



مرکز خدمات آماری و پژوهشی
خوارزمی
www.Kharazmi-Statistics.ir

آموزش نرم افزارهای آماری و پژوهشی

آموزش نگارش مقاله، پایان نامه و رساله

پرسشنامه های استاندارد و محقق ساخته

و ...

خدمت ویژه مرکز آماری و پژوهشی خوارزمی: **محاسبه رایگان آلفای کرونباخ پرسشنامه برای خریداران پرسشنامه**

پس از ورود پاسخ ها به فایل اکسل یا SPSS ، فایل داده ها به همراه پرسشنامه خریداری شده را به ایمیل ما ارسال نموده تا به طور رایگان آلفای کرونباخ محاسبه شود و نتایج برایتان ارسال شود

سایت www.Kharazmi-Statistics.ir

ایمیل kh.stat@yahoo.com

به نام خدا

پرسشنامه مقابله با شرایط پراسترس اندلر و
پارکر (CISS)

پاسخگوی گرامی

با سلام و عرض ادب، از قبول زحمت تکمیل پرسشنامه از شما بسیار سپاسگزارم

لطفا پاسخ مدنظر خود را با علامت ✓ یا ✗ مشخص کنید

ردیف	سؤال	هرگز	گاهی	معمولا	بیشتر اوقات	همیشه
۱	وقتم را به نحوه بهتری تنظیم می‌کنم.					
۲	روی مسئله متمرکز می‌شوم و می‌بینم چگونه آن را می‌توانم حل کنم.					
۳	راجب به اوقات خوشی که داشته‌ام فکر می‌کنم.					
۴	سعی می‌کنم با اشخاص دیگری باشم.					
۵	خود را به خاطر وقت‌گذرانی و تاخیر در کار سرزنش می‌کنم.					
۶	کاری که فکر می‌کنم بهترین است انجام می‌دهم.					
۷	در بدنم احساس درد می‌کنم.					
۸	خود را به خاطر قرار گرفتن در چنین موقعیتی سرزنش می‌کنم.					
۹	به تماشای ویتترین مغازه‌ها مشغول می‌شوم.					
۱۰	چیزهایی را که برایم مهم‌تر است مشخص کرده‌ام اول به آنها می‌پردازم.					
۱۱	سعی می‌کنم به خواب بروم.					
۱۲	با یک غذای دلخواه یا خوراکی به خودم پاداش می‌دهم.					
۱۳	مضطرب می‌شوم مبادا نتوانم با مسئله کنار بیایم یا مقابله نمایم.					
۱۴	دچار تنش زیادی می‌شوم.					
۱۵	در مورد نحوه‌ای که مسائل مشابه را حل نموده‌ام فکر می‌کنم.					
۱۶	به خودم می‌گویم این موضوع واقعاً در مورد من اتفاق می‌افتد.					
۱۷	از این که در مورد این موقعیت بیش از حد هیجانی بوده‌ام خودم را سرزنش می‌کنم.					
۱۸	برای صرف غذا با یک خوراکی بیرون می‌روم.					
۱۹	خیلی ناامید می‌شوم.					
۲۰	برای خودم چیزی خرید می‌کنم.					
۲۱	برای خود یک دوره کاری معین می‌کنم و آنرا دنبال می‌کنم.					

ردیف	سؤال	هرگز	گاهی	معمولا	بیشتر اوقات	همیشه
۲۲	خودم را به خاطر ندانم کاری سرزنش می کنم.					
۲۳	به مهمانی می روم.					
۲۴	سعی می کنم موقعیت را درک کنم.					
۲۵	خشکم می زند و نمی دانم چه کار کنم.					
۲۶	بلافاصله اقدام به عمل اصلاحگرانه می نمایم.					
۲۷	راجع به آنچه اتفاق افتاده فکر می کنم و از اشتباهاتم پند می گیرم.					
۲۸	آرزم می کنم می توانستم آنچه را اتفاق افتاده یا احساس خود را عوض کنم.					
۲۹	به ملاقات دوستی می روم.					
۳۰	در مورد آن چه قرار است انجام دهم نگران می شوم.					
۳۱	با اشخاص به خصوصی وقتم را می گذرانم.					
۳۲	به پیاده روی می روم.					
۳۳	به خودم می گویم دیگر هرگز اتفاق نمی افتد.					
۳۴	برای ناتوانی های عمومی متمرکز می شوم و فکر می کنم.					
۳۵	با کسی که نظرش برابم ارزش دارد صحبت می کنم.					
۳۶	قبل از واکنش نشان دادن مسئله را تجزیه و تحلیل می کنم.					
۳۷	به یک دوست تلفن می کنم.					
۳۸	عصبانی می شوم.					
۳۹	خواسته هایم را با شرایط موجود هماهنگ می کنم.					
۴۰	به سینما می روم.					
۴۱	به موقعیت مسلط می شوم.					
۴۲	کوشش بیشتری می نمایم تا کارها انجام شود.					
۴۳	برای حل مسئله به چندین راه حل مختلف می رسم.					
۴۴	به خود فرصتی داده برای مدتی از موقعیت دور می شوم.					
۴۵	به اشخاص دیگر واکنش نشان می دهم.					
۴۶	از موقعیت استفاده می کنم تا ثابت کنم می توانم از عهده ی آن برآیم.					
۴۷	برای تسلط بر موقعیت سعی می کنم به کارها سازمان دهم.					
۴۸	تلویزیون تماشا می کنم.					

