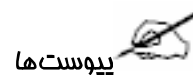




Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران



پیوست ۱: فرم کوتاه پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یانگ (YSQ-SF)

نام و نام خانوادگی (لازم به ذکر نیست):	سن:	وضعیت تاعل:
میزان تحصیلات:	شغل:	

پاسخ دهنده گرامی؛

در زیر عباراتی فهرست شده‌اند که برای توصیف افراد به کار می‌روند. هر عبارت را به دقت بخوانید و تعیین کنید که تا چه حد شما را توصیف می‌کند. در مواردی که شک دارید، بر اساس آنچه که از نظر عاطفی فکر می‌کنید درست‌تر است قضاوت کنید و نه بر اساس آنچه که فکر می‌کنید درست و صحیح است.

روش نمره دهی:

۱- اصلاً در مورد من صدق نمی‌کند

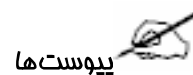
۲- خیلی در مورد من صدق نمی‌کند

۳- تا حدی صدق می‌کند

۴- معمولاً در مورد من صحیح است

۵- دقیقاً مرا توصیف می‌کند

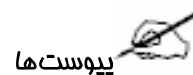
سوالات	اصلاً در مورد من صدق نمی‌کند	خیلی در مورد من صدق نمی‌کند	تا حدی صدق می‌کند	معمولاً در مورد من صحیح است	دقیقاً مرا توصیف می‌کند
۱- اکثر مواقع کسی نبوده مرا پرورش دهد، یا با من همراهی کند یا مراقب مسایلی باشد که برایم اتفاق می‌افتند.					
۲- به طور کلی من از مردم محبتی ندیده‌ام.					
۳- تقریباً در تمامی زندگی‌ام این احساس را نداشته‌ام که برای کسی مهم هستم.					
۴- اکثر مواقع کسی نبوده که واقعاً به حرفهایم گوش کند، مرا، نیازها و احساسات واقعی‌ام را درک کند.					



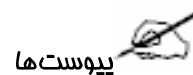
					۵- در مواقعی که سر در گم بوده‌ام کمتر پیش آمده که شخص آگاه و توانمندی باشد که راهنمایی و نصیحتم کند.
					۶- احساس می‌کنم به نزدیکانم (افرادی که با من صمیمی هستند) به سختی وابسته‌ام چون می‌ترسم آنها مرا رها کنند.
					۷- به حدی به دیگران نیاز دارم که می‌ترسم آنها را از دست بدهم.
					۸- نگران این هستم که مبدا افرادی که با آنها احساس نزدیکی می‌کنم مرا ترک یا رها کنند.
					۹- وقتی می‌بینم فرد مورد علاقه‌ام خود را از من کنار می‌کشد، احساس نا امید می‌کنم.
					۱۰- گاهی به حدی از ترک شدن یا نادیده گرفته شدن توسط دیگران می‌ترسم که خودم از آنها فاصله می‌گیرم.
					۱۱- احساس می‌کنم که دیگران از من سوء استفاده می‌کنند.
					۱۲- احساس می‌کنم نمی‌توانم اجازه دهم احترامم شکسته شود یا دیگران از روی عمد آسیبی به من وارد کنند یا مرا اذیت کنند.
					۱۳- از آخرین باری که کسی به من خیانت کرد زمان زیادی نگذشته است.
					۱۴- به انگیزه‌ها و نیات دیگران کاملاً مشکوکم.
					۱۵- معمولاً مراقب انگیزه‌های مخفی و پنهانی دیگران هستم.
					۱۶- من فرد شایسته و لایقی نیستم.
					۱۷- اساساً با بقیه مردم فرق دارم.
					۱۸- فردی تنها هستم و به کسی تعلق ندارم.
					۱۹- با دیگران احساس غریبگی می‌کنم.
					۲۰- همیشه احساس می‌کنم خارج از جریان گروه‌هم.
					۲۱- اگر دیگران معایب مرا بدانند، مرا دوست نخواهند داشت.

