

ضع دائرة حول الفقرة التي توافق عليها بشكل اكثر

الرقم	الفقرة	موافق بقوة	موافق بدرجة بسيطة	بين موافق وعدمها	غير موافق بدرجة بسيطة	موافق بشدة
-1	في المجمل انا راض حول نفسي					
-2	اعتقد احيانا انني جيد في كل شيء					
-3	اشعر بانني لدي عدد من الامور ذات النوعية الجيدة					
-4	قادر على ان اعمل اشياء جيدة كما معظم الناس					
-5	اشعر بانه ليس لدي شيء الكثير لاخلج منه					
-6	بالتاكيد اشعر بعدم الفائدة في بعض الاحيان					
-7	اشعر بانني شخص له قيمة او على الاقل مساو لمستوى الاخرين					
-8	ارغب ان امتلك احترام اكثر مع نفسي					
-9	بشكل عام , اميل الى الشعور بانني فاشل					
-10	لدي اتجاه ايجابي تجاه نفسي					

مرجع المقياس

دكتور احمد ابو سعد , دليل المقاييس و الاختبارات النفسية و التربوية , مركز دبيونو
لتعليم و التفكير , الجزء الاول , عمان (الاردن) , 2011 , صفحة 44-45

اعادة التعديل

فريق عمل موقع LA PSYCHOLOGIE –DZ