توضیحات پرسشنامه

عنوان پرسشنامه: پرسشنامه مقابله با شرایط پراسترس اندلر و پارکر (CISS)

نوع پرسشنامه: استاندارد

تعداد سئوالات: ۴۸ سوال

سوال معکوس:

بعد یا مولفه: دارد

<< مقیاس یا سطح اندازه گیری: لیکرت ۵ گزینه ای

پاسخ ها	هرگز	گاهی	معمولا	بیشتر اوقات	همیشه
کد یا نمره (جهت ورود پاسخ ها به اکسل یا SPSS)	۱	۲	۳	۴	۵

پرسشنامه مقابله با شرایط پراسترس اندلر و پارکر (CISS)

این پرسشنامه توسط اندلر و پارکر (۱۹۹۰) تهیه شده است. این تست شامل ۴۸ ماده است که پاسخها به روش لیکرت از هرگز (۱) تا همیشه (۵) مشخص شده است.

پرسشنامه CISS سه زمینه اصلی رفتارهای مقابله ای را در برمی گیرد:

۱- مقابله مساله مدار یا برخورد فعال با مساله در جهت مدیریت وحل آن.

۲- مقابله هیجان مدار یا تمرکز بر پاسخ های هیجانی به مساله.

۳- مقابله اجتنابی یا فرار از مساله.

با توجه به اینکه به صورت ۵ درجه لیکرت می باشد حداکثر نمره برای هر ماده ۵ و حداقل ۱ می باشد. آزمودنی بایستی به همه سوالات پاسخ دهد. اگر آزمودنی تعداد ۵ سوال یا کمتر از ۵ سوال را جواب نداده باشد در زمان نمره گذاری پژوهشگر می تواند به این سوالات گزینه ۳ را علامت بزند اما در غیر این صورت یعنی اگر بیش از ۵ سوال بدون پاسخ باشد آن پرسشنامه نمره گذاری نمی شود. دامنه تغییرات سه نوع رفتار رویارویی به این شکل است که نمره ی هر یک از رفتارهای رویارویی سه گانه یعنی مسئله

مدار، هیجان مدار و اجتنابی از ۱۶ تا ۸۰ است. به عبارتی شیوه رویارویی غالب فرد با توجه به نمره ای که در آزمون کسب می کند مشخص می شود. یعنی هر کدام از رفتارها نمره ی بالاتری را کسب کند، آن رفتار به عنوان شیوه رویارویی فرد در نظر گرفته می شود (اندلر و پارکر ۱۹۹۰، به نقل از حاجت بیگی ۱۳۷۹).

گویه های هر یک از مقیاس های شیوه های کنار آمدن در جدول ۱ ارائه شده است.

۱	۲	۶	۱۰	۱۵	۲۱	۲۴	۲۶	۲۷	۳۶	۳۹	۴۱	۴۲	۴۳	۴۶	۴۷	شامل ۱۶ سوال:	P مسئله مدار
۵	۷	۸	۱۳	۱۴	۱۶	۱۷	۱۹	۲۲	۲۵	۲۸	۳۰	۳۳	۳۴	۳۸	۴۵	شامل ۱۶ سوال:	E هیجان مدار
۳	۴	۹	۱۱	۱۲	۱۸	۲۰	۲۳	۲۹	۳۱	۳۲	۳۵	۳۷	۴۰	۴۴	۴۸	شامل ۱۶ سوال:	A اجتناب مدار

ماده های ۰/۹، ۱/۱، ۱/۲، ۱/۸، ۲/۰، ۴/۰، ۴/۸ و ۴/۸ از مقیاس اجتناب مدار مربوط به خرده مقیاس روی آوردن به فعالیت ها می باشد (مهدی زاده، ۱۳۸۶).

پایایی و روایی: برای به دست آوردن پایایی پرسشنامه سبک های مقابله با استرس در گروه دانشجویان از آلفای کرونباخ استفاده شده است که در مقابله مساله مدار پسران ۰/۹۲ و دختران ۰/۸۵ و هیجان مدار پسران ۰/۸۲ و دختران ۰/۸۵، اجتنابی پسران ۰/۸۵ و دختران ۰/۸۲ به دست آمده است (فتوت احمدی، ۱۳۸۰). ضریب اعتبار پرسشنامه با موقعیت های استرس زا از طریق آلفای کرونباخ در پژوهش قریشی در سطح بالایی (۰/۸۱۳۳) به دست آمده است (به نقل از حاجت بیگی، ۱۳۷۹). روایی پرسشنامه مذکور نیز طی تحقیقاتی که در ایران انجام شده ثابت گردیده است. به منظور محاسبه همبستگی عوامل پرسشنامه مقابله با استرس از ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردیده و نتایج ذیل به دست آمده است (همان منبع).

مسأله مدار: ۰/۵۸

هیجان مدار: ۰/۵۵

اجتنابی: ۰/۵۳

جدول ۲ - پایایی پرسشنامه شیوه های کنار آمدن با استرس قریشی (۱۳۷۵)

شیوه کنار آمدن	مسئله مدار	هیجان مدار	اجتناب مدار
ضریب باز آزمایی	۰/۵۸	۰/۵۵	۰/۵۳

"حق انتشار برای مرکز آماری و پژوهشی خوارزمی محفوظ است و هرگونه کپی برداری بدون ذکر مولف پیگرد قانونی دارد."

طراحی، گردآوری، ترجمه و ارزیابی اعتبار و پایایی پرسشنامه

در مرکز خدمات آماری و پژوهشی خوارزمی

www.Kharazmi-Statistics.ir