



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پرسشنامه سبک شخصی (SPI-II)

در این پرسشنامه جملاتی راجع به خصوصیات شخصی نوشته شده است، خواهشمند است هر جمله را با دقت بخوانید و میزان موافقت یا مخالفت خود را با کشیدن دایره دور عدد مورد نظر بیان کنید.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۱. معمولاً به نیازهای دیگران بیشتر از نیازهای خودم اهمیت می دهم.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۲. سعی می کنم فاصله ام را از دیگران حفظ کنم.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۳. برایم جدا شدن از افرادی که دوستشان دارم، سخت است.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۴. از کسانی که چیزی از من می خواهند، زود ناراحت می شوم.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۵. نسبت به تأثیری که روی احساسات دیگران دارم، خیلی حساسم.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۶. دوست ندارم برای کمک، به کسی تکیه کنم.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۷. نسبت به انتقادهای دیگران خیلی حساسم.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۸. ناراحت می شوم از این که یک انسان معمولی و در حد متوسطی باشم.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۹. از این که دیگران را بیازارم یا برنجانم ناراحت می شوم.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۱۰. وقتی غمگین و ناراحتم، دوست ندارم کسی با من همدردی کند.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۱۱. قطع رابطه برایم سخت است حتی اگر رابطه ناخوشایندی باشد.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۱۲. مردم، در روابطشان، انتظارات زیادی از هم دارند.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق
۱۳. دیگران خیلی راحت مرا مجاب و قانع می کنند.
۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۱۴. معمولاً کارهایم را به صورت یک موفقیت کامل یا یک شکست کامل ارزیابی می‌کنم.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۱۵. خیلی تلاش می‌کنم که دیگران را از خودم خوشحال کنم.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۱۶. دوست ندارم دیگران وارد حریم خصوصی ام شوند.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۱۷. برایم سخت است که در تمام روز تنها باشم.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۱۸. اطاعت کردن از افراد بالادست برایم سخت است.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۱۹. معمولاً در مورد تصمیم‌گیری‌های مهم با کسی صحبت نمی‌کنم.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۰. معمولاً برای حل مشکلات دیگران احساس مسئولیت می‌کنم.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۱. وقتی ارتباطم با کسی قطع می‌شود، بیرون آمدن از آن غم و اندوه برایم سخت است.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۲. برایم سخت است که کسی به من وابسته شود.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۳. برایم خیلی مهم است که دیگران دوستم داشته باشند و تحسینم کنند.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۴. وقتی کارهایم را فعالانه و جدی انجام نمی‌دهم، از خودم بدم می‌آید.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۵. احساس می‌کنم باید با دیگران خوب و مهربان باشم.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۶. بیان محبت و احساسات، برایم سخت است.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۷. می‌خواهم مطمئن باشم که اگر اتفاق بدی برایم بیفتد، همیشه فردی برای کمک وجود

دارد.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۸. برایم سخت است که برای مدت طولانی به یک ارتباط متعهد باشم.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۲۹. از دیگران زیاد معذرت می‌خواهم.

۱ = کاملاً مخالف ۲ = مخالف ۳ = نسبتاً مخالف ۴ = نسبتاً موافق ۵ = موافق ۶ = کاملاً موافق

۳۰. برایم سخت است که در مورد احساسات و مسائل شخصی ام با دیگران صحبت کنم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۱. در مورد واکنش مردم نسبت به خودم نگرانم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۲. وقتی نتوانسته باشم به اندازه توانایی هایم عمل کنم، به سختی خودم را می بخشم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۳. وقتی مطمئن نباشم دیگران دوستم دارند یا نه، خیلی احساس ناراحتی می کنم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۴. هنگام تصمیم گیری های مهم، نظرات و نصیحت های دیگران را نوعی دخالت می دانم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۵. برایم سخت است که به درخواست های دیگران، نه بگویم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۶. از این که دیگران بخواهند کارها و رفتارهایم را هدایت کنند، می رنجم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۷. اگر اتفاقی برایم بیفتد و کسی کنارم نباشد که با او حرف بزنم، خیلی ناراحت و آشفته

می شوم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۸. وقتی دیگران در مورد مسایل شخصی ام می پرسند، احساس می کنم به حریم خصوصی

من تجاوز شده است.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۳۹. وقتی بدانم همان طوری که دیگران از من انتظار دارند، رفتار کرده ام، خیلی احساس

راحتی می کنم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۴۰. اگر دیگران یا شرایط اطراف، در کارها و برنامه هایم تداخل یا مزاحمت ایجاد کنند، خیلی

ناراحت می شوم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۴۱. معمولاً می گذارم دیگران از من استفاده کنند.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۴۲. موقع تصمیم گیری های مهم، به ندرت به نظرات دیگران اعتماد می کنم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۴۳. وقتی که دوستی، قرارش را به هم بزند یا فراموش کند که طبق قرارش به من تلفن کند،

خیلی ناراحت می شوم.

۱= کاملاً مخالف ۲= مخالف ۳= نسبتاً مخالف ۴= نسبتاً موافق ۵= موافق ۶= کاملاً موافق

۴۴. اگر دیگران بخواهند استقلال و آزادی شخصی ام را محدود کنند، در مقایسه با دیگران

بیشتر ناراحت می شوم.

۱=کاملاً مخالف ۲=مخالف ۳=نسبتاً مخالف ۴=نسبتاً موافق ۵=موافق ۶=کاملاً موافق

۴۵. خودم را براساس این که دیگران در باره من چگونه فکر می کنند، ارزیابی می کنم.

۱=کاملاً مخالف ۲=مخالف ۳=نسبتاً مخالف ۴=نسبتاً موافق ۵=موافق ۶=کاملاً موافق

۴۶. وقتی دیگران بخواهند، نظر و دیدگاهم را در مورد مسئله خاصی تحت تاثیر قرار بدهند

خیلی ناراحت می شوم.

۱=کاملاً مخالف ۲=مخالف ۳=نسبتاً مخالف ۴=نسبتاً موافق ۵=موافق ۶=کاملاً موافق

۴۷. وقتی از دیگران عصبانی هستم، برایم سخت است که بگذارم آنان این موضوع را بفهمند.

۱=کاملاً مخالف ۲=مخالف ۳=نسبتاً مخالف ۴=نسبتاً موافق ۵=موافق ۶=کاملاً موافق

۴۸. وقتی دیگران در مورد برنامه هایم نظر دهند، احساس می کنم کنترل می کنند.

۱=کاملاً مخالف ۲=مخالف ۳=نسبتاً مخالف ۴=نسبتاً موافق ۵=موافق ۶=کاملاً موافق