

آزمون نیازهای گلاسر

در پرسشنامه پیش رو شرکت کننده در پنج حوزه **نیاز به بقا، عشق و تعلق خاطر، قدرت و خودشکوفایی، آزادی و تفریح** (با توصیفات عمومی آنها که در انتهای همین آزمون تشریح می‌شود) خود را مورد سنجش و ارزیابی قرار می‌دهد. برای شرکت در این آزمون لطفاً عبارات زیر را به دقت بخوانید و میزان وجود هر یک از نیازهای فهرست شده را از بسیار کم تا بسیار زیاد در خود درجه بندی نمایید. هر عبارت در خصوص مقدار و میزان وجود یک گرایش یا نیاز در شما سوال می‌کند. وجود هر نیاز یا خواسته درونی را بر اساس مقیاس ۵ نمره ای درجه بندی کنید.

لطفاً مشخصات خود را وارد نمایید.

نام و نام خانوادگی: سن: تحصیلات: وضعیت تاهل:

نیاز به بقا						
۱	مسائلی مثل پس انداز، مخارج زندگی، مسکن، آینده شغلی و... تا چه اندازه ذهن شما را به خود مشغول میدارد؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲	تا چه اندازه به سلامت جسمانی، بهداشت و احتمال ابتلا به بیماری فکر می‌کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۳	شدت میل جنسی خود را چگونه ارزیابی می‌کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۴	در انجام کارها و اقدامات مخاطره‌آمیز تا چه اندازه محتاطانه عمل می‌کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۵	از روبرویی با تجارب جدید و شروع راه های ناشناخته تا چه اندازه اجتناب می‌کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۶	از نظر دوستان و همکاران خود تا چه اندازه محتاطانه عمل می‌کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۷	تا چه اندازه امنیت شغلی و داشتن شغل و درآمد ثابت برایتان اهمیت دارد؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱

عشق و تعلق خاطر						
۸	احساس می کنید به چه میزان عشق، صمیمیت و مهرورزی نیاز دارید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۹	تا چه اندازه رفاه و سعادت انسان های دیگر برایتان مهم است؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۰	چه مقدار نیاز دارید که دیگران شما را پذیرفته و دوستان بدانند؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۱	چه مقدار نیاز دارید که دیگران شما را مورد لطف، مهر و محبت قرار داده و شما نیز متقابلاً به آنها محبت کنید و به آنها احساس تعلق خاطر نمایید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۲	چه اندازه دوست دارید که با دیگران رابطه داشته باشید و در مجالس، مراسم و فعالیتهای گروهی شرکت کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۳	از نظر دوستان و همکاران خود تا چه اندازه گرم، صمیمی، دلسوز و مهربان هستید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۴	داشتن رابطه خوب با عزیزان و اطرافیان تا چه اندازه برایتان مهم است و برای آن وقت و انرژی می گذارید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱

نیاز به آزادی						
۱۵	تا چه اندازه نیاز دارید که تمام چیزهایی را که انجام می دهید خودتان انتخاب کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۶	تا چه میزان اعتقاد دارید که هیچکس نباید به شما بگوید که چگونه زندگی خود را اداره کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۷	تا چه میزان تمایل دارید آنچه را می خواهید بدون توجه به دخالتها و فشارهای همسر/ شریکتان حتماً به انجام برسانید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۸	تا چه میزان اصرار دارید در تصمیم گیریهای بزرگ و کوچک زندگی استقلال رای داشته باشید و بر وفق مراد خود عمل کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۱۹	تا چه اندازه نیاز دارید که زمان هایی را برای خودتان در اختیار داشته باشید که هرگونه دلتان می خواهد از آن استفاده کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲۰	تا چه میزان تمایل دارید که به مکان های جدید سفر کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲۱	تا چه میزان به دنبال تغییر و چیزهای نو هستید و از محیط های کاری ثابت و یکسان احساس کسالت می کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱

نیاز به قدرت و خودشکوفایی

۲۲	تا چه اندازه تلاش می کنید در زمینه کار خود به عنوان یک فرد توانمند و با لیاقت خود را نشان داده و شناخته شوید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲۳	تا چه اندازه دوست دارید که به دیگران دستور بدهید؟ فرمان بدهید تا که فرمان ببرید	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲۴	فکر می کنید تا چه اندازه اهل پیشرفت و رقابت هستید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲۵	تا چه اندازه دوست دارید که دیگران (اعم از فرزند، همسر یا دوستانتان) به حرف شما گوش دهند و از آن پیروی کنند؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲۶	تا چه اندازه برای اثبات درستی ایده، فکر یا راهتان تلاش می کنید و اصرار دارید که دیگران را متقاعد کنید که آن را قبول کنند؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲۷	تا چه اندازه دغدغه رشد و پیشرفت داری و در زندگی شخصی و حرفه‌ای تان به دنبال شکوفایی توانمندی‌های خود هستید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۲۸	تا چه اندازه زمان تان را صرف یادگیری چیزهای جدید در زمینه‌های مختلف می کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱

نیاز به تفریح

۲۹	چقدر به شوخی، مزاح و لطیفه گویی نیازمندید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۳۰	تا چه میزان به اوقات فراغت و سرگرمی‌های مخصوص به خودتان نیاز دارید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۳۱	میزان شوخ طبعی و خوش مشربی خود را چگونه ارزیابی می کنید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۳۲	تا چه میزان احساس می کنید که نیاز دارید به کارهای غیرجدی و غیر رسمی (دوچرخه سواری، ماهی گیری، تماشای فیلم) و دیگر سرگرمی‌های لذت بخش بپردازید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۳۳	تا چه اندازه به دنبال اوقات سرگرم کننده و موقعیت های شادی بخش (جشن ها، مهمانی ها، مراسم سرگرم کننده و بازی و ...) هستید؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۳۴	خندیدن و خنداندن تا چه میزان در زندگی شما مهم است؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱
۳۵	از نظر شما تفریح، بازی و شادی کردن تا چه اندازه جزء مهمی از زندگی محسوب می شود؟	بسیار زیاد ۵	زیاد ۴	متوسط ۳	کم ۲	بسیار کم ۱