

پرسشنامه درونگرایی - برونگرایی

ترجمه و تنظیم: ضیاء الدین رضا خانی

- ۱- در اینجا پنج جمله در رابطه با مکالمه و گفت و شنود آورده شده است. با دقت آنها را بخوانید و جمله‌ای را که به باور شما نزدیکتر است، انتخاب نمایید.
- الف. حراف هستم و صریح و بی‌پرده صحبت می‌کنم، تا حدی که شاید برای خیلی‌ها ناخوشایند باشد.
- ب. حراف هستم و اغلب در مکالمات گروهی رشته سخن را در دست می‌گیرم.
- ج. متأسفانه گفتگوکننده خوبی نیستم.
- د. از گفتگو لذت می‌برم اما بیشتر از آنکه صحبت کنم، گوش می‌دهم.
- ه. در موقعیت‌هایی که ممکن است درگیر گفتگو شوم، راحت نیستم.
- ۲- در اینجا پنج جمله در رابطه با استفاده از تلفن آمده است. جمله‌ای را انتخاب کنید که به احساس شما نزدیکتر است.
- الف. می‌توانم از طریق تلفن گفتگوی خوبی داشته باشم اما برای آنکه منظورم را کاملاً تفهیم کنم، ترجیح می‌دهم رو در رو با افراد صحبت کنم.
- ب. به دلیل آنکه نمی‌توانم چهره فردی را که با او صحبت می‌کنم ببینم، برای من تلفن وسیله موثری نیست.
- ج. در صورت ضرورت از تلفن استفاده می‌کنم اما برای یک گفتگو و ارتباط کامل، تلفن وسیله محدودی است.
- د. با استفاده از تلفن به آسانی افراد آن سوی خط ارتباط برقرار کرده و کاملاً منظورم را تفهیم می‌کنم.
- ه. به هیچ وجه نمی‌توانم از طریق تلفن منظوری را بیان کنم.
- ۳- در یک مسابقه برنده شده‌اید و تمام مخارج شما پرداخت خواهد شد. از کدامیک از جوایز بیشترین و از کدامیک کمترین لذت را خواهید برد.
- الف. یک ماه در اردویی مجلل با غذای خوب، همراهان با نشاط، هوای آفتابی و موسیقی.
- ب. هتلی کوچک اما بسیار عالی و راحت در نقطه‌ای دور افتاده، مناسب برای پیاده‌روی، ماهیگیری یا دیگر فعالیت‌های بی‌دغدغه و روح‌افزا.
- ج. یک جشن خانگی در ویلاي دوستی نویسنده و ثروتمند که دیگر مدعوین آن عمدتاً از نویسندگان، هنرمندان و افرادی با علایق هنری و خلاق هستند.
- د. مجال و فرصتی تا وقت خود را صرف کارهایی کنید که همیشه می‌خواستید انجام دهید مانند اسب سواری، خواندن رمانی پرهیجان، نوشتن یک کتاب، بازدید از تمام تئاترهایی که در شهر وجود دارد.
- ه. تعطیلاتی آرام‌بخش به همراه افراد خانواده یا دوستان در یک هتل آرام و ساکت.

