Downloaded from mhrn.net at 12:35 +0330 on Friday May 1st 2026

پرسشنامه تجربه سوگ

	مواد
۱-	فكر مي‌كنيد بايد به پزشك مراجعه مي‌كرديد.
۲-	احساس تهوع داشتيد.
۳-	حالت لرزش، نبض زدن و يا تيك عصبي داشتيد.
۴-	سرگيجه و احساس ضعف داشتيد.
۵-	عصبي بوديد.
۶-	فكر مي‌كنيد مردم در تسليت گفتن به شما راحت نبودند.
۷-	از ذكر بخش‌هاي ناخوشايند و منفي ارتباط خود با متوفي اجتناب مي‌كنيد.
۸-	پس ا زمرگ متوفي احساس مي‌كرديد كه نمي‌توانيد يك روز ديگر از زندگي را تحمل كنيد.
۹-	احساس مي‌كنيد هرگز نمي‌توانيد با مرگ متوفي كنار بياييد.
۱۰-	از خود مي‌پرسيد كه چرا متوفي بايد مي‌مرد.
۱۱-	شما نمي‌توانيد جلوي اين فكر را بگيريد كه چرا وي (متوفي) مرد.
۱۲-	فكر مي‌كنيد كه هنوز زمان مرگ وي فرا نرسيده بود.
۱۳-	شما نمي‌توانيد اين واقعيت را بپذيريد كه وي (متوفي) مرده است.
۱۴-	سعي مي‌كنيد يك دليل خوب براي اين مرگ بيابيد.
۱۵-	فكر مي‌كنيد ديگران دوست نداشتند شما درباره مرگ وي (متوفي) با آنها صحبت كنيد.
۱۶-	پس از مرگ متوفي اين احساس را داشتيد كه كسي به شما توجه نمي‌كند و به حرف شما گوش نمي‌دهد.
۱۷-	پس از مرگ متوفي احساس مي‌كرديد خويشاوندان نزديك و همسايه‌ها به شما توجه كافي ندارند.
۱۸-	احساس مي‌كنيد احتمالاً مردم در خصوص مشكلات شخصي كه شما و متوفي داشتيد كنجكاو بودند.
۱۹-	به زمان‌هاي قبل از مرگ مي‌انديشيد كه مي‌توانستيد زندگي متوفي را با نشاط‌تر سازيد.
۲۰-	آرزو مي‌كنيد اي كاش در زمان رابطه‌تان با متوفي كارهاي خاصي نمي‌كرديد كه يا حرف‌هاي خاصي را به زبـان نمي‌آورديد.
۲۱-	احساس مي‌كنيد كه مي‌خواستيد كار مهمي را براي متوفي انجام دهيد.
۲۲-	احساس مي‌كنيد كه به قدر كافي به متوفي توجه نداشتيد.
۲۳-	پس از مرگ متوفي به نحوي احساس گناه مي‌كنيد.
۲۴-	احساس مي‌كنيد متوفي در زمان مرگ از شما گله و شكايت داشت.
۲۵-	احساس مي‌كنيد مدت‌ها قبل از مرگ متوفي وي را رنجانده‌ايد.
۲۶-	احساس مي‌كنيد شايد متوجه نشانه اوليه‌اي كه بيانگر ميل متوفي به عدم زندگي كردن بوده نشديد.
۲۷-	از صحبت درباره مرگ متوفي پرهيز مي‌كنيد.
۲۸-	از اين كه بخواهيد علت مرگ متوفي را آشكار كنيد احساس ناراحتي مي‌كنيد.

	مواد
۲۹-	از مواجه شدن با كسي كه شما و متوفي را مي‌شناخته احساس ناراحتي مي‌كنيد.
۳۰-	وقتي مردم را مي‌بنيد به علت مرگ متوفي اشاره‌اي نمي‌كنيد.
۳۱-	احساس مي‌كنيد متوفي شما را بدون پشت و پناه رها كرده.
۳۲-	احساس مي‌كنيد متوفي هرگز فكر نكرده كه اين مرگ چه بر سر شما مي‌آورد.
۳۳-	احساس مي‌كنيد شما تلاش لازم را جهت جلوگيري از مرگ متوفي انجام نداديد.
۳۴-	احساس مي‌كنيد مرگ بي‌معني است و فرد متوفي بدون دليل زندگي‌اش را از دست داده.

Downloaded from mhrn.net at 12:35 +0330 on Friday May 1st 2026

www.mhrn.net غیر قابل فروش