



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

ضمیمه ۳ : پرسشنامه بک (Beck)

این پرسشنامه از گروههای جملات تشکیل می شود. همه جملات گروهها را به دقت بخوانید و در خانه مربوط به جمله ای که احساس فعلی شما را بهتر منعکس می کند، بگذارید.

۱-

خود را غمگین احساس نمی کنم.

خود را دل گرفته یا غمگین احساس می کنم.

خود را همیشه دل گرفته یا غمگین احساس می کنم و نمی توانم به حالت عادی برگردم.

به قدری خود را غمگین یا بی نشاط احساس می کنم که ناراحت می شوم.

به قدری خود را غمگین یا بی نشاط احساس می کنم که تحملش را ندارم.

۲-

نسبت به آینده ، بدبین یا ناامیدی خاصی ندارم.

نسبت به آینده ناامید هستم.

احساس می کنم که هیچ امیدی به آینده ندارم.

احساس می کنم که هرگز نخواهم توانست مشکلات را تحمل کنم.

احساس می کنم که آینده ناامید کننده است و هیچ چیزی بهتر نخواهد شد.

۳-

احساس نمی کنم که شکست خورده ام.

احساس می کنم که شکست خورده تر از نصف مردم هستم.

احساس می کنم که کارهای با ارزش و معنی دار بسیار کمی انجام داده ام.
وقتی به گذشته فکر می کنم غیر از شکستهای زیاد چیز دیگری نمی بینم.
احساس می کنم که شخص کاملاً شکست خورده ای هستم.

۴-

نارضایتی خاصی ندارم.

در اکثر مواقع، احساس بی حوصلگی می کنم.
مثل گذشته برای هیچ چیزی خوشحال نمی شوم.
از هیچ چیزی احساس رضایت نمی کنم.
به طور کلی نارضاضی هستم.

۵-

خود را گنهکار احساس نمی کنم.
خود را معمولاً بد و بی لیاقت احساس می کنم.
معمولاً خود را گنهکار احساس می کنم.
تقریباً همیشه خود را بد و بی لیاقت احساس می کنم.
خود را خیلی بد یا خیلی بی لیاقت احساس می کنم.

۶-

احساس نمی کنم که تنبیه می شوم.
احساس می کنم که برایم اتفاق بدی خواهد افتاد.

احساس می کنم که تنبیه می شوم یا تنبیه خواهم شد.

احساس می کنم که سزاوار تنبیه شدن هستم.

می خواهم که تنبیه شوم.

۷-

احساس نمی کنم که سرخورده ام.

احساس می کنم که سرخورده ام.

خودم را دوست ندارم.

از خودم بیزارم.

نسبت به خود کینه دارم.

۸-

احساس نمی کنم که بدتر از دیگران هستم.

به خاطر ضعفها و خطاهایی که دارم از خودم انتقاد می کنم.

خود را به خاطر خطاهایم سرزنش می کنم.

هر اتفاق بدی که می افتد خود را سرزنش می کنم.

۹-

به این فکر نیستم که آسیبی به خود برسانم.

فکرهای آسیب رساندن به خود دارم اما به مرحله اجرا در نمی آورم.

احساس می کنم که اگر بمیرم بهتر است.

احساس می کنم که اگر بمیرم خانواده ام راحت خواهد شد.

برای خودکشی طرحهای روشنی دارم.

اگر بتوانم خودم را می کشم.

۱۰-

بیشتر از حد معمول گریه نمی کنم.

نسبت به گذشته بیشتر گریه می کنم.

در حال حاضر، همیشه گریه می کنم نمی توانم گریه نکنم.

قبلاً می توانستم گریه کنم اما حالا اصلاً نمی توانم گریه کنم حتی اگر بخواهم.

۱۱-

حال که عادت کرده ام دیگر عصبانی نمی شوم.

در حال حاضر بیشتر از مواقع عادی ناراحت یا عصبانی می شوم.

به طور دایم عصبانی می شوم.

در اثر چیزهایی که معمولاً مرا عصبانی می کردند دیگر عصبانی نمی شوم.

۱۲-

علاقه خود نسبت به مردم را از دست نداده ام.

نسبت به گذشته کمتر به مردم علاقه دارم.

بیشترین علاقه خود به مردم را از دست داده ام و نمی توانم به آنها احساس داشته باشم.

همه علاقه خود به مردم را از دست داده ام و اصلاً به فکر آنها نیستم.

۱۳-

مثل گذشته بخوبی تصمیم می گیرم.

سعی می کنم تصمیم گیریها را به عقب بیندازم.

برای تصمیم گیری دشواریهای زیادی دارم.

اصلاً نمی توانم تصمیم بگیرم.

۱۴-

فکر نمی کنم که مثل گذشته زشت به نظر برسم.

نگرانم که پیر و غیر جذاب به نظر برسم.

احساس می کنم که تغییرات زیادی کرده ام و غیر جذاب شده ام.

خود را زشت و نفرت انگیز احساس می کنم.

۱۵-

عملاً می توانم بخوبی گذشته کار کنم.

برای شروع یک کار به تلاشهای زیادی نیاز دارم.

بخوبی گذشته کار نمی کنم.

برای انجام دادن یک کار خیلی باید به خود فشار بیاورم.

هیچ کاری نمی توانم انجام دهم.

۱۶-

طبق معمول می توانم خوب بخوابم.

صبحها، خسته تر از معمول از خواب بیدارم می شوم.