- و. تور يك ماهه از مراکز تاريخي و فرهنگي كشورهاي اروپايي بوسيله اتوبوس مجلل و راحت.
- ۴- به تماشاي تلويزيون نشسته ايد، کدام يك از برنامه هاي زير را بيشتر و كدام يك را كمتر ترجيح مي دهيد؟
- الف. يك فيلم قديمي. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- ب. ميزگرد بحث و گفتگو درباره يكي از مسائل مهم روز. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- ج. گفتگويي سبك و دوستانه. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- د. نمايش كميدي. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- هـ. نمايشنامه اي مدرن با مضمون روانشناسي. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- و. مسابقه مشتزني (بوکس) كه به صورت مستقيم پخش مي شود. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- ۵- در اينجا پنج روش مختلف براي گذراندن اوقات فراغت شما آورده شده است. از کدام يك بيشتر و از کدام يك كمتر لذت خواهيد برد؟
- الف. به همراه تعدادي از دوستان در يك محل سرزنده و با نشاط توأم ☐ بيشتر ☐ كمتر
- ب. با موسيقي، نوشيدني و سرگرمي. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- ج. از دوستان نزديك در يك تئاتر. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- د. يك جشن واقعي با ساز و آواز و رقص، غذاي فراوان و مطبوع، نوشيدني، همراهان دل زنده و با نشاط. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- هـ. ماندن در منزل و گوش دادن به موسيقي و يا خواندن كتاب. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- و. يك جشن كوچك و خودماني در منزل يكي از دوستان، همراه با صرف شام و صحبت هاي گرم و صميمانه. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- ۶- کدام يك از جمله هاي زير به احساسات شما درباره تصميم گيري نزديكتر است؟
- الف. گاهي اوقات از پيامد تصميم هايمن نگران مي شوم و به همين جهت تصميم گيري را به آينده موکول مي كنم. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- ب. مي ل دارم در مورد تصميم هايمن فرصت تفكر داشته باشم اما وقتي كه تصميم گرفتم، نسبت به آن پايدار مي مانم. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- ج. مي گيرم اما تصميم هايمن به طور كلي متعادل هستند. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- د. اگر سريع تصميم بگيرم، تصميم هايمن غلط از آب در مي آيند اما اگر تصميم هايمن را با دقت بررسي كنم، آنها درست از آب در مي آيند. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- هـ. مي توانم خيلي سريع تصميم بگيرم اما گاهي آرزو مي كنم اينگونه نبودم. ☐ بيشتر ☐ كمتر
- و. تصميم گيري برايمن دشوار است. ☐ بيشتر ☐ كمتر

- ۷- جمله‌ای را انتخاب کنید که به احساسات یا تجارب شما نزدیکتر است.
- الف. هرگز یا کسی دعوا نخواهم کرد مگر در دفاع از خود که در این صورت هم به شدت این کار را می‌کنم.
- ب. از این‌که انسان‌ها به جان هم می‌افتند، بیزارم.
- ج. عمداً به دنبال دردسر نمی‌گردم اما بارها مجبور به خشونت و دعوا شده‌ام.
- د. اغلب درگیر بگو
- مگوهای شده‌ام که به راحتی می‌توانست به خشونت و زد و خورد منجر شود و گاهی نیز این چنین شده است.
- هـ. هرگز تحت هیچ شرایطی با فردی دیگر دست به یقه نخواهم شد.
- ۸- جمله‌ای را انتخاب کنید که سطح فعالیت یا بهره‌وری شما را بیشتر منعکس می‌کند.
- الف. تصور می‌کنم در مقدار کاری که انجام می‌دهم در سطح متوسطی باشم.
- ب. قادرم کاری مداوم و پیوسته با راندمان یا بازده بالا انجام دهم که از هفته‌ای به هفته دیگر چندان تغییر نمی‌کند.
- ج. بهره‌وری کاری من پایین است و اکثر کارها برایم دشوار هستند.
- د. گاهی اوقات کارهای زیادی انجام می‌دهم (بهره‌وری بالا) و گاهی نیز این چنین نیستم (بهره‌وری پایین) اما بطور کلی در سطح متوسطی قرار می‌گیرم.
- هـ. اگر بخواهم می‌توانم کارهای فراوانی را انجام داده و به اتمام برسانم اما همیشه این احساس را ندارم.
- ۹- در این پرسش باید سعی کنید خودتان را برحسب آنچه که معتقدید دیگران درباره شما فکر می‌کنند، ارزیابی کنید.
- الف. گاهی اوقات هم‌نشینی خوب و گاهی هم برحسب اختیار، هم‌نشینی نه چندان مناسب.
- ب. بیش از اندازه سرزنده و اجتماعی، شاید هم حتی کمی فزون‌کار و متجاوز.
- ج. بنا به دلایلی ملال‌انگیز و دلمرده.
- د. و خوش برخورد، همدمی با نشاط.
- هـ. از نظر سرزندگی و رفاقت تقریباً فردی متوسط.
- و. خشک و محدود.
- ۱۰- اگر می‌توانستم «آنگونه که دیگران مرا می‌دیدند، ببینم»،
- الف. از تصویر ذهنی آنها درباره خودم، مأیوس می‌شدم.

