



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پرسشنامه نشانگان ضربه عشق (LTSI)

این پرسشنامه عبارتی را در مورد شکست عاطفی شما مطرح می‌کند. بر حسب درستی یا نادرستی عبارت یاد شده در مورد وضعیت خود در دو هفته اخیر، یکی از پنج گزینه (۵= کاملاً درست، ۲= درست، ۳= تا حدی درست، ۲= نادرست، ۱= کاملاً نادرست) را انتخاب کنید.

۱	۲	۳	۴	۵	۱- ساعت‌ها به این مساله فکر می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲- نسبت به جنس مخالف بدبین شده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۳- فکر می‌کنم، قدرت تصمیم‌گیری ام را از دست داده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۴- دیگر به خودم اطمینان (اعتماد به نفس) ندارم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵- نمی‌خواهم به او فکر کنم، ولی نمی‌توانم.
۱	۲	۳	۴	۵	۶- افکار خطرناکی (انتقام یا آسیب به خود) به ذهنم می‌رسد.
۱	۲	۳	۴	۵	۷- به فکر جایگزین کردن فرد دیگری هستم.
۱	۲	۳	۴	۵	۸- فکر می‌کنم زندگی برایم به پایان رسیده است.
۱	۲	۳	۴	۵	۹- توجه و تمرکزم مختل شده است.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۰- دیگر نمی‌توانم ازدواج خوبی داشته باشم.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۱- هنوز نمی‌توانم این مساله را باور کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۲- تصمیم گرفته‌ام دیگر به ازدواج فکر نکنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۳- فراموش کار شده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۴- هیچ کس نمی‌تواند جای خالی او را پر کند.

پیوست‌ها

۱	۲	۳	۴	۵	۱۵- به نظر من او فرد ایده‌آلی بود.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۶- احساس ناامیدی می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۷- بعضی وقت‌ها بغض گلویم را می‌گیرد.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۸- اعتماد کردن به جنس مخالف برایم سخت شده است.
۱	۲	۳	۴	۵	۱۹- نسبت به او خشمگین و عصبانی هستم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۰- غمگین و افسرده شده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۱- احساس تنهایی می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۲- از جنس مخالف متنفر شده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۳- مضطرب و نگران (دلهره، دلشوره) شده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۴- احساس بی‌کفایتی می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۵- احساس عذاب وجدان و گناه پیده کرده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۶- احساس درماندگی می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۷- عزت نفس ام را از دست داده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۸- احساس سنگینی در سینه ام می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۹- از زندگی لذت نمی‌برم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۰- یادآوری خاطرات او برایم ناراحت‌کننده است.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۱- سریع به گریه می‌افتم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۲- خوابم به هم ریخته (کاهش یا افزایش) یافته است.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۳- عصبی و تحریک پذیر شده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۴- دنبال کردن امور روزانه برایم سخت شده است.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۵- رابطه ام با خانواده و اجتماع (دوستان) به هم ریخته است.

پیوست‌ها

۱	۲	۳	۴	۵	۳۶- خودم را سرزنش می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۷- اشتهایم به هم ریخته (افزایش یا کاهش) است.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۸- نسبت به بهداشت و ظاهر خود بی تفاوت شده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۹- دست و دلم به کاری نمی‌رود.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۰- کاهش وزن پیدا کرده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۱- مشکلات جسمی (مثل گوارشی، سردرد، قلبی) پیدا کرده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۲- منزوی و گوشه‌گیر (تمایل به تنهایی) شده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۳- از موقعیت‌هایی که او را برایم تداعی می‌کند اجتناب می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۴- اغلب او را در خواب (اغلب همراه با استرس) می‌بینم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۵- توانایی رویارویا شدن با او را ندارم.