

## پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت

### Coopersmith Self- esteem Inventory (SEI)

#### اعتبار و روایی

بررسی ها در ایران و خارج از ایران بیانگر آن است که این آزمون از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار است. هرز و گولن (۱۹۹۱) ضریب آلفای ۰.۸۸ را برای نمره کلی آزمون گزارش کرده اند. همچنین جهت سنجش روایی بین نمره کل آزمون با خرده مقیاس روان آزوده گرایی در آزمون شخصیت آیسنک ، روایی واگرایی منفی و معنادار و با خرده مقیاس برون گرایی روایی همگرایی مثبت معنادار به دست آمده است. ادموندسون و همکاران (۲۰۰۶) نیز ضریب همسانی درونی ۰.۸۶ تا ۰.۹۰ را برای آزمون عزت نفس کوپر اسمیت گزارش کرده اند. کوپر اسمیت و دیگران (۱۹۹۰) ضرایب باز آزمایی را بعد از پنج هفته ۰.۸۸ و بعد از سه سال ۰.۷۰ گزارش کرده اند.

با روش باز آزمایی ضریب اعتبار این آزمون در ایران با فاصله چهار هفته و دوازده روز به ترتیب ۰.۷۷ و ۰.۸۰ گزارش شده است . ضریب همسانی دورنی گزارش شده بین ۰.۸۹ تا ۰.۸۳ در مطالعات مختلف متغیر بوده است. پور شافعی (۱۳۷۰) با روش دو نیمه کردن ضریب ۰.۸۷ را گزارش کرده است. در بررسی روایی آزمون کوپر اسمیت ، ثابت (۱۳۷۵) و ناییبی فرد (۱۳۸۲) روایی همگرایی مثبت بین آزمون کوپر اسمیت و آزمون عزت نفس آیسنک به دست آوردند. این میزان در پژوهش ثابت ۰.۸۰ و در پژوهش ثابت ۰.۸۰ و در پژوهش ناییبی فرد ۰.۷۸ بوده است. همچنین ضرایب اعتبار این آزمون با روش باز آزمایی برای دختران و پسران به ترتیب ۰.۹۰ و ۰.۹۲ گزارش شده است.

#### روش اجرا و نمره گذاری

پرسشنامه عزت نفس (SEI) را می توان به طور فردی یا گروهی اجرا کرد. شکل آموزشگاهی در مورد کودکان و نوجوانان مدرسه ای از ۸ سال به بالا، به کار می رود، شکل بزرگسال ، مربوط به اشخاصی است که تحصیلات عمومی خود را به پایان رسانده اند. مدت اجرای تست تقریباً ۱۰ دقیقه است.

بهتر است که آزمایشگر در خلال اجرای تست، از هر گونه توضیح و تبیینی خودداری کند. از به کار بردن اصطلاح «عزت نفس» باید اجتناب گردد. (به این نکته توجه شود که روی پاسخنامه، این اصطلاح در عنوان گذاشته نشده است).

شیوه نمره گذاری این آزمون به صورت صفر تا یک است به این معنا که در برخی از سؤال ها پاسخ بلی یک نمره و پاسخ خیر صفر می گیرد و باقی سؤال ها به طور معکوس نمره گذاری می شوند. (جدول ۱).

جدول ۱ - سؤال های مربوط به مقیاس ها و شیوه نمره گذاری آن ها

| مقیاس ها   | سؤال ها  |
|--|--|
| عزت نفس عمومی<br>General Self - esteem                       | بلی<br>۱-۴-۱۹-۲۷-۳۸-۳۹-۴۳-۴۷                               |
|  | خیر<br>۳-۷-۱۰-۱۲-۱۳-۱۵-۱۸-۲۴-۲۵-۳۰-۳۱-۳۴-۳۵-۴۸-۵۱-۵۵-۵۶-۵۷ |
| عزت نفس خانوادگی<br>Family Self-esteem                       | بلی<br>۹-۲۰-۲۹   |
|  | خیر<br>۶-۱۱-۱۶-۲۲-۴۴                                       |
| عزت نفس اجتماعی<br>Social Self-esteem                        | بلی<br>۵-۸-۱۴-۲۸   |
|  | خیر<br>۲۱-۴۰-۴۹-۵۲   |
| عزت نفس شغلی / تحصیلی<br>Professional/Scholastic Self-esteem | بلی<br>۳۳-۳۷-۴۲-۴۶   |
|  | خیر<br>۲-۱۷-۲۳-۵۴  |
| مقیاس دروغ<br>Lie Scale                                      | بلی<br>۲۶-۳۲-۳۶-۴۱-۴۵-۵۰-۵۳-۵۸                             |