- ب. بیش از انتظار،
خشنود می‌شدم.
- ج. موجب مسرت و
شادمانی‌ام می‌شد.
- د. به افتادم.
می‌افتادم.
- هـ. از برخی جوانب
شخصیتی‌ام که از آن بی‌خبر بودم، متعجب می‌شدم.
- و. از نقاط ضعف و
کمبودهایم به هیچ وجه تعجب نمی‌کردم.
- ۱۱- کدام يك از جمله‌های زیر درباره مغازه‌گردی و خرید
اجناس به احساسات شما نزدیک‌تر است؟
الف. حسابی و خرجی می‌کنم، پس پول برای چیست؟
ب. معمولاً هنگام
خرید نابخردانه عمل می‌کنم و اغلب چیزهایی می‌خرم که در
واقع نیازی به آنها ندارم.
- ج. معمولاً مسئولانه
خرید می‌کنم و به طور کلی در حد توانم خرج می‌کنم.
- د. خرید اجناس عمده
و مهم برایم ناخوشایند است زیرا ممکن است سرم کلاه
برود.
- هـ. از هر گونه خرید
بیزارم.
- ۱۲- با کدام يك از جمله‌های زیر موافق یا مخالف و یا
اینکه درباره آنها مطمئن نیستید؟
الف. دنیا مکان بهتری می‌شد اگر افراد مجبور بودند قبل از
اجرای
تصمیم‌های خود، آنها را برای فرد دیگری توضیح دهند.
موافق ☐ مخالف ☐
نامطمئن ☐
- ب. انسان موجود
متجاوزی است اما در هر صورت باید خود را با ☐ موافق ☐
مخالف ☐ ☐
نامطمئن ☐
- انتظارات و نیازهای جامعه سازگار کند.
- ج. کارت‌های اعتباری
به طور کلی مضر هستند زیرا موجب می‌شوند
افراد بیش از توان مالی خود خرج کنند. موافق ☐
مخالف ☐ نامطمئن ☐
- د. نمی‌توان از طریق
شور و مشورت به يك تصمیم قاطع دست یافت. موافق ☐
مخالف ☐ نامطمئن ☐
- هـ. افراد عصبی،
مشکلاتشان را بزرگ جلوه می‌دهند. موافق ☐ مخالف ☐
نامطمئن ☐

و. نمك زندگي است. ☐ تنوع، چاشني و ☐ موافق ☐ مخالف ☐ نامطمئن

۱۳- تصور كنيد اگر مجبور به انجام يكي از كارهاي زير بوديد، کدام يك بيشتر و کدام يك كمتر شما را خوشحال مي‌کرد؟

الف. فهرستبندي كتابهاي يك كتابخانه بزرگ. ☐ بيشتر ☐ كمتر

ب. خزانه دار يك باشگاه ورزشي يا انجمن اجتماعي. ☐ بيشتر ☐ كمتر

ج. نقش اول يك نمايشنامه تئاتر. ☐ بيشتر ☐ كمتر

د. احياء يكي از احزاب سياسي محلي. ☐ بيشتر ☐ كمتر

هـ. حل تعداد زيادي جدول. ☐ بيشتر ☐ كمتر

و. آشنائي كامل با آخرين پيشرفتها در زمينه روانشناسي. ☐ بيشتر ☐ كمتر

پرسش‌های ۱۴ تا ۱۶ فقط برای آقایان است.

۱۴- بدون در نظر گرفتن هزینه و قیمت اتومبیل‌های زیر، کدام يك را بیشتر ترجیح می‌دهید و از کدام يك کمتر خوشتان می‌آید.

