



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

این پرسشنامه ۴۸ سؤالی نظر شما را در مورد موقعیتهای متفاوت زندگی می‌سنجد. در ابتدا، توصیف هر موقعیت آمده است، آنرا بخوانید و مجسم کنید که این اتفاق برای شما افتاده است. البته شاید شما چنین موقعیتهایی را تجربه نکرده باشید اما این موضوع مهم نیست. شما پاسخها را بخوانید و پاسخی را که محتوای آن بنظر شما نزدیکتر است در پاسخنامه علامت بزنید ممکن است شما نحوه برخی از پاسخها را دوست نداشته باشید اما لطفاً آنچه را فکر می‌کنید صحیح‌تر است و یا آنچه را تصور می‌کنید برای دیگران قابل پذیرش‌تر است انتخاب نکنید بلکه پاسخی را انتخاب کنید که به احتمال زیاد برای شما بیشتر اتفاق می‌افتد.

با دقت و آرامش پرسشنامه را تکمیل کنید. به تماس سؤالات پاسخ دهید و وقت خود را روی سؤال به خصوصی تلف نکنید. در این پرسشنامه «صحیح» یا «غلط» وجود ندارد بلکه پاسخ شما به هر موقعیت باید نماینده اولین عکس‌العمل شما در برابر آن موقعیت باشد. لطفاً روی پرسشنامه هیچگونه علامتی نگذارید و آنرا همراه پاسخنامه تحویل دهید.

۱- شما و همسرتان پس از یک دعوا آشتی می‌کنید.

الف) این بار او را بخشیدم.

ب) خیلی زود همه چیز را فراموش می‌کنید.

۲- قرار ملاقات مهمی را فراموش می‌کنید.

الف) به ندرت قرارهایم را فراموش می‌کنم.

ب) اگر قرارهایم را ننویسم آنها را فراموش می‌کنم.

۳- کاری که به عهده شما بوده خیلی خوب انجام شده

الف) برای آن کار زحمت زیادی کشیدم.

ب) دیگران هم در انجام آن کار خیلی کمک کردند.

۴- تولد همسرتان را فراموش می‌کنید.

الف) گرفتار کارهای دیگری بودم.

ب) تولدها را خوب به یاد نمی‌آورم.

۵- کارهایتان را خیلی خوب و بدون نقص انجام می‌دهید.

الف) دوست دارم کاری که به عهده من است درست انجام شود.

ب) می‌خواهم موقعیت کاری بالاتری را بدست آورم.

۶- در مصاحبه شغلی موفق نمی‌شوید.

الف) به قدر کافی به آن شغل آشنا نبودم.

ب) مصاحبه‌گر سؤالات بی‌ربطی می‌پرسید.

۷- بهای طلایی که خریده‌اید افزایش پیدا کرده.

الف) برای خرید اینجور چیزها پرس‌وجو می‌کنم.

ب) بطور اتفاقی آنرا خریداری کردم.

۸- در یک امتحان مهم رد می‌شوید.

الف) موقع انجام دادن مضطرب می‌شوم.

ب) خیلی برای امتحان آمادگی نداشتم.

۹- لطیفه‌ای می‌گویید و همه می‌خندند.

الف) لطیفه خنده‌داری بود.

ب) خیلی به موقع لطیفه را گفتم.

۱۰- همسرتان چیزی می‌گوید و شما را می‌رنجاند.

الف) اغلب بدون فکر کردن حرف می‌زنند.

ب) از چیزی ناراحت بود و تلافی آنرا سر من درآورد.

۱۱- در خیابان به مصدومی کمک می‌کنید.

الف) هنگام مواجهه با حوادث سریع و دقیق عمل می‌کنم.

ب) به روش کمکهای اولیه آشنا هستم.

۱۲- در میان راه بنزین نبود.

الف) حواسم به میزان بنزین نبود.

ب) درجه باک بنزین خراب بود.

۱۳- در مسابقه ورزشی برنده می‌شوم.

