**پرسشنامه هیجان های تحصیلی پکران (AEQ)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ردیف** | **نظر شما راجع به گویه های زیر چه می باشد** | **کاملا مخالفم** | **مخالفم** | **نظری ندارم** | **موافقم** | **کاملا موافقم** |
| **1** | از رفتن به کلاس هیجان زده می شوم. |  |  |  |  |  |
| **2** | آماده شدن برای کلاس بیهوده است، زیرا اصلاّ مطالب درسی را نمی فهمم. |  |  |  |  |  |
| **3** | حتی پیش از کلاس، نگرانم که آیا قادر به فهمیدن مطالب درسی خواهم بود یا نه. |  |  |  |  |  |
| **4** | اطمینان از این که مطالب را خواهم فهمید، به من انگیزه می دهد. |  |  |  |  |  |
| **5** | انتظار دارم در این کلاس زیاد یاد بگیرم.  |  |  |  |  |  |
| **6** | چون عصبی هستم، بهتر است از کلاس فرار کنم. |  |  |  |  |  |
| **7** | هنگام رفتن به کلاس، اعتماد به نفس دارم. |  |  |  |  |  |
| **8** | ای کاش مجبور نبودم در کلاس حاضر باشم چون حضور در کلاس مرا عصبانی می کند. |  |  |  |  |  |
| **9** | سرشار از امید هستم. |  |  |  |  |  |
| **10** | حتی پیش از کلاس، این واقعیت را پذیرفته ام که مطالب درسی را نخواهم فهمید. |  |  |  |  |  |
| **11** | مصمم هستم که به این کلاس بروم، زیرا کلاس هیجان بر انگیزی است. |  |  |  |  |  |
| **12** | نگرانم که آیا به اندازه کافی آماده درس هستم یا نه. |  |  |  |  |  |
| **13** | اعتماد به نفسم به من انگیزه می دهد و آماده کلاس شوم. |  |  |  |  |  |
| **14** | فکر این کلاس، مرا ناامید می کند. |  |  |  |  |  |
| **15** | نگرانم که انتظارات کلاس بیش از اندازه باشد. |  |  |  |  |  |
| **16** | امید به موفقیت، انگیزه می دهد تا تلاش بیشتری کنم. |  |  |  |  |  |
| **17** | فکر کردن درباره کلاس مرا ناراحت می کند. |  |  |  |  |  |
| **18** | چون دلسرد شده ام، انرژی رفتن به کلاس را ندارم. |  |  |  |  |  |
| **19** | وقتی در موردکلاس فکر می کنم، ناراحت می شوم. |  |  |  |  |  |
| **20** | خوشبین هستم و می توانم با مطالب درسی جلو بروم. |  |  |  |  |  |
| **21** | احساس ترس می کنم. |  |  |  |  |  |
| **22** | ترجیح می دهم به کلاس نروم، زیرا امیدی به فهمیدن مطالب درسی وجود ندارد. |  |  |  |  |  |
| **23** | امیدوارم مشارکت خوبی در کلاس داشته باشم. |  |  |  |  |  |
| **24** | از حضور در کلاس لذت می برم. |  |  |  |  |  |
| **25** | نگرانم که دیگران بیشتر از من بفهمند. |  |  |  |  |  |
| **26** | وسوسه می شوم که از کلاس درس بیرون بروم زیرا خیلی کسل کننده است. |  |  |  |  |  |
| **27** | هر وقت در کلاس صحبت می کنم، خجالت زده می شوم. |  |  |  |  |  |
| **28** | در کلاس احساس ناامیدی می کنم. |  |  |  |  |  |
| **29** | چون زمان به کندی می گذرد مرتب به ساعتم نگاه می کنم. |  |  |  |  |  |
| **30** | از اینکه می توانم مطالب را بفهمم احساس غرور می کنم. |  |  |  |  |  |
| **31** | چون مطالب را نمی فهمم، به نظر گیج و بی توجه می آیم. |  |  |  |  |  |
| **32** | لذتی که از این کلاس می برم موجب می شود که در آن شرکت کنم. |  |  |  |  |  |
