



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

SCL90-R

مقیاس
تاریخ تولد :

((به نام خدا))

سن :

تحصیلات :

نام خانوادگی :

پرسشنامه

نام :

لطفاً با توجه به حالات خود در یک هفته گذشته به سوالات زیر پاسخ دهید .

- ۱- آیا در هفته گذشته یا امروز سردرد هایی داشته اید ؟
- ۲- آیا بی جهت دلشوره دارید و توی دلتان می لرزد ؟
- ۳- آیا فکری که دوست ندارید ، مرتباً وارد سر شما می شوند که ولتان نکنند ؟
- ۴- آیا ضعف میکنید و سرتان گیج می رود ؟
- ۵- آیا در هفته گذشته نسبت به روابط زن و شوهری بی علاقه شده اید ؟
- ۶- آیا دلتان میخواهد از دیگران ایراد بگیرید ؟
- ۷- آیا فکر میکنید که اختیار فکرهای شما دست دیگران است ؟
- ۸- آیا احساس میکنید به خاطر بیشتر گرفتاریهای شما ، دیگران را باید سرزنش کرد ؟
- ۹- آیا فراموشکار شده اید ؟
- ۱۰- آیا از ریخت و پاشیدگیها (در اطراف) و سرسری گرفتنها (دیگران) ناراحت میشوید ؟
- ۱۱- آیا زود دلخور و عصبانی میشوید ؟
- ۱۲- آیا در یک هفته گذشته ، در ناحیه قلب یا سینه احساس دردهایی داشته اید ؟
- ۱۳- آیا از رفتن به جاهای وسیع و یا کوجه و بازار می ترسید ؟
- ۱۴- آیا دیگر قوه و نبیه سابق را ندارید و یا کند شده اید ؟
- ۱۵- آیا فکر اینکه به زندگیتان خاتمه بدهید به سرتان آمده است ؟
- ۱۶- آیا صداهایی به گوشتان میرسد که دیگران آنها را نمی شنوند ؟
- ۱۷- آیا لرزش دارید ؟
- ۱۸- آیا احساس می کنید که بیشتر مردم قابل اعتماد نیستند ؟
- ۱۹- آیا بی اشتها شده اید ؟
- ۲۰- آیا زود به گریه می افتید ؟
- ۲۱- آیا در برابر زنها (مردها) احساس خجالت یا ناراحتی میکنید ؟
- ۲۲- آیا احساس میکنید که طوری گیر افتاده اید که نه راه پیش دارید نه راه پس ؟
- ۲۳- آیا ناگهان و بدون هیچ علتی می ترسید ؟
- ۲۴- آیا ناگهان آنچنان از کوره در می روید که نتوانید جلوی خودتان را بگیرید ؟
- ۲۵- آیا می ترسید تنها از خانه بیرون بروید ؟
- ۲۶- آیا خود را برای هر چیزی سرزنش میکنید ؟
- ۲۷- آیا کمر دردهایی دارید ؟
- ۲۸- آیا احساس میکنید که کارهایتان پیشرفت نمیکند ، مثل اینکه گره در کارتتان افتاده باشد ؟
- ۲۹- آیا احساس تنهایی میکنید ؟
- ۳۰- آیا احساس غمگینی میکنید ؟
- ۳۱- آیا برای هر چیز کوچکی زیاد دل نگران میشوید ؟
- ۳۲- آیا نسبت به همه چیز بی علاقه شده اید ؟
- ۳۳- آیا همیشه احساس ترس میکنید ؟
- ۳۴- آیا زود می رنجید ؟ آیا حساس و زود رنج هستید ؟
- ۳۵- آیا دیگران از فکرهای شما بدون آنکه به آنها بگویند با خبر میشوند ؟
- ۳۶- آیا فکر میکنید که دیگران حرف شما را نمی فهمند ؟
- ۳۷- آیا فکر میکنید رفتار مردم نسبت به شما دوستانه نیست ، یا اینکه شما را دوست ندارند ؟
- ۳۸- آیا برای اینکه کارها را درست انجام بدهید مجبور هستید خیلی آهسته کار کنید ؟