پیوست‌ها

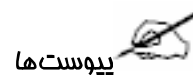
				۲۲- کسی که من خواهان او هستم، اگر واقعا مرا بشناسد دیگر نزد من نخواهد ماند.
				۲۳- من لایق توجه و احترام دیگران نیستم.
				۲۴- احساس می‌کنم که دوست داشتنی نیستم.
				۲۵- اصولا رفتارهایی که برای مطرح کردن خودم جلوی دیگران انجام می‌دهم به هیچ وجه قابل قبول نیست.
				۲۶- تقریبا هر کاری که انجام می‌دهم به خوبی کار و عملکرد دیگران نیست.
				۲۷- وقتی صحبت از موفقیت به میان می‌آید، من فاقد شایستگی برای آن هستم.
				۲۸- بیشتر مردم در زمینه کار و پیشرفت از من توانمندترند.
				۲۹- من به اندازه دیگران در کارهای خود مستعد نیستم.
				۳۰- در زمینه کار و تحصیل به هوشمندی دیگران نیستم.
				۳۱- احساس می‌کنم نمی‌توانم از عهده زندگی روزمره‌ام برآیم.
				۳۲- وقتی صحبت از کارهای روزانه پیش می‌آید، خود را برای انجام آن‌ها فردی وابسته به دیگران می‌دانم.
				۳۳- من فاقد عقل سلیم هستم.
				۳۴- در موقعیت‌های روزمره تصمیم‌گیری‌های من مورد اعتماد نیست.
				۳۵- به توانایی‌های خود برای حل مسائل روزانه‌ام اطمینان ندارم.
				۳۶- فکر می‌کنم نمی‌توانم از این احساس که واقعه‌ای ناخوشایند در حال وقوع است رهایی یابم.
				۳۷- احساس می‌کنم هر لحظه احتمال دارد یک فاجعه اتفاق بی‌افتد.
				۳۸- از این که مورد حمله قرار بگیرم می‌ترسم.



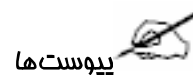
				۳۹- از اینکه روزی همه دارایی خود را از دست بدهم و فقیر شوم می ترسم.
				۴۰- از این می ترسم که به بیماری لاعلاجی مبتلا شوم، هر چند پزشکان بیماری خاصی را تشخیص نداده باشند.
				۴۱- من قادر نیستم به تنهایی کارهایی را انجام دهم که به نظر می رسد افراد هم سن و سال من به راحتی قادر به انجام آن هستند.
				۴۲- من و همسرم (یا دوست صمیمی ام) مایلیم بیش از حد معمول در زندگی و مشکلات هم دخالت کنیم.
				۴۳- برای من و همسرم (یا دوست صمیمی ام) سخت است بدون اینکه احساس خیانت و یا گناه بکنیم، جزییات محرمانه مربوط به یکدیگر را فاش کنیم.
				۴۴- اغلب احساس می کنم این نزدیکانم هستند که زندگی مرا اداره می کنند و من از خود زندگی ای ندارم.
				۴۵- اغلب احساس می کنم که دارای هویتی مستقل از خانواده یا همسر (یا دوست صمیمی - ام) نیستم.
				۴۶- فکر می کنم اگر مطالب میل عمل کنم دچار دردسر خواهم شد.
				۴۷- احساس می کنم حق انتخابی ندارم جز اینکه طبق خواست دیگران عمل کنم، وگرنه آنها تلافی کرده یا مرا طرد می کنند.
				۴۸- در روابطم با دیگران به طرف مقابلم اجازه می دهم، بر من برتری داشته باشد.
				۴۹- همیشه به دیگران اجازه داده ام برای من تصمیم بگیرند، به این دلیل واقعا نمی دانم برای خودم چه می خواهم.
				۵۰- در گرفتن حقوق خود از دیگران و اینکه به احساساتم احترام گذاشته شود با مشکلات زیادی رو به رو هستم.