یک یا دو ساعت زودتر از معمول بیدار می شوم و به دشواری می توانم دوباره بخوابم.

هر روز خیلی زود از خواب بیدار می شوم و نمی توانم بیشتر از پنج ساعت بخوابم.

۱۷-

خسته تر از همیشه نیستم.

نسبت به گذشته زودتر خسته می شوم.

هر کاری انجام بدهم خسته می شوم.

خیلی خسته تر از آن هستم که کاری انجام دهم.

۱۸-

اشتهایم مثل همیشه خوب است.

اشتهایم بخوبی همیشه نیست.

در حال حاضر اشتهای خوبی ندارم.

اصلاً اشتها ندارم.

۱۹-

در این اواخر وزنم خیلی کم نشده است.

وزنم بیش از ۲/۵ کیلو کم شده است.

وزنم بیش از ۵ کیلو کم شده است.

وزنم بیش از ۷/۵ کیلو کم شده است.

۲۰-

بیش از معمول به فکر سلامتی خود نیستم.

به فکر دردها و رنجهای یا به فکر دشواریهای هاضمه یا یبوست هستم.

آن قدر به فکر سلامتی و چگونگی حالم هستم که نمی توانم به چیز دیگری فکر کنم.

تنها به فکر سلامتی خود هستم.

۲۱-

در علاقه خود به مسائل جنسی هیچ تغییری احساس نکرده ام.

نسبت به گذشته کمتر به مسائل جنسی علاقه دارم.

در حال حاضر به مسائل جنسی کمتر علاقه دارم.

علاقه خود به مسائل جنسی را به طور کامل از دست داده ام.

ضمیمه چهار : مقیاس ۱۶ عاملی شخصیت کتل

دستور العمل

در این پرسشنامه در مورد علائق شما و اینکه درباره چیزهای مختلف چگونه فکر می کنید سوالاتی هست، در اکثر موارد صحیح یا غلط بودن پاسخ ها مورد بحث نیست چرا که هر کسی عقیده و نظر مخصوص به خود را دارد. تنها کاری که شما باید بکنید این است که پاسخی را که در مورد شما صدق میکند انتخاب کنید.

همراه این دفترچه ورقه جداگانه ای به نام پاسخنامه در اختیار شما گذاشته میشود که باید جوابهایتان را روی آن بنویسید، همانطور که ملاحظه خواهید کرد این پرسشنامه از ۱۸۷ سوال تشکیل یافته و هر سوال دارای سه جواب است که با حروف الف ، ب ، ج مشخص شده است. پس از خواندن هر سوال فکر بکنید و ببینید کدامیک از سه جواب مربوط به آن سوال بهتر نظر شما را بیان می کند. آنگاه جواب مزبور را با گذاشتن علامت (x) در داخل مربع مربوط به آن مشخص کنید.

اکنون چهار مثال زیر را ملاحظه کنید و ببینید چگونه باید آنها را پاسخ دهید:

۱- من تماشای بازیهای تیمی را دوست دارم.

الف) بله (اغلب) ب) گاهی اوقات ج) خیر (هرگز)

۲- مردم می گویند من آدم کم صبری هستم.

الف) صحیح ب) مطمئن نیستم ج) غلط

۳- من دوستانی را ترجیح میدهم که :

الف) آرام باشند ب) حد وسط ج) بانشاط و شلوغ می باشند

۴- نسبت بزرگسال به کودک مثل نسبت گربه است به :

الف) بچه گربه ب) سگ ج) نوزا

- در مثال اخر فقط يك جواب صحيح است: بچه گربه اما سوالاتی از این قبیل در این

پرسشنامه کمتر است . اگر نکته ای برایتان مشخص نیست سوال کنید.

در پاسخ به سوالات این چهار نکته را در نظر داشته باشید.

۱) فقط جوابهایی که واقعاً در مورد شما صدق می کند انتخاب کنید. بهترین راه این

است که بگوئید واقعاً چه فکر می کنید.

۲) البته سوالها آنقدر کوتاه هستند که تمام اطلاعاتی که شما می خواهید به شما نمی

دهند اما بهترین پاسخی را که در این شرایط می توانید بدهید انتخاب کنید.

۳) تمام سوالها را به ترتیب جواب دهید و هیچ کدام را از قلم نیندازید.

۴) بیشتر باید جوابهای مالف و ج را انتخاب کنید و پاسخ های ب فقط در صورت لزوم و

اجبار استفاده نمائید. یعنی وقتی که هیچ کدام از جوابهای الف و ج به نظر درست نمی آیند.

لطفاً روی این دفترچه چیزی ننویسید

تا زمانی که به شما گفته نشده دفترچه را باز نکنید

۱- طرز پاسخ دادن به این پرسشنامه را کاملاً متوجه شده ام (دستورالعمل پرسشنامه را

متوجه شده ام)

الف) بلی (ب) تردید دارم (ج) خیر

۲- حاضرم تک تک سوالات را صادقانه پاسخ دهم.

الف) بلی (ب) تردید دارم (ج) خیر

۳- دلم میخواد خانه ای در داشته باشم.

الف) مکانی شلوغ با مردمانی خونگرم

ب) حد وسط (ج) جنگلی بی انتها ، تنها و دور از مردم

۴- توان کافی برای مقابله با مشکلاتم را دارم.

الف) همیشه (ب) معمولاً (ج) بندرت

۵- از حیوانات وحشی ، حتی اگر در قفس محکمی باشند، تا حدی ترس و وحشت دارم.

