



چقدر خودتان را می شناسید ؟

شخصیت شناسی

آزمون های مربوط به خودشناسی

سرپرست گروه تألیف : علی دانشور - بایرام اصلانی

گروه تألیف بر اساس حروف الفبا:

مسعود ابراهیمیان ، محمد اصغری عبیری ، علی اصلانی ، ابوالفضل ایرانی ،
مبین بنی اسدیان ، یارسا پیروز ، مهدی تقوی ، علی جیرانی ، علی چاکری ،
طه حسنی ، محسن دهناد ، امیرمهدی رافی ، امیرمحمد رضایی ، نیما زائر ،
میر عرفان سرکارفرشی ، میرحسام صادقی ، مهدی عیدی ، مهدی فلاحتی ،
محمدامین قادری مهر ، حامد قالیچه باف ، شایان قلجلی ، شایان کوشامهر ،
سالار گشایش ، حجت محمدی ، ابوالفضل معبودی ، امیر حسین منفرد ،
سید شایان موسویون ، امین نعمت زاده ، میثم نوزاد ، مهدی نیرومند ،
امیر حسین یحیایی.

فهرست

- ۸ مقدمه
- ۱۲ آزمون ۱: چقدر پشتکار دارید؟
- ۱۵ آزمون ۲: می جنگید یا فرار می کنید؟
- ۱۸ آزمون ۳: تا چه اندازه کم رو هستید؟
- ۲۰ آزمون ۴: خوش بین هستید یا بدبین؟
- ۲۲ آزمون ۵: خودشناسی همگانی
- ۲۵ آزمون ۶: شخصیت خود و اطرافیان را بدانید
- ۲۷ آزمون ۷: اضطراب امتحان
- ۳۰ آزمون ۸: چقدر احساس تنهایی می کنید؟
- ۳۳ آزمون ۹: شخصیت
- ۳۹ آزمون ۱۰: نظر دیگران نسبت به شما
- ۴۶ آزمون ۱۱: در زندگی چقدر استرس دارید؟
- ۵۰ آزمون ۱۲: میزان صداقت
- ۵۵ آزمون ۱۳: میزان محبوبیت شما
- ۵۹ آزمون ۱۴: میزان اجتماعی بودن شما

- آزمون ۱۵: چقدر ریسک‌پذیر هستید؟ ۶۵
- آزمون ۱۶: چقدر خوشبخت هستید؟ ۷۱
- آزمون ۱۷: اضطراب سنجی ۷۴
- آزمون ۱۸: تیپ شخصیتی خود را بدانید ۷۹
- آزمون ۱۹: آیا شونده خوبی هستید؟ ۸۴
- آزمون ۲۰: شاد هستید یا غمگین؟ ۸۷
- آزمون ۲۱: مثبت‌نگر هستید یا منفی‌باف؟ ۹۷
- آزمون ۲۲: احساسات شما چگونه است؟ ۱۰۱
- آزمون ۲۳: برون‌گرا هستید یا درون‌گرا؟ ۱۰۴
- آزمون ۲۴: اعتماد به نفس شما تا چه حدی است؟ ۱۱۵
- آزمون ۲۵: نگرش شما چیست؟ ۱۲۰
- بخش پایانی ۱۲۴
- منابع و مآخذ ۱۲۵

« الَّذِينَ ءَامَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ »

«أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»

« آنها که به خدا ایمان آورده و دلهایشان به یاد خدا آرام گیرد

(مردم) آگاه شوید که تنها با یاد خدا دلها آرام می‌گیرد» (رعد / ۲۸)

مقدمه

زندگی روزمره انسان با دغدغه های بسیاری همراه است. بشر امروزی آنچنان درگیر مسایل مختلف و امور مادی می باشد که از خود غافل می شود. هر چقدر انسان از روحیات و درونیات خود شناخت پیدا کند به همان اندازه می تواند در زندگی عادی خود به موفقیت دست یابد.

همه انسانها دارای استعدادهای بالقوه می باشند و فرد موفق و باهوش آن فردی است که نبوغ و استعدادهای خود را بشناسد و با بهره گیری از امکانات موجود، داشته های درونی خود را شکوفا نموده و به عبارت دیگر بالفعل کند.