| **33** | چون نمی توانم تا پایان کلاس صبر کنم، احساس نا آرامی می کنم. |  |  |  |  |  |
| **34** | وقتی حرفی درکلاس می زنم، احساس حماقت می کنم. |  |  |  |  |  |
| **35** | در کلاس احساس تنش می کنم. |  |  |  |  |  |
| **36** | حوصله ام از کلاس سر می رود. |  |  |  |  |  |
| **37** | اعتماد به نفس دارم زیرا مطالب را می فهمم. |  |  |  |  |  |
| **38** | هرگاه در کلاس صحبتی می کنم، می خواهم به سوراخی بروم و پنهان شوم. |  |  |  |  |  |
| **39** | احساس عصبانیت می کنم. |  |  |  |  |  |
| **40** | مفتخرم که در این کلاس بهتر از بقیه عمل می کنم. |  |  |  |  |  |
| **41** | درس به قدری جالب بود که می توانستم ساعت ها در کلاس بنشینم و به گفته های معلم گوش دهم. |  |  |  |  |  |
| **42** | آن قدر بی حوصله می شوم که هشیار بودن برایم مشکل می شود. |  |  |  |  |  |
| **43** | برآشفته می شوم. |  |  |  |  |  |
| **44** | فکرکردن در مورد کیفیت پایین درس مرا عصبانی می کند. |  |  |  |  |  |
| **45** | چون حوصله ام در کلاس سر می رود، خمیازه می کشم. |  |  |  |  |  |
| **46** | وقتی در کلاس خوب مشارکت می کنم، انگیزه ام بیشتر می شود. |  |  |  |  |  |
| **47** | از اینکه نمی توانم اظهار وجود کنم، دچار برآشفتگی می شوم. |  |  |  |  |  |
| **48** | احساس ناامیدی می کنم. |  |  |  |  |  |
| **49** | آن قدر از مشارکت در کلاس لذت می برم که نیرو می گیرم. |  |  |  |  |  |
| **50** | در کلاس احساس پریشانی می کنم. |  |  |  |  |  |
| **51** | تدریس معلم مرا کسل می کند. |  |  |  |  |  |
| **52** | به دلیل آشفتگی در کلاس، احساس تنش و کمرویی می کنم. |  |  |  |  |  |
| **53** | از همکاری هایی که در کلاس دارم، احساس غرور می کنم. |  |  |  |  |  |
| **54** | چون عصبانی هستم، احساس بی قراری می کنم. |  |  |  |  |  |
| **55** | تمام امیدم را در فهمیدن مطالب این کلاس از دست داده ام. |  |  |  |  |  |
| **56** | می ترسم حرف نادرستی بزنم، بنابراین ترجیح می دهم چیزی نگویم. |  |  |  |  |  |
| **57** | در خلال کلاس احساس می کنم در صندلی فرو می روم. |  |  |  |  |  |
| **58** | خجالت می کشم. |  |  |  |  |  |
| **59** | فکرکردن در مورد همه چیزهای بیهوده ای که قرار است یاد بگیرم، مرا عصبانی میکند. |  |  |  |  |  |
| **60** | وقتی در کلاس خوب عمل می کنم، قلبم با غرور می تپد. |  |  |  |  |  |
| **61** | وقتی حوصله ام سر می رود، حواسم پرت می شود. |  |  |  |  |  |
| **62** | وقتی درکلاس حرف می زنم، لکنت زبان پیدا می کنم. |  |  |  |  |  |
| **63** | این کلاس برایم کاملا کسل کننده است. |  |  |  |  |  |
| **64** | اگر دیگران بفهمند که این مطالب را نمی فهمم، دچار پریشانی می شوم. |  |  |  |  |  |
| **65** | وقتی مطلب مهمی را در کلاس نمی فهمم، قلبم تندتر می زند. |  |  |  |  |  |
| **66** | فکر می کنم به جای نشستن در این کلاس کسل کننده، چه کار دیگری می توانم انجام دهم. |  |  |  |  |  |
| **67** | بعد از هر جلسه این کلاس، بی صبرانه منتظر جلسه بعدی هستم. |  |  |  |  |  |
