

**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 اضطراب اسپیلبرگر (صفتی و حالتی)**

پرسشنامه اضطراب مورد نظر دارای 40 سوال بوده که در دو قسمت ( قسمت اول 20 سوال ، حالت اضطراب و قسمت دوم نیز 20 سوال ، رگه اضطراب) می باشد که توسط اسپیلبرگر طراحی و ساخته شده است و هدف از این پرسشنامه خودسنجی مربوط به اضطراب صفتی و وضعی طراحی شده است و بر اساس طیف لکیرت ( از خیلی کم تا خیلی زیاد) نمره گذاری شده است.

در ضمن این پرسشنامه به صورت کامل دارای سوالات تخصصی + شیوه نمره گذاری + تفسیر و تحلیل + روایی و پایایی + منابع می باشد.

**1. قسمتی از سوالات خودسنجی مربوط به اضطراب صفتی**

ردیف	سوالات	تقریباً هرگز	بعضی اوقات	اغلب اوقات	تقریباً همیشه
1	احساس خوشی و لذت دارم				
2	احساس عصبانیت و بی قراری می کنم				
3	احساس می کنم از خودم رضایت دارم				
4	آرزو می کنم می توانستم به اندازه دیگران خوشحال باشم				

				احساس شبيه به شكست خوردگی دارم	5
				=====	6
				احساس بی کفایتی می کنم	15
				راضی هستم	16
				بعضی از فکرهای بی اهمیت به فکر من خطور می کند و مرا آزاد می دهد	17
				شدیداً ناامید هستم و نمی توانم آن را بیرون کنم	18
				آدم منظم و کوشایی هستم	19
				وقتی به نگرانی ها و علایق گذشته فکر می کنم دچار بجران و آشفتگی می شوم	20

## 2. قسمتی از سوالات خودسنجی مربوط به اضطراب وضعی

خیلی زیاد	نسبتاً زیاد	کم	هرگز	سوالات	ردیف
				احساس آرامش می کنم	1
				احساس امنیت می کنم	2
				هیجان زده هستم	3
				احساس فشار روحی می کنم	4
				احساس آسودگی و فراغت می کنم	5
				=====	6

				آرامش بدنی دارم	15
				احساس خوشنودی دارم	16
				نگران هستم	17
				احساس گیجی می کنم	18
				احساس یکنواختی می کنم	19
				احساس لذت می کنم	20