



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پرسشنامه

- ۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز سر درد داشته اید؟
- ۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز عصبی بوده اید و از داخل بدن احساس لرزش داشته اید؟
- ۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز افکار، عقاید و یا کلمات ناخوشایند و نامربوطی مرتباً وارد ذهن شما شده اند که رهایتان نکنند؟
- ۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار ضعف، بیحالی و یا سرگیجه شده اید؟
- ۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز نسبت به روابط زناشویی بی میل شده اید؟
- ۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز ایرادگیر و بهانه جو شده اید؟
- ۷- آیا از هفته گذشته تا به امروز این اعتقاد را داشته اید که شخص دیگری می تواند افکار شما را از راه دور کنترل کند؟
- ۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده اید که دیگران باعث ناراحتی و گرفتاریهای شما هستند؟
- ۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز فراموشکار شده اید؟
- ۱۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز در کارها بی توجه و بی دقت شده اید؟
- ۱۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز دلخور و یا عصبی شده اید؟
- ۱۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز دردی در ناحیه قلب یا سینه داشته اید؟
- ۱۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز از رفتن به جاهای باز یا خیابان احساس ترس کرده اید؟
- ۱۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده اید که زور و بنیه سابق را ندارید و زود خسته میشوید؟
- ۱۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز این فکر به ذهنتان آمده که به زندگی خود خاتمه بدهید؟
- ۱۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز صداهایی به گوشتان می آید که دیگران نمی توانستند آنها را بشنوند؟
- ۱۷- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس لرزش در اندام و بدن خود داشته اید؟
- ۱۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که به بیشتر مردم نمی شود اعتماد کرد؟
- ۱۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز زود به گریه افتاده اید؟
- ۲۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز بی اشتها شده اید؟
- ۲۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز در روابط اجتماعی و یا در رابطه با دیگران احساس خجالت کرده اید؟
- ۲۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که در بن بست گیر کرده اید که راه پس و پیش ندارید؟
- ۲۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز ناگهان و بدون دلیل دچار ترس شده اید؟
- ۲۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز طوری عصبانی شده اید که نتوانید جلوی خود را بگیرید؟ (به اصطلاح از کوره در رفته اید)
- ۲۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس ترس نسبت به تنها خارج شدن از خانه داشته اید؟
- ۲۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز برای چیزهای کوچک خود را سرزنش کرده اید؟

- ۲۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده اید کارهایتان پیشرفت نمی کند؟ (مثل اینکه گره در کارتان افتاده باشد)
- ۲۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس تنهایی کرده اید؟
- ۳۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس غمگینی داشته اید؟
- ۳۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز برای هر چیزی به شدت نگران و دلواپس شده اید؟
- ۳۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز نسبت به همه چیز بی علاقه شده اید؟
- ۳۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس ترس داشته اید؟
- ۳۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز حساس و زود رنج شده اید؟
- ۳۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده اید سایرین از افکار خصوصی شما که به کسی نگفته اید با خیر شده اند؟
- ۳۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز این اعتقاد را داشته اید که دیگران شما را درک نمی کنند و یا با شما همدردی نمی کنند؟
- ۳۷- آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که مردم با شما مهربان نیستند یا شما را دوست ندارند؟
- ۳۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز برای اینکه کارها را درست انجام بدهید مجبور بوده اید آهسته کار کنید؟
- ۳۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز تپش قلب داشته اید؟
- ۴۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز حالت تهوع یا دل بهم خوردگی داشته اید؟
- ۴۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس حقارت داشته اید و از خود را کمتر و پایین تر از دیگران حس کرده اید؟
- ۴۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس درد و کوفتگی در عضلات بدنتان داشته اید؟
- ۴۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که دیگران شما را زیر نظر دارند و یا در باره شما حرف میزنند؟
- ۴۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز در خوابیدن مشکل داشته اید؟
- ۴۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز وقتی کاری را انجام میدادید مجبور بوده اید آن را چند بار تکرار کنید تا مطمئن شوید درست انجام داده اید؟ مثلاً درپ را چند بار امتحان کنید که ببینید بسته است یا خیر؟
- ۴۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز در تصمیم گرفتن مشکل داشته اید؟
- ۴۷- آیا از هفته گذشته تا به امروز از مسافرت یا اتوبوس یا قطار احساس ترس کرده اید؟
- ۴۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس تنگی نفس داشته اید؟
- ۴۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار حالت گر گرفتگی یا سرما سرما شده اید؟
- ۵۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز مجبور بوده اید بعضی کارها را نکنید یا بعضی جاها نروید؟ یا دست به بعضی چیزها نزنید برای اینکه از آنها ترس داشته اید؟
- ۵۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز اتفاق افتاده که حس کنید مغزتان کار نمی کند؟
- ۵۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده اید بدنتان خواب می رود و یا گزگز (مور مور) میشود؟

