

«بسمه تعالی»

ضمائم

**بواننده عزیز:**  
**دمن عرض سلام و خسته نباشید:**

بن بر شما که هم اکنون در اختیار شماست زیر نظر استاد مربوطه صرفاً جنبه پژوهشی داشته و اطلاعات بدست آمده از آن کاملاً محرمانه خواهد بود از این که وقت گرانمای خوبی را در اختیار ما قرار می دهید و به ت آن صادقانه جواب خواهید داد کمال تشکر داریم. با آرزوی سلامتی و حل مشکل جنابعالی

**تاریخ تولد:**

طول مدت عقد:

**تعداد فرزندان:**

شاعل  خانه دار  شاغل

**تاریخ ازدواج:**

غریبه  فامیل  شوهر  نسبت فامیلی زن و شوهر:

**میزان تحصیلات:**

شماره سوال	بله	خیر	شماره سوال	بله	خیر	شماره سوال	بله	خیر	شماره سوال	بله	خیر
۵۶			۳۴			۲۳			۱		
۵۷			۳۵			۲۴			۱۳		
۵۸			۳۶			۲۵			۱۴		
۵۹			۳۷			۲۶			۱۵		
۶۰			۳۸			۲۷			۱۶		
۶۱			۳۹			۲۸			۱۷		
۶۲			۴۰			۲۹			۱۸		
۶۳			۴۱			۳۰			۱۹		
۶۴			۴۲			۳۱			۲۰		
۶۵			۴۳			۳۲			۲۱		
۶۶			۴۴			۳۳			۲۲		

خواهشمندیم جملات زیر را به دقت بخوانید. جملاتی را که با احساس و فکر شما هماهنگ است و آنها را مطابق با روش کلی زندگی خود می‌بایید در پاسخنامه مقابل (بلی) و در غیر اینصورت (خیر) ضریب بگذارید. لطفاً توجه داشته باشید که به تمامی جملات پاسخ دهید و در این برگه‌ها علامتی نگذارید.

### متشکریم

- ۱- اغلب به خواسته‌های دیگران آنقدر اهمیت می‌دهم که از خواسته‌ها و اهداف خود باز می‌مانم.
- ۲- موفق نشدن در کارها برایم غیر قابل تحمل است.
- ۳- اشتباه یک انسان دلیل بر بد بودن او نیست، زیرا همه انسانها گاه مرتکب اشتباه می‌شوند.
- ۴- در برابر حوادث و شرایط ناخواسته آنقدر ناراحت و آشفته می‌شوم که قدرت هر کاری را برای بهبود آنها از دست می‌دهم.
- ۵- دیگران نمی‌توانند مرا ناراحت کنند بلکه خودم باعث ناراحتی خویش می‌شوم.
- ۶- با حوادث ناخوشایندی که امکان تغییر آنها وجود ندارد کنار می‌آیم.
- ۷- از اینکه مسئولیتهای مختلف در زندگی داشته باشم بسیار خوشحال می‌شوم.
- ۸- فکر می‌کنم همیشه باید کسی باشد تا به من در تصمیم‌گیریها کمک کند.
- ۹- غالباً روال گذشته زندگی را دنبال می‌کنم تا اینکه بخواهم در آن تغییری ایجاد کنم.
- ۱۰- اگر نتوانم رفتار بد دیگران را تغییر دهم، سعی می‌کنم با آنها کنار بیایم.
- ۱۱- در صورتیکه راه کامل و بی‌عیبی برای مشکلاتم پیدا نکنم، شدت آشفتگی و مضطرب شده و احساس گناه می‌کنم.
- ۱۲- برایم چندان مهم نیست که دیگران مرا دوست نداشته باشند.
- ۱۳- بدلیل شکست‌هایم در زندگی، خود را بی‌ارزش یا کم‌ارزش نمی‌دانم.
- ۱۴- حتی اشتباهات غیر عمدی دیگران را هم نمی‌توانم ببخشم.
- ۱۵- دلیلی وجود ندارد که همیشه مسائل و امور زندگی‌ام آنطور که من می‌خواهم باشند.
- ۱۶- همیشه دیگران باعث آشفتگی من می‌شوند.

- ۱۷- نسبت به خطرات و ناراحتیهائی که ممکن است در آینده پیش بیاید خیلی نگران و مضطرب می‌شوم.
- ۱۸- معمولاً مسئولیت کمتری می‌پذیریم تا آرامش بیشتری داشته باشیم.
- ۱۹- اغلب کارهایم را خود انجام می‌دهم و در صورت نیاز از دیگران کمک می‌گیرم.
- ۲۰- حوادث ناگوار گذشته نمی‌توانند در روال عادی زندگیم خللی ایجاد کنند.
- ۲۱- در مواجهه با مشکلات دیگران آنقدر آشفته می‌شوم که نمی‌توانم به آنها کمکی بکنم.
- ۲۲- توقع ندارم برای تمام مشکلاتم حتماً کاملترین راه حل را پیدا کنم.
- ۲۳- ارزش زندگی بسته به این است که دوستانم چقدر، مرا دوست داشته باشند.
- ۲۴- چون در هر کاری می‌خواهم بهترین باشم از احتمال شکست در آن شدیداً می‌ترسم.
- ۲۵- گاه افراد دچار اشتباه می‌شوند، اگر بشدت تنبیه و توبیخ کردند، احتمالاً در آینده بیشتر اشتباه خواهند کرد.
- ۲۶- اگر نتوانم به همه خواسته‌هایم برسم زندگی برام هیچ ارزشی ندارد.
- ۲۷- حوادث و اتفاقات مرا آشفته نمی‌کنند بلکه خودم زندگی را سخت می‌گیرم.
- ۲۸- اگر چه رو برو شدن با خطرات همیشه آسان نیست اما می‌توانم با آنها کنار بیایم.
- ۲۹- مسئولیتهای مختلف را می‌پذیرم تا اعتماد به نفسم را افزایش دهم.
- ۳۰- بدون وجود دیگران قادر به حل مشکلات و اداره امور زندگی خودم نیستم.
- ۳۱- خود را اسیر زندگی گذشته‌ام می‌دانم و همین راه فراری از آن نمی‌یابم.
- ۳۲- وقتی مشکلی برای دیگران پیش می‌آید معمولاً به کمک آنها می‌شتابم.
- ۳۳- انتظار دارم در تمام موقعیتهای کاملترین راه حلها را پیدا کنم و مرتکب هیچ اشتباهی نشوم.
- ۳۴- هر گاه کارهایم مورد قبول اطرافیان و دوستانم قرار نگیرد، گرچه ناراحت می‌شوم اما به راه خود ادامه می‌دهم.
- ۳۵- انتظار دارم در هر کاری به نتیجه خوبی برسم اگر چه کاملاً موفق نشوم.



