

• تست میزان شجاعت



این یک تست خودشناسی است که شما می توانید با پاسخ دادن به سوالات خود را محک زده و بدانید که چقدر جسارت دارید؟

جسارت به معنای پر رویی و گستاخی نیست و حتی به معنی اعتماد به نفس بالا هم نیست! بلکه جسارت به معنی بهترین عملکرد در وضعیت بحرانی است و این رفتار باید به نحوی باشد که انسان متضرر نشود

در اینجا پنج سوال وجود دارد که هر کدام دارای پنج گزینه است و شما دوستان خوبم باید هر یک از سوالات را بر حسب عملکرد خودتان پاسخ دهید و برای هر سوال یک گزینه را انتخاب نمایید:

۱- تصور کنید که در صف ایستگاه اتوبوس هستید، زمانی که اتوبوس می رسد شخصی بدون نوبت، خودش را جلوی شما جا می دهد و می خواهد وارد اتوبوس شود در این جور مواقع شما معمولاً کدام یک از این اقدامات را انجام می دهید(فقط یک مورد)

A- با او برخورد جدی می کنم و معمولاً بسیار عصبانی و ناراحت می شوم.

B- به اونگاه تذکر دهنده ای می کنم و حداکثر سری به حالت تاسف برای کار زشت او تکان می دهم ولی در هر صورت اجازه می دهم سوار شود.

C- از پشت سر به شانۀ او می زم و با آرامش به او میگویم : ببخشید آخر صف این جا نیست!

D- در این جور مواقع احتمال دارد با عصبانیت و تندى با او درگیر شوم در هر صورت به هیچ وجه نمی گذرم که جلوتر از من سوار شود.

E- معمولاً در این جور موارد به این افراد بی فرهنگ چیزی نمی گویم چون مطمئنم این افراد درست بشو نیستند.

۲- در مواقعی که نمی خواهید با کسی درگیری و مشاجره داشته باشید و به اصطلاح کوتاه می آید چه احساسی دارید؟

A- نمی خواهم به خاطر مساله کوچکی درگیر شوم و وقت خود را تلف کنم.

B- می ترسم به خاطر یک مساله کوچک مورد ضرب و شتم قرار گرفته و آسیب جدی ببینم.

C- درگیری را کار درستی نمی دانم ولی اگر مجبور شوم این کار را می کنم.

D- هرگز کوتاه نمی آیم ، به هر قیمتی که برایم تمام شود.

E- در مواقع درگیری احساس خوبی ندارم برای همین درگیر نمی شوم.

۳- تصور کنید که برای دیدن فیلم مورد علاقه تان به سینما رفته اید و در حین دیدن فیلم متوجه عده ای می شود که در پشت سر شما شروع به صحبت کرده اند به طوری که شما متوجه بعضی از قسمت های فیلم نشده اید در این جور مواقع چه می کنید؟

A- ترجیح می دهم سکوت کنم و چیزی به آنها نگویم در حالی که از درون عصبانی و ناراحت می شوم.

B- حتماً به مسئول سالن اطلاع می دهم تا به آنها تذکر دهد.

C- برمیگردم و با لحنی آرام و مودبانه به آنها می گویم: ببخشید سر و صدای شما نمی گذارد که من متوجه فیلم بشوم.

D- معمولاً در این جور موارد نمی توانم جلوی خودم را بگیرم بنابراین به احتمال زیاد با آن ها به شدت برخورد کرده و درگیر می شوم.

E- در حالی که چند بار برمیگردم فقط به آن ها نگاه اعتراضی آمیزی می کنم و در نهایت احتمال دارد با عصبانیت سالن سینما را ترک کنم.

۴- شاید برای شما پیش آمده که از فروشگاه در محله تان کنسروی را خریده باشید و وقتی که به منزل رفتید متوجه شده اید که از تاریخ مصرف آن مدتی گذشته است در این طور مواقع چه

اقدامی انجام می دهید؟

A- قوطی کنسرو را دور انداخته و از فروشگاه دیگری خرید می کنم و شاید چندان عصبانی نشوم.

B- قوطی را بر میدارم و به نزد فروشنده می روم و با عصبانیت با او برخورد می کنم و بدون اینکه پول آن را پس بگیرم با ناراحتی برمیگردم و شاید دیگر هرگز از آن فروشگاه خرید نکنم.

C- آن را نزد فروشنده برده و به آرامی به او میگویم نباید این جور مواد غذایی را بفروشید پس لطفاً این را پس بگیرید و پولم را میگیرم و شاید باز هم از آن فروشگاه خرید کنم.

D- شکایتی تنظیم کرده و همراه با کنسرو به مراجع ذیصلاح رجوع می کنم تا با آن فروشنده برخورد جدی صورت گیرد.

E- در این جور مواقع بسیار ناراحت و عصبانی می شوم و شاید حتی پیش فروشنده نروم ولی در هر صورت هرگز از او خرید نخواهم کرد.

۵- اگر روزی سوار اتوبوس شوید و شخصی از شما بلیت بگیرد و آن را به راننده بدهد بدون اینکه پول آن را بپردازد معمولاً در این جور مواقع چه برخوردی می کنید؟

A- من فکر می کنم که یک بلیت ارزش چندان ندارد.

B- به او می گویم: عذر می خوام پول بلیت مرا بدهید و اگر نپرداخت اهمیت نمی دهم.

C- نگاه آرامی به او می اندازم تا خجالت بکشد چون آنقدر پر رونیستم تا پول یک بلیت را بخواهم.

D- با جرات به او می گویم پول بلیت را بدهید و اگر نداد او را مجبور می کنم که بلیت مرا پس بدهد.

E- معمولاً موارد بزرگ تر و بارز تر را به دلیل خجالت کشیدن از دست داده ام چه برسد به یک بلیط کم ارزش!

بعد از این که گزینه های خود را انتخاب کردید برای هر یک از گزینه های مشخص شده مانند این الگو یک امتیاز در نظر بگیرید:

A=1, B=2, C=3, D=4, E=5

الف: اگر امتیاز به دست آمده شما بین ۵ تا ۱۳ باشد باید بدانید که دارای جسارت اجتماعی ضعیف تا متوسط هستید قطعاً هر قدر که به عدد ۱۳ نزدیک تر باشید وضعیت بهتری خواهید داشت و این در حالی است که احتمالاً در اکثر مواقع از حقوق خود می گذرید و یا این که نمی توانید حرف دلتان را بزنید و بر خلاف انتظار خود عمل می کنید.

ب: اگر امتیاز به دست آمده شما یکی از اعداد ۱۴ تا ۱۵ باشد باید بدانید که شما دارای بهترین حد مطلوب از یک جسارت اجتماعی هستید در صورتی که کسی نمی تواند حق شما را بخورد و اگر هم چیزی را ببخشید این کار را آگاهانه و برحسب شناخت انجام داده اید.

ج: اگر امتیاز به دست آمده بیشتر از عدد ۱۵ باشد باید بدانید که شما دارای جسارت اجتماعی لازم و مفیدی هستید ولی احتمالاً تا حدی آن را با عصبانیت و پرخاشگری مخلوط می کنید و گاهی متوجه می شوید که به خاطر مسایل جزئی در گیر و عصبانی شده اید.

امیدوارم همه شما دوستان خوبم از یک جسارت اجتماعی مطلوبی برخوردار باشید تا هیچگاه حقتان پایمال نشود