

آزمون خودشناسی مبتنی بر اصل توحید در مقابل خودبینی

این آزمون وسیله ای عینی است، که برای اندازه گیری نمونه ای از رفتار یا خصایص اعضای خانواده به کار می رود.

مراد از عینی آن است که روش اجرا، نمره دادن، تعبیر و تفسیر آزمون بر اساس قواعدی معین و مشخص صورت می گیرد و از قضاوت و نظر اشخاص بی تأثیر است.

دستورالعمل تکمیل دفترچه آزمون

پاسخگوی گرامی ضمن تبریک به تصمیم شما برای یافتن جایگاه واقعی خود در زندگی و حرکت در مسیر خودشناسی مبتنی بر اصل توحید در مقابل خودبینی

این دفترچه حاوی مجموعه عبارات دو سویه است که جایگاه واقعی شما را در عرصه های مختلف زندگی مشخص نموده و شاخص خوبی برای برنامه ریزی و تصمیمات آینده شماست. که باید یکی از دو سو را انتخاب و به خود یا دیگران نمره دهید.

در تهیه و تنظیم این دفترچه سعی شده است از معتبرترین و در دسترس ترین منابع دینی و علمی استفاده شود.

تذکرات:

۱. برای پاسخگویی به این آزمون هیچ محدودیت زمانی و مکانی وجود ندارد.
۲. هر یک از موارد را مطالعه فرمایید و خود را براساس یک مقیاس ۹ درجه ای ارزیابی کنید. نمره ۹ در سمت راست یعنی شما ویژگی سمت راست را کاملاً به شکل بارز دارید و نمره ۹ در سمت چپ یعنی شما ویژگی سمت چپ را کاملاً به شکل بارز دارید و نمره ۰ (صفر) یعنی شما هیچ کدام از این ویژگی ها را ندارید.
۳. بهتر است برای خودسنجی دقیق تر به ازای هر امتیاز مثبت یا منفی، مصادیق عینی یا تعریف عملیاتی آن را در نظر گرفته و نمونه هایی را بنویسید. مثلاً اگر به خودتان نمره ۹ می دهید، بیان ۹ مثال و مصداق عینی، اعتبار بیشتری به نمره شما می دهد.
۴. نمره گذاری در دو مرحله انجام می شود. ابتدا جهت (سوی) گرایش و موقعیت خود یا دیگری را از نقطه صفر به سمت راست یا چپ مشخص نموده سپس درجه مورد نظرتان را از ۱ تا ۹ داخل دایره \bigcirc (برای خانمها) یا مربع \square (برای آقایان) یا مثلث \triangle (برای فرزندان) قرار دهید.
۵. توجه داشته باشید که شما نمی توانید همزمان در هر دوسوی مرز صفر باشید بلکه اگر نمره شما چند درجه ای به سمت مخالف گرایش دارد به همان میزان می توانید درجات سوی دیگر را کاهش دهید.
۶. سعی کنید از نمره صفر (تردید دارم) استفاده نکنید. مگر در مواردی که اطلاعات کافی ندارید و یا مفهوم آن را متوجه نمی شوید.
۷. سعی کنید ارزیابی خود و خانواده را سطح به سطح و گام به گام انجام داده و عجله نکنید.
۸. برای رسیدن به رشد و تعالی بیشتر، بهتر است از اعضای خانواده بخواهید تا از دید خودشان شما را ارزیابی نمایند. سپس نتایج را با نمره خودتان جمع نموده و معدل آن را به عنوان نمره واقعی خود محاسبه نمایید.
۹. اگر همه اعضای خانواده از یک دفترچه برای امتیاز دادن استفاده می کنند، بهتر است از رنگهای متفاوت استفاده نمایند.

درجات ۱-۹ را می‌توانید به شرح جدول زیر محاسبه نمایید.

نمره	درجه	شرح
۱	نگرش:	نگاه و توجه فرد به آن سو بیشتر از سوی دیگر است.
۲	گرایش:	فرد میل به آن سو داشته و آن را تأیید می‌کند و حرکتش به آن سو بیشتر از سوی دیگر است.
۳	روش:	سبک و روش زندگی فرد به آن سو شبیه‌تر است. رفتارش بیشتر نمایانگر آن سو می‌باشد.
۴	متابعت:	فرد تابع و پیرو رهبرانی است که او را به آن سو راهنمایی می‌کنند.
۵	مواظبت:	فرد مراقبت از خود را در گرو آن سو می‌بیند. و حتی الامکان در کلاسهای آموزشی مرتبط به آن شرکت می‌کند.
۶	مداومت:	فرد اصرار بر حرکت در آن سو را دارد. و تحت تأثیر محیط از آن بر نمی‌گردد.
۷	حق جویی:	فرد حق خود را در آن سو جستجو می‌کند. و روزانه در پی جستجوی آن است.
۸	حق گویی:	فرد دیگران را به حرکت در آن سو تشویق و توصیه می‌کند.
۹	حق پویی:	فرد حرکت در آن سو را حق خود می‌داند و برای رسیدن به آن تلاش می‌کند. و لحظه‌ای از آن غافل نمی‌شود.

