



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوست

پرسشنامه ابراز گری هیجانی (EEQ)

سوالات و یا عبارات مطرح شده در این پرسشنامه دارای هیچ بار ارزشی نیستند، به عبارتی دیگر هیچ پاسخی درست یا غلطی وجود ندارد. لازم به ذکر است که این پرسشنامه‌ها برای یک کار پژوهشی تنظیم شده‌اند و هیچ تصمیم‌گیری یا قضاوتی براساس آن در مورد شما صورت نمی‌گیرد و نتایج آن کاملاً محرمانه باقی خواهد ماند. از همکاری شما صمیمانه سپاسگزاریم.

لطفاً هر یک از عبارت‌های زیر را به دقت خوانده و با انتخاب یکی از گزینه‌ها مشخص کنید که با هر یک از اینها تا چه حد موافق یا مخالف هستید.

- کاملاً مخالفم تاحدی مخالفم نه مخالف و نه موافقم تاحدی موافقم کاملاً موافقم
۱. تماشای تلویزیون یا خواندن یک کتاب می‌تواند مرا با صدای بلند بخنداند.
 ۲. وقتی تنها هستم، می‌توانم با یادآوری بعضی از خاطرات گذشته، خودم را بخندانم.
 ۳. اغلب آنقدر شدید می‌خندم که از چشم‌هایم اشک جاری می‌شود یا پهلوهایم درد می‌گیرد.
 ۴. من زیاد می‌خندم.
 ۵. با آغوش گرفتن یا لمس کردن یک شخص نشان می‌دهم که او را دوست دارم.
 ۶. اغلب دوستانم را در طی گفتگو لمس می‌کنم.
 ۷. من آرام و آهسته می‌خندم.
 ۸. هر وقت کسی برایم کار خوبی انجام می‌دهد، خجالت می‌کشم و در ابراز قدردانی مشکل دارم.
 ۹. اگر دوستی با دادن یک هدیه مرا غافلگیر کند، نمی‌دانم چگونه واکنش نشان دهم.
 ۱۰. اغلب به دیگران می‌گویم که آنها را دوست دارم.
 ۱۱. وقتی افرادی را واقعا دوست دارم، آنها این را می‌فهمند.
 ۱۲. وقتی کاری را اشتباه انجام داده‌ام، معذرت خواهی می‌کنم.
 ۱۳. وقتی خشمگینم، معمولاً اطرافیانم متوجه می‌شوند.
 ۱۴. دیگران از حالات چهره‌ام می‌توانند احساسم را بفهمند.
 ۱۵. همیشه وقتی کارها را آنطور که دوست دارم پیش نمی‌روند، ناامیدی‌ام را ابراز می‌کنم.
 ۱۶. اگر فردی مرا در یک محل عمومی خشمگین کند، داد و بیداد راه می‌اندازم.