



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

بسمه تعالی

دانشجوی گرامی: اطلاعات حاصل از پرسشنامه زیر مبنای یک کار پژوهشی خواهد بود. دقت در اطلاعات ارائه شده توسط شما ما را در نتیجه گیری صحیح تریاری خواهد نمود.

مشخصات فردی: سن: جنس: تعداد خواهر و برادر: رشته تحصیلی: معدل دوره: رشته دیپلم:

دانشجوی گرامی: هر یک از عبارات های زیر را بخوانید و با انتخاب یکی از گزینه ها مشخص کنید تا چه حدی با هر یک از آنها موافق و یا مخالفید. وقت زیادی روی هر عبارت صرف نکنید. اولین واکنش ذهنی شما به هر عبارت بهترین پاسخ شماست.

عمدتاً موافق	تأ	نه مخالف نه موافق	تأ	عمدتاً مخالف	
	حدودی موافق		حدودی مخالف		۱- سعی میکنم که افکار خوبی داشته باشم بدون توجه به اینکه چقدر احساس بدی دارم.
					۲- مردم اگر بیشتر فکر کنند و کمتر دچار احساسات شوند زندگی بهتری خواهند داشت.
					۳- من فکر نمی کنم توجه به احساسات و هیجانها ارزشی داشته باشد.
					۴- معمولاً خیلی برایم مهم نیست چه احساسی دارم.
					۵- برخی اوقات نمی توانم بگویم که چه احساسی دارم
					۶- به ندرت آنچه را که احساس می کنم برایم مبهم است.
					۷- احساسات به زندگی جهت می دهند.
					۸- اگر چه برخی اوقات غمگینم ، اغلب نسبت به آینده خوشبینم
					۹- وقتی ناراحتم متوجه می شوم که چیزهای خوب در زندگی " یک تصور غلط است.
					۱۰- به عمل بر اساس آنچه که دل می گوید اعتقاد دارم
					۱۱- هیچگاه نمی توانم بگویم چه احساسی دارم.
					۱۲- بهترین راه برای من جهت اداره کردن و برخورد با احساساتم تجربه کردن کامل آنهاست.

عمدتاً موافق	تأخوذی موافق	نه مخالف و نه موافق	تأخوذی مخالف	عمدتاً مخالف	
					۱۳ - وقتی ناراحتیم شادبها و خوشی های زندگی را به یاد خود می آورم.
					۱۴ - باورها و عقاید من همیشه بسته به اینکه چه احساسی دارم تغییر می کند.
					۱۵ - من اغلب به احساساتم نسبت به امور مختلف آگاهی دارم
					۱۶ - معمولاً آنچه که احساس می کنم برایم مبهم است
					۱۷ - یک فرد هیچگاه نباید بوسیله احساسات و هیجاناتش هدایت و راهنمایی شود.
					۱۸ - من هرگز تسلیم احساسات و هیجانات نمی شوم
					۱۹ - اگر چه گاهی خوشحالم، نسبت به آینده عمدتاً بد بینم
					۲۰ - من با هیجانات و احساساتم مشکلی ندارم
					۲۱ - من به اینکه چه احساسی دارم توجه زیادی می کنم
					۲۲ - نمی توانم احساساتم را درک کنم
					۲۳ - من به احساساتم زیاد توجه نمی کنم
					۲۴ - اغلب درباره احساساتم فکر می کنم
					۲۵ - معمولاً احساساتم برایم خیلی روشن است
					۲۶ - بدون توجه به اینکه چقدر احساس بدی دارم، سعی می کنم به امور خوشایند فکر کنم
					۲۷ - وجود احساسات در انسان یک ضعف است.
					۲۸ - معمولاً می دانم چه احساسی درباره یک چیز دارم
					۲۹ - معمولاً فکر کردن درباره احساسات وقت تلف کردن است