- الف) در بیشتر مسابقات ورزشی برنده می شوم.
ب) آنروز خیلی آمادگی داشتم.
- ۱۴- برای مهمانتان غذایی تهیه می کنید و او میلی به خوردن آن ندارد.
الف) می داند که آشپز خوبی نیستم.
ب) یادم نبود این غذا را دوست ندارد.
- ۱۵- در یک مهمانی با افراد ناآشنا به شما خیلی خوش می گذرد.
الف) همه رفتاری دوستانه و صمیمی داشتند.
ب) به راحتی با دیگران ارتباط برقرار می کنم.
- ۱۶- به خاطر تخلف و مقررات راهنمایی جریمه می شوید.
الف) ترافیک بدی بود و من عجله داشتم.
ب) هر وقت خلاف می کنم پلیس هم سر می رسد.
- ۱۷- دوستی برای مشورت پیش شما می آید.
الف) از مشکل او آگاهی داشتم.
ب) معمولاً دوستانم با من مشورت می کنند.
- ۱۸- برای همسران هدیه ای می خرید و او آنرا دوست ندارد.
الف) او خیلی مشکل پسند است.
ب) وقت زیادی برای هدیه خریدن صرف نمی کنم.
- ۱۹- تصمیم دارید به تعطیلات بروید.
الف) هر چند وقت یکبار برنامه سفری ترتیب می دهم.
ب) دلم می خواهد چند روزی از همه چیز دور باشم.
- ۲۰- شریک زندگیتان می خواهد بیشتر به او توجه کنید.
الف) علاقه به کار موجب می شود که کمتر به خانواده خود توجه کنم.
ب) اخیراً مجبورم زیاد کار کنم.
- ۲۱- دوستی به شما محبت بیشتری می کند.
الف) بخاطر محبت هایی است که به او کردم.

- (ب) می‌خواست کاری برایش انجام بدهم.
- ۲۲- احساس ضعف و سستی می‌کنید.
- (الف) چند روزی است برنامه خواب و خوراکم بهم ریخته است.
- (ب) مدت‌ها است که وقتی برای استراحت ندارم.
- ۲۳- دوستی برای کمک‌هایتان از شما تشکر می‌کند.
- (الف) باید به دوستی کمک میکردم.
- (ب) هر وقت بتوانم به هرکسی کمک میکنم.
- ۲۴- تازگیها با همسرتان خیلی درگیر می‌شوید.
- (الف) توقعات او هر روز بیشتر می‌شود.
- (ب) دیگر صبر و حوصله گذشته را ندارم.
- ۲۵- انجام کار مهمی به عهده شما گذاشته می‌شود.
- (الف) اخیراً کار مشابهی را با موفقیت به پایان رسانده‌ام.
- (ب) سرپرست و مدیر خوبی هستم.
- ۲۶- رویداد ناخوشایندی را در زندگیتان تجربه می‌کنید.
- (الف) فقط ناشی از یک سهل‌انگاری بود.
- (ب) مشکلات زندگی تمامی ندارد.
- ۲۷- مدت‌ها است که مریض نشده‌اید.
- (الف) سلامتی‌ام برایم مهم است.
- (ب) کسی دوروبرم مریض نبود که مریض بشوم.
- ۲۸- اضافه وزن پیدا کرده‌اید و نمی‌توانید آنرا کم کنید.
- (الف) در برابر گرسنگی نمی‌توانم مقاومت کنم.
- (ب) رژیممی که گرفتم خوب نبود.
- ۲۹- با اینکه وقت بسیار کمی داشتید کارتان را خوب تمام کردید.
- (الف) درکارم مهارت و تجربه لازم را دارم.
- (ب) موقع کارکردن سرعت عمل خوبی دارم.