الف) بلی (ب) گاهی اوقات (ج) خیر

۶- دوست ندارم از مردم و عقاید آنها ایراد بگیرم (انتقاد کنم)

الف) بلی (ب) گاهی اوقات (ج) خیر

۷- من از طعنه زدن و ریشخند زدن به دیگران بدم نمی آید، اگر ببینم آنها لایق اینکار

هستند. الف) همیشه (ب) گاهی اوقات (ج) هرگز

۸- موسیقی سنتی و نیمه کلاسیک را به موسیقی های معمولی و مورد علاقه عامه ترجیح

می دهم. الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۹- اگر دو تا از بچه های همسایه را در حال دعوا ببینم:

الف) کاری به کارشان ندارم ب) تردید دارم

ج) بادلیل و منطق آنها را قانع می کنم

۱۰- در مجالس و مناسبت های دسته جمعی :

الف) براحتی خودم را جلو مجلس می اندازم

ب) حد وسط ج) ترجیح می دهم ساکت در گوشه ای بنشینم

۱۱- ترجیح می دهم که بشنوم.

الف) مهندس ساختمان ب) تردید دارم ج) نمایشنامه نویس

۱۲- دیدن نقاشی یک هنرمند را بر نگاه کردن به دعوای مردم ترجیح می دهم.

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۱۳- براحتی می توانم افراد از خود راضی و خودخواه را تحمل کنم، حتی اگر آنها دائماً

از خود تعریف کنند.

الف) بلی ب) بینابین ج) خیر

۱۴- شما تقریباً همیشه می توانید از روی قیافه مردم متوجه شوید که افراد صادقی نیستند

الف) بلی ب) حد وسط ج) خیر

۱۵- به نفع همه است اگر تعطیلات طولانی تر بود و همه مجبور بودند از این تعطیلات

استفاده کنند. الف) موافقم ب) تردید دارم ج) مخالفم

۱۶- ترجیح می دهم شغلی را درآمد زیاد اما نامرتب داشته باشم تا شغلی با درآمد کم اما

مرتب: الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۱۷- درباره احساساتم صحبت می کنم.

الف) فقط وقتی که مجبور باشم ب) حد وسط

ج) هر وقت که موقعیتی پیش بیاید

۱۸- گاه گاهی بی دلیل احساس خطری مبهم و ترسی شدید و ناگهانی مرا فرا می گیرد.

الف) بلی ب) حد وسط ج) خیر

۱۹- وقتی بخاطر کاری که نکرده ام مورد سرزنش و انتقاد قرار بگیرم:

الف) اصلاً خود را مقصر نمی دانم ب) حد و وسط

ج) با این حال کمی خود را مقصر می دانم

۲۰- با پول تقریباً همه کار می توان کرد

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۲۱- تصمیماتی که می گیرم بیشتر تحت کنترل من می باشد.

الف) احساسات ب) هم احساسات و هم منطق ج) عقل و منطق

۲۲- اگر مردم می توانستند درست شبیه به دوستانشان زندگی کنند و کارهای آنها را

انجام دهند، خوشبخت تر بودند.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۲۳- گاهی اوقات وقتی که در آینه نگاه می کنم، برای تشخیص راست و چپم گیج می

شوم. الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۲۴- در هنگام صحبت ترجیح می دهم:

الف) مطالب را همانطوریکه به ذهنم می رسند بگویم

ب) حد و وسط

ج) مطالب را ابتدا در ذهنم مرتب کنم و بعد بازگو نمایم

۲۵- اگر مسئله ای مرا ناراحت کند، می دانم که خیلی زود می توانم آنرا فراموش کنم و

دوباره آرام شوم. الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۲۶- اگر تعداد ساعت کار و حقوق مشاغل زیر برابر باشد ترجیح می دهم باشم

الف) نجار یا آشپز ب) تردید دارم ج) گارسون یک رستوران عالی

۲۷- مرا برای انتخاب کرده اند.

الف) فقط تعداد کمی شغل ب) چندین شغل ج) مشاغل زیادی

۲۸- نسبت بیل به کندن مثل نسبت چاقو است به :

الف) تیز کردن ب) بریدن ج) نوک تیز کردن

۲۹- گاهی اوقات به خاطر ایده ای که دائما فکرم را به خودش مشغول می کند

نمی توانم بخوابم.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۳۰- در زندگی شخصی ام تقریبا اکثر اوقات به اهدافی که برای خود در نظر گرفته ام

می رسم. الف) صحیح ب) مطمئن نیستم ج) غلط

۳۱- قانونی که قدیمی شده است باید تعویض شود.

الف) تنها پس از بحث ها و جلسات فراوان

ب) حد و وسط ج) فوری و سرعت

۳۲- از انجام کارهایی که در خلال آنها مجبور به اقدامات سریعی باشم که احساسات

دیگر را تحریک کند، ناراحت می شوم.

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۳۳- اکثر افرادی که می شناسم مرا یک آدم خوش صحبت و خونگرم می دانند.

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۳۴- وقتی که آدم نامرتب و شلخته ای را می بینم:

الف) کاری به کارش ندارم (برایم مسئله ای نیست)

ب) حد و وسط ج) متنفرد و آزرده می شوم

۳۵- اگر در یک گروه اجتماعی بناگاه مورد توجه افراد گروه بگیرم، کسی دست و پای

خود را گم می کنم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۳۶- من همیشه از رفتن به جاهایی مثل مهمانی ها یا مجالس عروسی و مجالس عمومی

خوشحال می شوم .