« فروید »، روان شناس معروف، روان انسان را به کوه بزرگی تشبیه می کند که بخش بزرگی از آن در اعماق آب غوطه ور است و تنها قله آن از آب بیرون است. به عبارتی، آگاهی ما از افکارمان بسیار اندک است و بخش عظیمی از ادراک ها، تمایلات و آرزوهای عمیق در زیر آستانه آگاهی قرار دارد اما برای رسیدن به آن باید روش های دیگری بلد باشیم. از

روش های مرسوم و معمول در دنیای امروزی بهره‌گیری از مباحث بسیار ارزشمند « روان‌شناسی » می‌باشد.

اهمیت و ضرورت خودشناسی در دین ما نیز بسیار مورد تأکید است تا بدان حدّ که بزرگان دین در فرموده‌های خود از جمله این عبارت مشهور « مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ » این نکته را اذعان می‌کنند که این خودشناسی حقیقی است که منجر به خداشناسی می‌شود.

خداوند متّان را بسیار شاکریم که در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ برای بار دوم این فرصت را به ما داد تا بار دیگر با همکاری دانش‌آموزان عزیز یک اثر ارزشمند دیگر را تحت عنوان کتاب « شخصیت‌شناسی » به اتمام برسانیم.

کتاب مذکور که حاصل فعالیت‌های تحقیقی و پژوهشی دانش‌آموزان دبیرستان دوره اول میثاق می‌باشد، شامل ۲۵ آزمون روان‌شناسی و خودشناسی- که حاصل تحقیقات دانشمندان و بزرگان این علم می‌باشد- است که در زمینه‌های مختلف از جمله نیازهای امروزی افراد بشر به ویژه دانش‌آموزان با موضوعاتی چون: اعتماد به نفس، اضطراب، تیپ‌های شخصیتی، استرس، میزان صداقت، مثبت‌گرا یا منفی‌گرا، برون‌گرا یا درون‌گرا، محبوبیت و ... طراحی شده که با انجام این آزمون‌ها می‌توان روحیات و درونیات خود را شناخت و آن استعداد حقیقی خود را کشف کرد.

با اذعان این مطلب که مجموعه حاضر توسط دانش‌آموزان پایه هفتم و هشتم به ثمر رسیده است؛ قطعاً دارای کم و کاستی‌هایی می‌باشد. از عموم

اهل فن و صاحبان اندیشه و نظر تقاضا داریم تا کاستی‌های این مجموعه را به دیدهٔ اغماض نگریسته و با رهنمودها و ارشادهای خود بر مایه و محتوای آن بیفزایند.

در انجام سخن از همکاری صمیمانهٔ جناب آقای اصلانی و دانش آموزان عزیز و دوست داشتنی خود کمال سپاس را داشته و آرزوی پیروزی و سربلندی اینان را از قادر متعال خواهانم. باشد که با این انگیزه قدم در عرصهٔ نویسندگی گذاشته و مایهٔ افتخار و مباهات گردند.

همچنین از مؤسسهٔ علمی آموزشی جهان اندیشهٔ میثاق و مدیر محترم و توانمند دبیرستان غیردولتی پسرانهٔ میثاق (دورهٔ اول) جناب آقای ابراهیم صدقی که همواره مشوق و حامی ما بوده اند نهایت قدردانی و سپاس را داشته و کمال سپاس و قدردانی خود را از دوست و همکار بسیار صمیمی، معاون آموزشی و پژوهشی جناب آقای ولی راسخ و جنای آقای فضل‌ی معاون محترم فرهنگی و پرورشی و همچنین از زحمات جناب آقای یاسر صفری و جناب آقای ناصر آتش زای و تحمّل‌های جناب آقای حسن میرزایی که تمامی خواسته‌های ما را بی مضایقه فراهم نمودند؛ اعلام می‌نمایم.

برای آن که در مجموعه های بزرگ به هدف برسیم ، باید همه عوامل آن مجموعه همکاری های لازم را داشته باشند ، لذا بنده از تمامی کادر اداری و آموزشی دبیرستان غیردولتی پسرانه میثاق (دوره اول) تشکر و قدردانی نموده و آرزوی توفیقات روز افزون این عزیزان را خواهانم .

امید آن می رود که این مجموعه مورد پسند مطالعه کنندگان آن قرار گیرد و گامی مؤثر در جهت رشد و شکوفایی فرهنگ و ادب باشد .

شما سربلند و پیروز هستید

بهار ۱۳۹۴

علی دانشور