- ۳۹- آیا قلبتان تند می زند؟ طپش دارد؟
- ۴۰- آیا حال تهوع و دل به هم خوردگی داشته اید؟
- ۴۱- در میان کسانی که مثل شما هستند، احساس میکنید از آنها کمتر هستید؟
- ۴۲- آیا در عضلاتان احساس کوفتگی داشته اید؟
- ۴۳- آیا احساس میکنید که دیگران شما را زیر نظر دارند و یا در باره شما با یکدیگر حرف می زنند؟
- ۴۴- آیا دیر خوابتان می برد؟ خواب رفتن برایتان مشکل است؟
- ۴۵- وقتی کاری را انجام میدهید آیا مجبور هستید آن را چند بار تکرار کنید تا مطمئن شوید آنرا درست انجام داده اید؟ برای مثال در را چند بار امتحان کنید تا مطمئن شوید که بسته است یا چند بار به چراغ خوراک پزی 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 عمومی دیگر می ترسید؟
- ۴۸- آیا نفس شما تنگ میشود؟
- ۴۹- آیا ناکهان احساس میکنید، گرفته اید (داغ شده اید) و یا یخ می کنید؟
- ۵۰- آیا مجبور هستید بعضی کارها را نکنید یا بعضی جاها نروید یا دست به بعضی چیزها نزنید برای اینکه از آنها می ترسید؟
- ۵۱- آیا تصور میکنید که گاهی سرتان از فکر خالی میشود؟
- ۵۲- آیا قسمتهایی از بدنتان خواب می رود یا گزگز (سوزن سوزن) می شود؟
- 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 قسمتهای بدنتان احساس ضعف می کنید؟
- ۵۷- آیا عصبی (کم تحمل) هستید و زود از جا در میروید؟
- ۵۸- آیا در دستها یا پاها احساس سنگینی می کنید؟
- ۵۹- آیا فکرهای زیادی راجع به مرگ و مردن دارید؟
- ۶۰- آیا پر خوری می کنید؟
- ۶۱- آیا وقتی توجه مردم به شما است یا درباره شما در حضور خودتان حرف میزنند ناراحت میشوید؟
- ۶۲- آیا فکریایی به سرتان میزند که مال خودتان نیست؟
- ۶۳- آیا حس میکنید که میل شدیدی به کتک زدن و یا آسیب رساندن به دیگران دارید؟
- ۶۴- آیا صبح ها زودتر از معمول بیدار میشوید؟
- ۶۵- آیا خود را مجبور به تکرار بعضی کارها مانند شستن، شمردن، دست زدن به چیزهایی می بینید؟
- ۶۶- آیا بد خواب هستید؟ ناراحت می خوابید؟
- ۶۷- آیا گاهی حس میکنید که دلتان میخواهد چیزی را پرت کنید، خرد کنید، بشکنید؟
- ۶۸- آیا فکرها و عقیده ای دارید که دیگران آنها را قبول ندارند؟
- ۶۹- آیا وقتی که با دیگران هستید زیاده از حد در فکر و رفتارتان مراقب هستید که مبادا کاری کنید که آبرویتان برود؟ (مبادا از شما خطائی سر بزند)
- ۷۰- آیا وقتی در جمع مردم هستید احساس ناراحتی و غریبی می کنید مثل اینکه با آنها فرق دارید یا اینکه از آنها خجالت می کشید؟
- ۷۱- آیا انجام هر کاری به نظرتان پر زحمت می آید؟
- ۷۲- آیا ناکهان دچار هول شدید و وحشت زدگی میشوید؟
- ۷۳- آیا در بین جمعیت از اینکه چیزی بخورید یا بیاشامید ناراحت میشوید؟
- ۷۴- آیا زیادی درگیر میشوید و جر و بحث می کنید؟
- ۷۵- آیا وقتی تنها می مانید مضطرب میشوید؟ می ترسید؟ (آیا ترس ورتان می دارد)
- ۷۶- آیا دیگران قدر و قیمت کارهای شما را نمی دانند؟
- ۷۷- آیا در میان جمع هم خود را تنها احساس می کنید؟

- ۷۸- آیا طوری بیقرار و نا آرام میشوید که نمی توانید یک جا بنشینید ؟
- ۷۹- آیا فکر میکنید که آدم به درد نخور و بی ارزشی شده اید ؟
- ۸۰- آیا احساس میکنید که اتفاق بدی برایتان خواهد افتاد ؟
- ۸۱- آیا زود داد و فریاد راه می اندازید و چیزها را پرت می کنید ؟
- ۸۲- آیا می ترسید که مبادا در انتظار مردم غش کنید و بیقتید ؟
- ۸۳- آیا حس میکنید که اگر به دیگران زیاد رو بدهید سوارتان می شوند ؟
- ۸۴- آیا فکر میکنید خیالاتی شده اید ؟
- ۸۵- آیا فکر میکنید که آنقدر گناهکارید که باید عذاب و عقوبت ببینید ؟
- ۸۶- آیا فکرها و شکلهای خیالی ترسناک به سرتان می آید ؟
- ۸۷- آیا فکر میکنید 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 در مورد مسائل جنسی فکرهای ناراحت کننده ای دارید ؟

× توضیحات ×

((پرسشهای ۵ و ۹۰ با توجه به سن ، جنس و وضعیت تاهل پرسیده میشود و پرسشگر به این نکته باید توجه داشته باشد))