

## ٹرم - 18

درج ذیل سوالات سے متعلق برائے مہربانی اپنے حالیہ خیالات اور احساسات اس شخص کے متعلق بیان کریں جس نے آپ کو تکلیف پہنچائی ہے ہم یہ جاننا چاہتے ہیں کہ آپ فی الوقت اس شخص کے متعلق کیا محسوس کرتے ہیں۔ ہر شق کے آگے دیئے گئے عدد پر دائرہ لگائیں جو آپ کے حالیہ خیالات اور احساسات کی بہترین ترجمانی کرنا ہے۔

نمبر شمار	سوالات	بہت زیادہ غیر متفق	غیر متفق	غیر جانبدار	متفق	بہت زیادہ متفق
1	میں اُس سے بولہ لوں گی / گا۔	1	2	3	4	5
2	میں کوشش کر رہی / رہا ہوں کہ جتنا فاصلہ ہمارے درمیان ممکن ہے برقرار رکھا جائے۔	1	2	3	4	5
3	اگرچہ اس کی حرکتوں نے مجھے تکلیف پہنچائی ہے پھر بھی میں اس کی / کا خیر خواہ ہوں۔	1	2	3	4	5
4	کاش اس کے ساتھ کچھ برا ہو۔	1	2	3	4	5
5	میں ایسے جی رہی / رہا ہوں جیسے کہ وہ اورگرد موجود ہی کس۔	1	2	3	4	5
6	میں چاہتی / چاہتا ہوں کہ ہم پرانی باتوں کو بھلا کر اپنے تعلقات کو بہتر بنانے کے لیے آگے بڑھیں۔	1	2	3	4	5
7	مجھے اس پر بھروسہ نہیں ہے۔	1	2	3	4	5
8	باوجود اسکے جو کچھ اس نے کیا، میں چاہتی / چاہتا ہوں کہ ہم پھر سے مثبت تعلقات کو پروان چڑھائیں۔	1	2	3	4	5
9	میں چاہتی / چاہتا ہوں کہ اسے وہ ملے جس کی وہ مستحق ہے۔	1	2	3	4	5
10	اس کے معاملے میں گرم جوش دکھانا مجھے مشکل لگ رہا ہے۔	1	2	3	4	5
11	میں اسے نظر انداز کر رہی / رہا ہوں۔	1	2	3	4	5
12	حالانکہ اس نے مجھے تکلیف دی ہے لیکن میں ان تمام تکالیف کو ایک طرف رکھ رہی رہا ہوں تاکہ ہم اپنے تعلقات کو پھر سے بہتر بنا سکیں۔	1	2	3	4	5
13	میں حساب برابر کرنے جا رہی / رہا ہوں۔	1	2	3	4	5
14	میں نے اپنا دکھ اور دشمن چھوڑ دی ہے۔	1	2	3	4	5
15	میں نے اس سے قطع تعلقی کر لیا۔	1	2	3	4	5
16	میں نے اپنا خصر نکال دیا ہے تاکہ میں اپنے تعلقات کی بہتری پر کام کر سکوں۔	1	2	3	4	5
17	میں اسے تکلیف اور پریشانی میں دیکھنا چاہتی / چاہتا ہوں۔	1	2	3	4	5
18	میں اس سے کچھ بہت گئی / گیا ہوں۔	1	2	3	4	5