				۵۱- من کسی هستم که معمولاً مراقبت از دیگران به عهده‌اش می‌افتد.
				۵۲- من فرد خوبی هستم به این دلیل که بیشتر از خودم به دیگران اهمیت می‌دهم.
				۵۳- به قدری سرگرم رسیدگی به خواسته‌های افرادی که نگران آنها می‌باشم که وقت اندکی برای رسیدگی به خواسته‌های خودم باقی می‌ماند.
				۵۴- همیشه این من بوده‌ام که به مشکلات دیگران گوش داده‌ام.
				۵۵- از نظر اطرافیانم، من بیشتر از خودم برای دیگران کار می‌کنم.
				۵۶- آنقدر کمرو هستم که نمی‌توانم احساسات مثبت خود (مثل محبت یا دل‌تنگی) را به دیگران ابراز کنم.
				۵۷- هر وقت می‌خواهم احساساتم را به دیگران ابراز کنم، دستپاچه می‌شوم.
				۵۸- برای من سخت است که گرم و خود جوش باشم.
				۵۹- به حدی خود را کنترل می‌کنم که دیگران فکر می‌کنند فاقد احساس یا عاطفه هستم.
				۶۰- دیگران فکر می‌کنند که من از نظر عاطفی فردی بسته هستم (احساسات خود را به خوبی بروز نمی‌دهم).
				۶۱- باید در اغلب کارهایی که انجام می‌دهم بهترین باشم. چون نمی‌توانم دیگری را که از من بهتر هستند بپذیرم.
				۶۲- سعی می‌کنم به بهترین وجه عمل کنم، نمی‌توانم به فعالیت در حد معمول اکتفا کنم.
				۶۳- باید به همه مسئولیت‌هایم عمل کنم.
				۶۴- احساس می‌کنم که همواره تحت فشار هستم تا پیشرفت کنم و کارها را حل و فصل نمایم.



					۶۵- من نمی‌توانم به راحتی خود را ببخشم یا اشتباهتم را توجیه کنم.
					۶۶- وقتی در جواب خواسته‌هایم از دیگران «نه» می‌شنوم، قبول جواب منفی آنها برایم دشوار است.
					۶۷- من فرد به خصوصی هستم و نباید مجبور باشم تا بسیاری از محدودیت‌هایی را که برای دیگران وضع شده‌اند، بپذیرم.
					۶۸- از اینکه محدود شوم و نتوانم آنچه را که می‌خواهم انجام دهم، متنفرم.
					۶۹- احساس می‌کنم که نباید از قوانین و آداب و رسوم آنگونه دیگران پیروی می‌کنند، پیروی کنم.
					۷۰- ظاهراً به نظر می‌رسد پیشنهادات و اظهار نظرهای من ارزشمندتر از پیشنهادات و اظهار نظرهای دیگران است.
					۷۱- نمی‌توانم خود را مقید به انجام امور عادی روزمره یا کسل کننده کنم.
					۷۲- اگر نتوانم به هدفم برسم به راحتی تسلیم و ناکام می‌شوم.
					۷۳- من در به تعویق انداختن لذت‌های آنی به خاطر دست یافتن به اهداف دراز مدت مشکل زیادی دارم.
					۷۴- نمی‌توانم خود را مجبور به انجام کارهایی کنم که از آنها خوشم نمی‌آید، هر چند بدانم انجام آنها به نفع من است.
					۷۵- من به ندرت توانسته‌ام به تصمیمات خود پایبند باشم.



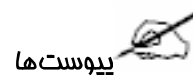
پیوست ۲: فرم بازیابی شده پرسشنامه تجربه روابط نزدیک (ECR-R)

نام و نام خانوادگی: (لازم به ذکر نیست)	سن:	وضعیت تأهل:
شغل:	میزان تحصیلات:	

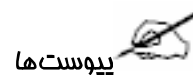
پاسخ دهنده گرامی؛

جملات زیر مربوط به چگونگی احساس شما نسبت به روابط صمیمانتان با دیگران و از جمله همسر و دوستان نزدیکتان است و نه صرفاً در مورد آنچه که در جریان این روابط اتفاق می افتد. به هر جمله با یک عدد از ۱ تا ۷ جواب بدهید تا میزان موافقت یا عدم موافقتتان با آن جمله مشخص شود.

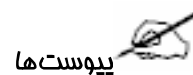
سوالات	کاملاً موافقم	نسبتاً موافقم	موافقم	نمی دانم	مخال فم	نسبتاً مخالفم	کاملاً مخالف فم
۱- من از اینکه روزی عشق و محبت همسر و یا دوستانم را از دست بدهم می ترسم.							
۲- من اغلب نگران این هستم که همسر و یا دوستانم دیگر نخواهند با من بمانند.							
۳- من اغلب نگران این هستم که همسر و یا دوستانم واقعاً مرا دوست نداشته باشد.							
۴- من اغلب نگران این هستم که دوستانم به آن اندازه که من به آنها علاقمندم به من علاقمند نباشند.							
۵- من اغلب آرزو می کنم که احساسات دوستانم نسبت به من به اندازه احساسات من نسبت به آنها قوی باشد.							
۶- من برای روابطم خیلی نگرانم.							
۷- وقتی یکی از دوستانم را برای مدتی نمی بینم نگران این می شوم که شاید او به فرد دیگری علاقمند شده باشد.							
۸- وقتی احساسم را به دوست مورد علاقه و یا همسر می گویم، از اینکه او احساسی مشابه این							



