

# 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 حاسماً بالنسبة لك؟

- (a) العمل بما يتوافق مع قيمي 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 وفقاً 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 حرريتي الشخصية.
- (d) أحاول الحفاظ على السلام والتوفيق.

## • 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 قيمي الأساسية.
- b) بناءً على ما يمكنني تحقيقه من نجاح.
- c) بناءً على ما يمنعني الحرية.
- d) بناءً على ما يعزز علاقاتي.

### • عندما تواجه تحدياً أخلاقياً:

- a) ألتزم بما أعتقد أنه صواب.
- b) أبحث عن حلول عملية تتحقق 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 توازناً جيداً بين قيم مختلفة، ولكن قد تحتاج إلى المزيد من التأمل في أولوياتك.
- 10-19 نقطة: تحتاج إلى إعادة التفكير في ما يحفزك حقاً 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 تهمك وراجعها بانتظام.
- اتخذ قراراتك بناءً على القيم التي تؤمن بها.

• مارس أنشطة التأمل والتفكير لتوضيح أولوياتك وقيمك.

---

تحياتي / أبرار الناصر

abrar\_alnaser