



پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

ضمیمه شماره ۲ : پرسشنامه ابراز وجود

- ۱- می توانم تقاضای دوستی که چیزی با ارزش از من می خواهد را رد کنم.
- ۲- می توانم از دوستم تمجید و تعریف کنم.
- ۳- می توانم از دوستم بخواهم که لطفی در حق من بکند.
- ۴- می توانم در قبال اصرار فروشنده برای خرید جنسی مقاومت کنم.
- ۵- وقتی مقصر هستم، جرأت عذرخواهی کردن را دارم.
- ۶- می توانم تقاضای قرار ملاقاتی را رد بکنم.
- ۷- وقتی از چیزی می ترسم قدرت بیان آن و طلب کمک را دارم.
- ۸- وقتی مشغول کاری هستم و کسی مزاحم شود به او می توانم بگویم که مزاحم است.
- ۹- می توانم تقاضای نمره اضافی از استاد یا طلب پاداش کنم.
- ۱۰- وقتی از موضوعی بی اطلاعم جرأت ابراز بی اطلاعی را دارم.
- ۱۱- قادر به رد تقاضای دیگران برای قرض گرفتن پول هستم.
- ۱۲- می توانم از فردی در مورد موضوعات شخصی اش سؤال کنم.
- ۱۳- قادر به قطع صحبت های یک دوست پرحرف هستم.
- ۱۴- توانایی انتقاد سازنده از کسی را دارم.

- ۱۵- در گفتگو با یک فرد غریبه توانایی پیشقدم شدن را دارم.
- ۱۶- قادر به تمجید جنس مخالف مورد علاقه‌ام هستم.
- ۱۷- می‌توانم تقاضای قرار ملاقات با کسی را بکنم.
- ۱۸- اگر خواهش اولیه من برای قرار ملاقات رد شود می‌توانم تقاضای ملاقات را در وقت دیگری بکنم.
- ۱۹- اگر متوجه سؤالی نشوم یا آن را نفهمم می‌توانم مجدداً آن را بپرسم.
- ۲۰- می‌توانم داوطلب انجام کاری را که دوست دارم بشوم.
- ۲۱- از اینکه دوستم از رفتارم ناراحت شده یا نه می‌توانم از وی سؤال کنم.
- ۲۲- اگر کسی را دوست داشته باشم می‌توانم دوست داشتتم را ابراز کنم.
- ۲۳- اگر در رستورانی خوب پذیرایی نشوم توانایی اعتراض را دارم.
- ۲۴- اگر کسی از رفتارم انتقاد کند بطور صریح با وی می‌توانم بحث کنم.
- ۲۵- می‌توانم اشیاء معیوب را به فروشنده‌اش پس بدهم.
- ۲۶- توانایی ابراز عقیده در مقابل عقیده مخالف را دارم.
- ۲۷- قدرت مقاومت در مورد تمایلات جنسی در هر شرایطی را دارم.
- ۲۸- اگر کسی کار منصفانه‌ای در مورد من انجام دهد احساسم را بیان خواهم کرد.
- ۲۹- قرار ملاقات با کسی را می‌پذیرم.
- ۳۰- می‌توانم خبر شادی‌بخش خود را به دیگران بگویم.
- ۳۱- اگر در فروشگاه‌های نوبتم رعایت نشود توانایی اعتراض دارم.
- ۳۲- اگر راننده تاکسی پول اضافی از من بگیرد توانایی اعتراض را دارم.

۳۳- در قبال تقاضای غیرمنطقی یک شخص مهم نظیر رئیس اداره یا مقام دیگری می توانم

مخالفت کنم.

۳۴- کار دوستم را موقعی که کار مهمی برای خودم پیش می آید می توانم نیمه تمام رها کنم.

۳۵- می توانم در قبال مصرف مواد مخدر یا سیگار کشیدن مقاومت کنم.

۳۶- می توانم تقاضا کنم که اشیاء قرض داده شده را به من برگردانند.

۳۷- قادر به شنیدن تعریف و تمجید دیگران هستم.

۳۸- به گفتگو با کسی که نظر موافق با من را ندارد می توانم ادامه دهم.

۳۹- می توانم به دوست یا کسی که با من کار می کند بگویم «وقتی حرفی می زند یا کاری

انجام می دهد موجب مزاحمت و ناراحتی من می گردد».

۴۰- می توانم از فردی که در جو عمومی مرا می آزارد بخواهم که دست از سرم بردارد.