

اختبار تحديد القيم الشخصية

تعليمات: اقرأ كل سؤال واختر الإجابة التي تعكس أولوياتك ومعتقداتك.

• ما هو الأهم بالنسبة لك عند اتخاذ قرارات كبيرة في الحياة؟

- (a) النزاهة والصدق.
- (b) النجاح والإنجاز.
- (c) الحرية الشخصية.
- (d) الانسجام مع الآخرين.

• عندما تختار بين وظيفتين، أي عامل يكون حاسمًا بالنسبة لك؟

- (a) العمل بما يتوافق مع قيمتي الأخلاقية.
- (b) تحقيق النمو المهني والمكافآت المالية.
- (c) الحصول على مرونة واستقلالية.
- (d) الانضمام إلى فريق يدعم بعضه البعض.

• إذا كنت تقيم علاقة صداقة، ما الصفة الأكثر أهمية؟

- (a) الصدق والشفافية.
- (b) التحفيز والدعم.
- (c) احترام الخصوصية والاستقلالية.
- (d) الولاء والالتزام.

• ما الذي يمنحك الشعور بأكبر قدر من الرضا؟

- (a) الالتزام بقيمي حتى في الأوقات الصعبة.
- (b) تحقيق أهدافي الشخصية والمهنية.
- (c) العيش وفقًا لأسلوبي الخاص.
- (d) بناء علاقات قوية وداعمة.

• عندما تواجه تعارضًا مع الآخرين:

- (a) أتمسك بمبادئي مهما كانت العواقب.
- (b) أبحث عن حل يضمن تحقيق الأهداف.
- (c) أختار الحل الذي يضمن حريتي الشخصية.
- (d) أحاول الحفاظ على السلام والتوافق.

• عند التفكير في مستقبلك:

- (a) أريد أن أعيش حياة تتمحور حول القيم والمبادئ.
- (b) أرغب في النجاح وتحقيق الإنجازات.

(c) أبحث عن الاستقلالية وحرية اتخاذ القرار.
(d) أسعى إلى حياة مليئة بالعلاقات القوية.

• ما الذي يحفزك على العمل بجد؟

- (a) السعي لتحقيق العدالة والنزاهة.
- (b) الرغبة في تحقيق التقدم والإنجاز.
- (c) التمتع بحرية الاختيار.
- (d) تحقيق الأمان العاطفي والاجتماعي.

• كيف تختار أهدافك؟

- (a) بناءً على مدى توافقها مع قيمى الأساسية.
- (b) بناءً على ما يمكنني تحقيقه من نجاح.
- (c) بناءً على ما يمنحني الحرية.
- (d) بناءً على ما يعزز علاقاتي.

• عندما تواجه تحديًا أخلاقيًا:

- (a) ألتزم بما أعتقد أنه صواب.
- (b) أبحث عن حلول عملية تحقق فائدة ملموسة.
- (c) أحافظ على استقلاليتي في اتخاذ القرار.
- (d) أوازن بين المبادئ وعلاقات الآخرين.

• ما هو المصدر الرئيسي للإلهام في حياتك؟

- (a) الالتزام بالمبادئ الأخلاقية.
- (b) تحقيق النجاح والإنجاز.
- (c) الحرية الشخصية.
- (d) العلاقات الإيجابية

التقييم

امنح نفسك 4 نقاط لكل إجابة (a)، و3 نقاط لكل إجابة (b)، و2 نقطة لكل إجابة (c)، و1 نقطة لكل إجابة (d).

تحليل النتائج:

- 30-40 نقطة: لديك قيم واضحة وثابتة توجه تصرفاتك وقراراتك بشكل قوي.
- 20-29 نقطة: تظهر توازنًا جيدًا بين قيم مختلفة، ولكن قد تحتاج إلى المزيد من التأمل في أولوياتك.
- 10-19 نقطة: تحتاج إلى إعادة التفكير في ما يحفزك حقًا لتحديد قيمك الجوهرية بوضوح.
- أقل من 10 نقاط: قد يكون من المفيد أن تعمل على اكتشاف قيمك الشخصية وتطوير إحساس أقوى بالهدف.

توصيات

- قم بكتابة قائمة بالقيم التي تهتمك وراجعها بانتظام.
- اتخذ قراراتك بناءً على القيم التي تؤمن بها.

- مارس أنشطة التأمل والتفكير لتوضيح أولوياتك وقيمك.

تحياتي / أبرار الناصر

abrar_alnaser