



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوستها

سن : جنس: مقطع تحصیلی: معدل :

رشته تحصیلی : محل زندگی: شهر (روستا) درآمد خانواده:

تا چه حد از جنبه های زندگی خود راضی هستید

۱-----۲-----۳-----۴-----۵-----۶-----۷
خیلی ناراضی ناراضی کمی ناراضی بی نظر کمی راضی راضی کاملاً راضی

- () ۱. از نمره های مدرسه خودتان.
() ۲. از قیافه و ظاهر خودتان.
() ۳. از روابط خود با دیرانتان.
() ۴. از زندگی در محیط آموزشی خود.
() ۵. از زندگی اجتماعی خود.
() ۶. از شخصیت خودتان.
() ۷. از روابط خود با والدیتان.
() ۸. از روابط خود با دوستانتان.
() ۹. از زندگی خانوادگی خود.
() ۱۰. از سطح اجتماع اقتصادی خود.

() ۱۱. با توجه به همه جنبه ها ، تا چه حد از زندگی فعلی خود راضی هستی

تا چه حد با عبارات زیر موافقت بر اساس مقیاس زیر پاسخ دهید:

۱-----۲-----۳-----۴-----۵-----۶-----۷
کاملاً مخالف مخالف کمی مخالف بی نظر کمی موافق موافق کاملاً موافق

- ۱- من دوستانی دارم که بدون توجه به اینکه من چه میکنم از من حمایت می کنند. ()
۲- حتی وقتی که نسبت به خودم احساس بدی دارم، دوستانم می توانند مرا شاد کنند و این احساس را در من بوجود آورند که برای آنها مهم هستم ()
۳- اغلب احساس می کنم دوستانم بدون توجه به اینکه چه می کنم یا چه احساسی دارم با من خوبند ()
۴- همیشه می توانم در موقع ناراحتی روی کمک همکلاسیها حساب کنم ()
۵- همکلاسیها موجب می شوند احساس کنم که مورد توجه قرار دارم ()
۶- ارتباط من با همکلاسیها موجب می شود احساس کنم شخص مهمی هستم ()
۷- اغلب احساس می کنم حمایتی را که خواهان آن هستم از سوی اشخاصی که در نزدیک من زندگی می کنند دریافت می کنم ()
۹- خانواده ام در من رضایت و احساس قدرت فراهم می آورند ()

- ۱۰- در زمان کودکی حمایت زیادی از والدینم دریافت می کردم () .
- ۱۱- به راحتی می توانم از خانواده ام بخواهم از من حمایت کنند () .
- ۱۲- هنگام رشد خود همواره افرادی دور و بر من بودند که بر حسب نیازها به من کمک می کردند () .
- ۱۳- برادران و خواهرانم از من حمایت می کنند () .
- ۱۴- وقتی مورد حمایت خانواده ام نباشم ،احساس می کنم درباره آنچه انجام می دهم نگرانتر هستم () .
- ۱۵- کسی را نمی شناسم که به او اعتماد کنم () .
- ۱۶- وقتی مشکلی دارم-آن را در دل نگه می دارم () .
- ۱۷- دوستان نزدیکی داشتم که درباره چیزها با آنها صحبت کنم ، اما دیگر ندارم () .
- ۱۸-اغلب احساس تنهایی می کنم درست مثل اینکه هیچکس را ندارم که به او دسترسی داشته باشم () .
- ۱۹- وقتی که غمگین یا تحت فشار باشم ،افرادی هستند که می توانم برای کمک به آنها روی آورم () .
- ۲۰- عضو هیچ گروه اجتماعی مانند باشگاهها، تیم های ورزشی و غیره نیستم () .
- ۲۱- فکر نمی کنم مردم واقعا به کمک دیگران نیازی داشته باشند، آنها خودشان به خوبی می توانند از عهده کارهایشان برآیند () .
- ۲۲- حمایت عاطفی دوستان برایم اهمیت دارد () .
- ۲۳- مردم باید به راحتی برای جلب کمک و حمایت به یک مشاور رجوع کنند () .
- ۲۴- به خود و تواناییهایم در رویارویی با موقعیتهای جدید ایمان دارم بدون آنکه نیازی به کمک دیگران داشته باشم () .
- ۲۵- به ندرت از دیگران تقاضای حمایت می کنم () .