نمره کلی عزت نفس با جمع کردن نمرات چهار مقیاس عمومی، خانوادگی، اجتماعی و شغلی یا تحصیلی به دست می آید. نمره ی مقیاس دروغ، در مجموع نمرات محاسبه نمی شود. حداکثر نمره در مقیاس عمومی مساوی ۲۶ و در هر یک از سه مقیاس دیگر مساوی ۸ است. حداکثر نمره کلی عزت نفس مساوی ۵۰ می باشد.

## تفسیر نمرات

در تحقیق فتحی آشتیانی (۱۳۷۴) میانگین و انحراف معیار این پرسشنامه برای دانش آموزان دبیرستانی به ترتیب ۳۴/۷۶ و ۸/۴۷ گزارش شده است که براساس آن جدول شماره ۲ تنظیم شده است.

جدول ۲ - میزان عزت نفس

| نمرات      | میزان عزت نفس |
|------------|---------------|
| ۲۶ و کمتر  | عزت نفس ضعیف  |
| ۲۷ - ۴۳    | عزت نفس متوسط |
| ۴۴ و بیشتر | عزت نفس قوی   |

## SEI

عبارت های زیر را به دقت مطالعه نموده نظر خود را درباره هر یک از عبارت ها براساس اینکه به شما شبیه است (بلی) یا به شما شبیه نیست (خیر) با علامت \* مشخص کنید.

| ردیف | عبارت ها   | به من شبیه است (بلی) | به من شبیه نیست (خیر) |
|------|--|----------------------|-----------------------|
| ۱    | معمولاً تشویش ندارم.                                       |                      |                       |
| ۲    | برایم بسیار مشکل است در کلاس حرف بزنم.                     |                      |                       |
| ۳    | اگر می توانستم خیلی چیزها را در خودم تغییر می دادم.        |                      |                       |
| ۴    | می توانم بدون مشکل زیاد تصمیم بگیرم.                       |                      |                       |
| ۵    | دیگران از مصاحبت با من بسیار لذت می برند.                  |                      |                       |
| ۶    | در منزل به آسانی رنجیده خاطر می شوم.                       |                      |                       |
| ۷    | مدت ها طول می کشد تا به چیزی تازه عادت کنم.                |                      |                       |
| ۸    | افراد همسن من ، برایم ارزش زیادی قایلند.                   |                      |                       |
| ۹    | معمولاً پدر و مادرم به احساساتم توجه می کنند.              |                      |                       |
| ۱۰   | به آسانی تسلیم دیگران می شوم.                              |                      |                       |
| ۱۱   | پدر و مادرم بیش از حد از من انتظار دارند.                  |                      |                       |
| ۱۲   | برایم خیلی مشکل است خودم را آن طور که هستم نشان دهم.       |                      |                       |
| ۱۳   | در زندگیم همه چیز درهم و شلوغ است.                         |                      |                       |
| ۱۴   | معمولاً دیگران را تحت تأثیر قرار می دهم.                   |                      |                       |
| ۱۵   | درباره خودم نظر بدی دارم.                                  |                      |                       |
| ۱۶   | غالباً دلم می خواهد خانه را ترک کنم.                       |                      |                       |
| ۱۷   | غالباً در کلاس ناراحتی می کنم.                             |                      |                       |
| ۱۸   | فکر می کنم از لحاظ جسمانی ناخوشایند تر از اغلب افراد هستم. |                      |                       |
| ۱۹   | وقتی چیزی برای گفتن دارم آن را می گویم.                    |                      |                       |
| ۲۰   | پدر و مادرم مرا درک می کنند.                               |                      |                       |
| ۲۱   | دیگران اکثراً بیشتر از من مورد علاقه هستند.                |                      |                       |
| ۲۲   | غالباً احساس می کنم که پدر و مادرم مرا به ستوه می آورند.   |                      |                       |
| ۲۳   | در کلاس غالباً مأیوس می شوم.                               |                      |                       |
| ۲۴   | غالباً فکر می کنم که دلم می خواهد فرد دیگری باشم.          |                      |                       |
| ۲۵   | دیگران غالباً به من اعتماد نمی کنند.                       |                      |                       |

