

مقدمه

عزت نفس، عبارت است از «احساس ارزشمند بودن». این حس، از مجموع افکار، احساسات، عواطف و تجربیاتمان در طول زندگی ناشی می‌شود. مثلاً گاهی می‌اندیشیم که فردی باهوش یا کودن هستیم، و به تبع آن احساس می‌کنیم که شخصی دوست‌داشتنی یا منفور هستیم. مجموع هزاران برداشت، ارزیابی و تجربه‌ای که از خویشتن داریم باعث می‌شود که نسبت به خود احساس خوشایند ارزشمند بودن، و یا برعکس احساس ناخوشایند بی‌کفایتی داشته باشیم (رینولد بین آ و همکاران، ۱۹۸۰، ترجمه‌ی علیپور، ۱۳۸۶).

دکتر آدیس کراسکیان

سیاهه‌ی عزت نفس کوپراسمیت

● کلیدواژه: عزت نفس.

عزت نفس با توانایی سازگاری همراه است. کسانی که عزت نفس بالایی دارند، در مقایسه با کسانی که از عزت نفس پایینی برخوردارند بهتر می‌توانند با موقعیت‌های مختلف سازگار شوند. به عبارت دقیق‌تر، افراد با درجه‌ی عزت نفس بالا، در مقایسه با کسانی که درجه‌ی عزت نفس پایین دارند، در

پژوهش‌گاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

سیاهه عزت نفس کوپر اسمیت دارای ۵۸ سؤال است که ۸ سؤال آن دروغ‌سنج و ۵۰ سؤال دیگر برای سنجش عزت نفس درزمینه‌های کلی، اجتماعی، خانوادگی، تحصیلی است

موقعیت‌های مختلف، کمتر اضطراب دارند و کمتر افسرده، هیجانی و پرخاشگر می‌شوند. افرادی که عزت نفس ضعیفی دارند، از احساس تندخویی، اختلال رفتاری و اندوه رنج می‌برند. همچنین، این افراد از بی‌خوابی و سندرم‌های روان‌تنی^۳ شکوه می‌کنند (گنجی، ۱۳۸۶).

عزت نفس، به‌خصوص در روابط متقابل اشخاص، بهتر خودنمایی می‌کند. کسانی که نسبت به خود دید خوبی دارند، دیگران را نیز دوست دارند و ضعف‌های خود را بهتر می‌پذیرند. این افراد، به دلیل احساسات مثبتی که به دیگران دارند و آن‌ها را می‌پذیرند، بهترین دوستان را به دست می‌آورند. در واقع کسی که مثبت و راحت باشد، کاری می‌کند که دیگران نیز در ارتباط با او مثبت و راحت باشند. طبیعتاً، دارندگان این ویژگی برای مردم بسیار جذاب می‌شوند و در نتیجه دیگران، هم در محیط اجتماعی و هم در محیط کار، دور او حلقه می‌زنند (همان منبع).

سیاهه‌ی عزت نفس کوپر اسمیت

سیاهه‌ی عزت نفس کوپر اسمیت^۴ در سال ۱۹۷۶ میلادی تدوین و در سال ۱۹۸۱ در آن تجدیدنظر شده است.^۵

این سیاهه، دارای ۵۸ سؤال است که ۸ سؤال

آن دروغ‌سنج می‌باشد. ۵۰ سؤال سیاهه برای سنجش عزت نفس در چهار زمینه تدوین شده است. زمینه‌های مورد بررسی در سیاهه‌ی کوپر اسمیت و تعداد سؤال‌های هر زمینه در جدول زیر نشان داده شده است.

هنجاریابی سیاهه‌ی عزت نفس کوپر اسمیت در ایران

پژوهش‌های مختلفی با هدف هنجاریابی و بررسی اعتبار^۶ و روایی^۷ سیاهه‌ی عزت نفس کوپر اسمیت در شهرهای ایران انجام شده است که در زیر دو مورد از آن‌ها معرفی می‌شود.

۱. برومند (۱۳۸۰) سیاهه‌ی عزت نفس کوپر اسمیت را برای دانش‌آموزان دوره‌ی دبیرستان و پیش‌دانشگاهی شهرستان اسلام‌شهر هنجاریابی کرده است. ضریب اعتبار، با استفاده از «آلفای کرونباخ» ۰/۸۹ محاسبه شده است. برای بررسی روایی، همبستگی نمره‌های آن با نمره‌های حاصل از اجرای پرسش‌نامه‌ی «آیزینگ» محاسبه شده و ضریب همبستگی ۰/۸۱۴، نشان‌دهنده‌ی روایی ملاکی قابل قبول برای سیاهه‌ی کوپر اسمیت است.

۲. نتایج پژوهش آقاداتاشی (۱۳۸۴)، نیز که در شهرستان ابهر انجام شده است، نشان‌دهنده‌ی اعتبار و روایی قابل قبول برای سیاهه‌ی عزت نفس کوپر اسمیت است. «آلفای کرونباخ» در این پژوهش ۰/۷۹۶ محاسبه شده است. در این پژوهش نیز ضریب روایی ملاکی با استفاده از آزمون آیزینگ ۰/۷۹۲ محاسبه شده است.

هم‌چنین برای بررسی روایی‌سازه^۸، تحلیل عاملی^۹ باروش تحلیل مؤلفه‌های اصلی^{۱۰} اجرا شده و نتایج نشان داده است که سیاهه از پنج مقیاس اشباع می‌باشد، که در مجموع ۲۱ درصد کل واریانس متغیرها را تبیین می‌کنند.

پی‌نوشت

1. self-esteem
2. Reynold Been
3. psychosomatic
4. Coopersmith, S. self-esteem inventory
5. <http://en.wikipedia.org/wiki/self-esteem>
6. reliability
7. validity
8. construct Validity
9. factor analysis
10. Principal Components analysis (PC)

منبع

۱. آقاداتاشی، آذر. (۱۳۸۴). هنجاریابی آزمون عزت نفس کوپر اسمیت بر روی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی تحصیلی شهرستان ابهر. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد چاپ نشده، دانشکده‌ی روان‌شناسی و علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
۲. برومند، مهدی. (۱۳۸۰). بررسی عملی بودن اعتبار و روایی و هنجاریابی آزمون عزت نفس کوپر اسمیت در شهرستان اسلام‌شهر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده، دانشکده‌ی روان‌شناسی و علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
۳. بین، رینولده؛ هریس و کلارک، امینه. (۱۳۸۶). روش‌های تقویت عزت نفس در نوجوانان. (پروین علیپور)، مترجم. مشهد: به نشر. (تاریخ انتشار به زبان اصلی ۱۹۸۰).
۴. گنجی، حمزه. (۱۳۸۶). ارزشیابی شخصیت (ویرایش دوم). تهران: نشر ساوالان.
5. <http://en.wikipedia.org/wiki/self-esteem>

تعداد سؤال‌ها	زمینه
۲۶	۱. عزت نفس کلی (عمومی) ارزیابی کلی خویشتن
۸	۲. عزت نفس اجتماعی (همسالان) عقاید فرد در مورد خودش به‌عنوان یک دوست برای دیگران
۸	۳. عزت نفس خانوادگی (والدین) عقاید فرد در مورد خودش به‌عنوان عضوی از خانواده
۸	۴. عزت نفس تحصیلی (آموزشگاه) ارزشی که فرد به‌عنوان یک دانش‌آموز برای خود قائل است.