



پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوست ج) پرسشنامه می سی سی پی

سوالات	غلط	بندرت درست	گاهی درست	خیلی درست	کاملاً درست
۱ قبل از اینکه دچار حادثه شوم دوستیها و صمیمیتهای بیشتری نسبت به امروز داشتم.					
۲ به خاطر کارهایی که در زمان حادثه انجام دادم، احساس گناه نمی کنم.					
۳ اگر فردی به شدت مرا تحت فشار قرار دهد، دچار خشونت می شوم.					
۴ چیزهایی برای من یادآور حادثه هستند.					
۵ مردمی که مرا خوب می شناسند، از من می ترسند.					
۶ من قادر هستم از نظر هیجانی با دیگران احساس صمیمیت کنم.					
۷ کابوسهایی در رابطه با حادثه ای که رخ داده است، دارم.					
۸ وقتی راجع به برخی کارهایی که زمان حادثه انجام داده ام فکر می کنم آرزو می کنم که مرده بودم.					
۹ به نظر می رسد گویی هیچ گونه احساسی ندارم.					
۱۰ اخیراً احساس می کنم دوست دارم خودم را بکشم.					
۱۱ به خواب می روم، در خواب می مانم، و تنها زمانی از خواب بیدار می شوم که آذیر خطر قطع شود.					
۱۲ متعجبم از اینکه چرا هنوز زنده ام در حالیکه دیگران در آن حادثه مرده اند.					
۱۳ موقعیت های شخصی این احساس را در من ایجاد می کنند که گویی به حادثه باز گشته ام.					
۱۴ رویاهای شبانه من به قدری واقعی هستند که با یک عرق سرد از خواب بیدار می شوم و به خود فشار می آورم که بیدار بمانم.					
۱۵ احساس می کنم نمی توانم به جلو پیش بروم.					
۱۶ چیز هایی که مردم را می خنداند یا به گریه می اندازد، در من ایجاد خنده یا گریه نمی کند.					
۱۷ هنوز از انجام اموری که برایم رضایت بخش هستند، لذت می برم.					
۱۸ رؤیاهای روزانه ام خیلی واقعی و ترسناک هستند.					
۱۹ حفظ یک شغل، بعد از رهایی از حادثه برایم آسان است.					
۲۰ در تمرکز یافتن روی تکالیف به شدت مشکل دارم.					
۲۱ بدون هیچ دلیل قانع کننده ای گریه می کنم.					
۲۲ از همکاری با دیگران لذت می برم.					
۲۳ به واسطه موقعیت های اضطراری دچار ترس می شوم.					
۲۴ شب ها به راحتی به خواب می روم.					

					صداهای غیرمنتظره مرا از جا می پراند.	۲۵
					هیچ کس حتی خانواده ام نمی فهمند که چه احساسی دارم.	۲۶
					من یک فرد آسان گیر و معتدل هستم.	۲۷
					احساس می کنم امور مشخص و مهمی را در زمان حادثه انجام داده ام، اما از آنجا که هیچکس نخواهد فهمید هرگز نمی توانم آنها را به کسی بگویم.	۲۸
					موقعی وجود داشته است که از الکل یا سایر مواد استفاده کرده ام تا به خواب روم یا حادثه را فراموش کنم.	۲۹
					زمانی که در بین جمع هستم، احساس راحتی می کنم.	۳۰
					طی وقایع جزئی روزمره، خونسردی ام را از دست داده و دچار خشم شدیدی می شوم.	۳۱
					سعی می کنم از چیزهایی که برایم یادآور حادثه رخ داده است، دوری نمایم.	۳۲
					می ترسم که در شب به رختخواب بروم.	۳۳
					حافظه ام به همان خوبی قبل است.	۳۴
					بیان احساسات، حتی به افرادی که مورد توجهم هستند، برایم سخت است.	۳۵