

متن پرسشنامه :

لطفاً سئوالهای زیر را خوانده و یکی از گزینه‌های آن را انتخاب کنید.

- ۱- در برابر هر مشکلی احساس یأس و ناامیدی می‌کنم.
همیشه گاهی هیچوقت
- ۲- معمولاً وقتی به گذشته‌ام نگاه می‌کنم فکر می‌کنم هیچ هدفی را دنبال نکرده‌ام.
کاملاً درست تا حدی درست غلط است
- ۳- به آینده خود امیدوار نیستم.
کاملاً تقریباً هیچ
- ۴- برای کوشش در زندگی دلیلی نمی‌بینم.
کاملاً درست تا حدی درست غلط است
- ۵- گاهی احساس می‌کنم بهتر است به نحوی به زندگی خود خاتمه دهم.
بیشتر اوقات گاهی اوقات هیچوقت
- ۶- آرزو می‌کنم وقتی به خواب می‌روم، دیگر بیدار نشوم.
اکثر اوقات گاهی اوقات هیچوقت
- ۷- در زندگی حاضریم از حقوق خود بگذرم و به دیگران ایثار کنم.
همیشه گاهی هیچوقت
- ۸- در زندگی سعی می‌کنم خود را نادیده بگیرم و به دیگران فکر کنم.
همیشه گاهی هیچوقت
- ۹- وقتی فکر می‌کنم، درمی‌یابم زندگی‌ام معنا دارد.
کاملاً درست تا حدی غلط است

۱۰- دلیلی برای زیستن در این دنیای غریب و بیگانه نیست.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۱- فکر می‌کنم در زندگی اهدافی دارم که باید به آن برسم و در این راه موفق خواهم شد.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۲- برای من وقتی زندگی معنا دارد که بتوانم به هدف‌هایم برسم.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۳- به نظر من روش عاقلانه در زندگی آنست که واقعیت سرنوشت را بپذیریم.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۴- در مشکلترین شرایط زندگی نیز می‌توان دلیلی برای ادامه زندگی پیدا کرد.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۵- به نظر من در تمام لحظات زندگی می‌توان با هدف و امید زندگی کرد.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۶- من خوشبختی را فقط موفقیت در کارها می‌بینم.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۷- به نظر من زندگی ارزش زیستن را ندارد.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۸- فکر می‌کنم زندگی پیچ است و با مرگ از این پوچی رهائی می‌یابم.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۱۹- فکر می‌کنم که در زندگی هیچ هدف ارزشمندی وجود ندارد که در راه آن

تلاش کنم.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف

۲۰- همیشه سخت‌ترین لحظات زندگی را به امید آینده‌ای بهتر تحمل می‌کنم.

کاملاً موافق نسبتاً موافق مخالف