

تست آنلاین اعتماد به نفس

۱- نسبت به دیگران پایین تر هستم؟

- خیر •
- شاید •
- بله •



۲- فرد با ارزشی هستم؟

- خیر •
- شاید •
- بله •

۳- نسبت به انتقاد حساس هستم؟

- خیر •
- شاید •
- بله •

۴- اکثر اوقات احساس شکست می کنم؟

- خیر •
- شاید •
- بله •

۵- گاهی نسبت به خودم احساس خوبی دارم؟

- خیر •
- شاید •
- بله •

۶- من خودم را دوست دارم هر چند دیگران مرا قبول نکنند؟

- خیر •
- شاید •
- بله •

۷- بدون توجه به نظر دیگران من عاشق خودم هستم؟

خیر •

شاید •

بله •

۸- از شخصیت خودم راضی هستم؟

خیر •

شاید •

بله •

۹- بدون توجه به تایید دیگران نسبت به خودم احساس خوبی دارم؟

خیر •

شاید •

بله •