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۳۷- در مدرسه را ترجیح می دهم.

الف) نقاشی ب) تردید دارم ج) کارهای دستی و فنی

۳۸- اگر مرا مسئول انجام کاری کنند اصرار دارم که همه چیز طبق دستورات من انجام

شود، در غیر اینصورت کناره گیری می کنم.

الف) بلی ب) گاهی اوقات ج) خیر

۳۹- مهمترین کاری که والدین باید انجام دهند این است که :

الف) مبه فرزندانشان کمک کنند که عواطف خود را آشکار سازند

ب) حد و وسط

ج) به فرزندان خود یاد دهند چگونه هیجانات خود را کنترل کنند

۴۰- در یک کار گروهی ترجیح می دهم :

الف) در بهبود کار کمک کنم (به تهیه مقدمات کار کمک کنم) ب) حد و وسط

ج) مواظب باشم بینم قواعد و وظائف توسط افراد گروه انجام می شود

۴۱- گاه گاهی احساس می کنم به یک فعالیت بدنی شدید احتیاج دارم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۴۲- ترجیح می دهم بیشتر با آدمهای مودب معاشرت کنم تا با آدمهای خشن و ناسازگار.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۴۳- اگر در گروه مورد سرزنش و انتقاد دیگران قرار بگیرم خیلی ناراحت و دلگیر می

شوم. الف) صحیح ب) حد و وسط ج) غلط

۴۴- اگر رئیس (رئیس مدرسه) مرا احضار کند :

الف) از فرصت استفاده می کنم تا درخواستی را که از قبل داشتم از وی بکنم

ب) حد و وسط ج) می ترسم مبدا کار اشتباهی انجام داده باشم

۴۵- چیزی که این دنیا لازم دارد:

الف) افراد (شهروندان) مغیر قابل انعطاف و متعهد می باشد

ب) تردید دارم ج) افرادی که خیلی زیاد طرفدار پیشرفت هستند و

برای ساختن دنیایی بهتر برنامه هایی دارند

۴۶- از تلاشهای تبلیغاتی در مطالبی که می خوانم بدقت آگاه هستم

الف) بلی ب) مطمئن نیستم ج) خیر

۴۷- بعنوان یک نوجوان ، ندر ورزشهای مدرسه شرکت می کنم.

الف) بعضی مواقع ب) تقریباً اغلب اوقات ج) خیلی زیاد

۴۸- اتاقم را همیشه مرتب نگه می دارم، بطوریکه همه وسایل اطاق همیشه در سرجای

خودشان قرار دارند .

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۴۹- گاهی اوقات وقتی راجع به اتفاقاتی که در طی روز رخ داده است فکر می کنم

دچار تشویش و آشفتگی می شود.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۵۰- گاهی اوقات شک می کنم که آیا مردمی که برای آنها صحبت می کنم علاقه ای به

شنیدن حرفهای من دارند یا خیر ؟

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۵۱- اگر مجبور به انتخاب یکی از مشاغل زیر باشم ترجیح می دهم باشم.

الف) جنگلبان ب) تردید دارم ج) دبیر دبیرستان

۵۲- برای اعیاد یا روزهای تولد :

الف) دوست دارم هدایای (عیدی) شخصی بدهم ب) تردید دارم

ج) فکر می کنم هدیه خریدن عملی لوس و بی معنی است

۵۳- نسبت خستگی به کار مثل نسبت غرور است به :

الف) لبخند ب) موفقیت ج) خوشحالی

۵۴- کدام یک از موارد زیر با دوتای دیگر متفاوت است .

الف) شمع ب) ماه ج) لامپ الکتریکی

۵۵- دوستانم مرا تنها گذاشته اند (یاری ام نکرده اند)

الف) تقریباً هرگز ب) گاهی اوقات ج) خیلی زیاد

۵۶- من دارای خصوصیاتی هستم که بواسطه آنها خودم را برتر و بهتر از دیگران

می دانم. الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۵۷- وقتی که عصبانی می شوم، سعی می کنم عصبانیت خود را از دیگران پنهان کنم .

الف) صحیح ب) حد و وسط ج) خیر

۵۸- دوست دارید هر چند وقت یکبار به گردش یا دیدن نمایش (فیلم) بروید ؟

الف) بیشتر از هفته ای یکبار (بیشتر از حد طبیعی)

ب) هفته ای یکبار (حد طبیعی)

ج) کمتر از هفته ای یکبار (کمتر از حد طبیعی)

۵۹- بنظر من آزادی زیاد مهم تر از احترام به قوانین و رفتار خوب می باشد.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۶۰- بیشتر تمایل دارم که در حضور افراد باتجربه ف مسن تر ، و بالامقام تر از خودم

ساکت باشم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۶۱- برای من صحبت کردن و سخنرانی کردن برای یک گروه مشکل است.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۶۲- اگر در محیط جدید و ناآشنایی قرار بگیرم براحتی می توانم جهات را تشخیص دهم

(برایم آسان است که شمال و جنوب و مشرف و مغرب را تشخیص دهم)

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۶۳- اگر کسی از دست من خیلی عصبانی شود :

الف) سعی می کنم او را آرام کنم ب) تردید دارم

ج) من هم ناراحت و عصبانی می شوم

۶۴- هر وقت نوشته ای غیر منصفانه و مغرضانه در محله ای می خوانم ، بیشتر ترجیح می

دهم آنرا فراموش کنم تا اینکه عکس العمل نشان دهم.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۶۵- چیزهای کم اهمیت مانند اسامی خیابانها و مغازه ها در حافظه ام نمی ماند و براحتی

فراموش می کنم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۶۶- من از زندگی یک دامپزشک که با بسیاری و عمل جراحی حیوانات سروکار دارد

لذت می برم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۶۷- من غذایم را با عجله و با حرص و ولع می خورم ، برعکس بعضی از مردها که خیلی

آدابی و با دقت غذا می خورند.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۶۸- گاهی اوقات پیش می آید که من حوصله (دلو دماغ) دیدن هیچ کس را ندارم.