جدول مشخصات اعضای خانواده (مشارکت‌کننده در تکمیل این آزمون)

ردیف	نام و نام خانوادگی	نسبت خانوادگی	سن	تحصیلات	رشته تحصیلی	شغل	شماره تماس
۱							
۲							
۳							
۴							
۵							
۶							
۷							
۸							
۹							

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ لَا تَضُرُّوهُم مِّنْ ضَلِّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ «مانده: ۱۰۵»
 ای کسانی که ایمان آورده‌اید! بر شما باد (حفظ) خودتان. چون شما هدایت یافْتید، آن که گمراه شد زبانی به شما نمی‌رساند. بازگشت همه‌ی شما به سوی خداست، و او شمارا به آنچه می‌کردید، آگاه می‌سازد.

پیام‌های آیه ۱۰۵ مانده

«در راه حق، از تنهایی نترسیم. «عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ لَا تَضُرُّكُمْ» ۱-

... اگر حریف دیگران نمی‌شویم، حریف نفس خود باشیم. «عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ» ۲-

... انحراف جامعه، مجوز گناه کردن افراد نیست. «عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ لَا تَضُرُّكُمْ» ۳-

«در قیامت، هر کس مسئول کار خویش است. «عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ» ۴-

«در پی کشف و افشای عیوب دیگران نباشیم. «عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ» ۵-

«اهل ایمان بر رفتار و کردار ناروای گمراهان و عقائد باطل آنان مؤاخذه نخواهند شد. «عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ» ۶-

«در راه نجات دیگران، خودتان غرق نشوید. «عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ لَا تَضُرُّكُمْ» ۷-

«چنان باید تربیت شویم که فساد محیط و جامعه در ما تأثیر نگذارد. «لَا تَضُرُّكُمْ» ۸-

«روحیه‌ی خود را به خاطر انحراف دیگران از دست ندهیم. «عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ لَا تَضُرُّكُمْ مِّنْ ضَلِّ» ۹-

۱۰- گرچه منحرفان در کمین هستند، اما راه مصونیت یافتن، هدایت‌پذیری است. «لَا تَضُرُّكُمْ مِّنْ ضَلِّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ».

(تفسیر نور، ج ۲، ص: ۳۸۵)

گام ۱/۱	موانع شکوفایی استعدادها	استعدادهای معنوی (اصیل)										گام ۱/۱										
		نیش از حد	خیلی زیاد	زیاد	نیش از متوسط	متوسط	کمتر از متوسط	ناخوردنی	کم	خیلی کم	نودند نام		خیلی کم	کم	ناخوردنی	کمتر از متوسط	متوسط	نیش از متوسط	زیاد	خیلی زیاد	نیش از حد	
۱	انرژی پذیری منفی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	انرژی پذیری مثبت	۱
۲	شیطنت و حيله گری	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	فرشته خویی و فطرت	۲
۳	ضعف در انتخاب	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	قدرت انتخاب	۳
۴	مسئولیت گریزی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	مسئولیت پذیری	۴
۵	بی وجدانی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	وجدان	۵
۶	انجماد فکری	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	ابتکار، خلاقیت	۶
۷	تعارضات درونی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	ظرفیت های درونی	۷
۸	ایستایی و درجا زدن	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	بی نهایت طلبی	۸
۹	تغییر ناپذیری	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	تغییر پذیری	۹
۱۰	لفظی و ظاهر بینی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	معنا بخشی	۱۰
۱۱	تقابل تضادها	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	ترکیب تضادها	۱۱
۱۲	بی تفاوتی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	اثر گذاری	۱۲
۱۳	طغیان	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	بندگی	۱۳
۱۴	غریزه و شهوت	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	عقلانیت	۱۴
۱۵	گستاخی و لجابت	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	توبه و جهش درونی	۱۵
جمع																					جمع	

گام ۲/۱	موانع شکوفایی استعدادها	استعدادهای مادی (کمکی)										گام ۲/۱										
		نیش از حد	خیلی زیاد	زیاد	نیش از متوسط	متوسط	کمتر از متوسط	ناخوردنی	کم	خیلی کم	نودند نام		خیلی کم	کم	ناخوردنی	کمتر از متوسط	متوسط	نیش از متوسط	زیاد	خیلی زیاد	نیش از حد	
۱	غیر کاربردی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	کاربردی (بهره از امکانات موجود)	۱
۲	عینی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	انتزاعی (حل ذهنی مسائل)	۲
۳	عملیاتی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	فضایی (طراحی چندبعدی)	۳
۴	غیر هنری	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	هنری	۴
۵	عدم تحرک	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	بدنی - حرکتی، ورزشی	۵
۶	غیر اقتصادی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	اقتصادی	۶
۷	مشکل در تکلم و بیان	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	زبانی یا کلامی و فن بیان	۷
۸	غیر اجتماعی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	اجتماعی	۸
۹	ضعف در ریاضی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	ریاضی (عددی)	۹
۱۰	نا توانی عملی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	مکانیکی (کار با ابزار)	۱۰
۱۱	عدم تخیل	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	تخیل (قصه، شعر، نقاشی و...)	۱۱
۱۲	عدم مهارت موسیقی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	موسیقی و صدا	۱۲
۱۳	غیر فلسفی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	منطق و فلسفه (به دنبال چرایی)	۱۳
۱۴	حس ششم ضعیف	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	پیش بینی (حس ششم)	۱۴
۱۵	تفکر سطحی	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	تفکر عمیق (ریشه یابی مسائل)	۱۵
جمع																					جمع	

