



پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

مقیاس (S.S.S)

مدت اسارت: سن: تحصیلات: شغل: تاهل:

اغلب	گاهی	به ندرت	به هیچ وجه	سوال
				۱- من دوستانی دارم که بدون توجه به اینکه چه می‌کنم از من حمایت می‌کنند.
				۲- حتی موقعی که نسبت به خودم احساس بدی دارم، دوستانم می‌توانند مرا شاد کنند و در من این احساس را بوجود آورند که برای آنها مهم هستم.
				۳- اغلب احساس می‌کنم دوستانم بدون توجه به اینکه چه می‌کنم یا چه احساسی دارم با من خوبند.
				۴- در موقع گرفتاری می‌توانم به والدین و یا خواهران و برادرانم روی آورم.
				۵- خانواده‌ام در من رضایت و احساس قدرت فراهم می‌آورند.
				۶- در زمان کودکی حمایت زیادی از والدینم دریافت می‌کردم.
				۷- به راحتی می‌توانم از خانواده‌ام بخواهم از من حمایت کنند.
				۸- هنگام رشد خود همواره آدمهایی دور و بر من بودند که بر حسب نیاز به من کمک کنند.
				۹- برادرانم و خواهرانم از من پشتیبانی می‌کنند.
				۱۰- وقتی مورد حمایت خانواده‌ام نباشم، احساس می‌کنم دوباره آنچه انجام می‌دهم نگرانتر هستم.
				۱۱- کسی را نمی‌شناسم که به او اعتماد کنم.
				۱۲- وقتی مشکلی دارم آن را در دل خود نگه می‌دارم.
				۱۳- دوستان نزدیکی داشتم که درباره چیزها با آنها صحبت کنم، اما دیگر ندارم.
				۱۴- اغلب احساس تنهایی می‌کنم درست مثل اینکه هیچکس را ندارم که به او دسترسی داشته باشم.
				۱۵- وقتی غمگین یا تحت فشار باشم، افرادی هستند که می‌توانم برای کمک به آنها روی آورم.
				۱۶- عضو هیچ گروه اجتماعی (مثل باشگاهها، تیم‌های ورزشی و غیره) نیستم.
				۱۷- فکر نمی‌کنم مردم واقعاً به کمک دیگران نیازی داشته باشند. آنها خودشان می‌توانند به خوبی از عهده برآیند.
				۱۸- حمایت عاطفی دوستان برایم اهمیت دارد.
				۱۹- مردم باید به راحتی برای جلب کمک و حمایت به یک مشاور رجوع کنند.
				۲۰- به خود و تواناییهایم در رویارویی با موقعیتهای جدید، ایمان دارم بدون آنکه نیازی به کمک دیگران داشته باشم.
				۲۱- به ندرت از دیگران تقاضای حمایت می‌کنم.