

## مقیاس رفتاری کمبریج

لطفا اطلاعات زیر را وارد کرده و سپس قسمت راهنمای پرسشنامه را مطالعه فرمایید.

**همه‌ی این اطلاعات کاملا محرمانه باقی می‌ماند.**

نام: .....  
جنس: .....

تاریخ تولد: .....  
تاریخ امروز: .....

### چطور پرسش نامه را پر کنیم

در زیر فهرستی از گویه‌ها قرار دارد. لطفا هر گویه را با دقت فراوان خوانده و با ارزیابی اینکه چه اندازه با آن موافق یا مخالفید، پاسخ صحیح را انتخاب کنید. پاسخ درست یا نادرست وجود ندارد، و حقایق هم در سئوالات بکار نرفته است.

برای آنکه مقیاس حاضر معتبر باشد، شما باید تمامی پرسش‌ها را پاسخ دهید.

کاملا مخالفم	اندکی مخالفم	اندکی موافقم	کاملا موافقم		
		√		من اگر یک روز موسیقی گوش ندهم، حسابی کلافه خواهم بود.	مثال

کاملا مخالفم	مخالقم	اندکی موافقم	اندکی مخالفم	کاملا موافقم	
					1. من به راحتی می‌فهمم که آیا شخصِ مقابلم، دوست دارد سر صحبت را باز کند یا نه.
					2. من حیوانات را به انسان‌ها ترجیح می‌دهم.
					3. من سعی می‌کنم تا از آخرین مدها و جریاناتِ بابِ روز عقب نمانم.
					4. برای من سخت است که چیزهایی را که خودم به راحتی می‌فهمم، برای دیگران توضیح دهم، به خصوص وقتی که آنها در همان دفعه‌ی اول متوجه منظورم نمی‌شوند.
					5. من اغلب شب‌ها، رویا و خواب می‌بینم.
					6. من از اینکه هوای دیگران را داشته باشم، واقعا لذت می‌برم.
					7. من سعی می‌کنم مشکلاتم را خودم حل کنم نه اینکه درباره‌ی آنها با دیگران حرف بزنم.
					8. برای من، فهم اینکه در یک وضعیت اجتماعی باید چه کاری انجام داد، سخت است.
					9. بهترین کارهایم را صبح‌ها انجام می‌دهم.
					10. مردم اغلب به من می‌گویند که جهت انتقال منظورم در یک گفت و گو، بیش از حد توضیح می‌دهم.
					11. خیلی برایم آزاردهنده نیست که به قرار ملاقات با یک دوست، دیر برسم.
					12. دوستی‌ها و روابط خیلی سخت و دردسر سازند، برای همین مایل نیستم خودم را درگیرشان کنم.
					13. من هیچ‌وقت قانون شکنی نمی‌کنم، فارغ از اینکه چقدر کوچک و پیش پا افتاده باشد.
					14. برای من قضاوت اینکه آیا فلان حرف یا رفتار مودبانه است یا گستاخانه، اغلب خیلی سخت است.
					15. در یک گفت و گو، تمرکز من بیشتر روی فکرهای خودم است تا آنچه که شنونده‌ام احتمالا دارد فکر می‌کند.
					16. من از شوخی‌های عملی بیشتر خوشم می‌آید تا خوشمزگی‌های کلامی.
					17. من برای امروز زندگی می‌کنم، نه آینده.
					18. وقتی بچه بودم، خیلی دوست داشتم کرم‌ها را تکه تکه کنم تا ببینم چه می‌شود.
					19. وقتی کسی یک چیز می‌گوید ولی منظورش چیز دیگری است، من به سرعت می‌فهمم.
					20. نظرات من در مورد اخلاقیات بسیار سختگیرانه است.
					21. برای من فهم اینکه چرا بعضی چیزها اینقدر آدم‌ها را آشفته می‌کند، واقعا سخت است.

