



پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

بسیار موافقم	موافقم	تأخوری موافقم	تأخوری ندارم	مخالفت تأخوری	مخالفت	بسیار مخالفت	گویه ها
							۱. من در درک موقعیت‌ها، توانایی خوبی دارم.
							۲. هنگامی که با موقعیت‌های دشوار روبرو می‌شوم، تصمیم‌گیری برایم مشکل است.
							۳. هنگام تصمیم‌گیری، چندین گزینه را در نظر می‌گیرم.
							۴. وقتی با موقعیت‌های سخت روبرو می‌شوم، احساس می‌کنم کنترل خودم را از دست می‌دهم.
							۵. دوست دارم به موقعیت‌های سخت، از جهات مختلف نگاه کنم.
							۶. قبل از نتیجه‌گیری در مورد علل یک رفتار، به دنبال اطلاعات بیشتری می‌گردم.
							۷. هر زمان که با موقعیت‌های سخت روبرو هستم، آنقدر مضطرب می‌شوم که نمی‌توانم به راه حلی برای حل آن موقعیت فکر کنم.
							۸. من سعی می‌کنم از دیدگاه افراد دیگر، به مسایل فکر کنم.
							۹. قبول اینکه روش‌های بسیار متعددی برای کنار آمدن با موقعیت‌های سخت وجود دارد، برایم دشوار است.
							۱۰. من خوب می‌توانم خودم را به جای دیگران قرار دهم.
							۱۱. وقتی با موقعیت‌های سخت روبرو می‌شوم، واقعاً نمی‌دانم چه کاری باید انجام دهم.
							۱۲. مهم است که به موقعیت‌های سخت از زوایای زیادی نگاه کرد.
							۱۳. وقتی در موقعیت‌های دشواری هستم، قبل از تصمیم‌گیری در مورد نحوه‌ی مقابله با وضعیت به وجود آمده، چندین راه حل را در نظر می‌گیرم.
							۱۴. من اغلب از دیدگاه‌های مختلف، به یک موقعیت نگاه می‌کنم.
							۱۵. می‌توانم بر مشکلاتی که در زندگی با آن روبرو می‌شوم، غلبه کنم.
							۱۶. هنگام نتیجه‌گیری در مورد علل یک رفتار، تمام اطلاعات و واقعیت‌های موجود را در نظر می‌گیرم.
							۱۷. احساس می‌کنم که در موقعیت‌های سخت، توانایی تغییر مسایل را ندارم.
							۱۸. وقتی با موقعیت‌های سخت روبرو می‌شوم، صبر کرده و سعی می‌کنم به چندین راه حل برای حل آن موقعیت فکر کنم.
							۱۹. می‌توانم برای رفع موقعیت دشواری که با آن روبرو می‌شوم، به بیش از یک راه حل فکر کنم.
							۲۰. چندین گزینه را قبل از واکنش نشان دادن به موقعیت‌های دشوار، در نظر می‌گیرم.