- | | |
|---------------|---|
| الف. رولزرویس | بیشتر ☐ کمتر ☐ |
| ب. | فراری ☐ کمتر ☐ |
| ج. | پورشه ☐ بیشتر ☐ |
| د. | گلف ☐ بیشتر ☐ |
| هـ. | موتانگ ☐ کمتر ☐ |
| و. | ب. ام. و ☐ بیشتر ☐ |
| ز. | کامارو ☐ بیشتر ☐ |
| ح. | مرسدس بنز ☐ بیشتر ☐ |
| ت. | جگوار ☐ بیشتر ☐ |
| ی. شورولت | بیشتر ☐ کمتر ☐ |
| ك. | مطمئن نیستم ☐ بیشتر ☐ |

۱۵- نزدیکترین دوست شما می‌خواهد از لیست اتومبیل‌های فوق یکی را که مناسب شخصیت شما تشخیص می‌دهد، انتخاب کند (در مورد هزینه آن اصلاً نگران نباشید)، فکر می‌کنید کدام يك را برای شما انتخاب می‌کند؟

- الف. ☐ ب. ☐ ج. ☐ د. ☐ هـ. ☐ و. ☐ ز. ☐ ح. ☐ ت. ☐ ی. ☐ ك. ☐

۱۶- آیا انتخاب شما با انتخاب دوستان یکی است؟
بلي ☐ خير ☐

پرسش‌های ۱۷ تا ۱۹ فقط برای خانم‌ها است.

- ۱۷- بدون در نظر گرفتن شغل فعلی، آموزش و پیشینه خود، چنانچه اگر آزادی انتخاب داشتید، کدام يك از مشاغل زیر شما را بیشتر جذب می‌کرد و کدام يك کمتر.
- الف. ریاست کتابخانه يك دانشگاه بزرگ. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
ب. کننده مشهور فیلم‌های سینمایی. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
ج. ورزشکاری در سطح جهانی. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
د. مدل موفق لباس‌های روز. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
هـ. يك روانشناس برجسته. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
و. آموزشی مدرن و مترقی. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
ز. خانواده‌ای سعادتمند و خشنود. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
ح. نویسنده‌ای موفق. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
ت. ستاره سینما یا تئاتر. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
ی. همسر يك نویسنده موفق اما گوشه‌گیر و منزوی. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
ك. مطمئن نیستم. ☐ بیشتر ☐ کمتر ☐
- ۱۸- نزدیک‌ترین دوست شما باید از میان لیست فوق، یکی را که مناسب شخصیت و خصوصیات شما تشخیص می‌دهد، انتخاب کند. (میزان سن، توانایی‌ها یا قابلیت‌های شما مطرح نیست)، فکر می‌کنید کدام يك را انتخاب کند؟
- الف. ☐ ب. ☐ ج. ☐ د. ☐ هـ. ☐ و. ☐ ز. ☐ ح. ☐ ت. ☐ ی. ☐ ك. ☐
- ۱۹- آیا انتخاب شما با انتخاب دوستان یکی است؟ ☐ خیر ☐ بلی

امتیازات

- ۱- الف: ۳ ب ب: ۵ ج: ۳ د د: ۰ هـ: ۵
د
- ۲- الف: ۳ ب ب: ۳ د ج: ۰ د: ۵ هـ: ۵
د
- ۳- بیشترین:
الف: ۵ ب ب: ۳ د ج: ۲ ب د: ۵ هـ: ۲ و: ۳ ب
د
- کمترین:
الف: ۵ د ب: ۳ ب ج: ۲ د د: ۵ هـ: ۲ و: ۳ د
ب
- ۴- بیشترین:
الف: ۰ ب: ۴ د ج: ۰ د: ۲ ب هـ: ۲ و: ۴ ب
د
- کمترین:
الف: ۰ ب: ۴ ب ج: ۰ د: ۲ د هـ: ۲ و: ۴ د
ب
- ۵- بیشترین:
الف: ۳ ب ب: ۱ د ج: ۵ هـ: ۵ د: ۵ هـ: ۱ و: ۳ د
ب
- کمترین:
الف: ۳ د ب: ۱ ب ج: ۵ د د: ۵ هـ: ۱ و: ۳ ب
د
- ۶- الف: ۵ د ب: ۱ ب ج: ۵ هـ: ۳ د: ۳ د هـ: ۳ و: ۱ د
ب
- ۷- الف: ۰ ب: ۵ د ج: ۳ ب د: ۵ هـ: ۳
د
- ۸- الف: ۳ د ب: ۵ ب ج: ۵ د د: ۰ هـ: ۳
ب
- ۹- الف: ۰ ب: ۳ ب ج: ۵ د د: ۵ هـ: ۰ و: ۳ د
- ۱۰- الف: ۳ ب ب: ۲ د ج: ۵ ب د: ۵ هـ: ۰ و: ۰
- ۱۱- الف: ۵ ب ب: ۳ ب ج: ۰ د: ۳ د هـ: ۵ د
- ۱۲- موافق:
الف: ۵ د ب: ۰ ج: ۳ د د: ۲ ب هـ: ۳ و: ۳ ب
ب