						در مورد من نداشته باشد می ترسم.
						۹- من واقعاً در مورد اینکه همسر و یا دوستانم مرا ترک کنند نگرانم.
						۱۰- دوست صمیمی و یا همسر مرا در مورد خودم به شک می اندازد.
						۱۱- من غالباً در مورد تنها ماندن نگران نیستم.
						۱۲- من پی برده‌ام که همسر و یا دوستانم نمی‌خواهند آن طوری که من دوست دارم با من صمیمی شوند.
						۱۳- گاهی اوقات احساس همسر و یا دوستان نزدیکم نسبت به من بدون هیچ دلیل مشخصی تغییر می کند.
						۱۴- تمایل من به خیلی صمیمی شدن، همیشه دیگران را می ترساند.
						۱۵- من می ترسم از اینکه همسر و یا دوست صمیمی‌ام من واقعی را بشناسد، زیرا او آنچه را که من واقعاً هستم دوست نخواهد داشت.
						۱۶- این مسأله که عاطفه و حمایتی را که به آن نیاز دارم از جانب همسر و یا دوستانم دریافت نمی کنم مرا ناراحت و عصبانی می کند.
						۱۷- من از اینکه در حد دیگران نیستم ناراحتم.
						۱۸- به نظر می رسد که همسر و دوستانم تنها زمانی به من توجه می کنند که من عصبانی‌ام.
						۱۹- هنگامی که عمیقاً غمگینم ترجیح می دهم همسر و یا دوستانم را نبینم.
						۲۰- من احساس می کنم احساسات و افکار شخصی‌ام را می توانم به راحتی با همسر و یا دوست صمیمی‌ام درمیان بگذارم.
						۲۱- من این مسأله را دشوار یافته‌ام که به خودم اجازه بدهم، به همسر یا دوستم وابسته شوم.
						۲۲- من با همسر و یا دوست صمیمی‌ام خیلی راحت هستم.
						۲۳- احساس می کنم با همسر و یا دوست



							صمیمی‌ام چندان راحت نیستم.
							۲۴- من ترجیح می‌دهم با همسر و یا دوستانم چندان صمیمی نباشم.
							۲۵- وقتی همسر و یا دوست نزدیکم میخواهد خیلی صمیمی شود احساس راحتی نمی‌کنم.
							۲۶- برای من نسبتاً راحت است که صمیمیت همسر یا دوستانم را به دست آورم.
							۲۷- بدست آوردن صمیمیت همسر و یا دوستانم برایم کار دشواری نیست.
							۲۸- من معمولاً مشکلات و دلواپسی‌هایم را با همسر و یا دوست صمیمی‌ام در میان می‌گذارم.
							۲۹- به هنگام نیاز، در کنار همسر و یا دوست صمیمی‌ام بودن، بسیار کمک کننده است.
							۳۰- من با همسر یا دوستانم در مورد هر چیزی صحبت می‌کنم.
							۳۱- من چیزهای مهمی را به همسر یا دوست صمیمی‌ام می‌گویم.
							۳۲- هنگامی که همسر و یا دوستم می‌خواهد خیلی با من صمیمی شود من عصبی می‌شوم.
							۳۳- من احساس می‌کنم به راحتی به همسر و یا دوست صمیمی‌ام وابسته می‌شوم.
							۳۴- برای من راحت است که به همسر و یا دوست صمیمی‌ام وابسته شوم.
							۳۵- گرم گرفتن با همسر و یا دوستم برای من راحت است.
							۳۶- همسر و یا دوست صمیمی‌ام واقعاً من و نیازهای مرا درک می‌کند



پیوست ۳: فرم بازبینی شده چک لیست نشانه‌های مرضی (SCL-90-R)

بسمه تعالی

فهرستی از مشکلات و مسائلی که مردم گاهی از آن‌ها شکایت می‌کنند در زیر داده شده است. لطفاً هر یک از آن‌ها را به دقت بخوانید و تصمیم بگیرید این مسأله یا مشکل در طی هفته گذشته، چقدر باعث ناراحتی شما شده است. سپس با گذاشتن علامت ضربدر در یکی از پنج ستون جلو شماره مربوط به این مشکل در برگه پاسخنامه جواب خود را اعلام کنید.

