



استبيان التعاطف *

ضع دائرة حول مدى انطباق كل عبارة من العبارات أدناه عليك. لا تترك أي عبارة دون إجابة:

رقم البند	البند	لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق	لا	لحد ما	موافق بشدة	موافق
١	أراعي مشاعر الآخرين عند اتخاذ قرار يخصهم.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
٢	يرتاح أصدقائي بسرد مشاكلهم الخاصة لي.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
٣	أعتقد أنني مستمع جيد للآخرين.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
٤	الاستماع لهموم ومشاكل الآخرين مضيعة للوقت.	٥	٤	٣	٢	١	١	٢
٥	أستطيع أن أفهم نفسية الشخص الذي أمامي من خلال تعابير وجهه	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
٦	عندما أفكر في ردود أفعال الآخرين حول قضية ما فإنني أحاول أن أضع نفسي في موقعهم وأنظر من زاويتهم.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
٧	أتلطف وأداري كثيراً عند حديثي مع الآخرين خشية أن أجرحهم.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
٨	أعتقد أن الآخرين يحبون التحدث معي في أمورهم الخاصة.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
٩	أحياناً لا أستطيع النوم عند مشاهدة مناظر مؤلمة في التلفزيون.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
١٠	أحرص على المشاركة في عزاء من أعرفهم.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
١١	أفهم بسرعة ما بين السطور.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
١٢	أشجع الآخرين على الحديث عن أنفسهم.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
١٣	أشعر بالضيق عندما أحس بأنني أسأت لشخص ما.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
١٤	أحرص على إعطاء صدقة للفقراء كلما أتاحت لي الفرصة.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤
١٥	لا أتردد في مساعدة شخص يحتاج لمساعدتي.	١	٢	٣	٤	٥	٥	٤

لمعرفة النتيجة، اجمع الأرقام التي تم وضع دائرة حولها.

درجة منخفضة	بين ١٥ و ٥٣
درجة متوسطة	بين ٥٤ و ٦٧
درجة عالية	بين ٦٨ و ٧٥

كلما ارتفعت الدرجة كلما زاد اهتمامك وتعاطفك مع الآخرين. يفضل أن تكون درجتك أعلى من المتوسط (أي أعلى من ٦٠).