| **68** | از آن رو خجالت زده می شوم که دیگران بیشتر از من مطالب را فهمیده اند. |  |  |  |  |  |
| **69** | ای کاش می توانستم دبیرانم را مواخذه کنم. |  |  |  |  |  |
| **70** | به خودم می بالم. |  |  |  |  |  |
| **71** | خوشحالم که مطالب درسی را فهمیدم. |  |  |  |  |  |
| **72** | وقتی در کلاس چیزی را نمی فهمم، ترجیح می دهم به کسی نگویم. |  |  |  |  |  |
| **73** | عصبانی هستم. |  |  |  |  |  |
| **74** | از این که در مورد این موضوع مطالبی می دانم، احساس غرور می کنم. |  |  |  |  |  |
| **75** | چنان احساس ناامیدی می کنم که تمام توانم را از دست می دهم. |  |  |  |  |  |
| **76** | خوشحالم که نتیجه خوبی از رفتن به کلاس گرفتم. |  |  |  |  |  |
| **77** | چون از موفقیت هایم در این کلاس احساس غرور می کنم و انگیزه ادامه آن را دارم. |  |  |  |  |  |
| **78** | هرگاه به وقتی که در کلاس هدر می دهم، فکر می کنم، عصبانی و ناراحت می شوم. |  |  |  |  |  |
| **79** | از ادامه کار در این دوره ناامیدم. |  |  |  |  |  |
| **80** | دوست دارم درباره عملکرد خوبم در این کلاس با دوستانم صحبت کنم. |  |  |  |  |  |
| **81** | مشتاقانه منتظر مطالعه هستم. |  |  |  |  |  |
| **82** | آنقدر عصبی هستم که حتی نمی خواهم مطالعه را آغاز کنم. |  |  |  |  |  |
| **83** | مطمئن هستم می توانم بر مطالب درسی اشراف پیدا کنم. |  |  |  |  |  |
| **84** | چون حجم مطالب درسی مرا کلافه می کند، حتی نمی خواهم مطالعه را آغاز کنم. |  |  |  |  |  |
| **85** | وقتی مجبور می شوم مطالعه کنم، ناراحت می شوم. |  |  |  |  |  |
| **86** | وقتی به کتاب هایی نگاه می کنم که باید آن ها را مطالعه کنم، مضطرب می شوم. |  |  |  |  |  |
| **87** | چون بی حوصله هستم، علاقه ای به یادگیری ندارم. |  |  |  |  |  |
| **88** | نظرخوشبینانه ای نسبت به مطالعه دارم. |  |  |  |  |  |
| **89** | از تنبلی خودم در به تعویق انداختن های مکرر درس هایم خجاالت می کشم. |  |  |  |  |  |
| **90** | وقتی مجبورم مطالعه کنم، عصبانی می شوم. |  |  |  |  |  |
| **91** | نداشتن اعتماد به نفس، حتی پیش از آغاز مطالعه، مرا خسته و ناتوان می کند. |  |  |  |  |  |
| **92** | از این که مجبورم زیاد مطالعه کنم، عصبانی هستم. |  |  |  |  |  |
| **93** | ترجیح می دهم این کارکسل کننده را به فردا موکول کنم. |  |  |  |  |  |
| **94** | خوشبین هستم که پیشرفت خوبی در مطالعه خواهم داشت. |  |  |  |  |  |
| **95** | وقتی درباره تحصیلم فکر می کنم احساس ناامیدی می کنم. |  |  |  |  |  |
| **96** | نگرانم که آیا از پس همه کار هایم بر می آیم یا نه. |  |  |  |  |  |
| **97** | چون بی حوصله هستم، از نشستن پشت میز خسته می شوم. |  |  |  |  |  |
| **98** | هنگام مطالعه اعتماد به نفس پیدا می کنم. |  |  |  |  |  |
| **99** | خجالت می کشم که نمی توانم ساده ترین جزئیات را درک کنم. |  |  |  |  |  |
| **100** | آنقدر عصبانی هستم که دوست دارم کتاب درسی را از پنجره به بیرون بیندازم. |  |  |  |  |  |

در فایل اصلی تمام سوالات ومتن اصلی واستانداردو ملاحظه می فرمایید