www.pbnu.net

رفتارهای حمایت‌گرانه اجتماعی (ISSB)

باررا

در زیر اظهاراتی راجع به رفتارهایی که دیگران (مثلاً یکی از نزدیکان یا دوستان) برای شما انجام داده‌اند ارائه شده‌انـد. لطفاً هر یک از آنها را با دقت بخوانید و با علامت زدن در مربع مربوطه (q) مشخص کنید کدام مورد در طی ۱۲ مـاه گذشته برای شما اتفاق افتاده و میزان آن چقدر بوده است.

هیچگاه به ندرت گاهی اغلب اوقات

مثال: به شما در تعیین یک هدف کمک کرده است. q q q q

ردیف		هیچگاه	به‌ندرت	گاهی	اغلب اوقات
۱.	در زمانی که دور بوده‌اید (مثلاً در سفر) کسی مراقـل افـراد خـانواده شما بوده است.	q	q	q	q
۲.	درست در یک موقعیت و شرایط فشارزا (استرس‌زا) با شما بوده است.	q	q	q	q
۳.	برای شما مکانی فراهم کرده است که بتوانید بـرای مـدتی از محـیط دور شوید.	q	q	q	q
۴.	در غیاب شما از دارایی و وسایل شما مواظبت کرده است.	q	q	q	q
۵.	به شما گفته است که در شرایط استرس‌زا (فشارزا)، مثل شرایطی که شما در آن قرار دارید او چه کاری انجام داده است.	q	q	q	q
۶.	با شما درگیر فعالیتی بوده است تا کمک‌تان کند کـه آرامـش فکـری داشته باشید.	q	q	q	q
۷.	با شما در مورد برخی از علایق‌تان صحبت کرده است.	q	q	q	q
۸.	به شما این امکان را داده است که بدانید کاری را خوب انجام داده‌اید.	q	q	q	q
۹.	در رابطه با کسی که عملی را انجام داده بـا شـما هماهنـگ و همـراه بوده است.	q	q	q	q
۱۰.	به شما گفته همانطوری که هستید واقعاً خوب و شایسته‌اید.	q	q	q	q
۱۱.	به شما گفته است که آنچه را محرمانه و خصوصـی بـه او گفتـه‌ایـد حفظ خواهد کرد.	q	q	q	q
۱۲.	به شما در تعیین یک هدف کمک کرده است.	q	q	q	q
۱۳.	آنچه را که از شما انتظار داشته روشن و واضح بیان کرده است.	q	q	q	q
۱۴.	برای توانایی و صلاحیت شما ارج و احترام قائل شده است.	q	q	q	q
۱۵.	راجع به این که چگونه کاری را انجام دهید به شما اطلاعاتی داده است.	q	q	q	q
۱۶.	در رابطه با کاری که باید انجام دهید اظهار نظـر و پیشـنهاداتی ارائـه داده است.	q	q	q	q
۱۷.	به شما کمک مالی ارزنده‌ای کرده است (مثلاً بیش از ۵۰۰ هزار تومان).	q	q	q	q
۱۸.	با نشـان دادن محبـت واقعـی و عـین (جسـمانی) موجـب تسـلی و آسایش خاطر شما شده است.	q	q	q	q

www.mihanbook.com

ردیف		هیچگاه	به‌ندرت	گاهی	اغلب اوقات
۱۹.	به شما اطلاعاتی داده است تا در فهم و درک شرایطی که در آن قرار داشته‌اید به شما کمک کند.	q	q	q	q
۲۰.	در ایاب و ذهاب به شما کمک کرده است.	q	q	q	q
۲۱.	بررسی کرده است که آیا شما به توصیه‌های دریافتی عمل کرده‌اید.	q	q	q	q
۲۲.	به شما تا حدودی کمک مالی کرده است (مثلاً کمتر از ۵۰۰ هزار تومان).	q	q	q	q
۲۳.	به شما کمک کرده است تا بدانید که چرا کاری را به خوبی انجام نداده‌اید.	q	q	q	q
۲۴.	وقتی راجع به احساسات خصوصی‌تان صحبت کرده‌اید به شما گوش داده است.	q	q	q	q
۲۵.	چیزی را که نیاز داشته‌اید به شما داده است.	q	q	q	q
۲۶.	در این مورد که آنچه خواسته‌اید انجام دهید صحیح و درست است با شما موافق بوده است.	q	q	q	q
۲۷.	برای این که موقعیت و شرایطی را که در آن قرار دارید بهتر بفهمید با گفته‌های خود موقعیت را برایتان روشن‌تر کرده است.	q	q	q	q
۲۸.	گفته است که در وضعیت و شرایط مشابه شما چه احساسی داشته است.	q	q	q	q
۲۹.	به شما گفته که در صورتی که نیاز به کمک داشته باشید همواره در دسترس شما خواهد بود.	q	q	q	q
۳۰.	نسبت به سلامتی و بهزیستی شما ابراز علاقه و توجه کرده است.	q	q	q	q
۳۱.	گفته است که با شما احساس صمیمی و نزدیکی می‌کند.	q	q	q	q
۳۲.	شما را راهنمایی کرده است که برای کمک به چه کسی مراجعه کنید.	q	q	q	q
۳۳.	گفته است که در موقعیت‌هایی که پیش‌رو دارید (شرایط و موقعیت‌های در حال وقوع) از شما چه انتظاری می‌رود.	q	q	q	q
۳۴.	میزان مناسبی کمک مالی بصورت قرض به شما داده است (مثلاً بیش از ۵۰۰ هزار تومان)	q	q	q	q
۳۵.	در مورد چگونگی انجام کاری، شما را راهنمایی کرده است.	q	q	q	q
۳۶.	وقتی مشغول انجام کاری بوده‌اید در مورد چگونگی انجام آن بدون گفتن کلمه «خوب» یا «بد» به شما بازخورد (فیدبک) نشان داده است.	q	q	q	q
۳۷.	برای شادی و نشاط شما دست به لطیفه‌گویی و سر به سر گذاشتن زده است.	q	q	q	q
۳۸.	برای شما سرپناهی تهیه کرده است تا در آن بمانید.	q	q	q	q
۳۹.	با دل و جان سعی داشته تا به شما کمک کند تا چیزی را که انجام آن ضروری است انجام دهید.	q	q	q	q
۴۰.	به شما مختصری کمک مالی بصورت قرض داده است (مثلاً کمتر از ۵۰۰ هزار تومان).	q	q	q	q

