



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوست شماره دو

پرسش نامه هوش هیجانی شات

معلم گرامی سلام بر شما؛

اطلاعات موجود در این پرسشنامه به منظور تحقیق و پژوهش مربوط به پایان نامه کارشناسی ارشد اینجانب در رشته روان شناسی تربیتی می باشد و کاملاً محرمانه تلقی خواهد شد. خواهشمندم حال که از روی محبت و با نگاه حرفه ای خود، با اینجانب همکاری می نمایید، ابتدا اطلاعات درخواست شده را وارد نمایید. سپس بعد از خواندن هر سوال، نظر شخصی خود را مشخص بفرمایید.

جنسیت: خانم آقا دبیر درس: ریاضی تعلیمات دینی مطالعات اجتماعی مدرسه:

۱- می دانم چه موقع درباره مشکلات شخصی ام با دیگران صحبت کنم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

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 موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۳- انتظار دارم در اغلب کارهایی که برای آنها تلاش می کنم، عملکردم بهتر باشد.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۴- دیگران اسرار خود را به آسانی با من در میان می گذارند.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۵- فکر می کنم فهمیدن پیام غیر کلامی دیگران مشکل است.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۶- برخی از رویدادهای مهم زندگی ام باعث شدند مجدداً ارزیابی کنم چه چیزی مهم است و چه چیزی مهم نیست.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۷- وقتی خلق و خویم تغییر می کند، افق های جدیدی (امکان وقوع رویدادهای جدید) به رویم گشوده می شود.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۸- با وجود عواطف و هیجانات (مانند غم، شادی، خشم و...) زندگی ام ارزش پیدا می کند.

- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۹- من نسبت به عواطف و هیجاناتی که احساس می‌کنم، آگاه هستم.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۰- انتظار دارم که اتفاقهای خوب، رخ بدهد.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۱- دوست دارم که دیگران را در احساساتم شریک کنم.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۲- زمانی که احساس مثبتی را تجربه می‌کنم، می‌دانم چگونه آن احساس را حفظ کنم.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۳- من شرایطی را فراهم می‌کنم که دیگران از آن لذت می‌برند.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۴- من به دنبال فعالیت‌هایی هستم که مرا خوشحال سازند.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۵- من از پیام‌های غیر کلامی (مانند حالت‌های چهره، حرکات دست و...) که به دیگران منتقل می‌کنم، آگاه هستم.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۶- خودم را به گونه‌ای نشان می‌دهم که بر دیگران تاثیر خوب داشته باشد.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۷- وقتی خوشحال هستم (احساس مثبتی دارم) حل مسائل برایم آسان است.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۸- با نگاه کردن به چهره دیگران احساسی (هیجانی) را که آنها دارند، درک می‌کنم.
- کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف
- ۱۹- می‌دانم چرا احساسات و هیجاناتم تغییر می‌کنند.



کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۰- زمانی که خوشحالم می‌توانم به ایده‌های (افکار و اندیشه‌های) نو و جدید دست پیدا کنم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۱- من بر هیجانات و احساساتم کنترل دارم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۲- من به راحتی هیجانات و احساساتی را که دارم، تشخیص می‌دهم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۳- با تصور کردن موفقیت در کارها، خودم را تشویق می‌کنم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۴- وقتی دیگران کار خوبی انجام می‌دهند، از آنها تعریف می‌کنم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۵- من از پیام‌های غیر کلامی (پیام‌هایی که از طریق حالت چهره، طرز نگاه، حرکات بدن و...) که دیگران منتقل می‌کنند، آگاه هستم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۶- وقتی شخصی حادثه مهم زندگیش را با من در میان می‌گذارد، تقریباً احساس می‌کنم که آن حادثه برای خودم اتفاق افتاده است.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۷- زمانی که تغییری در هیجانات و عواطفم احساس می‌کنم، تمایل دارم به ایده‌های نو دست پیدا کنم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۸- وقتی در کاری با مشکلات زیادی مواجه می‌شوم، چون معتقدم که شکست خواهم خورد آن را رها می‌کنم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۲۹- تنها با نگاه کردن به مردم، آنچه را آنها احساس می‌کنند، تشخیص می‌دهم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۳۰- زمانی که دیگران ناراحت هستند به آنها کمک می‌کنم تا احساس بهتری داشته باشند.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۳۱- برای اینکه بتوانم با مشکلات مبارزه کنم و تلاشم را ادامه دهم حالات مثبت را به خودم تلقین می‌کنم.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۳۲- با گوش دادن به لحن و تن صدای افراد می‌توانم بگویم که آنها چه احساسی دارند.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف

۳۳- درک احساسات و هیجانات دیگران برای من مشکل است.

کاملاً موافق تا حدودی موافق نه مخالف نه موافق تا حدودی مخالف کامل مخالف