



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

### پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت

بسمه تعالی

جملات زیر را با دقت بخوانید و در صورتی که هر یک از آنها با وضعیت شما مطابقت دارد در ستون بلی و در غیر این صورت در ستون خیر علامت بزنید.

۱. بیشتر اوقات در خواب و خیال به سر می برم
۲. از خود خیلی مطمئن هستم
۳. اغلب آرزو می کنم که ای کاش فرد دیگری بودم
۴. با والدینم اوقات خوشی دارم
۶. هیچ وقت درباره چیزی نگران نمی شوم
۷. صحبت کردن در مقابل کلاس برایم سخت است
۸. آرزو می کنم که ای کاش جواتر بودم
۹. چیزهای زیادی در من وجود دارد که اگر می توانستم آن را تغییر می دادم
۱۰. به آسانی می توانم تصمیم بگیرم
۱۱. دیگران از بودن یا من لذت می برند
۱۲. در خانه زود عصبانی می شوم
۱۳. همیشه کار درست را انجام می دهم
۱۴. به امور تحصیلی خود افتخار می کنم
۱۵. همیشه کسی باید به من بگوید چه کار کنم
۱۶. انجام هر کار جدیدی وقت زیادی از من می گیرد
۱۷. اغلب از آنچه انجام داده ام متاسفم
۱۸. بین هم سن و سالان خود مشهور هستم
۱۹. معمولاً والدینم به احساسات من توجه می کنند
۲۰. هرگز ناخشنود نمی شوم
۲۱. تا آنجا که بتوانم کارم را به نحو احسن انجام می دهم
۲۲. من به راحتی تسلیم می شوم
۲۳. معمولاً می توانم از خود مواظبت کنم
۲۴. من فردی نسبتاً شادمان هستم

۲۵. من ترجیح می‌دهم یا بچه‌ای کوچکتر از خودم بازی کنم
۲۶. والدینم انتظارات بیش از حد دارند
۲۷. من تمام کسانی را که می‌شناسم دوست دارم
۲۸. دوست دارم معلم در کلاس مرا برای درس جواب دادن صدا کند
۲۹. من خود را درک می‌کنم.
۳۰. مثل من بودن خیلی سخت است.
۳۱. همه چیز در زندگی من گره خورده است
۳۲. بچه‌ها معمولاً از عقیده من پیروی می‌کنند
۳۳. هیچ کس در خانه به من توجه زیادی نمی‌کند
۳۴. هرگز سرزنش نمی‌شوم.
۳۵. آنطور که دوست دارم تکالیف مدرسه ام را انجام نمی‌دهم
۳۶. می‌تونم به تصمیماتم پایبند باشم.
۳۷. من واقعاً دوست ندارم یک پسر/دختر باشم.
۳۸. من خودم را دست کم می‌گیرم
۳۹. دوست ندارم با دیگران باشم.
۴۰. خیلی وقت‌ها دوست دارم خانه را ترک کنم
۴۱. من اصلاً کم رو نیستم.
۴۲. من اغلب اوقات در مدرسه احساس دلخوری دارم.
۴۳. من اغلب احساس می‌کنم از خود شرمندم ام.
۴۴. من به زیبایی دیگران نیستم
۴۵. اگر چیزی برای گفتن داشته باشم معمولاً آن را می‌گویم
۴۶. بچه‌ها اغلب از من عیب جوئی می‌کنند
۴۷. پدر و مادرم همیشه مرا درک می‌کنند
۴۸. من همیشه راست می‌گویم
۴۹. معلمان در من احساس بی‌کفایتی ایجاد می‌کنند
۵۰. من فردی شکست خورده هستم.
۵۱. برایم مهم نیست که بر من چه می‌گذرد
۵۲. هنگام سرزنش به آسانی ناراحت می‌شوم
۵۳. بچه‌های دیگر بیشتر از من مورد علاقه هستند
۵۴. اغلب احساس می‌کنم از سوی والدینم تحت فشارم
۵۵. همیشه می‌دانم به مردم چه بگویم

۵۶. اغلب در مدرسه دلسرد می شوم.

۵۷. معمولاً چیزی مرا آزار نمی دهند.

۵۸. نمی توان به من اعتماد کرد.

پاسخنامه

شماره سوال	بلی	خیر	شماره سوال	بلی	خیر
۱			۳۰		
۲			۳۱		
۳			۳۲		
۴			۳۳		
۵			۳۴		
۶			۳۵		
۷			۳۶		
۸			۳۷		
۹			۳۸		
۱۰			۳۹		
۱۱			۴۰		
۱۲			۴۱		
۱۳			۴۲		
۱۴			۴۳		
۱۵			۴۴		
۱۶			۴۵		
۱۷			۴۶		

		۴۷			۱۸
		۴۸			۱۹
		۴۹			۲۰
		۵۰			۲۱
		۵۱			۲۲
		۵۲			۲۳
		۵۳			۲۴
		۵۴			۲۵
		۵۵			۲۶
		۵۶			۲۷
		۵۷			۲۸
		۵۸			۲۹

کاربر گرامی: در صورتی که نیاز به پرسشنامه استاندارد و جامع دارید به **سایت مادسیج** مراجعه کنید و نام پرسشنامه خود را جستجو کنید.