همان طور که ملاحظه خواهید کرد هر یک از پنج ستون پاسخنامه با یکی از ارقام و کلمات زیر مشخص شده است:

۰- به هیچ وجه: یعنی این موضوع هیچ وقت برای من مسأله نبوده و هرگز مرا ناراحت نکرده است.

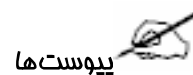
۱- کمی: یعنی این مشکل یا مسأله در سطح بسیار کمی برای من وجود داشته و ناراحتی مختصری برای من فراهم ساخته است «مثلاً یک یا دو بار در طول چند ماه گذشته با آن روبه‌رو شده‌ام».

۲- تا حدی: یعنی این مسأله در حد متوسط برای من مطرح بوده و مرا ناراحت کرده است. مثلاً در طول چند هفته گذشته سه یا چهار بار این مسأله را داشته‌ام.

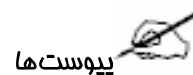
۳- زیاد: یعنی این مشکل یا مسأله به دفعات متعدد «مثلاً هر دو یا سه روز یک بار» و با شدت زیادی برای من اتفاق افتاده و تا حد زیادی باعث ناراحتی من شده است.

۴- خیلی زیاد: یعنی این مسأله یا مشکل تقریباً هر روز با شدت بسیار زیاد برای من مطرح بوده و بی‌اندازه مرا ناراحت کرده است.

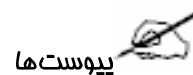
لطفاً در مقابل هر مشکل یا مسأله فقط یکی از گزینه‌ها را علامت بزنید. هیچ سؤالی را بدون جواب رها نکنید. اگر به دلیلی تصمیمتان عوض شد و خواستید جواب خود را تغییر دهید، سعی کنید جواب قبلی را پاک کنید یا به نحوی مشخص سازید که جواب نهایی مورد نظرتان کدام است.



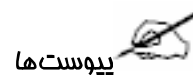
- ۱- آیا در هفته گذشته یا امروز سر دردهایی داشته‌اید؟
- ۲- آیا بی‌جهت دلشوره دارید و ته دلتان می‌لرزد؟
- ۳- آیا فکرهایی که دوست ندارید، مرتباً وارد سر شما می‌شوند و ولتان نمی‌کنند؟
- ۴- آیا ضعف می‌کنید و سرتان گیج می‌رود؟
- ۵- آیا در هفته گذشته نسبت به روابط زناشویی بی‌علاقه شده‌اید؟
- ۶- آیا دلتان می‌خواهد از دیگران ایراد بگیرید؟
- ۷- آیا فکر می‌کنید اختیار فکرهاى شما دست دیگران است؟
- ۸- آیا احساس می‌کنید به خاطر بیشتر گرفتاری‌های شما، دیگران را باید سرزنش کرد؟
- ۹- آیا فراموش کار شده‌اید؟
- ۱۰- آیا از ریخت و پاش‌ها (در اطراف) و سرسری گرفتن‌های (دیگران) ناراحت می‌شوید؟
- ۱۱- آیا زود دلخور و عصبانی می‌شوید؟
- ۱۲- آیا در هفته گذشته، در ناحیه قلب یا سینه احساس دردهایی داشته‌اید؟
- ۱۳- آیا از رفتن به جاهای وسیع و یا کوچه و بازار می‌ترسید؟
- ۱۴- آیا دیگر قوه و بنیه سابق را ندارید؟
- ۱۵- آیا فکر این که به زندگیتان خاتمه بدهید، به سرتان آمده است؟
- ۱۶- آیا صداهایی به گوشتان می‌آید که دیگران آن‌ها را نمی‌شنوند؟
- ۱۷- آیا لرزش دارید؟
- ۱۸- آیا احساس می‌کنید که بیشتر مردم قابل اعتماد نیستند؟
- ۱۹- آیا بی‌اشتها شده‌اید؟
- ۲۰- آیا زود به گریه می‌افتید؟
- ۲۱- آیا در برابر جنس مخالف احساس خجالت یا ناراحتی می‌کنید؟
- ۲۲- آیا احساس می‌کنید طوری گیر افتاده‌اید که نه راه پس دارید نه راه پیش؟
- ۲۳- آیا ناگهان و به هیچ علتی می‌ترسید؟