الف) خیلی به ندرت ب) حد و وسط ج) خیلی زیاد

۶۹- مردم همیشه به من تذکر می دهند که هیجاناتم را بیش از حد در صدا و رفتارم

منعکس می کنم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۷۰- بعنوان یک نوجوان ، اگر به والدینم اختلاف عقیده پیدا کنم :

الف) روی حرف و عقیده خودم پافشاری می کنم ب) حد و وسط

ج) رای و اقتدار آنها را می پذیرم

۷۱- ترجیح می دهم اطاق کار خصوصی داشته باشم تا اینکه با شخص دیگری هم اتاق

باشم. الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۷۲- ترجیح می دهم از زندگی انطور که خودم می خواهم لذت ببرم تا اینکه بخاطر

موفقیتهایم مورد تحسین دیگران باشم.

الف) صحیح ب) مطمئن نیستم ج) غلط

۷۳- در مورد بیشتر مسائل خودم را عاقل و بالغ احساس می کنم.

الف) صحیح ب) مطمئن نیستم ج) غلط

۷۴- از انتقادی که مردم از من می کنند، بیشتر از این که احساس کنم کمک کرده ،

احساس ناراحتی می کنم

الف) بیشتر مواقع ب) گاهی اوقات ج) هرگز

۷۵- همیشه میتوانم ابراز احساساتم را کاملاً کنترل کنم.

الف) بلی ب) حد وسط ج) خیر

۷۶- در شروع یک اختراع مفید ، ترجیح می دهم :

الف) بر روی آن در آزمایشگاه کار کنم

ب) تردید دارم ج) انرا به مردم بفروشم (برای آن در بین مردم تبلیغ کنم)

۷۷- نسبت « تعجب » به « عجب » مثل نسبت « ترس » است به :

الف) شجاعت ب) مضطرب ج) ترسناک

۷۸- کدامیک از کسرهای زیر با دوتای دیگر متفاوت است ؟

الف) $\frac{3}{7}$ ب) $\frac{3}{9}$ ج) $\frac{3}{11}$

۷۹- بنظرم بعضی از مردم بدون اینکه دلیلش را بدانم به من توجهی نمی کنند (محل نمی

گذارند) یا از من دوری می کنند .

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۸۰- رفتاری که مردم با من دارند شایسته من و نیات خوبم نیست.

الف) اغلب اوقات ب) گاهی اوقات ج) هرگز

۸۱- از حرفهای زشت و رکیک بشدت بدم می آید حتی اگر در حضور جمعی متشکل

از زنان و مردان هم نباشد .

الف) بلی ب) حد وسط ج) خیر

۸۲ من مطمئن هستم که نسبت به دیگران دوستان کمتری دارم.

الف) بلی (ب) حد و وسط (ج) خیر

۸۳ از رفتن به جاهایی که افرا زیادی برای صحبت کردن وجود ندارند، متنفرم.

الف) صحیح (ب) تردید دارم (ج) غلط

۸۴ اگر چه مردم از من خوششان می آید ولی مرا فردی بی دقت و بی توجه می دانند.

الف) بلی (ب) حد و وسط (ج) خیر

۸۵ ترس و اضطراب از قرار گرفتن در مقابل جمع را تجربه کرده ام.

الف) خیلی زیاد (ب) گاهی اوقات (ج) بندرت (خیلی کم)

۸۶ وقتی در گروه کوچکی قرار دارم، ترجیح می دهم گوشه ای بنشینم و شنونده باشم

تا گوینده. الف) بلی (ب) حد و وسط (ج) خیر

۸۷ ترجیح می دهم را بخوانم

الف) تفسیرهای نظامی و سیاسی

ب) تردید دارم (ج) یک داستان بلند احساس و تخیلی

۸۸ وقتی افرادی که خیلی علاقه به امر و نهی کردن و ریاست کردن دارند به من

دستوری می دهند من درست بر عکس نظر (دستور) آنها عمل می کنم.

الف) بلی (ب) حد و وسط (ج) غلط

۸۹ بزرگترها یا اعضای خانواده من فقط وقتی از من ایراد میگیرند که یک دلیل واقعی

وجود داشته باشد. الف) صحیح (ب) حد و وسط (ج) غلط

۹۰- از افرادی که در خیابانها و مغازه ها خیره خیره به مردم نگاه می کنند خوشم

نمی آید. الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۹۱- در سفری طولانی ، ترجیح می دهم :

الف) مطلبی عمیق و جالب بخوانم ب) مطمئن نیستم

ج) با مسافرهایی دیگر صحبت کنم تا وقت بگذرد

۹۲- در مواجهه با خطر عقیده دارم که باید سروصدا راه انداخت و داد و فریاد کرد هر

چند مسکن است برخلاف ادب باشد و آرامش را به هم بزند.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۹۳- اگر آشنایانم با من بد رفتاری کنند و نشان دهند که از من متنفرند :

