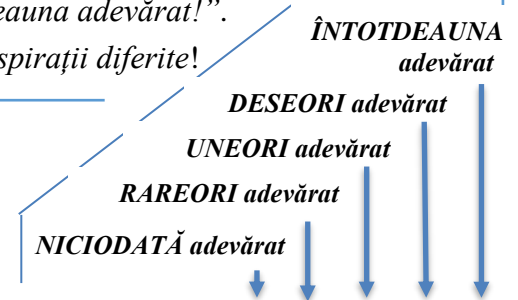


BRI

Mai jos aveți diferite afirmații pe care oamenii le fac despre ei înșiși, afirmații despre **realism, autocunoaștere și sinceritate**. Vă rugăm să analizați fiecare afirmație și să decideți **măsura în care sunteți de acord** cu ea, marcând cu un "X" o opțiune, de la „*Niciodată adevărat*” până la „*Întotdeauna adevărat!*”.

Nu există răspunsuri bune sau rele, corecte sau greșite ci doar opinii și aspirații diferite!



| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| 1. Am tendința de a vedea ceea ce este mai bun în oameni. | | | | | |
| 2. Mă plictisesc sau mă indispun oamenii simpli, fără multă educație. | | | | | |
| 3. Prefer mai degrabă să îi înțeleg decât să îi conving pe ceilalți. | | | | | |
| 4. Pot spune că sunt un om fericit. | | | | | |
| 5. De regulă, devin absorbit(ă) de ceea ce fac, uitând de toate. | | | | | |
| 6. Simt că primesc ajutor și sprijin de la alții, atunci când am nevoie. | | | | | |
| 7. Cred că duc o viață cu scop și plină de sens. | | | | | |
| 8. Simt că nu fac progrese către atingerea obiectivelor mele. | | | | | |
| 9. Îmi este greu să înțeleg de ce anumite lucruri îi supără atât de mult pe unii oameni. | | | | | |
| 10. Simt afecțiune și îngrijorare pentru oamenii mai puțin norocoși decât mine. | | | | | |
| 11. A fi voluntar și a ajuta pe alții, îmi aduce bucurie și satisfacții. | | | | | |
| 12. Tind să am încredere că alți oameni se vor comporta corect cu mine. | | | | | |
| 13. Nu am tendința de a-i admira pe ceilalți. | | | | | |
| 14. Mă concentrez pe ceea ce vreau eu de la ceilalți și nu pe ce și-ar dori ei de la mine. | | | | | |
| 15. Am o atitudine pozitiv(ă) în cea mai mare parte a timpului. | | | | | |
| 16. Mă simt entuziasmat(ă) și interesat(ă) de multe lucruri. | | | | | |
| 17. Mă simt/ m-am simțit iubit(ă) | | | | | |
| 18. Ceea ce fac eu în viața mea, este valoros și merită. | | | | | |
| 19. Constat că mi-am atins multe dintre obiectivele pe care mi le-am propus. | | | | | |
| 20. Când cineva se simte „la pământ”, înțeleg cum se simte. | | | | | |
| 21. Inima mea este alături de oamenii nefericiți. | | | | | |
| 22. Nu-mi place să fiu voluntar și să dau indicații unor străini care nu știu ce să facă. | | | | | |
| 23. Cred că oamenii sunt buni, în cea mai mare parte a lor. | | | | | |
| 24. Am tendința de a-mi manifesta verbal aprecierea pentru reușitele celorlalți. | | | | | |
| 25. Nu mă simt confortabil dacă manipulez oamenii, să îi facă ceea ce vreau eu. | | | | | |
| 26. Sunt mulțumit(ă) de ceea ce sunt. | | | | | |
| 27. Pierd noțiunea timpului atunci când fac ceva care îmi place. | | | | | |
| 28. Nu sunt mulțumit(ă) de relațiile mele cu ceilalți. | | | | | |
| 29. În general, cred că am un drum al meu, o cale numai a mea. | | | | | |
| 30. Fac față cu succes responsabilităților zilnice. | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| 31. Îmi este ușor să mă pun în locul altcuiva. | | | | | |