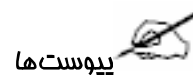
- ۲۴- آیا ناگهان آن‌چنان از کوره در می‌روید که نتوانید جلوی خودتان را بگیرید؟
- ۲۵- آیا می‌ترسید تنها از خانه بیرون بروید؟
- ۲۶- آیا خود را برای هر چیزی سرزنش می‌کنید؟
- ۲۷- آیا کمر درد دارید؟
- ۲۸- آیا احساس می‌کنید کارهایتان پیشرفت نمی‌کند مثلاً این که گره در کارت‌تان افتاده باشد؟
- ۲۹- آیا احساس تنهایی می‌کنید؟
- ۳۰- آیا احساس غمگینی می‌کنید؟
- ۳۱- آیا برای هر چیز کوچکی زیاد نگران می‌شوید؟
- ۳۲- آیا نسبت به همه چیز بی‌علاقه شده‌اید؟
- ۳۳- آیا همیشه احساس ترس می‌کنید؟
- ۳۴- آیا زود می‌رنجید؟ آیا حساس و زود رنج هستید؟
- ۳۵- آیا دیگران از فکرهای شما بدون این که به آن‌ها بگویید، باخبر می‌شوند؟
- ۳۶- آیا فکر می‌کنید دیگران حرف شما را نمی‌فهمند و یا درد شما را حس نمی‌کنند؟
- ۳۷- آیا فکر می‌کنید رفتار مردم نسبت به شما دوستانه نیست یا این که شما را دوست ندارند؟
- ۳۸- آیا برای این که کارها را درست انجام بدهید مجبور هستید خیلی آهسته کار کنید؟
- ۳۹- آیا قلبتان تند می‌زند؟ طپش دارد؟
- ۴۰- آیا در هفته گذشته حالت تهوع یا به هم خوردگی داشته‌اید؟
- ۴۱- آیا در میان کسانی که مثل شما هستند احساس می‌کنید از آن‌ها کمتر هستید؟
- ۴۲- آیا در عضلاتتان احساس کوفتگی می‌کنید؟
- ۴۳- آیا احساس مس‌کنند دیگران شما را زیر نظر دارند و یا درباره شما با یکدیگر حرف می‌زنند؟
- ۴۴- آیا دیر خوابتان می‌برد؟ خواب رفتن برایتان مشکل است؟



- ۴۵- وقتی کاری را انجام می‌دهید آیا مجبور هستید آن را چند بار تکرار کنید تا مطمئن شوید آن را درست انجام داده‌اید؟ برای مثال: درب را چند بار امتحان می‌کنید تا مطمئن شوید که بسته است، یا چند بار به چراغ خوراک‌پزی سر بزنید تا مطمئن شوید خاموش است؟
- ۴۶- آیا تصمیم گرفتن برایتان مشکل است؟
- ۴۷- آیا از مسافرت با اتوبوس یا قطار یا هر وسیله نقلیه عمومی دیگر می‌ترسید؟
- ۴۸- آیا نفستان تنگ می‌شود؟
- ۴۹- آیا ناگهان احساس می‌کنید گر گرفته‌اید (داغ شده‌اید) و یا یخ می‌کنید؟
- ۵۰- آیا مجبور هستید بعضی کارها را نکنید یا بعضی جاها نروید یا دست به بعضی چیزها نزنید برای این کخ از آن‌ها می‌ترسید؟
- ۵۱- آیا تصور می‌کنید که گاهی سرتان از فکر خالی می‌شود؟
- ۵۲- آیا قسمت‌هایی از بدنتان خواب می‌رود؟
- ۵۳- آیا گاهی احساس می‌کنید که چیزی در گلویتان گیر کرده است؟
- ۵۴- آیا نسبت به آینده ناامید هستید؟
- ۵۵- آیا وقتی کاری را انجام می‌دهید برایتان مشکل است که تمام حواستان را جمع آن بکنید؟
- ۵۶- آیا در بعضی از قسمت‌های بدنتان احساس ضعف می‌کنید؟
- ۵۷- آیا عصبی (کم تحمل) هستید و زود از جا در می‌روید؟
- ۵۸- آیا در دست‌ها یا پاها احساس سنگینی می‌کنید؟
- ۵۹- آیا به مرگ و مردن زیاد فکر می‌کنید؟
- ۶۰- آیا پرخوری می‌کنید؟
- ۶۱- آیا وقتی توجه مردم به شماست یا درباره شما در حضور خودتان حرف می‌زنند ناراحت می‌شوید؟
- ۶۲- آیا فکریایی به سرتان می‌آید که مال خودتان نیست؟
- ۶۳- آیا احساس می‌کنید میل شدیدی به کتک زدن و یا آسیب رساندن به دیگری دارید؟
- ۶۴- آیا صبح‌ها زودتر از معمول بیدار می‌شوید؟