www.noon.net

رفتارهای حمایت‌گرانه اجتماعی (ISSB)

گرچه ابزارهای متعددی برای سنجش حمایت اجتماعی ساخته شده است، ولی اکثر آنها به اندازه کافی مورد بررسی و پژوهش قرار نگرفته‌اند (هالر و اینگرسول، ۲۰۰۲). هالر و اینگرسول بعد از بررسی ابزارهای متعدد و سنجش حمایت اجتماعی دو ابزار اندازه‌گیری را برای سنجش حمایت اجتماعی مناسب تشخیص داده‌اند: یکی جدول مصاحبه حمایت اجتماعی آریزونا (بارر، ۱۹۸۱) و دیگری فهرست رفتارهای حمایت‌گرانه اجتماعی (ISSB، بارارا، ۱۹۸۱؛ پیکو، ۱۹۹۸).
در پژوهش حاضر آزمون ISSB، برای سنجش حمایت اجتماعی مورد استفاده بوده است. ISSB یک ابزار خود – گزارشی است که دارای ۴۰ ماده است و برای سنجش نوع و میزان حمایت دریافت شده توسط باررا (۱۹۸۱) ساخته شده است. ماده‌های ISSB پس از بررسی مقالات متعدد در خصوص رفتارهای حمایت‌گر اجتماعی استخراج شده‌اند. سه اصل در انتخاب و نوشتن ماده‌ها حاکم بوده است: ۱- تأکید بر اختصاصی بودن رفتار تا استنتاج ذهنی به حداقل برسد. ۲- اجتناب از کلمات و عباراتی که کاربرد ماده‌ها را محدود به جمعیت خاص می‌کند (مثلاً به من در هنگام مطالعه برای امتحان کمک کرده است). ۳- اجتناب از هر نوع ارجاع آشکار به حالات روان‌شناختی حذف شده‌اند.
در اجرای ISSB به روش باررا (۱۹۸۱) از پاسخ دهنده خواسته می‌شود که هر یک از ماده‌ها را بخواند و فراوانی وقوع هر یک از رفتارهای مرتبط با ماده مورد نظر را در طی یک ماه گذشته بر روی یک مقیاس لیکرت ۵ نمره‌ای (۵-۱) نمره‌گذاری نماید: نمره ⇉ هیچگاه، نمره ⇉ یک تا دوبار در ماه، ⇉ تقریباً هفته‌ای یک بار، ⇉ چند بار در هفته و ⇉ تقریباً هر روز.
ولی در نمره‌گذاری به روش پیکو (۱۹۹۸) از پاسخ‌دهنده خواسته می‌شود تا فراوانی وقوع ماده‌ها را طی ۱۲ ماه گذشته با استفاده از مقیاس درجه‌بندی لیکرت از صفر تا سه نمره‌گذاری کند (⇉ هیچگاه، ⇉ به ندرت، ⇉ گاهی و ⇉ اغلب اوقات). برای بدست آوردن نمره کلی حمایت اجتماعی، مجموع نمره‌ها در تمامی آیتم‌ها محاسبه می‌گردد (پیکو، ۱۹۸۱؛ باررا، ۱۹۸۱). که حداکثر ISSB، ۱۲۰ می‌باشد. نمره پایایی ISSB در مطالعات متعددی بالاتر از ۰/۹ گزارش شده است (باررا، ۱۹۸۱؛ باررا، سندلر و رمزای، ۱۹۸۱؛ کوهن و دیگران، ۱۹۸۴؛ کوهن و هوبرمن، ۱۹۸۳؛ ستوکز و ویلسون، ۱۹۸۴؛ به نقل از باررا، ۲۰۰۲).