الف) اصلاً ناراحت نمی شوم ب) حد و وسط

ج) ناراحت و دلگیر میشوم

۹۴- اگر دیگران از من تعریف و تمجید کنند ، دستپاچه می شوم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۹۵- ترجیح می دهم شغلی داشته باشم که :

الف) حقوق ثابت و معینی داشته باشد

ب) حد و وسط

ج) حقوق زیادی داشته باشد مشروط بر اینکه بتوانم مردم را متقاعد کنم که ارزش این

حقوق زیاد را دارم

۹۶- برای اینکه در جریان اخبار روز قرار بگیرم دوست دارم :

الف) با مردم بحث کنم ب) حد و وسط

ج) به رسانه های گروهی مثل رادیو ، تلویزیون و روزنامه مراجعه کنم

۹۷- دوست دارم در فعالیتهای گروهی نقش فعالی داشته باشم

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۹۸- هنگام انجام دادن کاری ، تا به کوچکتین جزئیات توجه کافی نشود راضی

نمی شوم. الف) صحیح ب) حد و وسط ج) غلط

۹۹- گاهی حتی بی اهمیت ترین و کوچکتین موانع هم مرا خیلی آزار می دهند و

ناراحت می کند. الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۰۰- راحت بخواب می روم و در خواب نه راه می روم و نه حرف می زنم

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۰۱- دوست دارم شغلی داشته باشم که در آن :

الف) با مشتریها صحبت کنم

ب) حد و وسط ج) مسئول حسابرسی و بایگانی باشم

۱۰۲- نسبت « اندازه » به « طول » مثل نسبت « نادرست » است به :

الف) زندان ب) گناه ج) دزدی

۱۰۳- نسبت AB به dc مثل نسبت SR است به :

الف) qp ب) pq ج) tu

۱۰۴- وقتی مردم حرف منطقی را قبول نمی کنند من فقط :

الف) سکوت می کنم و عکس العملی نشان نمی دهم

ب) تردید دارم ب) آنها را خوار و حقیر می شمارم و دلم بحالشان می سوزد

۱۰۵- اگر موقعی که در حال گوش دادن به موسیقی هستم عده ای با صدای بلند صحبت

کنند:

الف) به آنها توجهی نکرده و به موسیقی گوش می دهم ب) حد و وسط

ج) نمی توانم از موسیقی لذت ببرم و ناراحت می شوم

۱۰۶- اگر مرا خوب معرفی کنند، فکر می کنم فردی باشم.

الف) مودب و آرام ب) حد و وسط ج) خشن و زورگو

۱۰۷- در فعالیتهای دسته جمعی فقط وقتی که مجبور باشم شرکت می کنم.

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۱۰۸- محتاط بودن و کم توقع بودن بهتر است از خوشبین بودن و همیشه انتظار موفقیت

داشتن. الف) صحیح ب) مطمئن نیستم ج) غلط

۱۰۹- وقتی در مورد مشکلاتی که در پیش رو دارم فکر می کنم :

الف) سعی می کنم قبل از اینکه با آنها برخورد کنم پیش بینهای لازم را انجام دهم

ب) حد و وسط

ج) فکر می کنم هرگاه با آنها برخوردم کردم به گونه ای آنها را حل کنم

۱۱۰- در جمع (گروه) خیلی راحت با مردم ارتباط برقرار می کنم

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۱۱۱- هنگامیکه بکار بستن تدبیر یا متقاعد کردن دیگران لازم باشد، این کار از من

خواسته می شود .

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۱۲- من دوست دارم :

الف) راهنمای شغلی جوانان باشم ب) تردید دارم

ج) مسئول مهندسی تولید باشم

۱۱۳- اگر کاملاً مطمئن باشم که شخصی رفتاری خودخواهانه و غیر عادلانه دارد ماهیت

حقیقی او را روشن می کنم حتی اگر برایم دردسر شود.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۱۴- گاهی به شوخی حرفهای احمقانه ای می زنم ، فقط برای متعجب کردن مردم و

دیدن عکس العمل آنها .

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۱۵- دوست دارم روزنامه نویس باشم و در مورد نمایشنامه ها ، فیلم ها و کنسرت های

موسیقی و امثال اینها مطلب بنویسم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۱۶- هنگامی که مجبور باشم در یک اجتماع یا گردهمایی بی حرکت بنشینم ، این کار
برایم قابل تحمل است و به هیچ وجه عصبی نمی شوم.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۱۱۷- اگر کسی مطلبی را به من بگوید که مطمئن هستم غلط است ، به احتمال زیاد به
خود می گویم

الف) این آدم دروغگو است ب) حد و وسط

ج) ظاهراً مطلب را به این فرد اشتباه گفته اند

۱۱۸- گاهی حتی موقعی که کار اشتباهی نکرده ام ، احساس می کنم که بنوعی تنبیه می

شوم. الف) بیشتر اوقات ب) گاهی اوقات ج) هرگز

۱۱۹- این نظریه که بیماری به همان نسبت که علل جسمی دارد ممکن است علل روانی
هم داشته باشد، خیلی غلو و اغراق آمیز می باشد.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۲۰- شکوه و عظمت هرگونه مراسم رسمی (مثل اعیاد و جشن ها) باید حفظ شود.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۲۱- اگر مردم فکر کنند که من آدم غیر عادی و عجیبی هستم خیلی ناراحت و رنجیده

می شوم. الف) خیلی زیاد ب) تا حدی ج) هرگز (اصلاً)

۱۲۲- برای ساختن چیزی من ترجیح می دهم کار کنم

الف) با یک گروه ب) تردید دارم ج) به تنهایی

۱۲۳- مواقعی پیش می آید که نمی توانم نسبت به خودم احساس ترحم و دلسوزی نکنم.

