

پرسشنامه استاندارد طرحواره‌های هیجانی لیهی (1390).

تعریف مفهومی متغیر پرسشنامه

طرحواره های هیجانی: لیهی (2002)، به نقل از حمیدپور

واندوز، 1391) طرحواره‌های هیجانی را با عنوان الگوها، روش‌ها و راهبردهایی که در پاسخ به یک هیجان استفاده می‌شوند، تعریف کرده است. (به نقل از بیرانوند، 1393).

تعریف عملیاتی متغیر پرسشنامه

منظور از طرحواره های هیجانی در این پژوهش، نمره ای است که فرد در مقیاس طرحواره های هیجانی لیهی (2009) و در ابعاد چهارده گانه آن (تایید طلبی، قابلیت درک، احساس گناه، ساده انگاری هیجان‌ها، ارزش‌های والاتر، فقدان کنترل، کرختی، عقلانیت، تداوم، توافق‌پذیری، پذیرش احساسات، نشخوار فکری، بیان احساسات، سرزنش دیگران) کسب می‌نماید. این مقیاس دارای گزینه‌هایی در طیف لیکرت می‌باشد که از یک تا شش نمره گذاری می‌شود. هرچه نمره فرد در این مقیاس بیشتر باشد فرد طرحواره های منفی بیشتری را دارد.

مولفه های پرسشنامه و پرسشنامه

شماره سوالات	تعداد سوالات	14 زیر مقیاس
12-6	2	بی اعتمادی
7-3	2	عدم درک
10-2	2	احساس گناه
28-23	2	ساده انگاری هیجان
26-14	2	فاقد ارزشیابی
17-5	2	فقدان کنترل
20-11	2	کرختی
27-13	2	منطقی بودن
19-9	2	تداوم احساس
25-1	2	هشیاری ضعیف
18-24	2	عدم پذیرش
16-22	2	نشخوار فکری
15-4	2	اظهارگری ضعیف

احساس شرم	2	21-8
-----------	---	------

میخواهیم بدانیم که شما با احساسات و هیجانات خود چگونه روبرو میشوید (برای مثال شما چگونه با احساسات خشم، غم، اضطراب یا احساسات جنسی مواجه میشوید). همه ما در چگونگی پرداختن به این گونه احساسات رفتار متفاوتی داریم (بنابراین پاسخ درست یا غلطی در این زمینه وجود ندارد). لطفاً هر جمله را با دقت مطالعه کنید و به آن پاسخ دهید (از مقیاسی که در زیر ارائه شده استفاده کنید) و بیان کنید که در یک ماه گذشته چگونه با این احساسات مواجه شده اید. عدد پاسخ مورد نظر خود را در جای خالی بگذارید.

مقیاس

- 1- این مورد برای من روی نداده است.
- 2- تا حدودی این مورد برای من وجود نداشته است.
- 3- این مورد خیلی کم برای من وجود داشته است.
- 4- این مورد خیلی کم برای من وجود داشته است.
- 5- این مورد برای من وجود داشته است.
- 6- برای من بسیار وجود داشته است.

- 1_.....اغلب فکر میکنم که احساساتی را بروز میدهم که دیگران فاقد آنها هستند.
- 2_.....داشتن برخی احساسات اشتباه است.
- 3_.....چیزهای در مورد خودم وجود دارد که آنها را درک نمیکنم.
- 4_.....معتقدم باید با گریه کردن باید احساسات خود را تخلیه کنم.
- 5_.....اگر برخی از این احساسات بامن باقی باشند، احساس میکنم کنترلم را از دست خواهم داد.
- 6_.....دیگران احساسات مرا درک کرده و تایید میکنند.
- 7_.....احساسات من برای خودم بی معنی است.
- 8_.....اگر دیگران تغییر کنند، احساس من بهتر خواهد شد.
- 9_.....گاهی میترسم این احساسات شدید باعث از دست رفتن کنترل من شوند.
- 10_.....از داشتن این احساسات شرمنده هستم.
- 11_.....چیزهایی که به دیگران آسیب میرساند به من آسیب نمیرساند.
- 12_.....واقعا کسی به احساسات من توجه نمیکند.
- 13_.....مهم است که نسبت به احساسات خود احساساتی نباشیم و رفتاری منطقی و واقع گرایانه داشته باشیم.
- 14_.....وقتی احساس شکست میکنم، سعی میکنم به موضوعات مهم زندگی فکر کنم...چه چیزی برای من ارزش محسوب میشود.

15-.....احساس میکنم میتوانم احساسات خود را به خوبی اظهار کنم.

16-.....اغلب اشتباهم را باخود تکرار میکنم.

17-.....از اینکه نمیتوانم احساسات خود را کنترل کنم نگران هستم.

18-.....باید در مقابل برخی احساسات مقاومت کرد.

19-.....احساسات نیرومند فقط زمان کوتاهی طول میکشند.

20-.....اغلب از نظر هیجانی احساس خلاء میکنم، گویی هیچ احساسی ندارم.

21-.....دیگران باعث میشوند من دچار احساسات ناخوشایند شوم.

22-.....وقتی احساس شکست میکنم، با خودم تنها میشوم و به احساس بدی که دارم فکر میکنم.

