



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

مقیاس هوش هیجانی شوت

دانش آموز گرامی

اطلاعات مندرج در این پرسشنامه به منظور پژوهش و تحقیق می باشد و کاملاً محرمانه تلقی خواهد شد

- بنابراین می توانید با آسودگی خاطر و صادقانه پاسخ بدهید.

- لطفاً هنگام پاسخ دادن به سوالات، درباره هیچ یک از سوالات با کسی مشورت نکنید.

- هیچ پرسشی را بدون پاسخ نگذارید.

- پس از مطالعه دقیق هر جمله، بلافاصله پاسخ خود را مشخص کنید.

- اگر برای پاسخ به عبارتی مشکل داشتید، اولین پاسخی را که به ذهنتان می رسد، در پاسخ نامه علامت بزنید.

سن:	کلاس:	نام مدرسه:
سن پدر:	تحصیلات پدر:	شغل پدر:
سن مادر:	تحصیلات مادر:	شغل مادر:
تعداد افراد خانواده:	فرزند چندم هستید:	

هر یک از عبارتهای زیر را بخوانید و با انتخاب یکی از گزینه ها مشخص کنید تا چه حد با هر یک از آنها موافق یا مخالفید. وقت زیادی روی هر عبارت صرف نکنید.

- ۱- می دانم چه موقع درباره مشکلات شخصی ام با دیگران صحبت کنم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲- وقتی با مانعی مواجه می شوم، زمانی را به یاد می آورم که با موانع مشابهی روبرو شدم و بر آنها غلبه یافتم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۳- انتظار دارم در اغلب کارهایی که برای آنها تلاش می کنم، عملکردم بهتر باشد.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۴- دیگران اسرار خود را به آسانی با من در میان می گذارند.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۵- فکر می کنم فهمیدن پیام غیر کلامی دیگران مشکل است.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

- ۶- برخی از رویدادهای مهم زندگی ام باعث شدند مجددا ارزیابی کنم چه چیزی مهم است و چه چیزی مهم نیست.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۷- وقتی خلق و خویم تغییر می کند، اوقات های جدیدی (امکان وقوع رویدادهای جدید) به رویم گشوده می شود.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۸- با وجود عواطف و هیجانات (مانند غم، شادی، خشم و ...) زندگی ام ارزش پیدا می کند.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۹- من نسبت به عواطف و هیجاناتی که احساس می کنم، آگاه هستم.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۰- انتظار دارم که اتفاقاتی خوب، رخ بدهد.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۱- دوست دارم که دیگران را در احساساتم شریک کنم.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۲- زمانی که احساس مثبتی را تجربه می کنم، می دانم چگونه آن احساس را حفظ کنم.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۳- من شرایطی را فراهم می کنم که دیگران از آن لذت می برند.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۴- من به دنبال فعالیت هایی هستم که مرا خوشحال سازند.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۵- من از پیام های غیر کلامی (مانند حالت های چهره، حرکات دست و ...) که به دیگران منتقل می کنم آگاه هستم.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۶- خودم را به گونه ای نشان می دهم که بر دیگران تأثیر خوب داشته باشد.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۷- وقتی خوشحال هستم (احساس مثبتی دارم) حل مسائل برایم آسان است.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۸- با نگاه کردن به چهره دیگران احساسی (هیجانی) را که آنها دارند، درک می کنم.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۱۹- می دانم چرا احساسات و هیجاناتم تغییر می کنند.
- کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق

- ۲۰- زمانی که خوشحالم می توانم به ایده های (افکار و اندیشه های) نو و جدید دست پیدا کنم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۱- من بر هیجانان و احساساتم کنترل دارم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۲- من به راحتی هیجانان و احساساتی را که دارم، تشخیص می دهم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۳- با تصور کردن موفقیت در کارها، خودم را تشویق می کنم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۴- وقتی دیگران کار خوبی انجام می دهند، از آنها تعریف می کنم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۵- من از پیام های غیر کلامی (پیام هایی که از طریق حالت چهره، طرز نگاه، حرکات بدن و ...) که دیگران منتقل می کنند آگاه هستم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۶- وقتی شخصی حادثه مهم زندگیش را با من در میان می گذارد، تقریباً احساس می کنم که آن حادثه برای خودم اتفاق افتاده است.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۷- زمانی که تغییری در هیجانان و عواطفم احساس می کنم، تمایل دارم به ایده های نو دست پیدا کنم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۸- وقتی در کاری با مشکلات زیادی مواجه می شوم، چون معتقدم که شکست خواهم خورد آن را رها می کنم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۲۹- تنها با نگاه کردن به مردم، آنچه را آنها احساس می کنند، تشخیص می دهم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۳۰- زمانی که دیگران ناراحت هستند به آنها کمک می کنم تا احساس بهتری داشته باشند.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۳۱- برای اینکه بتوانم با مشکلات مبارزه کنم و تلاشم را ادامه دهم حالات مثبت را به خودم تلقین می کنم.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۳۲- با گوش دادن به لحن و تن صدای افراد می توانم بگویم که آنها چه احساسی دارند.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق
- ۳۳- درک احساسات و هیجانان دیگران برای من مشکل است.
کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نه مخالف نه موافق تا حدودی موافق کاملاً موافق