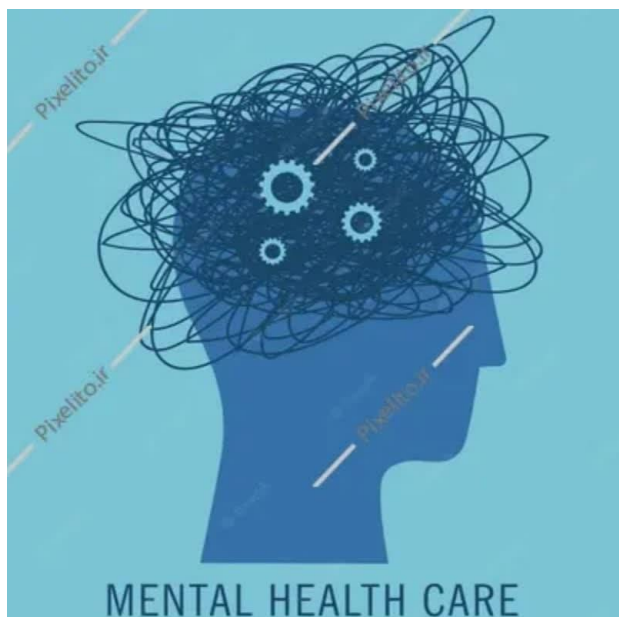


## پرسش نامه عزت نفس



۱- معتقدم که انسان با ارزشی هستم؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۲- چند خصوصیت خوب دارم؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۳- همانند اکثر مردم می توانم کارها را انجام دهم؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۴- نسبت به خودم مثبت می اندیشم؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۵- در کل از خودم راضی هستم؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۶- فکر می‌کنم خصوصیات زیادی ندارم که به آن‌ها افتخار کنم؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۷- در کل فکر می‌کنم که شکست خورده‌ام؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۸- آرزوی من این است که بتوانم احترام بیشتری برای خودم قائل شوم؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۹- برخی اوقات فکر می‌کنم که مفید نیستم؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •

۱۰- گاهی احساس می‌کنم که توانایی خود را برای انجام کارها از دست داده‌ام؟

- کاملاً مخالفم •
- مخالفم •
- موافقم •
- کاملاً موافقم •