کالج پروژه www.collegeprozheh.ir

پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل ۱۹۶۱

نام و نام خانوادگی: **سن:** **جنس:**

ردیف	سوالات	بلی	خیر	نمی‌دانم
۱	آیا هنگامی که مجبورید از کسی تقاضای کار کنید، احساس ناراحتی و شرم می‌کنید؟			
۲	آیا دوست دارید که در جشن‌ها و میهمانی‌های نشاط‌انگیز شرکت کنید؟			
۳	آیا برایتان مشکل است که با غریبه‌ای، سر صحبت را باز کنید؟			
٤	آیا اگر کسی از شما خواهش کند که بدون آمادگی قبلی درباره‌ی موضوعی صحبت کنید، به طور قابل ملاحظه‌ای، دچار آشفتگی می‌شوید؟			
٥	آیا از فرصت‌های اجتماعی کناره‌گیری کرده‌اید؟			
٦	آیا اگر مجبور باشید، برای ترک محفلی که شامل گروهی از افراد است، اجازه بگیرید، دچار پریشانی می شوید؟			
۷	آیا مایلید به جای آشنایان زیاد، دوستان نزدیک و معدودی داشته باشید؟			
۸	آیا اغلب در مهمانی‌ها مورد توجه قرار می‌گیرید؟			
۹	آیا به آسانی دوست پیدا می‌کنید؟			
۱۰	آیا از وارد شدن به اتاقی که گروهی از افراد با هم به صحبت نشسته‌اند، امتناع می‌ورزید؟			
۱۱	آیا اغلب برای صحبت کردن در میان جمع از ترس این که مبادا اشتباه کنید یا سخن نادرستی بگویید، دچار تردید می‌شوید؟			
۱۲	اگر به یک مجلس سخنرانی، دیر برسید و در صندلی‌های عقب جای خالی نباشد، آیا ترجیح می‌دهید به جای این که صندلی‌های جلو را اشغال کنید، در سالن بایستید (یا آن جا را ترک کنید)؟			
۱۳	آیا در یک مهمانی یا مجلس درصدد بر می‌آیید که با شخصیت مهم حاضر در جلسه ملاقات کنید؟			
١٤	آیا گاهی در امور اجتماعی، نقش رهبر را به عهده می‌گیرید؟			
۱۵	آیا در حضور اشخاصی که احترام زیادی برایشان قائلید، اما به خوبی با آن‌ها آشنا نیستید، احساس ناراحتی و شرم می‌کنید؟			
١٦	آیا گاهی مسیرتان را عوض می‌کنید تا از روبرویی با دیگران بپرهیزید؟			
۱۷	آیا از رقص دسته جمعی لذت می‌برید؟			
۱۸	آیا برایتان مشکل است که در جمع صحبت کنید؟			
۱۹	آیا تاکنون برایتان بارها اتفاق افتاده است در برابر جمع یا گروهی حاضر شوید و کاری را انجام دهید؟			
۲۰	هنگامی که در یک مهمانی شام مهم، میهمان هستید، اگر چیزی لازم داشته باشید، به جای این که خواهش کنید آن را به شما بدهند، ترجیح می‌دهید بدون آن سر کنید؟			
۲۱	آیا برایتان آسان است که روابط صمیمانه‌ای با جنس مخالف داشته باشید؟			
۲۲	آیا شروع صحبت با شخصی که الساعه به او معرفی شده‌اید، برایتان مشکل است؟			
۲۳	آیا در طرح ریزی و هدایت اعمال افراد به عنوان رئیس جلسه، رهبری گروه و ... تجربه‌ای داشته‌اید؟			
٢٤	اگر مجبور باشید که برای آغاز بحث و گفتگو در میان جمع، فکر یا عقیده‌ای را ابراز کنید، نسبت به خود، خیلی دچار شک و تردید می‌شوید؟			

۲۵	آیا از کمرویی در زحمت هستید؟			
۲٦	آیا برایتان آسان است که از دیگران تقاضای کمک کنید؟			
۲۷	هنگامی که نیاز دارید از شخصی که خیلی خوب با او آشنا نیستید چیزی را درخواست کنید، آیا ترجیح می دهید به جای مراجعه مستقیم به آن فرد، یادداشت یا نامه‌ای برای او بفرستید؟			
۲۸	آیا برای شما مشکل بوده است که به طور شفاهی در برابر گروهی از مردم گزارش دهید؟			
۲۹	آیا هنگامی که مجبورید به تنهایی در یک مجلس عمومی وارد شوید در حالی که همه در جای خود نشسته اند، احساس شرم و دستپاچگی می‌کنید؟			
۳۰	آیا هرگز داوطلب شده‌اید که یک مهمانی خسته‌کننده را روحیه بدهید؟			
۳۱	آیا گاهی احساس می‌کنید که مسئولان در برابر کوشش‌های شما مبنی بر انجام دادن وظیفه‌تان در سطح عالی، حق-شناسی واقعی ابراز نمی‌کنند؟			
۳۲	آیا در مهمانی‌ها، مسئولیت معرفی اشخاص را بر عهده می‌گیرید؟			

روایی و پایایی و نمره گذاری:

این پرسشنامه توسط بل ساخته شده است و دارای ۵ مولفه سازگاری در خانه، سازگاری شغلی، سازگاری تندرستی ، سازگاری عاطفی و سازگاری اجتماعی می باشد. کل آزمون دارای ۳۲ سوال می باشد. و گزینه های آن یله و خیر و نمیدانم می باشند.

که گزینه بله ۱ نمره و خیر صفر نمره دارد.

در پژوهش میکائیلی و امام زاده پایایی کل این آزمون ۰/۸٤ و روایی آن ۰/۸۰ بدست آمد. (میکائیلی و امام زاده، ۱۳۸۷).

منبع

میکاییلی، فرزانه و امام زاده زهرا مددی. (۱۳۸۷). رابطه هوش هیجانی اجتماعی و سازگاری اجتماعی در دانشجویان دارای حکم انظباطی و مقایسه آن با دانشجویان بدون حکم، فصلنامه علمی پژوهشی تبریز، سال سوم شماره ۱۱.