الف) بیشتر مواقع ب) گاهی اوقات ج) هرگز

۱۲۴- غالباً خیلی زود از دست دیگران عصبانی می شوم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۲۵- همیشه می توانم عادات قدیمی و کهنه ام را بدون مشکل عوض کنم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۲۶- اگر حقوق مشاغل زیر برابر باشد ترجیح می دهم که بشوم .

الف) وکیل ب) تردید دارم ج) دریانورد یا خلبان

۱۲۷- نسبت « بهتر » به « بدترین » مثل نسبت « اهسته تر » است به :

الف) سریع ب) بهترین ج) سریعترین

۱۲۸- کدام یک از سه مورد زیر باید در امتداد و ادامه این سری حروف بیاید؟

Xooooxxooooxxx.....

الف) oxxx ب) oxxx ج) xooo

۱۲۹- هنگامی که زمان انجام کاری که از مدتها قبل برایش برنامه ریزی کرده بودم و

برای رسیدنش لحظه شماری می کردم فرا می رسد، احساس می کنم که هیچ تمایلی به انجام

آن کار ندارم.

الف) صحیح ب) حد و وسط ج) غلط

۱۳۰- من قادر هستم بدون اینکه سروصدا اطرافیانم حواسم را پرت کند، با دقت روی

اکثر مسائل تمرکز کنم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۳۱- گاهی مسائلی را که بنظر خودم مهم هستند، برای افراد غریبه تعریف می کنم بدون

اینکه فکر کنم که آیا علاقه ای به دانستن این مسائل دارند یا خیر.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۳۲- بیشتر اوقات بیکاری خود را صرف صحبت با دوستان در مورد وقایع خوش گذشته

می کنم. الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۳۳- از انجام کارهای خطرناک و جسورانه (فقط برای سرگرمی) لذت می برم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۳۴- مشاهده یک اتاق نامرتب و شلوغ مرا عصبی می کند.

الف) بلی ب) حد و وسط (گاهی) ج) خیر

۱۳۵- بنظر خودم من آدم اجتماعی، مردم دار و خونگرم هستم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۳۶- در روابط اجتماعی، هیجانانگیز را:

الف) همانطور که می خواهم آشکار می کنم ب) حد و وسط

ج) پنهان می کنم

۱۳۷- من از موسیقی لذت می برم

الف) تند و شاد ب) حد و وسط ج) احساسی و غم انگیز

۱۳۸- من زیبایی یک شعر را بیشتر از زیبایی یک اسلحه خوش ساخت می پسندم.

الف) بله ب) تردید دارم ج) خیر

۱۳۹- اگر دیگران متوجه نظریه و نکته خوبی از طرف من نشون :

الف) اهمیت نمی دهم و از خیر آن می گذرم

ب) حد و وسط

ج) دوباره آنرا تکرار می کنم و این شانس را به آنها می دهم که دوباره آنرا بشنوند

۱۴۰- دوست داشتم مامور رسیدگی به طرز رفتار زندانیان جنایتکار باشم تا در صورت

داشتن رفتار خوب آنها را با قول شرف آزاد کنم

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۴۱- هر فردی باید از معاشرت با افراد بیگانه و غریبه بدلیل خطر مبتلا شدن به بیماریهای

واگیردار و امثال آن خودداری کند.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۴۲- اگر خواستم به سفر خارج بروم، ترجیح می دهم با تورهای مجهز توریستی بروم

تا اینکه با برنامه ریزی خودم با هر جایی که دوست دارم بروم

الف) بلی ب) مطمئن نیستم ج) خیر

۱۴۳- مردم مرا بعنوان یک فرد زحمتکش که موفقیت زیادی کسب نکرده است می

شناسند. الف) بلی ب) مطمئن نیستم ج) خیر

۱۴۴- اگر مردم از دوستی با من بصورت یکطرفه سود ببرند من ناراحت نمی شوم و زود

آنها فراموش می کنم.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۱۴۵- اگر دعوایی پر حرارت بین افرادی که در حال بحث کردن هستند در بگیرد:

الف) دوست دارم بینم چه کسی برنده می شود ب) حد و وسط

ج) آرزو می کنم که دعوا خاتمه یابد

۱۴۶- دوست دارم تصمیمات و برنامه ریزیهایم را به تنهایی و بدون دخالت و پیشنهاد

دیگران انجام دهم

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۴۷- گاهی اوقات رفتار من تحت تاثیر احساس حسادت قرار می گیرد.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۴۸- من سرسختانه طرفدار این عقیده هستم که ممکن است همیشه حق با رئیس نباشد،

ولی رئیس ، همیشه حق دارد.

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۱۴۹- وقتی به تمام مسائلی که در آینده ممکن است برایم پیش بیاید فکر می کنم آشفته

و عصبی میشوم. الف) صحیح ب) تردید دارم ج) خیر

۱۵۰- وقتی در حال بازی هستم، از اظهار نظرهای تماشاچیان (اینکه چه بکنم و چه

نکنم) ناراحت نمی شوم.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۱۵۱- دوست دارم..... باشم.

