

بين يدك إستبيان يهدف إلى تحديد إمتلاك الفرد لسمة الثقة بالنفس ، و هي مكونة من 22 عبارة
يقابلها ثلاثة إختيارات و هي (دائما - أحيانا - نادرا) و ما عليك سوى إختيار إجابة واحدة منها
هي ما تشعر بأنها تنطبق عليك بوضع علامة صح وحيدة فقط .

إقرأ كل عبارة في الصفحة المقابلة بعناية ، و عليك الإجابة بصراحة بوضع علامة صح تحت أحد
الإختيارات

لا توجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة كل الإجابات صحيحة هي التي تنطبق عليك بصدق
أرجو أن تكون إجابتك صريحة و صادقة علما بأن المعلومات سرية للغاية ولا تستخدم إلا لغرض
البحث العلمي

الإسم و اللقب :

السن : المستوى الدراسي :

م	العبرة	دائما	أحيانا	نادرا
01	أتحدث بطلاقة أمام الآخرين			
02	أجد صعوبة في التعبير عما بداخلي			
03	يهتز صوتي إذا تحدثت امام مجموعة من الأفراد			
04	أنسي بعض الكلمات أثناء إلقاءي امام الآخرين			
05	أشعر بالارتياح في الأماكن العامة			
06	أشعر بضيق في التنفس إذا تحدثت امام الآخرين			
07	لا أحب المشاركة في أي موضوع في وجود الآخرين			
08	أحب المشاركة في الأنشطة الاجتماعية			
09	ارتبك عند التحدث امام مجموعة من الأفراد			
10	لا أحب الاختلاط بالآخرين			
11	أقبل نقد الآخرين دون حساسية او غضب			
12	أتصعب عرقا أثناء حديثي امام الآخرين			
13	أحب التعرف على أصدقاء جدد			
14	الآخرين أكثر تفوقا مني			
15	أحب المشاركة في الرحلات المدرسية			
16	أخشى الفشل في الحياة			
17	لا أنتازل عن حقوقي وادافع عنها			
18	أوافق زملائي دون تردد في كل الأمور			
19	اعتمد على الآخرين في حل مشكلاتي			
20	لا أجد صعوبة في مواجهة أي مشكلة تواجهني			
21	اختر أصدقائي بعد موافقة والدي والآخرين			
22	أتمسك برأي الذي اتخذه ولا أغيره			

للمزيد من المعلومات حول مقياس الثقة بالنفس يرجى زيارة هذا الرابط

<https://www.psyco-dz.info/2019/09/Self-confidence-test-arabic.html>