



استمارة: الثقة بالنفس

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة أم القرى
كلية التربية
قسم علم نفس

مقياس الثقة بالنفس

الصورة النهائية

اعداد الباحث

صالح بن يحيى الغامدي

1430هـ/2009م



استمارة: الثقة بالنفس

بسم الله الرحمن الرحيم

احي الطالب

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد:

بين يديك استبانة تهدف الى تحديد درجة امتلاك الفرد لسمة الثقة بالنفس، وهي مكونة من (25) عبارة يقابلها 3 اختيارات (دائما، احيانا، نادرا) وما عليك سوى اختيار اجابة واحدة منها هي ما تشعر بانها تنطبق عليك وذلك بوضع علامة (صح) ووحيدة فقط.

التعليمات

- 1- ارجو تعبئة بياناتك المطلوبة اسفل الورقة.
 - 2- اقلب الصفحة عند الطلب منك.
 - 3- اقرء كل عبارة في الصفحة المقابلة بعناية وعليك الاجابة بصراحة وذلك بوضع علامة (صح) تحت احد الخيارات بحسب ما ينطبق عليك تماما.
 - 4- لا توجد اجابة صحيحة واخرلا خاطئة كل الاجابات صحيحة واحداها هي التي تنطبق عليك بصدق.
- ((ارجو ان تكون اجابتك صريحة وصادقة علما بان المعلومات سرية للغاية ولا تستخدم الا لاغراض الدراسة الحالية فقط.))

مع خالص الشكر والتقدير



بيانات التلميذ:

	الاسم
	السن
	المدرسة
	الصف الدراسي



م	العبارة	دائما	احيانا	نادرا
1	اتحدث بطلاقة امام الاخرين.			
2	اجد صعوبة في التعبير عما بداخلي.			
3	يهتز صوتي اذا تحدثت امام مجموعة من الافراد.			
4	انسى بعض الكلمات اثناء القائي امام الاخرين.			
5	اشعر بالارتياح في الاماكن العامة .			
6	اشعر بضيق في التنفس اذا تحدثت امام الاخرين.			
7	لا احب المشاركة في أي موضوع بوجود الاخرين.			
8	لا احب المشاركة في الانشطة الاجتماعية.			
9	ارتبك عند التحدث امام مجموعة من الافراد.			
10	لا احب الاختلاط بالاخرين.			
11	اتقبل نقد الاخرين دون حساسية او غضب.			
12	اتصعب عرفا اثناء حديثي امام الاخرين .			
13	احب التعرف على الاصدقاء جدد.			
14	الاخرين اكثر تفوقا مني.			
15	احب المشاركة في الرحلات المدرسية.			
16	اخشى الفشل في الحياة.			
17	لا اتنازل عن حقوقي وادافع عنها.			
18	اعتمد على الاخرين في حل مشاكلي.			
19	اوافق زملائي دون تردد في كل الامور.			
20	لا اجد صعوبة في مواجهة أي مشكلة تواجهني.			
21	اختار اصدقائي بعد موافقة والداي والاخرين.			
22	اتمسك برأي الذي اتخذه ولا اغيره			