



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

نام و نام خانوادگی: جنس: دختر پسر پایه: اول دوم سوم معدل ترم اول:

سوال اول: بطور متوسط در طول یک هفته چند ساعت به انجام بازیهای رایانه ای (بازیهای کامپیوتری) می پردازید؟

- بازی نمی کنم کمتر از یک ساعت ۱ تا ۲ ساعت ۲ تا ۳ ساعت
- ۳ تا ۴ ساعت ۴ تا ۵ ساعت ۵ تا ۶ ساعت ۶ تا ۷ ساعت
- ۷ تا ۸ ساعت ۸ تا ۹ ساعت ۹ تا ۱۰ ساعت بیشتر از ۱۰ ساعت

دشمن امور گر می. در ادامه فهرستی از مسائل و مشکلاتی که گاهی اوقات مردم با آن روبرو هستند، آورده شده است. لطفاً هر یک از آنها را با دقت بخوانید و بگویید که در طی یک هفته اخیر آن مسئله یا مشکلی تا چه اندازه موجب ناراحتی شما شده است. پاسخهای خود را (هرگز، ندرت، بعضی اوقات، بیشتر اوقات، همیشه) با زدن علامت ضربدر در مقابل در یک رساله مشخص نمایید.

سوالاتها	هرگز	ندرت	گاهی اوقات	بیشتر اوقات	همیشه
۱- آیا در یک هفته اخیر سردرد داشته اید؟					
۲- آیا در یک هفته اخیر بی جهت دلشوره داشته و نوبی دلتان می لرزید؟					
۳- آیا در یک هفته اخیر ضعف می کردید و سرتان گیج می رفت؟					
۴- آیا در یک هفته اخیر بی اشتها شده اید؟					
۵- آیا در یک هفته اخیر دلتان می خواست که از دیگران ایراد بگیرید؟					
۶- آیا در یک هفته اخیر زود دلخور و عصبانی می شدید؟					
۷- آیا در یک هفته اخیر زود به گریه می افتادید؟					
۸- آیا در یک هفته اخیر در برابر زنها (مردها) احساس خجالت یا ناراحتی می کردید؟					
۹- آیا در یک هفته اخیر احساس می کردید طوری گیر افتاده اید که نه راه پس دارید و نه راه پیش؟					

هرگز بندرت طعمه لوم پرده شش ماهه وان

				۱۰- آیا در یک هفته اخیر ناگهان و بی هیچ عننی می ترسیدید؟
				۱۱- آیا در یک هفته اخیر ناگهان آنجان از کوره در می رفتید که نمیتوانید جلوی خودتان را بگیرید؟
				۱۲- آیا در یک هفته اخیر خود را برای هر چیزی سرزنش می کردید؟
				۱۳- در یک هفته اخیر کمر درد داشته اید؟
				۱۴- آیا در یک هفته اخیر احساس تنهایی می کردید؟
				۱۵- آیا در یک هفته اخیر احساس غمگینی می کردید؟
				۱۶- آیا در یک هفته اخیر برای هر چیز کوچکی زیاد دل نگران می شدید؟
				۱۷- آیا در یک هفته اخیر نسبت به همه چیز بیعلاقه شده اید؟
				۱۸- آیا در یک هفته اخیر همیشه احساس نرس می کردید؟
				۱۹- آیا در یک هفته اخیر زود می رنجیدید؟ آیا حساس و زود رنج هستید؟
				۲۰- آیا در یک هفته اخیر فکر می کردید که دیگران حرف شما را نمی فهمند و یا درد شما را حس نمی کنند؟
				۲۱- آیا در یک هفته اخیر فکر می کردید رفتار مردم نسبت به شما دوستانه نیست یا اینکه شما را دوست ندارند؟
				۲۲- آیا در یک هفته اخیر قلبتان تند می زد؟ طپش داشتید؟
				۲۳- آیا در یک هفته اخیر حال تهوع و یا دل بهم خوردگی داشته اید؟
				۲۴- آیا در یک هفته اخیر در میان کسانی که مثل شما هستند احساس می کردید از آنها کمتر هستید؟
				۲۵- آیا در یک هفته اخیر در عضلاتان احساس کوفتگی می کردید؟
				۲۶- آیا در یک هفته اخیر نشان تنگ می شد؟
				۲۷- آیا در یک هفته اخیر ناگهان احساس می کردید گرفته اید (داغ شده اید) و یا بیخ می کنید؟
				۲۸- آیا در یک هفته اخیر از بدنتان خواب می رفت یا

			گزرگز (سوزن سوزن) می کرد؟
			۲۹- آیا در یک هفته اخیر گاهی احساس می کردید که چیزی در - گنویتان گیر کرده است؟
			۳۰- آیا در یک هفته اخیر نسبت به آینده ناامید بودید؟
			۳۱- آیا در یک هفته اخیر در بعضی از قسمتهای بدنتان احساس ضعف می کردید؟
			۳۲- آیا در یک هفته اخیر عصبی (کم تحمل) بودید و زود از جا در می رفتید؟
			۳۳- آیا در یک هفته اخیر در دستها یا پاها احساس سنگینی می کردید؟
			۳۴- آیا در یک هفته اخیر وقتی توجه مردم با شما بود یا درباره شما در حضور خودتان حرف می زدند ناراحت می شدید؟
			۳۵- آیا در یک هفته اخیر حس می کردید که میا شدید به کتک زدن و یا آسیب رساندن به دیگری دارید؟
			۳۶- آیا در یک هفته اخیر گاهی حس می کردید که دلتان می خواهد چیزی را پرت کنید خرد کنید بشکنید؟
			۳۷- آیا در یک هفته اخیر وقتی با دیگران بودید زیاده از حد در فکر و رفتارشان مراقبت می کردید که مبادا کاری کنید که آبرویشان برود؟ (مبادا خطایی از شما سر بزنند!؟)
			۳۸- آیا در یک هفته اخیر انجام هر کاری به نظرتان پر زحمت می آمد؟
			۳۹- آیا در یک هفته اخیر ناگهان دچار هوش شدید و وحشت زدگی می شدید؟
			۴۰- آیا در یک هفته اخیر در بین جمعیت از اینکه چیزی بخورید یا بیاشامید ناراحت می شدید؟
			۴۱- آیا در یک هفته اخیر زیادی درگیر می شدید و جروبخت می کردید؟
			۴۲- آیا در یک هفته اخیر طوری بیقرار و ناآرام می شدید که نستوانستید یکجا بنشینید؟

				۴۳- آیا در یک هفته اخیر فکر می کردید که آدم به درد نخور و بی ارزشی شده اید؟
				۴۴- آیا در یک هفته اخیر احساس می کردید که اتفاق بدی برایتان خواهد افتاد؟
				۴۵- آیا در یک هفته اخیر زود داد و فریاد راه می انداختید و چیزها را پرت می کردید؟
				۴۶- آیا در یک هفته اخیر فکرها و شکلهای خیالی ترسناک به سرتان می آمد؟
				۴۷- آیا در یک هفته اخیر دیگر قوه و بنیه سابق را نداشتید و یا کند شده بودید؟
				۴۸- آیا در یک هفته اخیر فکر اینکه به زندگیتان خاتمه بدهید به سرتان آمده است؟
				۴۹- آیا در یک هفته اخیر لرزش داشته اید؟
				۵۰- آیا در یک هفته اخیر در ناحیه قلب با سینه احساس درد داشته اید؟