

«پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل»

این پرسشنامه به منظور بررسی سازگاری اجتماعی طراحی شده است. خواهشمندیم گویه‌های زیر را با دقت خوانده و گویه‌ای که بیشترین تناسب را با شما دارد انتخاب نمایید.

اطلاعات تکمیل کننده‌ی فرم:

جنسیت: سن: میزان تحصیلات:

گویه‌ها	بلی	خیر	نمی‌دانم
۱. آیا هنگامی که مجبورید از یک کار فرما درخواست کار داشته باشید، احساس کمروئی می‌کنید؟			
۲. آیا شرکت در محافل و جشن و سرور را دوست دارید؟			
۳. آیا سر صحبت را باز کردن با یک غریبه را برای خود دشوار می‌بینید؟			
۴. آیا اگر شخصی از شما بخواهد تا بدون آمادگی قبلی درباره موضوعی صحبت کنید به شدت آشفته می‌شوید؟			
۵. آیا در هنگام معاشرت های اجتماعی نقشی انفعالی دارید؟			
۶. آیا اگر مجبور به اجازه گرفتن برای ترک محفلی گروهی باشید احساس خجالت می‌کنید؟			
۷. آیا ترجیح می‌دهید به جای داشتن دوستان متعدد، تعداد کمی دوست صمیمی داشته باشید؟			
۸. آیا از محیط خانوادگی شاد و راضی هستید؟			
۹. آیا به راحتی دوست پیدا می‌کنید؟			
۱۰. آیا هنگام وارد شدن به تنهایی به مکانی که عده ای از مردم دور هم نشسته و مشغول صحبت کردن هستند، تامل می‌کنید؟			
۱۱. آیا اغلب در اظهار نظر کردن در میان جمع به خاطر اینکه ممکن است صحبت اشتباهی انجام دهید دچار تردید می‌شوید؟			
۱۲. اگر به یک مجلس سخنرانی دیر برسید ترجیح می‌دهید بجای نشستن در ریف جلو ایستاده بمانید یا جلسه را ترک نمایید؟			
۱۳. آیا در یک مهمانی یا مجلس بدنبال ملاقات با شخص مهم، حاضر در آن مهمانی می‌باشید؟			
۱۴. آیا برخی اوقات در امور اجتماعی، نقش رهبر را ایفا می‌کنید؟			
۱۵. آیا در حضور اشخاصی که بسیار برایشان احترام قایلید، ولی خوب آنها را نمی‌شناسید، احساس کمروئی زیادی می‌کنید؟			
۱۶. آیا هیچگاه برای اجتناب از دیدار کسی، مسیر خود را در خیابان تغییر داده اید؟			
۱۷. آیا از شادی دست جمعی لذت فراوان می‌برید؟			
۱۸. آیا سخنرانی در جمع مردم برایتان دشوار است؟			

مرکز خدمات روانشناسی و مشاوره ظهیر جهاد دانشگاهی

			۱۹. آیا تجارب متعددی در رابطه با شرکت و سخنرانی در محافل عمومی داشته اید؟
			۲۰. هنگامی که در یک ضیافت شام مهم میهمان هستید به جای درخواست چیزی ، ترجیح می دهید بدون آن سر کنید؟
			۲۱. آیا می توانید به آسانی با جنس مخالف ارتباط دوستانه برقرار کنید؟
			۲۲. آیا در سر صحبت را باز کردن) شروع صحبت(، با شخصی که هم اکنون به او معرفی شده اید، دچار مشکل می شوید؟
			۲۳. آیا در طرح ریزی و هدایت اعمال افراد دیگر ، بعنوان رئیس جلسه ، رهبر یک گروه و غیره آن تجربه ای را داشته اید ؟
			۲۴. آیا اگر مجبور به ابراز عقیده ای باشید که بحثی در میان گروهی از مردم آغاز نمائید، احساس کمروئی شدیدی می کنید؟
			۲۵. آیا از خجالتی بودن رنج می برید؟
			۲۶. آیا برایتان آسان است از دیگران در خواست کمک کنید؟
			۲۷. آیا هنگامی که از شخصی که با آن آشنائی زیادی ندارید ، چیزی می خواهید، ترجیح می دهید که یادداشت یا نامه ای به او بنویسید تا این که به نزد او بروید و از او حضورا درخواست کنید؟
			۲۸. آیا برای شما گزارش شفاهی دادن در برابر گروهی از مردم دشوار است؟
			۲۹. آیا وقتی که به تنهایی مجبور به ورود به یک جلسه عمومی هستید، در حالی که همه در جای خود نشسته اند دچار دستپاچی می شوید؟
			۳۰. آیا برای شاد کردن میهمانی کسل کننده نخستین داوطلب بوده اید؟
			۳۱. آیا اغلب فکر کردن برای ارایه نظر مناسب در یک بحث گروهی ، برایتان مشکل است؟
			۳۲. آیا مسئولیت معرفی اشخاص را در یک مهمانی به عهده می گیرید؟

این فرم پنج سطح اندازه گیری جداگانه سازگاری شخصی و اجتماعی را در بر می گیرد که عبارتند از:

الف . سازگاری در خانه؛ ب. سازگاری تندرستی؛ ج. سازگاری اجتماعی؛ د. سازگاری عاطفی؛ ه. سازگاری شغلی.

