

این فایل فقط برای مشاهده قسمتی از پرسشنامه می باشد.

برای خرید و دریافت فایل کامل ورد و قابل ویرایش این پرسشنامه

به داخل سایت مراجعه نمایید.

پرسشنامه نشخوار فکری یوسفی

ردیف	سوالات	به هیچ وجه	تا حدودی	بیشتر اوقات	تقریباً همیشه
1	در دو هفته گذشته فکرهاى مربوط به آن اتفاق را زیاد در ذهنم مرور مى کنم.				
2	در دو هفته گذشته فکرهاى مربوط به احساسات نگران کننده ناشى از آن مشکل را زیاد در ذهنم کردم				
3	در دو هفته گذشته بسيارى از فکرهايم درباره راههايى بوده است که به کمک آنها مى توانسته ام آن مشکل را کاهش دهم.				
4	در دو هفته گذشته بسيارى از فکرهايم درباره روشهاي برخورد با آن مشکل بوده است.				
5	در دو هفته گذشته بسيارى از فکرهايم مربوط به متوقف کردن خلق افسرده ام بوده است.				
6	در دو هفته گذشته بسيارى از فکرهايم مربوط به احساس نااميديم برای حل مشکل بوده است.				
7	در دو هفته گذشته بسيارى از فکرهايم مربوط به نگرانى من درباره آن مشکل بوده است.				
8	در دو هفته گذشته بسيارى از فکرهايم مربوط به اضطرابها و دلشوره هاى مربوط به آن مشکل بوده است.				

				در دو هفته گذشته بسیاری از فکرهایم مربوط به راه حل هایی بوده که می توانم برای حل آن مشکل به کار ببرم.	9
				در دو هفته گذشته بسیاری از افکارم مربوط به احساس ناتوانیم در برخورد با آن مشکل بوده است.	10
==	==	==	==	=====	==
				در دو هفته گذشته این فکر که چرا برخی افراد این قدر راحتند و همه چیز دارند ولی من نه، زیاد به ذهنم آمده است.	35
				در دو هفته گذشته به این سوال که چطور افراد می توانند شاد باشند ولی من نمی توانم زیاد فکر کرده ام.	36
				در دو هفته گذشته به این سوال که چرا مردم به فکر منافع خویشند، زیاد فکر کرده ام.	37
				در دو هفته گذشته به این فکر که (خلق غمگینم مانع می شود تا از زندگی لذت ببرم زیاد فکر کرده ام.	38
				در دو هفته گذشته به این فکر که خلق غمگینم انرژی را کم کرده، زیاد فکر کرده ام.	39

شیوه نمره گذاری:

طیف مورد استفاده در پرسشنامه بر اساس جدول زیر نشان داده شده است.

عنوان	تقریبا همیشه	بیشتر اوقات	تا حدودی	به هیچ وجه
نمره	3	2	1	0