الف) هنرمند ب) تردید دارم ج) مسئول و دبیر یک باشگاه

۱۵۲- کدام یک از کلمات زیر با دوتای دیگر تفاوت دارد؟

الف) هیچ ب) مقداری ج) بیشتر

۱۵۳- نسبت « شعله » به « گرما » مثل نسبت « گل رز » است به :

الف) خار ب) گلبرگهای قرمز ج) عطر و رایحه

۱۵۴- من رویاهای واضح و روشنی دارم که مزاحم خوابم می شوند:

الف) بیشتر اوقات ب) گاهی اوقات ج) هرگز

۱۵۵- اگر احتمال موفقیت در کاری بسیار ضعیف باشد باز هم به خطرش می ارزد که آنرا

انجام دهیم. الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۵۶- وقتی می دانم افراد چه باید بکنند تا من بطور طبیعی سردسته (فرمانده) آنها بشوم،

لذت می برم. الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۵۷- دوست دارم با معیارهای صحیح و مطابق با قواعد و سنن لباس بپوشم تا بر اساس

یک سبک جلب توجه کننده و شخصی.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۱۵۸- شبی را با یک سرگرمی آرام و بی سرو صدا گذراندن را به یک مهمانی شلوغ و

پرسرو صدا ترجیح می دهم.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۱۵۹- من نصیحت های خیرخواهانه دیگران را نادیده می گیرم با این که میدانم این کار

غلط است.

الف) اغلب ب) بندرت (خیلی کم) ج) هرگز

۱۶۰- در هنگام تصمیم گیری ، به معیار خوبی و بدی تصمیم اهمیت زیادی می دهم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۶۱- دوست ندارم در هنگام انجام کاری عده ای به من نگاه کنند.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۶۲- از آنجائیکه انجام خیلی از کارها از طریق روشهای منطقی و آرام غیر ممکن است،

گاهی هم اعمال لازم است.

الف) صحیح ب) حد و وسط ج) غلط

۱۶۳- در مدرسه را ترجیح می دهم.

الف) ادبیات فارسی ب) تردید دارم ج) ریاضیات یا حساب

۱۶۴- گاهی بخاطر حرفهای بی اساسی که مردم پشت سرم زده اند، دچار دردمر

شده ام. الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۷۰- به نظر من در دنیای پیشرفته امروزی ، مهمترین مسئله حل کردن مشکلات

است. الف) اخلاقی ب) حد و وسط ج) سیاسی

۱۷۱- من از طریق بهتر یاد می گیرم

الف) خواندن یک کتاب با نگارش خوب ب) حد و وسط

ج) پیوستن به بحث گروهی

۱۷۲- دوست دارم بر طبق تشخیص خودم رفتار کنم تا بر اساس قوانین مشخص و معین .

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۱۷۳- دوست دارم پیش از اینکه بحثی را پیش بکشم مطمئن شوم چیزی که میخواهم

بگویم صحیح است.

الف) همیشه ب) اغلب ج) فقط اگر عملی باشد

۱۷۴- گاهی اوقات مسائل ریز و بی اهمیت مرا بسیار خشمگین می کند هر چند که می

دانم خیلی کم اهمیت هستند.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۷۵- بیشتر اوقات بدون فکر کردن چیزی را نمی گویم که بعداً پشیمان شوم.

الف) صحیح ب) تردید دارم ج) غلط

۱۷۶- اگر از من درخواست شود که در کار خیری شرکت کنم :

الف) قبول می کنم ب) تردید دارم

ج) مودبانه می گویم که خیلی کار دارم و نمیتوانم شرکت نمایم

۱۷۷- یک از کلمه زیر با دو کلمه دیگر متفاوت است.

الف) پهن ب) زیگزاگ (کج و معوج) ج) مستقیم (راست)

۱۷۸- نسبت «زود» به «هرگز» مثل نسبت «نزدیک» است به :

الف) هیچ کجا ب) دور ج) جای دیگر

۱۷۹- در جمع یک اشتباه احمقانه و خنده داری بکنم، می توانم زود آنرا فراموش کنم.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۸۰- من بعنوان فردی مشهور هستم که همیشه درباره مسائل و مشکلات نظرات جدیدی

را ارائه می دهد. الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۸۱- من در برابر :

الف) افرادی که عقیده ای مخالف عقیده من دارند عصبانی و خشمگین میشوم

ب) تردید دارم

ج) خواهشها و درخواستهای مردم از خود صبر و بردباری نشان می دهم

۱۸۲- مرا فردی پرشور و پر حرارت می دانند.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۸۳- من شغلی را دوست دارم که در آن تنوع و تغییر و سفر وجود داشته باشد حتی اگر

خطرناک باشد.

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۸۴- من فردی جدی و انعطاف ناپذیر هستم که اصرار دارم که کارها همیشه باید به بهترین نحو انجام شود.

الف) صحیح ب) حد و وسط ج) خیر

۱۸۵- من از شغلی که احتیاج به وجدان کاری و مهارت‌های دقیق دارد لذت می‌برم

الف) بلی ب) حد و وسط ج) خیر

۱۸۶- من فردی پر انرژی هستم که همیشه خود را بکارهای مشغول می‌کنم

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

۱۸۷- مطمئن هستم که هیچ سوالی را بدون جواب نگذاشته‌ام و همه آنها را صادقانه و صحیح و کامل پاسخ داده‌ام.

الف) بلی ب) تردید دارم ج) خیر

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