عـــــــــــــــــدم
اطمینان:

الف: ۲ د ب: ۲ د ج: ۲ د د: ۲ د هـ: ۲ و: ۲ د

مخالف:

الف: ۳ ب ب: ۰ ج: ۳ ب د: ۵ د هـ: ۵ و: ۳ د

بیشترین:

-۱۳

الف: ۲ د ب: ۲ ب ج: ۵ ب د: ۵ ب هـ: ۵ و: ۵ د

کمترین:

الف: ۲ ب ب: ۲ د ج: ۵ د د: ۵ د هـ: ۵ و: ۵ ب

فقــــــــــــــــط

-۱۴

آقایان

بیشترین:

الف: ۴ ب ب: ۵ ب ج: ۵ د د: ۱ د هـ: ۱ و: ۱ ب

ز: ۵ د ح: ۱ د ت: ۴ ب ی: ۵ د ک: ۵ د

کمترین:

الف: ۴ د ب: ۵ د ج: ۵ ب د: ۱ ب هـ: ۱ و: ۱ د

ز: ۵ ب ح: ۱ ب ت: ۴ د ی: ۵ ب ک: ۵ د

-۱۵

الف: ۴ ب ب: ۵ ب ج: ۵ د د: ۱ د هـ: ۱ و: ۱ ب

ز: ۵ د ح: ۱ د ت: ۴ ب ی: ۵ د ک: ۵ د

پاســـــــــــــــــخ پاســـــــــــــــــخ

-۱۶

مثبت: ۵ ب منفي: ۰

فقــــــــــــــــط

-۱۷

خانم‌ها

بیشترین:

الف: ۲ ب ب: ۵ ب ج: ۲ د د: ۵ ب هـ: ۵ و: ۲ ب

ز: ۵ د ح: ۲ د ت: ۵ ب ی: ۵ د ک: ۵ د

کمترین:

الف: ۲ د ب: ۵ د ج: ۲ ب د: ۵ د هـ: ۵ و: ۲ د

ز: ۵ ب ح: ۲ ب ت: ۵ د ی: ۵ ب ک: ۵ د

الف: ۲ ب ب: ۵ ج: ۲ د د: ۵ هـ: ۵ و: ۲ ب

د

ز: ۵ هـ د ح: ۲ د ت: ۵ ب ي: ۵ د ك: ۵ د

۱۹- پاسـ پاسـ

مثبت: ۵ ب منفي: ۰

امتیاز زمانی

پنج دقیقه یا کمتر: ۲۵ ب شانزده دقیقه: ۵ د
شش دقیقه: ۲۰ ب هفده دقیقه: ۱۰ د
هفت دقیقه: ۱۵ ب هیجده دقیقه: ۱۵ د
هشت دقیقه: ۱۰ ب نوزده دقیقه: ۲۰ د
نه دقیقه: ۵ ب بیست دقیقه یا بیشتر: ۲۵ د
ده تا پانزده دقیقه: ۰

اکنون امتیاز ب (برونگرایی) و امتیاز د (درونگرایی) آزمودنی را جداگانه جمع بزنید و امتیاز زمانی وی را به آنها اضافه کنید. امتیاز کمتر را از امتیاز بیشتر کسر کنید. برای مثال اگر امتیاز ب (برونگرایی) آزمودنی ۴۰ و امتیاز د (درونگرایی) آزمودنی ۲۵ است، ۲۵ را از ۴۰ کسر می‌کنید که امتیاز ۱۵ ب به دست می‌آید. اکنون می‌توانید تحلیل مورد نظر را مطالعه کنید.