

## مقیاس صفت خشم اسپیلبرگر

### اسپیلبرگر

سؤالات زیر درباره احساس خشم هستند. لطفاً هر کدام را که در مورد شما بطور کلی (چگونگی احساس کلی شما) صادق است علامت بزنید. فقط یک پاسخ را که در مورد شما صادق است علامت بزنید.

«۱» تقریباً هرگز

«۲» گاهی اوقات

«۳» اغلب

«۴» تقریباً همیشه

- |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۱ - من آتشی مزاج هستم.   |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۲ - من تندخو هستم.   |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۳ - من آدم عجولی هستم.   |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۴ - وقتی من همیشه در برابر دیگران انتقاد می‌شوم بسیار مرا خشمگین می‌سازد.              |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ - وقتی که من با اشتباهات دیگران کار کند می‌شود عصبانی می‌شوم.                        |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۶ - وقتی که من کارم را خوب انجام می‌دهم و ارزیابی ضعیفی از من می‌شود احساس خشم می‌کنم. |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۷ - من ناگهان از کوره در می‌روم.   |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۸ - من وقتی کارهای خوبم را نمی‌بینند دلخور می‌شوم.                                     |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ - وقتی من دیوانه شوم، حرفهای زشت می‌زنم.   |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۱۰ - وقتی من سرخوردگی پیدا می‌کنم، احساس می‌کنم دوست دارم کسی را اذیت کنم.             |

## مقیاس صفت خشم اسپیلبرگر

این مقیاس توسط اسپیلبرگر ساخته شده و شامل ۱۰ عبارت می باشد و هر عبارت شامل ۴ گزینه است که نمره ای بین ۱-۴ را دارا می باشد. فرد هر جمله را به دقت خوانده و یک گزینه را که در مورد وضعیت روحی وی (خشم) صادق است علامت می زند و انتخاب گزینه با نمره بالاتر نشان دهنده خشم بیشتر در فرد است. مجموع نمرات فرد در این مقیاس به عنوان خشم بیشتر یا کمتر در نظر گرفته می شود. جهت بررسی مقدماتی این آزمون در ایران بروی گروهی از دانشجویان اجرا و نتایج آن با فرمول آماری همبستگی پیرسون محاسبه و میزان پایایی آن ۷۳/۷ درصد گزارش گردیده است. (اصغر نژاد، بوالهری، شاه محمدی و لایقی ۱۳۸۰). از لحاظ آماری همبستگی بین نمرات هر یک از مقوله ها با یکدیگر و با نمره کل پرسشنامه معنادار می باشد (در سطح  $R=0/737, 0/01$ ).