| 32. M-aș descrie ca fiind o persoană destul de miloasă. | | | | | |
| 33. A oferi celorlalți "o mână de ajutor", mă face să mă simt fericit(ă). | | | | | |
| 34. lert repede oamenii care m-au rănit. | | | | | |
| 35. Tind să-i tratez pe ceilalți ca fiind oameni care merită admirația mea. | | | | | |
| 36. Mă străduiesc să fiu autentic(ă) și sincer(ă), chiar și atunci când am de pierdut. | | | | | |
| 37. Sunt bucuros(oasă) în cele mai multe momente ale zilei. | | | | | |
| 38. Îmi place ceea ce fac din punct de vedere școlar/ profesional. | | | | | |
| 39. Mă simt apropiat(ă) și atașat(ă) de cei din grupul tău de prieteni. | | | | | |
| 40. Ai sentimentul sunt pe drumul cel bun în ceea ce fac. | | | | | |
| 41. Sunt mulțumit(ă) de ceea ce am realizat până acum. | | | | | |
| 42. Îmi este greu să citesc emoțiile oamenilor. | | | | | |
| 43. Când oamenii vorbesc despre problemele lor, constat că nu-mi pasă prea mult. | | | | | |
| 44. A ajuta pe alții "în dificultate" este, de obicei, o pierdere de timp. | | | | | |
| 45. Nu am încredere în oameni și în intențiile lor bune. | | | | | |
| 46. Îmi place să ascult și să apreciez oameni diferiți, din toate categoriile sociale. | | | | | |
| 47. Când le vorbesc celorlalți, rareori mă gândesc la ceea ce vreau eu de la ei | | | | | |
| 48. Mă simt recunoscător(oare) pentru viața pe care o am. | | | | | |
| 49. Aștept cu nerăbdare să reiau, dimineața sau la început de săptămână, multe activitățile mele profesionale. | | | | | |
| 50. Sunt satisfăcută de viața mea socială. | | | | | |
| 51. Cred că am un scop în viață și ceva de oferit ceva lumii. | | | | | |
| 52. Mă simt împlinit(ă), realizat(ă) din punct de vedere personal. | | | | | |
| 53. Îmi dau seama când alții sunt triști, chiar și atunci când nu spun nimic. | | | | | |
| 54. Dacă văd pe cineva trecând printr-o perioadă dificilă, încerc să fiu grijuliu cu ea/ el. | | | | | |
| 55. A ajuta oamenii face mai mult rău decât bine, pentru că ajung să se bazeze mai mult pe alții, decât pe ei înșiși. | | | | | |
| 56. Cei din jurul meu au o influență puternică asupra stării mele de spirit. | | | | | |
| 57. Când cineva este trist, încerc să o/îl consolez. | | | | | |
| 58. Dacă nu fac parte din familia mea, nu este responsabilitatea mea să îi ajut pe bătrâni. | | | | | |
| 59. Nu sunt ușor influențat(ă) de sentimentele și emoțiile altora. | | | | | |
| 60. Când alții se simt tulburați, de obicei las pe altcineva să se ocupe de ei. | | | | | |
| 61. A oferi ajutor celor săraci, este un lucru bun, ceea ce trebuie făcut. | | | | | |
| 62. Dacă cineva apropiat mie este fericit, acesta mă afectează ușor și pe mine. | | | | | |
| 63. Îmi place să fiu acolo, atunci când cineva trece prin momente dificile. | | | | | |
| 64. Copiii ar trebui să fie învățați cât de important este să îi ajuți pe ceilalți. | | | | | |

Vă rugăm completați și tabelul de mai jos!

Vârsta /anul nașterii _____ **Genul:** M F **Ocupația (COR):** _____
Studii finalizate: _____ **email:** _____