



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

۱۵۳



(DAS)

سن: شغل: تحصیلات: درآمد ماهیانه: وضعیت تأهل:

این پرسشنامه شامل فهرستی از اعتقادات و نگرشهای مختلف است که اشخاص بعضی مواقع آنها را دارا می‌باشند. هر یک از جملات زیر را به دقت بخوانید و سپس مشخص کنید چه مقدار موافق یا مخالف با آنها هستید. پاسخ خود را برای هر یک از نگرشها با علامت زدن در ستونی که به بهترین وجه مشخص کننده فکر و عقیده شماست، مشخص کنید.

برای هر نگرش تنها یک پاسخ وجود دارد و پاسخ درست یا غلط وجود ندارد؛ زیرا افراد متفاوت از یکدیگر هستند.

برای آنکه تصمیم بگیرید نگرش ارائه شده عیناً همان راه و روش شما درباره کارها و موضوعات مختلف است، کافی است در نظر داشته باشید که دیدگاه شما در اکثر اوقات چگونه است.

هنگام پاسخ دادن، در نظر بگیرید که «بیشتر اوقات» درباره هر یک از جمله‌ها چه فکری می‌کنید و بعد روبروی هر جمله در ستون مورد نظر علامت ضربدر بکشید.

کاملاً موافقم	خیلی موافقم	کمی موافقم	نه موافقم نه مخالفم	کمی مخالفم	خیلی مخالفم	کاملاً مخالفم
						۱- مشکل بتوان احساس خوشبختی نمود مگر اینکه آدم خوش قیافه، پولدار، باهوش و خلاق باشد.
						۲- خوشبختی چیزی است که بستگی به نظر شخص در مورد خودش دارد، نه نظر دیگران در مورد وی.
						۳- اگر در کارم اشتباه کنم، ارزشم در نظر دیگران پایین می‌آید.
						۴- اگر همیشه کارهایم را خوب انجام ندهم، مردم به من احترام نخواهند گذاشت.
						۵- حتی یک ریسک کوچک نیز احمقانه است زیرا باخت در آن به منزله یک فاجعه است.
						۶- بدون داشتن استعداد بسیار زیاد و استثنائی هم می‌توان احترام افراد دیگر را به دست آورد.
						۷- نمی‌توانم خوشحال باشم مگر اینکه کسانی را که می‌شناسم مرا تحسین کنند.

۱۵۴



کاملاً موافقم	خیلی موافقم	کمی موافقم	نه موافقم نه مخالفم	کمی مخالفم	خیلی مخالفم	کاملاً مخالفم
						۸- کمک خواستن از دیگران نشانه ضعف است.
						۹- اگر من به خوبی افراد دیگر کارم را انجام ندهم بدین معنی است که از دیگران پائین ترم.
						۱۰- اگر در کارم شکست بخورم، خودم را به طور کلی آدم شکست خورده‌ای به حساب می‌آورم.
						۱۱- اگر آدم نتواند کاری را خوب انجام دهد بهتر است اصلاً آن را انجام ندهد.
						۱۲- از اینکه اشتباه کنم ناراحت نمی‌شوم چون می‌توانم از آن پند گرفت.
						۱۳- اگر شخصی با من موافق نباشد، یعنی مرا دوست ندارد.
						۱۴- از اشتباهات کوچک هم به اندازه اشتباهات بزرگ ناراحت می‌شوم.
						۱۵- وقتی دیگران کسی را خوب بشناسند احترام کمتری برای او قائل می‌شوند.
						۱۶- من هیچ چیز نیستم اگر شخصی که دوست دارم، مرا دوست نداشته باشد.
						۱۷- می‌توانم از یک فعالیت صرفنظر از نتیجه نهایی آن لذت برد.
						۱۸- کاری را که احتمال شکست در آن است نباید قبول کرد.
						۱۹- ارزشی که من برای خودم قابل هستم به مقدار زیادی بستگی به این دارد که دیگران درباره من چه فکر می‌کنند.
						۲۰- اگر من بالاترین استاندارد را برای خود قائل نشوم، احتمالاً به شخص درجه درمی تبدیل خواهم شد.
						۲۱- چنانچه من بخواهم شخصی ارزشمند باشم، باید حداقل در یک زمینه عملکرد خوبی داشته باشم.
						۲۲- افرادی که فکرهای هوشمندانه‌ای عرضه می‌کنند، ارزشمندتر از کسانی هستند که چنین فکرهایی ندارند.
						۲۳- هر وقت در کاری اشتباه کنم، سخت ناراحت می‌شوم.
						۲۴- من به عقاید درباره خودم بیشتر از عقایدی که دیگران درباره من دارند اهمیت می‌دهم.