Downloaded from mhrn.net at 7:14 +0330 on Wednesday June 17th 2026

پرسشنامه رضایت از زندگی (LSI-Z)

۱- همینطور که پیر می‌شوم، به نظر اوضاع بهتر از آن چیزي است که فکر می‌کردم.

۰ مخالف ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ موافق ❑

۲- من در مقایسه با آنهایي که می‌شناسم بر شکست‌هاي زیادي در طول زندگي غلبه کرده‌ام.

۰ مخالف ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ موافق ❑

۳- این روزها ملالت بارترین زمان زندگي من است.

۰ موافق ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ مخالف ❑

۴- من به اندازه زمان جواني شاد هستم.

۰ مخالف ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ موافق ❑

۵- این سال‌ها، بهترین سال‌هاي زندگي من است.

۰ مخالف ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ موافق ❑

۶- اکثر کارهایي که انجام می‌دهم خسته کننده یا یکنواخت هستند.

۰ موافق ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ مخالف ❑

۷- کارهایي که انجام می‌دهم به همان اندازه جالب است که تا به حال بوده است.

۰ مخالف ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ موافق ❑

۸- همینطور که برمي‌گردم و گذشته را مرور می‌کنم احساس رضایت خوبي پیدا می‌کنم.

۰ مخالف ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ موافق ❑

۹- من از حالا براي کارهایي که می‌خواهم در ماه یا سال آینده انجام دهم برنامه‌ریزي کرده ام.

۰ مخالف ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ موافق ❑

۱۰- در طول زندگي گذشته‌ام، اکثر چیزهاي مهمي را که می‌خواستم بدست نیاوردم.

۰ موافق ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ مخالف ❑

۱۱- در مقایسه با دیگران، غالب اوقات من شانس کمتري دارم.

۰ موافق ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ مخالف ❑

۱۲- اکثر چیزهایي که می‌خواستم در طول زندگي بدست آورده‌ام.

۰ مخالف ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ موافق ❑

۱۳- علیرغم آنچه عده‌اي از افراد می‌گویند، زندگي بیش از نیمي از مردم در حال بدتر شدن است.

۰ موافق ❑ ۱ نه موافق نه مخالف ❑ ۲ مخالف ❑

نمره کل