



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

آزمون خود شکوفایی Self-Actualization Questionnaire

پرسشنامه زیر یک تلاش است برای اندازه گیری مفهوم خود شکوفایی شما ، برای تعیین چگونگی رسیدن شما به این هدف دستورالعمل زیر را دنبال کنید. و بر اساس مقیاس زیر ، دور عدد مورد نظرتان خط بکشید.

۶= کاملاً موافق ۵= موافق ۴= نسبتاً موافق ۳= نسبتاً مخالف ۲= مخالف ۱= کاملاً مخالف

۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۱. من از هیچ یک از هیجانهایم احساس شرمساری نمی کنم .
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۲. احساس می کنم آنچه دیگران از من انتظار دارند ، [باید] انجام دهم.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۳. من معتقدم مردم ذاتاً خوب هستند و می توان به آن ها اعتماد کرد.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۴. من احساس می کنم نسبت به آن هایی که دوست دارم عصبانی نمی شوم.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۵. آنچه من انجام می دهم باید همیشه مورد تایید دیگران قرار گیرد.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۶. من ناتوانی ها و ضعف های خود را نمی پذیرم.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۷. من می توانم مردم را دوست داشته باشم(مثل مردم باشم) بدون آن که آن ها را تایید کنم.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۸. من از شکست می ترسم.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۹. من از کوشش برای تجزیه و تحلیل مسائل پیچیده اجتناب می کنم.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۱۰. بهتر است برای خودت باشی تا برای مردم.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۱۱. هیچ ماموریتی در زندگی به من داده نشده که خود را وقف [آن] کنم.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۱۲. من می توانم احساساتم را بیان کنم حتی وقتی که ممکن است آن ها پیامد ناخوشایندی داشته باشند.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۱۳. من احساس نمی کنم مسؤول باشم [که] به کسی کمک کنم .
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۱۴. ترس از بی کفایتی مرا آزار می دهد.
۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۱۵. دوستم دارند، چون دوستشان دارم.

برانیگان، گری جی. آزمون روان شناسی : فعالیت های کاربردی یادگیری . ترجمه فریده نبوی آل آقا . انتشارات

امیر کبیر