|      |  |                      |                       |
|------|--|----------------------|-----------------------|
| ۲۶   | هرگز مضطرب نیستم.  |                      |                       |
| ۲۷   | به اندازه کافی به خودم اطمینان دارم.                       |                      |                       |
| ۲۸   | دیگران به آسانی از من خوششان می آید.                       |                      |                       |
| ۲۹   | من و والدینم اوقات خوبی را با هم می گذرانیم.               |                      |                       |
| ۳۰   | وقت زیادی را به خیال بافی می گذرانم.                       |                      |                       |
| ردیف | عبارت ها   | به من شبیه است (بلی) | به من شبیه نیست (خیر) |
| ۳۱   | دلم می خواست کم سن تر بودم.                                |                      |                       |
| ۳۲   | همیشه آنچه را باید انجام داد انجام می دهم.                 |                      |                       |
| ۳۳   | از نتایج تحصیلی ام احساس غرور می کنم.                      |                      |                       |
| ۳۴   | همیشه منتظر می شوم تا کسی به من بگوید که چه کار باید بکنم. |                      |                       |
| ۳۵   | اغلب از آنچه می کنم متأسف می شوم.                          |                      |                       |
| ۳۶   | هرگز احساس خوشبختی نکرده ام.                               |                      |                       |
| ۳۷   | همیشه کار را به بهترین وجهی که می توانم انجام می دهم.      |                      |                       |
| ۳۸   | معمولاً می توانم به تنهایی گلیمم را از آب بیرون بکشم.      |                      |                       |
| ۳۹   | از زندگیم تقریباً راضی هستم.                               |                      |                       |
| ۴۰   | ترجیح می دهم دوستانیکم سن تر از خودم داشته باشم.           |                      |                       |
| ۴۱   | به همه کسانی که می شناسم علاقه مند هستم.                   |                      |                       |
| ۴۲   | دوست دارم در کلاس از من بپرسند.                            |                      |                       |
| ۴۳   | خودم را خوب درک می کنم.                                    |                      |                       |
| ۴۴   | در منزل هیچکس به من توجه زیادی نشان نمی دهد.               |                      |                       |
| ۴۵   | هرگز مورد سرزنش واقع نمی شوم.                              |                      |                       |
| ۴۶   | در کلاس آن طور که دلم می خواهد موفق نمی شوم.               |                      |                       |
| ۴۷   | می توانم یک تصمیم بگیرم و در آن پابرجا بمانم.              |                      |                       |
| ۴۸   | واقعاً دلم نمی خواهد یک پسر / دختر باشم.                   |                      |                       |
| ۴۹   | در روابط با دیگران راحت نیستم.                             |                      |                       |
| ۵۰   | هرگز مرعوب نمی شوم.  |                      |                       |
| ۵۱   | غالباً از خودم شرم دارم.                                   |                      |                       |
| ۵۲   | دیگران غالباً برایم دردسر درست می کنند.                    |                      |                       |
| ۵۳   | همیشه حقیقت را می گویم.                                    |                      |                       |
| ۵۴   | معلمانم به من می فهمانند که نتایجم رضایت بخش نیست.         |                      |                       |

|    |  |  |  |
|----|--|--|--|
| ۵۵ | به آنچه می تواند برایم اتفاق بیفتد اصلاً اهمیت نمی دهم.    |  |  |
| ۵۶ | در آنچه که به عهده می گیرم به ندرت موفق می شوم.            |  |  |
| ۵۷ | هنگامی که مورد سرزنش قرار می گیرم دست و پایم را گم می کنم. |  |  |
| ۵۸ | همیشه می دانم که به دیگران چه بگویم.                       |  |  |