

# SISR

## قسمت الف

افرادی که گفته می شود دارای یک بیماری جدی هستند ، می توانند درباره ی زندگی کردن با بیماری ، در زمان های مختلف ، احساس متفاوتی داشته باشند . در بخش زیرین پنج عبارت وجود دارند که توصیف کننده ی چگونگی احساس افراد در زمان هایی هستند که در حال زندگی با یک بیماری روانی می باشند .

لطفاً قبل از پاسخ به سوالاتی که در ذیل می آید ، همه ی پنج عبارت (الف تا ه) را بخوانید .

(الف) "من فکر نمی کنم مردم بتوانند از بیماری روانی بهبودی پیدا کنند . احساس می کنم که زندگی ام خارج از کنترل

من است و هیچ چیزی وجود ندارد که بتوانم برای کمک به خودم انجام دهم ."

(ب) "من درست در همین اواخر فهمیده ام که مردم می توانند از بیماری روانی جدی بهبودی پیدا کنند . من همین حالا

در حال شروع به فکر کردن به این موضوع هستم که شاید این امکان برای من وجود داشته باشد که به خودم کمک کنم ."

(ج) "من در حال شروع به یادگرفتن این موضوع هستم که می توانم بر بیماری غلبه کنم . من تصمیم گرفته ام شروع به

کنار آمدن با زندگی ام کنم ."

(د) "من در حال حاضر می توانم بیماری را به خوبی اداره کنم . من در حال خوب شدن هستم و تا اندازه ای احساسی

مثبت در مورد آینده دارم ."

(ه) "من حس می کنم در حال حاضر مسلط به سلامتی و زندگی ام هستم . من به خوبی در حال انجام کارهایم هستم

و آینده خوب به نظر می رسد ."

از بین پنج عبارت بالا ، کدام عبارت به میزان بسیار نزدیکی چگونگی احساس شما درباره ی زندگی با بیماری در طول ماه

گذشته را توصیف می کند ؟ کادر کنار آن عبارت را علامت بزنید .

For more information about the SISR, please visit our website

<http://socialsciences.uow.edu.au/iimh/stori/index.html>

Reference: Andresen R, Caputi P and Oades L (2006). The Stages of Recovery Instrument: Development of a measure of recovery from serious mental illness. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 2006; 40:972-980

## قسمت ب

در بخش زیرین چهار عبارت در این باره وجود دارد که افراد چه احساسی می توانند درباره ی جنبه های زندگی شان داشته باشند .

شما چقدر با هر عبارت در ارتباط با ماه گذشته موافق هستید ؟

لطفا دور شماره ی مناسب دایره بکشید .

(1) من مطمئن هستم راه هایی را برای دست یافتن به اهدافم در زندگی پیدا خواهم کرد .

به شدت مخالف    تا حدودی مخالف    کمی مخالف    تا کمی موافق    تا حدودی موافق    به شدت موافق

1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 6 \_\_\_\_\_

(2) من می دانم که به عنوان یک فرد ، چه کسی هستم و چه چیزهایی در زندگی برایم مهم هستند .

به شدت مخالف    تا حدودی مخالف    کمی مخالف    تا کمی موافق    تا حدودی موافق    به شدت موافق

1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 6 \_\_\_\_\_

(3) چیزهایی که در زندگی ام انجام می دهم معنادار و ارزشمند هستند .

به شدت مخالف    تا حدودی مخالف    کمی مخالف    تا کمی موافق    تا حدودی موافق    به شدت موافق

1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 6 \_\_\_\_\_

(4) من کاملا در برابر زندگی و سلامتی خودم مسئول هستم .

به شدت مخالف    تا حدودی مخالف    کمی مخالف    تا کمی موافق    تا حدودی موافق    به شدت موافق

1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 6 \_\_\_\_\_