- ۳۰- به در دسر افتاده‌اید و کسی به کمکتان نمی‌آید.
الف) اینروزها همه خودشان گرفتار هستند.
ب) نمی‌خواهم زیر بار منت کسی باشم.
۳۱- مهمانی خوبی را برگزار می‌کنید.
الف) از چند روز قبل برای این مهمانی آماده شده بودم.
ب) تحت هرشرایطی آماده پذیرایی از مهمان هستم.
۳۲- کار تازه‌ای را شروع کردید و با مشکلات زیادی مواجه می‌شوید.
الف) به هرکاری دست می‌زنم بدشانسی می‌آورم.
ب) در آن کار هیچ مهارتی نداشتم.
۳۳- در آزمون استخدام شرکتی قبول می‌شوید.
الف) تخصص لازم را داشتم.
ب) از طرف آشنایی معرفی شده بودم.
۳۴- به دلیل نپرداختن قبض جریمه رانندگی مبلغ جریمه شما دو برابر می‌شود.
الف) اغلب فراموش می‌کنم جریمه‌هایم را بپردازم.
ب) این بار قبض جریمه را گم کردم.
۳۵- با مشکل بزرگی روبرو می‌شوید و آنرا به خوبی پشت سر می‌گذارید.
الف) در مواجهه با مشکلات صبور هستم.
ب) تمامی سعی‌ام را برای حل آن مشکل بکار بردم.
۳۶- موقع رفتن به خانه جدید دوستتان گم می‌شوید.
الف) این منطقه از شهر را به خوبی نمی‌شناختم.
ب) دوستم بد آدرس داده بود.
۳۷- کاری را انجام می‌دهید و با تحسین فراوان روبرو می‌شوید.
الف) تابحال کسی آن کار را انجام نداده بود.
ب) همه کارهایم را به بهترین شکل انجام می‌دهم.
۳۸- برای مخرج روزانه منزل با مشکل روبرو هستید.

- الف) این ماه با خرجهای پیش‌بینی نشده روبرو شدم.
ب) برنامه صحیحی برای تنظیم مخارج خانه ندارم.
۳۹- در مسیر زندگی با موفقیت پیش می‌روید.
الف) موقعیتهای مناسبی برایم پیش آمده است.
ب) موفقیت‌هایم نتیجه سعی و تلاش خودم است.
۴۰- هنگام انجام کاری دست‌هایتان زخمی می‌شود.
الف) ابزار مورد نیاز در دسترس نداشتم.
ب) موقع کار توجهی زیادی به مسائل ایمنی ندارم.
۴۱- شغل مورد علاقه خود را بدست می‌آورید.
الف) هرچه اراده کنم بدست می‌آورم.
ب) برای بدست آوردن این شغل خیلی تلاش کردم.
۴۲- دکترتان می‌گوید باید از رژیم غذایی بدون چربی پیروی کنید.
الف) توجه زیادی به رژیم غذایی ندارم.
ب) غذاهای خوشمزه روغن زیادی دارند.
۴۳- با کسی اختلافی پیدا می‌کنید و درانتها شما پیروز می‌شوید.
الف) تا حقم را نگیرم ساکت نمی‌نشینم.
ب) در این مورد حق با من بود.
۴۴- در برابر گروهی مطالب مهمی را بیان می‌کنید ولی کسی به آن اهمیت نمی‌دهید.
الف) موضوع بحثم تکراری بود.
ب) سخنران خوبی نیستم.
۴۵- همسرتان شما را با دادن هدیه‌ای غافلگیر می‌کند.
الف) از هدیه دادن لذت می‌برد.
ب) می‌خواست مرا خوشحال کند.
۴۶- به خاطر کمک کردن به دوستی کارهای خودتان به تعویق می‌افتد.
الف) اغلب برایم دشوار استی به کسی «نه» بگویم.

- (ب) او واقعاً در شرایط بدی بسر می برد.
- ۴۷- با ورودتان به مهمانی کسالت آوری، شادی و نشاط می بخشید.
- الف) کدورتی را که بوجود آمده بود حل کردم.
- (ب) به راحتی می توانم در مهمانی ها دیگران را شاد کنم.
- ۴۸- در مسابقه ورزشی شکست می خورید.
- الف) داور مسابقه به نفع حریف رأی می دهد.
- (ب) مهارت زیادی در این رشته نداشتم.