- ۶۵- آیا خود را مجبور به تکرار بعضی کارها مانند شستن، شمردن، دست زدن به چیزهایی می‌بینید؟
- ۶۶- آیا بد خواب هستید؟ ناراحت می‌خواهید؟
- ۶۷- آیا گاهی حس می‌کنید که دلتان می‌خواهد چیزی را پرت کنید، خرد کنید، بشکنید؟
- ۶۸- آیا فکر و عقیده‌هایی دارید که دیگران آن‌ها را قبول ندارند؟
- ۶۹- آیا وقتی با دیگران هستید بیش از حد در فکر و رفتارتان مراقب هستید که مبادا کاری کنید که آبرویتان برود؟ (مبادا خطایی از شما سر بزنند؟)
- ۷۰- آیا وقتی در جمع مردم هستید، احساس ناراحتی و غریبگی می‌کنید مثل این که با آن‌ها فرق دارید یا این که از آن‌ها خجالت می‌کشید؟
- ۷۱- آیا انجام هر کاری به نظرتان پر زحمت می‌آید؟
- ۷۲- آیا ناگهان دچار هول شدید و وحشت‌زدگی می‌شوید؟
- ۷۳- آیا در بین جمعیت از این که چیزی بخورید یا بیاشامید ناراحت می‌شوید؟
- ۷۴- آیا زیادی درگیر می‌شوید و جر و بحث می‌کنید؟
- ۷۵- آیا وقتی تنها می‌متنید مضطرب می‌شوید؟ می‌ترسید؟ (ترس ورتان می‌دارد؟)
- ۷۶- آیا دیگران قدر و قیمت کارهای شما را نمی‌دانند؟
- ۷۷- آیا در میان جمع هم خود را تنها احساس می‌کنید؟
- ۷۸- آیا طوری بیقرار و ناآرام می‌شوید که نمی‌توانید یک جا بشینید؟
- ۷۹- آیا فکر می‌کنید که ادم به درد نخور و بی‌ارزشی شده‌اید؟
- ۸۰- آیا احساس می‌کنید که اتفاق بدی برایتان خواهد افتاد؟
- ۸۱- آیا زود داد و فریاد راه می‌اندازید و چیزها را پرت می‌کنید؟
- ۸۲- آیا می‌ترسید که مبادا در انتظار مردم غش کنید و بیفتید؟
- ۸۳- آیا حس می‌کنید که اگر به دیگران زیاد رو بدهید، سوارتان بشوند؟
- ۸۴- آیا فکر می‌کنید خیالاتی شده‌اید؟
- ۸۵- آیا فکر می‌کنید آن قدر گناهکارید که باید عذاب و عقوبت ببینید؟



۸۶- آیا فکرها و شکل های خیالی ترسناک به سرتان می آید؟

۸۷- آیا خیال می کنید که عیب و نقص یا اختلال عمده ای در بدنتان پیدا شده است؟

۸۸- آیا هرگز با کسی احساس صمیمیت کرده اید؟

۸۹- آیا بیشتر اوقات احساس تقصیر و گناه می کنید؟

۹۰- آیا افکار جنسی ناراحت کننده ای دارید؟

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

نام و نام خانوادگی : کد : تاریخ تولد :

تاریخ اجرا : تحصیلات :