- ۵۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز در گلویتان احساس گرفتگی کرده اید مثل اینکه چیزی در گلویتان گیر کرده باشد؟
- ۵۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده اید که نسبت به آینده امید خود را از دست داده اید؟
- ۵۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز تمرکز حواس نداشته اید؟ یعنی در جمع کردن حواس خود روی کارها مشکل داشته اید؟
- ۵۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز در بعضی از قسمت های بدن احساس ضعف و سستی داشته اید؟
- ۵۷- آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار فشارهای روحی و گرفتگی بوده اید؟
- ۵۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز در دستها و پاها احساس سنگینی کرده اید؟
- ۵۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز زیاد به فکر مرگ و مردن بوده اید؟
- ۶۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز پر خوری داشته اید؟
- ۶۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز وقتی مردم به شما نگاه می کنند یا در باره شما حرف می زنند احساس ناراحتی کرده اید؟
- ۶۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز افکاری به ذهنتان آمده که حس کنید مال خودتان نیست و دیگران آنها را توی مغزتان گذاشته اند؟
- ۶۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز در خود میل شدیدی به آزار رساندن و زدن دیگران احساس کرده اید؟
- ۶۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز بعضی صبح ها زودتر از حد معمول بیدار شده اید؟
- ۶۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز مجبور بوده اید بعضی کارها را همچون شستن، شمردن و دست زدن به اشیاء را تکرار کنید؟
- ۶۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار بد خوابی بوده اید و یا چندین بار در شب از خواب بیدار شده اید؟
- ۶۷- آیا از هفته گذشته تا به امروز میل شدیدی به شکستن و خرد کردن اشیاء داشته اید؟
- ۶۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که دارای افکار و عقایدی هستید که مخصوص خودتان است و دیگران آن عقاید و افکار را ندارند؟
- ۶۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز در موقع روبرو شدن با دیگران زیاد از حد به رفتار و حرکات خود توجه داشته اید؟
- ۷۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز وقتی در جمع مردم بوده اید و یا در بازار و مهمانی ها احساس ناراحتی کرده اید؟
- ۷۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز حتی انجام کارهای کوچک برایتان سخت و دشوار بوده است؟
- ۷۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز دچار هول و وحشت زدگی شده اید؟
- ۷۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز در مقابل دیگران یا جمع از اینکه چیزی بخورید احساس ناراحتی کرده اید؟
- ۷۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز با مردم زیاد جر و بحث و درگیری داشته اید؟
- ۷۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز از تنها ماندن، ترس و واهمه داشته اید؟
- ۷۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که دیگران ارزشی برای کارهاتان قائل نیستند؟

- ۷۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز گاهی طوری ناراحت و بی قرار شده اید که نتوانید یکجا آرام بگیرید؟
- ۷۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس بی مصرفی و بدرد نخوردن داشته اید؟
- ۸۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که اتفاق بدی برایتان خواهد افتاد؟
- ۸۱- آیا از هفته گذشته تا به امروز داد و فریاد راه انداخته اید و یا چیزهایی را پرتاب کرده اید؟
- ۸۲- آیا از هفته گذشته تا به امروز ترس افتادن و از حال رفتن در کوچه و خیابان و یا انتظار مردم داشته اید؟
- ۸۳- آیا از هفته گذشته تا به امروز ترس از اینکه اگر به دیگران رو بدهید از شما سوء استفاده می کنند ، داشته اید؟
- ۸۴- آیا از هفته گذشته تا به امروز در باره امور جنسی افکاری داشته اید که شما را نگران کند؟
- ۸۵- آیا از هفته گذشته تا به امروز اعتقاد داشته اید بخاطر گناهایی که مرتکب شده اید مستوجب تنبیه و مجازات هستید؟
- ۸۶- آیا از هفته گذشته تا به امروز افکار و تصورات ترس آمیز داشته اید؟
- ۸۷- آیا از هفته گذشته تا به امروز این احساس را داشته اید که عیب و نقص مهمی در بدنتان پیدا شده است؟
- ۸۸- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده اید در این دنیا با کسی صمیمی نیستید؟
- ۸۹- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس گناه و تقصیر داشته اید؟
- ۹۰- آیا از هفته گذشته تا به امروز احساس کرده اید که دچار بیماری فکری شده اید؟

پاسخنامه

شماره	هیچ	کمی	تا حدی	زیاد	بشدت
۲۴					
۲۵					
۲۶					
۲۷					
۲۸					
۲۹					
۳۰					
۳۱					
۳۲					
۳۳					
۳۴					
۳۵					
۳۶					
۳۷					
۳۸					
۳۹					
۴۰					
۴۱					
۴۲					
۴۳					
۴۴					
۴۵					
۴۶					

شماره	هیچ	کمی	تا حدی	زیاد	بشدت
۱					
۲					
۳					
۴					
۵					
۶					
۷					
۸					
۹					
۱۰					
۱۱					
۱۲					
۱۳					
۱۴					
۱۵					
۱۶					
۱۷					
۱۸					
۱۹					
۲۰					
۲۱					
۲۲					
۲۳					

پاسخنامه

بشدت	زیاد	تا حدی	کمی	هیچ	
					۷۰
					۷۱
					۷۲
					۷۳
					۷۴
					۷۵
					۷۶
					۷۷
					۷۸
					۷۹
					۸۰
					۸۱
					۸۲
					۸۳
					۸۴
					۸۵
					۸۶
					۸۷
					۸۸
					۸۹
					۹۰

بشدت	زیاد	تا حدی	کمی	هیچ	
					۴۷
					۴۸
					۴۹
					۵۰
					۵۱
					۵۲
					۵۳
					۵۴
					۵۵
					۵۶
					۵۷
					۵۸
					۵۹
					۶۰
					۶۱
					۶۲
					۶۳
					۶۴
					۶۵
					۶۶
					۶۷
					۶۸
					۶۹