کاملاً مخالف	اندکی مخالف	اندکی موافق	کاملاً موافق	
				22. برای من سخت است که خودم را جای دیگران بگذارم.
				23. من فکر می‌کنم که ادب و منش خوب مهمترین چیزی است که یک پدر و یا یک مادر می‌تواند به فرزندش آموزش بدهد.
				24. دوست دارم تصمیم‌گیری‌هایم، آنی و در لحظه باشد.
				25. من به خوبی می‌توانم احساس دیگران را پیش‌بینی کنم.
				26. وقتی در یک جمع نشسته‌ام، به سرعت می‌توانم بفهمم که آیا کسی ناخوش یا معذب است یا نه.
				27. به نظرم، اگر من حرفی بزنم که شخص دیگری از آن آزرده شود، مشکل از خود آن فرد است نه از من.
				28. اگر کسی از من بپرسد که آیا از مدل موهایش خوشم می‌آید یا نه، راستش را می‌گویم حتی اگر از آن خوشم نیاید.
				29. من نمی‌توانم بفهمم چرا یک نفر باید از شنیدن یک اظهار نظر، رنجیده خاطر شود.
				30. آدم‌ها اغلب به من می‌گویند که من خیلی آدم غیرقابل پیش‌بینی هستم.
				31. من دلم می‌خواهد در هر گردهمایی اجتماعی، در مرکز توجه باشم.
				32. دیدن گریه‌ی آدم‌ها، مرا واقعا آشفته نمی‌کند.
				33. من از گفت و گو در باره‌ی مسائل سیاسی خوشم می‌آید.
				34. من خیلی صریح هستم، و این باعث می‌شود خیلی‌ها آن را به حساب بی‌ادبی‌ام بگذارند، حال آنکه این یک رفتار غیرعمدی است.
				35. به نظرم، موقعیت‌های اجتماعی آنقدرها گیج‌کننده نیست.
				36. آدم‌ها به من می‌گویند که من در درک احساسات‌شان و فهم آنچه که در فکرشان می‌گذرد، خیلی ماهرم.
				37. وقتی با مردم صحبت می‌کنم، بیشتر دلم می‌خواهد درباره‌ی تجربیات آنها با هم صحبت کنیم، نه تجربیات خودم.
				38. دیدن حیوانی که درد می‌کشد، مرا آشفته می‌کند.
				39. من می‌توانم بی‌آنکه تحت تأثیر احساسات دیگران قرار بگیرم، تصمیم‌گیری کنم.
				40. من تا وقتی همه‌ی آن کارهایی را که قرار بوده آن روز انجام دهم انجام ندهم، آرام نمی‌گیرم.
				41. من به راحتی می‌فهمم که آیا فرد مقابلم از حرف‌هایم خسته شده یا مشتاق شنیدن آنهاست.
				42. دیدن غم و رنج آدم‌ها در برنامه‌های خبری، مرا حسابی آشفته می‌کند.

کاملاً مخالف	اندکی مخالف	اندکی موافق	کاملاً موافق	
				43. دوستانم معمولاً درباره‌ی مشکلات شان با من صحبت می‌کنند، چرا که معتقدند من خیلی فهمیده و همدل هستم.
				44. من می‌توانم بفهمم که چه زمان‌هایی رفتارم سرزده و بی‌ملاحظه است؛ حتی اگر فرد مقابلم چیزی به من نگوید.
				45. من اغلب تفریحات و سرگرمی‌های تازه‌ی شروع می‌کنم، اما خیلی زود حوصله‌ام سر می‌رود و به سراغ چیزهای تازه می‌روم.
				46. آدم‌ها به من می‌گویند که برخی اوقات مسخره کردن و مسخره بازی را از حد می‌گذرانم.
				47. من خیلی عصبی و استرسی‌تر از آنم که سوار یک قطار هوایی بزرگ بشوم.
				48. دیگران مدام می‌گویند که من خیلی آدم حساسی هستم؛ هرچند خودم نمی‌فهمم چرا.
				49. اگر در یک گروه غریبه‌ای بینم تصورم این خواهد بود که صمیمی شدن با گروه، وظیفه‌ی خودشان است.
				50. من معمولاً با فیلم‌هایی که می‌بینم، ارتباط عاطفی برقرار نمی‌کنم.
				51. من دوست دارم که در زندگی روزانه‌ام بسیار منظم باشد و فهرستی از وظایفم تهیه کنم.
				52. من می‌توانم خیلی سریع و شهودی بفهمم که احساس شخص مقابلم چگونه است.
				53. من از تحمل خطر و رفتارهای پرخطر هیچ خوشم نمی‌آید.
				54. من می‌توانم به آسانی بفهمم که فرد مقابلم می‌خواهد درباره‌ی چه چیزی صحبت کند.
				55. اگر کسی بخواهد احساسات واقعی‌اش را پنهان کند، من به راحتی می‌فهمم.
				56. من همیشه قبل از اینکه تصمیمی بگیریم، تمام ابعاد آن را سبک‌سنگین می‌کنم.
				57. من از فهم آگاهانه‌ی قواعد حاکم بر موقعیت‌های اجتماعی، ناتوانم.
				58. من به راحتی می‌توانم رفتار افراد را پیش‌بینی کنم.
				59. من از اینکه با مشکلات دوستم درگیری عاطفی پیدا کنم، استقبال می‌کنم.
				60. من معمولاً می‌توانم نظرات فرد مقابلم را گوش داده و ارزیابی کنم؛ حتی اگر با آنها موافق نباشم.

## پایان

از همکاری شما بی‌نهایت سپاس گزاریم