خیلی
هیچ کمی تا حدی زیاد

☐	☐	☐	☐	☐	۶۱
☐	☐	☐	☐	☐	۶۲
☐	☐	☐	☐	☐	۶۳
☐	☐	☐	☐	☐	۶۴
☐	☐	☐	☐	☐	۶۵
☐	☐	☐	☐	☐	۶۶
☐	☐	☐	☐	☐	۶۷
☐	☐	☐	☐	☐	۶۸
☐	☐	☐	☐	☐	۶۹
☐	☐	☐	☐	☐	۷۰
☐	☐	☐	☐	☐	۷۱
☐	☐	☐	☐	☐	۷۲
☐	☐	☐	☐	☐	۷۳
☐	☐	☐	☐	☐	۷۴
☐	☐	☐	☐	☐	۷۵
☐	☐	☐	☐	☐	۷۶
☐	☐	☐	☐	☐	۷۷
☐	☐	☐	☐	☐	۷۸
☐	☐	☐	☐	☐	۷۹
☐	☐	☐	☐	☐	۸۰
☐	☐	☐	☐	☐	۸۱
☐	☐	☐	☐	☐	۸۲
☐	☐	☐	☐	☐	۸۳
☐	☐	☐	☐	☐	۸۴
☐	☐	☐	☐	☐	۸۵
☐	☐	☐	☐	☐	۸۶
☐	☐	☐	☐	☐	۸۷
☐	☐	☐	☐	☐	۸۸
☐	☐	☐	☐	☐	۸۹
☐	☐	☐	☐	☐	۹۰

خیلی
هیچ کمی تا حدی زیاد

☐	☐	☐	☐	☐	۲۱
☐	☐	☐	☐	☐	۲۲
☐	☐	☐	☐	☐	۲۳
☐	☐	☐	☐	☐	۲۴
☐	☐	☐	☐	☐	۲۵
☐	☐	☐	☐	☐	۲۶
☐	☐	☐	☐	☐	۲۷
☐	☐	☐	☐	☐	۲۸
☐	☐	☐	☐	☐	۲۹
☐	☐	☐	☐	☐	۳۰
☐	☐	☐	☐	☐	۳۱
☐	☐	☐	☐	☐	۳۲
☐	☐	☐	☐	☐	۳۳
☐	☐	☐	☐	☐	۳۴
☐	☐	☐	☐	☐	۳۵
☐	☐	☐	☐	☐	۳۶
☐	☐	☐	☐	☐	۳۷
☐	☐	☐	☐	☐	۳۸
☐	☐	☐	☐	☐	۳۹
☐	☐	☐	☐	☐	۴۰
☐	☐	☐	☐	☐	۴۱
☐	☐	☐	☐	☐	۴۲
☐	☐	☐	☐	☐	۴۳
☐	☐	☐	☐	☐	۴۴
☐	☐	☐	☐	☐	۴۵
☐	☐	☐	☐	☐	۴۶
☐	☐	☐	☐	☐	۴۷
☐	☐	☐	☐	☐	۴۸
☐	☐	☐	☐	☐	۴۹
☐	☐	☐	☐	☐	۵۰
☐	☐	☐	☐	☐	۵۱
☐	☐	☐	☐	☐	۵۲
☐	☐	☐	☐	☐	۵۳
☐	☐	☐	☐	☐	۵۴
☐	☐	☐	☐	☐	۵۵
☐	☐	☐	☐	☐	۵۶
☐	☐	☐	☐	☐	۵۷
☐	☐	☐	☐	☐	۵۸
☐	☐	☐	☐	☐	۵۹
☐	☐	☐	☐	☐	۶۰

خیلی
هیچ کمی تا حدی زیاد

☐	☐	☐	☐	☐	۱
☐	☐	☐	☐	☐	۲
☐	☐	☐	☐	☐	۳
☐	☐	☐	☐	☐	۴
☐	☐	☐	☐	☐	۵
☐	☐	☐	☐	☐	۶
☐	☐	☐	☐	☐	۷
☐	☐	☐	☐	☐	۸
☐	☐	☐	☐	☐	۹
☐	☐	☐	☐	☐	۱۰
☐	☐	☐	☐	☐	۱۱
☐	☐	☐	☐	☐	۱۲
☐	☐	☐	☐	☐	۱۳
☐	☐	☐	☐	☐	۱۴
☐	☐	☐	☐	☐	۱۵
☐	☐	☐	☐	☐	۱۶
☐	☐	☐	☐	☐	۱۷
☐	☐	☐	☐	☐	۱۸
☐	☐	☐	☐	☐	۱۹
☐	☐	☐	☐	☐	۲۰
☐	☐	☐	☐	☐	۲۱
☐	☐	☐	☐	☐	۲۲
☐	☐	☐	☐	☐	۲۳
☐	☐	☐	☐	☐	۲۴
☐	☐	☐	☐	☐	۲۵
☐	☐	☐	☐	☐	۲۶
☐	☐	☐	☐	☐	۲۷
☐	☐	☐	☐	☐	۲۸
☐	☐	☐	☐	☐	۲۹
☐	☐	☐	☐	☐	۳۰