23-.....فکر میکنم در مورد افراد احساس کاملا مشخصی دارم.

24-.....احساسات خود را می پذیرم.

25-.....فکر میکنم احساسات من مشابه احساسات دیگران است.

26-.....من دارای ارزش هایی متعالی تری هستم که به آنها متوسل میشوم.

27-.....فکر میکنم مهم است که درمورد همه چیز منطقی باشم و معقولانه رفتار کنم.

28-.....دوست دارم در مورد احساساتم نسبت به خودم کاملاً آگاه باشم.



به دو طریق می توان از تحلیل این پرسشنامه استفاده کرد.

A. تحلیل بر اساس مولفه های پرسشنامه

B. تحلیل بر اساس میزان نمره به دست آمده

تحلیل بر اساس مولفه های پرسشنامه

به این ترتیب که ابتدا پرسشنامه ها را بین جامعه خود تقسیم و پس از تکمیل پرسشنامه ها داده ها را وارد نرم افزار اس پی اس کنید. البته قبل از وارد کردن داده ها شما باید پرسشنامه را در نرم افزار اس پی اس تعریف کنید و سپس شروع به وارد کردن داده ها

چگونگی کار را برای شفافیت بیشتر به صورت مرحله به مرحله توضیح می دهیم.

مرحله اول. وارد کردن اطلاعات تمامی سوالات پرسشنامه (دقت کنید که شما باید بر اساس طیف لیکرت عمل کنید .

مرحله دوم. پس از وارد کردن داده های همه سوالات، سوالات مربوط به هر مولفه را کمپیوت (compute) کنید. مثلا اگر مولفه اول X و سوالات آن 1 تا 7 است شما باید سوالات 1 تا 7 را compute کنید تا مولفه x ایجاد شود.

به همین ترتیب همه مولفه ها را ایجاد کنید و پس از این کار در نهایت شما باید همه مولفه ها که ایجاد کردید را با هم compute کنید تا این بار متغیر اصلی تحقیق به وجود بیاید که به طور مثال متغیر مدیریت دانش یا ... است.

مرحله سوم. حالا شما هم مولفه ها را به وجود آورده اید و هم متغیر اصلی تحقیق را؛ حالا می توانید از گزینه آنالیز هر آزمونی که می خواهید برای این پرسشنامه (متغیر) بگیرید. مثلا می توانید آزمون توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، واریانس) یا می توانید آزمون همبستگی را با یک متغیر دیگر بگیرید.

• **نمره گذاری پرسشنامه**

مقیاس‌ها	کاملا درست	تقریبا درست	کمی درست	کمی غلط	تقریبا کاملا غلط	کاملا غلط
امتیاز	6	5	4	3	2	1

• **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
28	70	140

- امتیازات خود را از 28 عبارت فوق با یکدیگر جمع نمایید.
حداقل امتیاز ممکن 28 و حداکثر 140 خواهد بود.
- نمره بین 28 تا 47 : میزان هیجان های منفی در حد پایینی می باشد.
- نمره بین 47 تا 94: میزان هیجان های منفی در حد متوسطی می باشد.
- نمره بالاتر از 94 : میزان هیجان های منفی در حد بالایی می باشد.

روایی و پایایی پرسشنامه

روایی ابزار جمع آوری داده ها

اعتبار یا روایی با این مسئله سر و کار دارد که یک ابزار اندازه گیری تا چه حد چیزی را اندازه می گیرد که ما فکر می کنیم (سرمد و همکاران، 1390). در پژوهش بیرانوند (1393) برای تعیین روایی پرسشنامه از روایی محتوا استفاده شده است. بدین صورت که پرسشنامه، در اختیار تعدادی از صاحب نظران سازمان و مدیریت قرار گرفته است در نتیجه مواردی جهت اصلاح پیشنهاد گردید و سرانجام پس از اعمال اصلاحات در پاره ای از موارد پرسشنامه نهایی مورد استفاده قرار گرفت.

پایایی ابزارهای جمع آوری داده ها

قابلیت اعتماد یا پایایی یک ابزار عبارت است از درجه ثبات آن در اندازه گیری هر آنچه اندازه می گیرد یعنی اینکه ابزار اندازه گیری در شرایط یکسان تا چه اندازه نتایج یکسانی به دست می دهد)

سرمد و همکاران، 1390). در پژوهش بیرانوند (1393) پایایی پرسشنامه بر اساس روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه با استفاده از نرم افزار SPSS به دست آمده است و در نهایت بر روی گروه نمونه آماری اصلی به اجرا گذاشته شد.

مقیاس	ضرایب پایایی آلفای کرونباخ
طرحواره‌های هیجانی	0/84

لازم به ذکر است چنانچه ضریب آلفای کرونباخ بیش از 0/7 محاسبه گردد، پایایی پرسشنامه مطلوب ارزیابی می‌شود.

منابع

سرمد، زهره؛ حجازی، الهه و عباس بازرگان (1390) روش تحقیق در علوم رفتاری، تهران: انتشارات آگه.

بیرانوند، کیانوش (1393). مقایسه تحریف‌های شناختی و طرحواره‌های هیجانی در افراد مبتلا به میگرن با افراد سالم. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی. واحد علوم و تحقیقات بروجرد.