مسئولند.
5	4	3	2	1	18) من احساس می کنم که علت اصلی این مشکل دیگران هستند.

معرفی:

نسخه‌های فارسی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ)- نسخه 18 آیتمی): CERQ یک پرسشنامه 36 آیتمی است که شامل 9 خرده‌مقیاس می باشد (گرانفسکی و کرایچ، 2006). هر خرده‌مقیاس نیز از 4 آیتم تشکیل شده است. هر آیتم به چگونگی تفکر هر شخص بعد از تجربه یک رویداد تهدید آمیز یا استرس آمیز می پردازد. CERQ برای اندازه‌گیری استراتژی‌های شناختی که سبک واکنش به رویداد های استرس آمیز افراد را مشخص می کند، کاربرد دارد. CERQ پرسشنامه خود گزارش دهی است که می توان در افراد 12 سال به بالا انجام گیرد. هر آیتم بر اساس مقیاس 5 گزینه ای لیکرت که عبارت است از 1 (اغلب/هرگز) تا 5 (تقریباً همیشه/همیشه). نمره هر خرده مقیاس با جمع کردن آیتم کردن چهار آیتم هر خرده مقیاس به دست می آید، بنابراین دامنه نمرات برای هر خرده مقیاس 4 تا 20 می باشد. هر چه نمره فرد در خرده مقیاس ها بیشتر باشد نشان دهنده استفاده بیشتر از آن استراتژی شناختی می باشد. مشخصات روانسنجی CERQ در مطالعات خوب و مناسب گزارش شده است (گرانفسکی و همکاران، 2002؛ گرانفسکی ، بان و کرایچ، 2005؛ کرایچ و همکاران، 2003). ضریب آلفای کرونباخ در بیشتر موارد بالای 70/0 بوده و حتی برخی مطالعات آلفای کونباخ بالای 80/0 می باشد. همچنین نتایج نشان دهنده اعتبار سازه و اعتبار عاملی خوب و مناسب این پرسشنامه بود. نتایج پژوهش گرانفسکی و کرایچ)

2006) نیز در بررسی همسانی درونی خرده مقیاس ها پرسشنامه خوب گزارش شد (62/0 تا 85/0).

تعداد مطالعاتی که خواهان نسخه کوتاه شده این پرسشنامه بودند، به شدت افزایش یافت. تهیه نسخه کوتاه شده CERQ به دلیل بررسی و تحلیل سریع اطلاعات بسیار مهم می باشد. گرانیفسکی و کرایج (2006) برای اولین بار به بررسی و تهیه نسخه 18 آئمی این پرسشنامه پرداختند در این پژوهش تعداد آئتم های هر خرده مقیاس از 4 به 2 کاهش یافت.

طریقه نمره گذاری

برای هر پاسخ بر اساس طبقه بندی زیر نمره داده می شود:

هرگز	گاه	مرتباً	اغلاً	همی
1	2	3	4	5

به مانند نسخه 36 آئمی این پرسشنامه نیز 9 خرده مقیاس دارد، اما به دلیل حذف بعضی از گویه ها، برای هر خرده مقیاس تنها دو آئتم در نظر گرفته شده است، این تعداد در نسخه 36 آئمی، 4 آئتم می باشد.

ماده ها	خرده مقیاس
1-2	ملامت خویش
3-4	پذیرش
5-6	تمرکز افکار/نشخوارگری روی
7-8	تمرکز مجدد مثبت
9-10	تمرکز مجدد بر برنامه ریزی
11-12	ارزیابی مجدد مثبت
13-14	دیدگاه گیری
15-16	فاجعه سازی
17-18	ملامت دیگران

مشخصات روانسنجی

نتایج آنالیز مولفه های اصلی حمایت تجربی مستحکمی را برای آبتم های تعیین شده در نسخه کوتاه CERQ فراهم آورد. همچنین نتایج در بررسی پایایی پرسشنامه نشان دهنده پایایی بالا و قابل قبول CERQ بود. همچنین در بررسی همسانی درونی CERQ به نتایج زیر دست یافتند:

خرده مقیاس	الفای کرونباخ
ملامت خویش	68/0
پذیرش	73/0
تمرکز افکار/نشخوارگری	79/0
تمرکز مجدد مثبت	80/0
تمرکز مجدد بر برنامه ریزی	79/0
ارزیابی مجدد مثبت	81/0
دیدگاه گیری	79/0
فاجعه سازی	81/0
ملامت دیگران	77/0

همانطور که در جدول بالا مشاهده می کنید کمترین آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس خود ملامت گیری (68/0) و بیشترین آلفای کرونباخ به خرده مقیاس تمرکز مجدد مثبت و فاجعه سازی (81/0) اختصاص دارد. بنابراین نتایج نشان دهنده همسانی درونی مناسب و خوب نسخه کوتاه CERQ می باشد.

منابع:

Garnefski, N., Baan, N., & Kraaij, V. (2005). Psychological distress and cognitive emotion regulation strategies among farmers who fell victim to the foot-and-mouth crisis. *Personality and Individual Differences*, 38, 1317–1327.

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, Ph. (2002b). *Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*. Leiderdorp, The Netherlands: DATEC.

Kraaij, V., Garnefski, N., de Wilde, E. J., Dijkstra, A., Gebhardt, W., Maes, S., & ter Doest, L. (2003). Negative life events and depressive symptoms in late adolescence: Bonding and cognitive coping as vulnerability factors? *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 185–193.

Kraaij, V., Garnefski, N. (2003). Cognitive emotion regulation questionnaire – development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences* 41 (2006) 1045–1053

www.ekeshoo.ir