

این فایل فقط برای مشاهده قسمتی از پرسشنامه می باشد.

برای خرید و دریافت فایل کامل ورد و قابل ویرایش این پرسشنامه

به داخل سایت مراجعه نماید.

پرسشنامه حس انسجام آنتونوسکی SOC- 13

Me = معنی دار بودن

Ma = قابل مدیریت بودن

Co = قابل درک بودن

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---------------------|
| 1- آیا شما در مورد آنچه که در اطرافتان می گذرد احساس ناامنی می کنید؟(Me)4 | | | | | | | | |
| به ندرت-هرگز | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | خیلی زیاد |
| 2- آیا تا کنون اتفاق افتاده است که از رفتار افرادی که فکر می کنید آنها را می شناسید شگفت زده شده باشید؟(Co)5 | | | | | | | | |
| هرگز | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | همیشه |
| 3- آیا تا کنون اتفاق افتاده است، افرادی که روی آنها حساب می کنید ، شما را نا امید کنند؟(Ma)6 | | | | | | | | |
| هرگز | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | همیشه |
| 4- تاکنون زندگی شما بوده است: (Me)8 | | | | | | | | |
| بدون اهداف روشن | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | با اهداف روشن بسیار |
| 5- آیا احساس می کنید که رفتار نا عادلانه ای داشته اید؟(Ma)9 | | | | | | | | |
| اغلب اوقات | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | به ندرت-هرگز |
| ===== | | | | | | | | |
| 12- هر چند وقت احساس می کنید که کارهایی که در زندگی روزمره انجام می دهید بی اهمیت هستند؟(Me)28 | | | | | | | | |
| اغلب اوقات | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | به ندرت-هرگز |
| 13- چند بار احساس کرده اید که شما احساسی دارید که نمی توانید آنرا تحت کنترل خود نگه دارید؟(Ma)29 | | | | | | | | |
| اغلب اوقات | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | به ندرت-هرگز |

جزء اول : قضاوت های شناختی در باره ی این است که چطور افراد در زندگی خود در حال پیشرفت هستند.

جزء دوم : که سطح تجربه های خوشایند را در بر می گیرد.

1- قابل درک بودن (comperhensibility) که در فرم 13 سوالی به اختصار با حرف (Co) نشان داده

می شود.

2- قابل مدیریت بودن (manageability) که در فرم 13 سوالی به اختصار با حرف (Ma) نشان داده می شود.

3- معنی دار بودن (meaning) که در فرم 13 سوالی به اختصار با حرف (Me) نشان داده می شود.

بر اساس نظریه ی آنتونووسکی حس انسجام یک تجربه ی درونی است که به صورت تجربی در طول جوانی رشد می کند تا در یک فرد به یک کیفیت نسبتاً پایدار می رسد. آنتونووسکی در پژوهشی نشان داد که حس انسجام قوی و رشد یافته سلامت جسمانی را ارتقا می بخشد و سطوح بالای بهزیستی روانی را تسهیل می کند.

نمره گذاری: پرسشنامه ی حس انسجام آنتونووسکی SOC متشکل از دو فرم 13 ماده ای (SOC-13) و 29 ماده ای (SOC-29) می باشد. هر دوی این پرسشنامه ها از تعداد مشخصی سوال تشکیل شده اند و هر سوال هفت گزینه دارد که از یک تا هفت درجه بندی شده اند.

منابع:

Eriksson M, Lindstrom B. Validity of Antonovsky sense of coherence scale: a systematic review. J Epidemiol Community Health 2005;59(6):460-6.