- ۳۶- وقتی انجام کاری را بعهده کسی می گذارم، هیچ اشتباهی را از او نمی پذیرم.
- ۳۷- اغلب با اتفاقات ناگوار زندگی کنار می آیم و خود را با آنها سازگار می کنم.
- ۳۸- اغلب قادر نیستم خشم خود را که دیگران موجب آن می شوند کنترل کنم.
- ۳۹- وقتی در معرض خطری جدی هستم از چاره اندیشی عاجز می مانم.
- ۴۰- معمولاً از پذیرفتن مسئولیتها بدلیل مشکلات احتمالی آنها دوری می کنم.
- ۴۱- بیشتر برنامه هایم را خودم تنظیم می کنم بدون اینکه از دیگران کمک بگیرم.
- ۴۲- غالباً قاندم خاطرات تلخ و عادات بد گذشته را کنار بگذارم و زندگی جدیدی را بسازم.
- ۴۳- با دیدن مشکلات دیگران از زندگی بیزار می شوم.
- ۴۴- اگر نتوانم برای مشکلاتم بهترین راه حل را پیدا کنم تقریباً بدون ناراحتی راه دیگری را در پیش می گیرم.
- ۴۵- اگر مورد قبول و محبت اطرافیان و دوستانم قرار نگیرم، بسیار مضطرب و نگران می شوم.
- ۴۶- اگر در هر کاری که انجام می دهم کاملاً موفق نشوم احساس بی ارزشی می کنم.
- ۴۷- اگر اشتباهی مرتکب شوم احساس بدبختی و بی ارزشی نمی کنم.
- ۴۸- وقایع و مسائل زندگی بایستی مطابق میلیم باشند و گرنه تحمل آن برایم خیلی دشوار است.
- ۴۹- اگر بخودم تلقین نکنم هیچ مسئله ای نمی تواند مرا ناراحت کند.
- ۵۰- در برخورد با حوادث ترسناک معمولاً چندان نگران نمی شوم و واقع بینانه با آنها روبرو می گردم.
- ۵۱- زندگی همراه با مسئولیت و تعهد برایم دلبذیر و خوشایند است.
- ۵۲- چون از شکست می ترسم معمولاً در حل مشکلاتم به دیگران متکی می شوم.
- ۵۳- آنچنان خود را تحت تاثیر گذشته می بینم که قدرت هیچ تغییری را ندارم.
- ۵۴- در برخورد با مشکلات دیگران معمولاً آرامش و تعادل خود را حفظ می کنم.
- ۵۵- غالباً بمنظور یافتن راه حل مشکلاتم آنقدر صبر می کنم که فرصتهای بسیاری را از دست

می‌دهم.

۵۶. انتظار ندارم همه اطرافیان و دوستانم نظراتم را بپذیرند و دوستم داشته باشند.
۵۷. ضرورتی ندارد در هر کاری کاملاً موفق شوم.
۵۸. اشتباهات دیگران نابخشودنی است و باید مقصر شناخته شوند.
۵۹. می‌توانم با حوادث تلخ زندگی روبرو شوم و از آنها درس بگیرم.
۶۰. همیشه دیگران باعث غم و اندوهم می‌شوند و من نقشی در آن ندارم.
۶۱. اگر چه می‌دانم نگرانی راجع به بسیاری از مسائل بیفایده است در عین حال همیشه به آنها

می‌اندیشم و مضطرب می‌شوم.

۶۲. در صورتی شاد خواهم بود که در زندگی مسئولیت کمتری داشته باشم.
۶۳. حاضر نیستم بیش از حد به دیگران وابسته شوم حتی اگر شکست بخورم.
۶۴. اگر چه می‌پذیرم تحت تأثیر زندگی گذشته‌ام هستم اما می‌توانم مسیر زندگی را تغییر دهم.
۶۵. با مشاهده مشکلات دیگران آنقدر ناراحت و آشفته می‌شوم که از حل مشکلات خود نیز

باز می‌مانم.

۶۶. معمولاً براحتی و با توجه به امکاناتم مناسبترین تصمیمات را می‌گیرم اگر چه بهترین آنها

نیاشد.

کاربر گرامی: در صورتی که نیاز به پرسشنامه استاندارد و جامع دارید به **سایت**  
**مادسیج** مراجعه کنید و نام پرسشنامه خود را جستجو کنید.