در این پژوهش فقط آزمون سازگاری اجتماعی آن مورد استفاده قرار گرفت. که سازگاری اجتماعی با ۳۲ سوال و پاسخ ها به صورت بلی ، خیر ، ؟ مورد استفاده قرار می گیرد.

ویژگی های روانسنجی: اعتبار هر یک از ۵ قسمت پرسشنامه و کل نمرات آن در جدول شماره ۱ آمده است. این ضرایب به وسیله روش همبستگی موارد فرد و زوج و استفاده از فرمول پیشگوئی اسپرمن – براون تعیین شده است ، آزمودنی ها شامل زنان و مردان شاغل در محدوده سنی بین ۲۳ تا ۲۸ سال بودند.

جدول شماره ۱ – اعتبار پرسشنامه (تعداد = ۸۴)

اعتبار	سازگاری	اعتبار	سازگاری
۰/۹۱	عاطفی	۰/۹۱	در خانه
۰/۸۵	شغلی	۰/۸۱	تندرستی
۰/۹۴	مجموع نمرات	۰/۸۸	اجتماعی

روایی پرسشنامه از دو راه بدست آمده است : نخست ، عبارات هر یک از بخشهای پرسشنامه ، در محدوده های انتخاب شدند که اختلاف آنها بین پنجاه در صد و پایینی در توزیع نمرات بزرگسال مشهود باشد . بنابراین در این فرم پرسشنامه تنها مواردی آورده شده اند که تمایز صریح این دو گروه کاملاً متفاوت را نشان می دهد. دوم اینکه ، پرسشنامه در نتیجه تلاشهای متخصصین مشاوره با بزرگسالان ، مبنی بر انتخاب گروههایی از افراد ، به دست آمده است که در محدوده بسیار خوب و بسیار ضعیف سازگاری ، سازگاری داشته اند .

اعتبار یابی این پرسشنامه در ایران به وسیله دکتر علی دلاور برای جامعه جانبازان ورزشکار ایران استاندارد شده است ، همچنین توسط آقا محمدیان شعر باف مورد مطالعه قرار گرفته که به نتایج مشابه سازنده تست یافته است. (محمدیان شعر باف، ۱۳۷۴)

همچنین این پرسشنامه توسط بهرامی احسان (۱۳۷۱) بعد از ترجمه و ویرایش بر روی ۲۰۰ نفر به صورت تصادفی اجرا شد. اعتبار این آزمون با روش آلفای کرونباخ بر اساس ۸۰ سوال که تامین کننده ی تمام بخش های قابل محاسبه از قبیل سازگاری کل ، سازگاری در خانه ، سازگاری بهداشتی ، سازگاری اجتماعی ، سازگاری عاطفی و سازگاری شغلی یا تحصیلی بود ، محاسبه گردید و ضریب آلفای آن معادل ۸۹/۰ به دست آمد.

روش نمره گذاری: برای اجرا پرسشنامه هیچگونه محدودیت زمانی وجود ندارد، اما زمان لازم برای تکمیل پرسشنامه معمولاً بیش از ۲۵ دقیقه است. برای بدست آوردن نمرات سازگاری با تهیه کلید مربوطه به هر معیار ، شمارش علامتهای هر معیار با سهولت انجام خواهد شد و پس از به دست آوردن نمرات کلیه معیارها ، نمرات به دست آمده را با جدول شماره ۲ (هنجاریابی پرسشنامه سازگاری بل) مقایسه و نمره کل به دست آمده را برای سازگاری کلی مورد مقایه قرار می گیرد . ضمناً علامت ؟ پاسخنامه درج شده ، نمره گذاری محسوب نمی شود.

جدول شماره ۲ - هنجارهای پرسشنامه سازگاری بل

طبقه بندی سازگاری		خوب	متوسط	ضعیف
خانه	مرد	۳ تا ۲	۱۱ تا ۴	۱۶ تا ۱۲
	زن	۳ تا ۲	۱۲ تا ۴	۱۷ تا ۱۳
سلامتی	مرد	۳ تا ۲	۸ تا ۴	۱۳ تا ۹
	زن	۴ تا ۲	۹ تا ۵	۱۴ تا ۱۰
عاطفی	مرد	۳ تا ۲	۱۱ تا ۴	۱۵ تا ۱۲
	زن	۶ تا ۳	۱۵ تا ۷	۲۰ تا ۱۶
شغلی	مرد	۴ تا ۲	۱۳ تا ۵	۱۷ تا ۱۴
	زن	۴ تا ۲	۱۳ تا ۵	۱۷ تا ۱۴
اجتماعی	مرد	۶ تا ۳	۱۵ تا ۷	۲۰ تا ۱۶
	زن	۸ تا ۵	۱۹ تا ۹	۲۴ تا ۲۰
کلی	مرد	۲۱ تا ۹	۴۷ تا ۲۲	۶۰ تا ۴۸
	زن	۳۰ تا ۱۷	۵۸ تا ۳۱	۷۱ تا ۵۹