

שאלון למדידת כעס

רוזנפלד, 1976

אוניברסיטת תל-אביב

הפקולטה למדעי הרוח

החוג לפסיכולוגיה

שאלון למדידת כעס

הקשר בין סטריאוטיפיות מינית לבין
מודעות לכעס, רגשות אשמה וביטוי כעס

עבודת גמר לקראת תואר

M.A "מוסמך למדעי הרוח "

מוגש ע"י אילנה רוזנפלד

העבודה הוכנה בהדרכת

ד"ר יורם יפה

ד"ר אריה נדלר

אוקטובר 1976

השאלון למדידת כעס Anger Self Report Questionnaire

א הוראות

קרא (י) בבקשה בעיון את המשפטים הבאים, וציין (י) במדויק ככל האפשר עד כמה הם מתאימים לך . אין תשובות נכונות או בלתי נכונות, אנו פשוט מבקשים לדעת איך את (ה) מרגיש (ה) .

את המידה בה מתאים או לא מתאים המשפט אליך ציין (י) על ידי אחת הספרות הבאות :

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1- לא מתאים במקצת | 1 (מתאים במקצת |
| 2- לא מתאים בחלקו | 2 (מתאים בחלקו |
| 3- לא מתאים ביותר | 3 (מתאים ביותר |

סמן (י) את התיחסותם לכל המשפטים .

אם משפט מסוים איננו ברור לך שים (י) בשולים , אך סמן (י) אותו בכל זאת . אם אינך יכול (ה) כלל לישם משפט מסוים אליך , שים (י) ? בשולים , אך סמן (י) אותו בכל זאת .



ב. פריטי השאלון

- 1- אני מתרגז (ת) בקלות
- 2- לעתים קרובות אני מתאמץ (ת) במיוחד לנצח בווכוח עם מישה שמתנגד לי
- 3- אנשים מתענינים בך רק כאשר הם רוצים להשיג משהו
- 4- אם לא תהי (ה) זהיר (ה) , אנשים יפגעו בך
- 5- אני אף פעם לא מרגיש (ה) שנאה אל בני משפחתי
- 6- לעתים קרובות אנשים חביבים כאשר הם צריכים משהו , אך שוכחים אותך כאשר אין להם יותר צורך בך
- 7- אף אחד איננו מעונין להזיק לי
- 8- אנשים לא צריכים בכלל להתרגז
- 9- כמה מהאנשים הקרובים אלי ביותר נהנים בסתר ליבם מצרותי
- 10- כאשר אנשים כועסים, רצוי שיבטאו את עצמם
- 11- לכמה מבני משפחתי יש הרגלים המפריעים לי ומרגיזים אותי מאד
- 12- כאשר אני כועס (ת) , אני אומר (ת) דברים איומים
- 13- אפילו כאשר אני כועס (ת) , אינני משתמש (ת) בשפה קשה
- 14- אם אני כועס (ת) ביותר , אני מבהיר (ה) זאת לאנשים סביבי
- 15- לפעמים נדמה לי שאני עלול (ה) לפצוע מישהו
- 16- אני אעביר בקורת על אדם בנוכחותו, אם יש צורך בכך
- 17- רק לעתים רחוקות אני שונא (ת) את עצמי
- 18- אני מגיע (ה) לידי קרב אגרופים בערך באותה תדירות כמו כי אחד אחר
- 19- אנשים אינם צריכים להתעצבן
- 20- נראה לי שאינני יכול (ה) לבטא כעס על מישהו אלא אם הוא באמת פגע בי מאד
- 21- אני חושב (ת) שבדרך כלל אני אדם נעים למדי
- 22- אפילו כאשר צועקים עלי , אינני עונה בצעקה
- 23- לעתים יש לי רצון עז לעשות משהו מזיק או מדהים
- 24- אני מתקוטט (ת) לעתים קרובות עם בני משפחתי
- 25- לעתים קרובות קורה שאנשים המנסים למעשה לפגוע בך מתנהגים יפה מאד כלפי חוץ
- 26- אני כמעט ולא מעניש (ה) את עצמי
- 27- זה דבר נורא להרגיש כעס
- 28- אף פעם אינני מצליח (ה) לעשות את הדבר הנכון
- 29- אינני מתרגז (ת) כאשר אנשים מזרזים אותי
- 30- אם מישהו איננו מוצא חן בעיני, אומר לו זאת
- 31- פגעתי באופן גופני במישהו, תוך כדי קטטה
- 32- לעתים אני מרגיש (ה) רצון לשבור זפצים
- 33- גם אם יש לי חסרונות אחרים, לעולם אינני פוגע (ת) במודע ברגשותיו של אדם אחד
- 34- באמת שהייתי רוצה להיות אדם טוב יותר
- 35- אני בדרך כלל שבע (ת) רצון מעצמי

- 36- אני מבטא (ה) בקלות כעס על אנשים
- 37- הורי אף פעם לא הרגיזו אותי
- 38- כאשר אני בקשיים, אני יכול (ה) לסמוך על אנשום אחרים
- 39- אפילו כאשר מישהו עושה לי משהו רע, אינני מראה לו שהדבר מרגיז אותי
- 40- לעתים אני פוגע (ת) באדם אהוב
- 41- אנשים בדרך כלל אינם מאכזבים אותי
- 42- לעתים רחוקות יש לי חשק לקלל
- 43- אינני חושב (ת) שהיתי יכול (ה) להכות מישהו, אפילו אם הייתי כועס (ת) ביותר
- 44- אני פשוט לא מוצלח (ת)
- 45- אף פעם לא חשבתי להרוג את עצמי
- 46- אני כועס (ת) לעתים רחוקות ביותר
- 47- אפילו כאשר אינני מסכים (ה) להתנהגותם של חברי, אני לא יכול (ה) לאמור להם זאת
- 48- קשה לי לחשוב רעה על מישהו
- 49- אינני יכול (ה) לחשוב על סיבה טובה באמת להכות מישהו
- 50- כאשר אנשים כועסים, הם צריכים להראות את רגשותיהם
- 51- אני מאשים (ה) את עצמי אם משהו לא מסתדר
- 52- לעתים רחוקות אני כועס (ת) ומצוברח (ת)
- 53- למרות הצורה בה התנהגו אלי הורי, לא כעסתי
- 54- אינני יכול (ה) להעמיד מישהו במקומו, אפילו אם מגיע לו
- 55- קל לי לה להתקוטט עם אנשים האהובים עלי
- 56- כאשר אני באמת מאבד (ת) את עשתונותי, אני מסוגל (ת) להכות מישהו
- 57- אם מישהו מרגיז אותי, קרוב לודאי שאומר לו מה אני חושב (ת) עליו
- 58- המוסדות החשובים שלנו מתפוררים
- 59- אנשים מתחשבים ברגשותי באותה מידה בה אני מתחשב (ת) ברגשותיהם
- 60- זה חסר טעם להתרגז
- 61- בדרך כלל אפשר להניח שאנשים יעזרו לך
- 62- אם מישהו מתנגד לדעתי, אני נוטה לתקוף אותו
- 63- אינני מעריך (ה) אנשים הנוטים להתרגז
- 64- לעתים קרובות נדמה לי שאסון קרב ובא

בקבוצה זו מצביע על הכחשה והדחקה של רגשות כעס .

(2) ביטוי כעס – קבוצה זו מורכבת משלושה ציונים נפרדים : א . ביטוי כללי – ההדגשה כאן היא על המידה בה הכעס בא לידי ביטוי ולה על צורת הביטוי , ב . ביטוי מילולי של כעס , ג . ביטוי גווני של כעס .

(3) אשמה – שני סולמות בודקים אשמה : א . סולם אשמה – סולם זה מתיחס לשנאה עצמית ותחושת חוסר ערך עצמי מבלי להתייחס למקור האשמה , ב . סולם הוקעת כעס – הבודק את עמדתו של הנבדק כלפי כעס .

(4) חוסר אמון או חשד – ציון זה בודק את המידה בה הנבדק משליך אגרסיה על אחרים וכתוצאה מכך מתייחס אליהם בחשדנות ובחוסר אמון .

הפריטים לשאלון נלקחו ממספר מקורות : משאלון האיבה של Buss – Durkey (1957) , ממבחן MMPI (Dahlstrom and welsh (1960) , משאלון מזויזם Shore, Clifton ,Zelin & Myerson (1971) ובחלקו פריטים מקוריים Zelin et al (1972) בשאלון 64 פריטים אשר נבחרו מתוך מדגם ראשוני של 89 פריטים לאחר שנעשה בהם נתוח פריטים על מדגם של 138 נבדקים.

המחברים בדקו את מהימנות השאלון ומצאו אותה מספקת, כמי כן נעשה על ידם מבחן תקופות חלקי , על מדגם של 82 פצינטים פסיכיאטרים ו-67 סטודנטים מקולג . במדגם הפצינטים נבדקו מתאמים בין הסקלות השונות של השאלון לבין דרוגים של פסיכיאטרים , על סולם Problem Appraisal Scale (PAS) Endicott & Spitzer (1972) באשר לאוכלוסיה הבריאה, הושוו הציונים של תלמידי קולג בשאלון לדווח

עצמי של (Zelin et al 1972) עם ציונים שניתנו ע"י חבריו למגורים .

לדעת המחברים , מכשירם הוא בעל תוקף למדידת המודעות לכעס , ביטוי כעס,
רגשות אשם וחוסר אמון .

השאלון תורגם לעברית ע"י (1975)

Harifai אשר אשרה שניה את מהימנותו וכן את

מהימנותו וכן את תקפותו על אוכלוסיה ישראלית של 52 תלמידי תיכון , מחציתם בנים .

שאלון זה נבחר לעבודה הנוכחית בגלל סולם המודעות שהוא כולל . הפרדה בין ביטוי כעס
בהתנהגות לבין מודעות לרגשות כעס , לא נעשה בשאלונים אחרים ואף לא בשאלון (1957)

Buss & Durkee

הנמצא בשימוש רב .

ההשערה הראשונה והשניה של המחקר נבדקו באמצעות סולם 1- סולם המודעות לכעס ,
ההשערה השלישית נבדקה באמצעות סולם 2- סולם ביטוי כעס וההשערה הרביעית נבדקה
באמצעות סולם 3- א. – סולם אשמה .

הוראות לנבדקים נמסרו בכתב וכן הוקראו באוזניהם (ראה נספח 3) .

צינון : כל נבדק מתבקש לציין על סולם בן 6 דרגות החל ממתאים ביותר עד מתאים במקצת
והחל מלא מתאים במקצת עד לא מתאים ביותר , עד כמה הוא מרגיש שכל משפט מתאר
אותו . על בסיס תשובותיו הוא מקבל ציון ממוצע על כל אחד מסולמות השאלון .