TEIQue-SF

ہدایات: مہربانی فرما کر نیچے دیے گئے جملوں میں سے اس ہندسے کے گرد دائرہ بنا کر جواب دے دیں جو کہ آپ کے متفق یا غیر متفق ہونے کو بہترین طور پر ظاہر کرے۔ جملوں کے صحیح مفہوم کو جاننے کیلیے ان کو زیادہ دیر تک نہ سوچیں۔ کام جلدی کریں اور جس حد تک ممکن ہو درست جواب دینے کی کوشش کریں- اس میں کوئی درست یا غلط جوابات نہیں ہیں۔ ہر جملے کے سات ممکنہ جوابات ہیں جو مکمل غیر متفق (نمبر 1) سے مکمل متفق (نمبر 7) تک ہیں-

(مکمل غیر متفق)1----------2----------3----------4----------5----------6----------7 (مکمل متفق)

1	اپنے جذبات کا الفاظ کے ساتھ اظہار کرنا میرے لیے کوئی مشکل نہیں-	1	2	3	4	5	6	7
2	مجھے چیزوں کو دوسرے فرد کے نقطہ نظر سے دیکھنے میں دشواری ہوتی ہے-	1	2	3	4	5	6	7
3	مجموعی طور پر میں ایک بہت پر عزم انسان ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
4	مجھے اکثر اپنے جذبات پر قابو پانے میں دشواری ہوتی ہے۔	1	2	3	4	5	6	7
5	عام طور پر میں زندگی کو پر لطف نہیں پاتا / پاتی-	1	2	3	4	5	6	7
6	میں لوگوں سے موثر انداز میں پیش آ سکتا / سکتی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
7	میں جلد ہی اپنا ارادہ بدل لیتا / لیتی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
8	بہت دفعہ میں یہ نہیں جان پاتا / پاتی کہ میں کیا محسوس کر رہا / رہی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
9	میں محسوس کرتا / کرتی ہوں کہ میرے اندر کئی اچھی خوبیاں ہیں-	1	2	3	4	5	6	7
10	مجھے اکثر اپنے حقوق کے حصول کے لیے اٹھ کھڑے ہونے میں دشواری ہوتی ہے-	1	2	3	4	5	6	7
11	میں عام طور پر لوگوں کے احساسات پر اثر انداز ہو سکتا / سکتی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
12	مجموعی طور پر میری رائے بہت سی چیزوں کے بارے میں مایوس کن ہیں-	1	2	3	4	5	6	7
13	جو لوگ میرے قریب ہیں وہ اکثر ہی شکایت کرتے ہیں کہ میں ان کے ساتھ اچھے طریقے سے پیش نہیں آتا / آتی-	1	2	3	4	5	6	7
14	مجھے اکثر اپنی زندگی کو حالات کے مطابق ڈھالنے میں دشواری ہوتی ہے-	1	2	3	4	5	6	7
15	مجموعی طور پر میں دباو سے نمٹنے کے قابل ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
16	مجھے اکثر ان لوگوں کے ساتھ الفت کا اظہار کرنے میں دشواری ہوتی ہے جو میرے قریب ہیں-	1	2	3	4	5	6	7
17	میں عام طور پر کسی دوسرے کی جگہ خود کو رکھ کر ان کے جذبات کو محسوس کر سکتا / سکتی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
18	مجھے عام طور پر اپنے آپ کو پر عزم رکھنے میں دشواری ہوتی ہے-	1	2	3	4	5	6	7
19	میں عام طور پر جب چاہوں اپنے جذبات کو قابو میں رکھنے کے طریقے نکال سکتا / سکتی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
20	میں اپنی زندگی سے مجموعی طور پر خوش ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
21	میں اپنے آپ کو معملات پر اچھے طریقے سے بات چیت کرنے والا سمجھتا / سمجھتی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
22	میں ایسی چیزوں میں ملوث ہو جاتا ہوں جن کے بارے میں میں سوچتا / سوچتی ہوں کہ ان سے میں باہر نکل سکتا / سکتی-	1	2	3	4	5	6	7
23	میں اکثر ٹھہرتا / ٹھہرتی ہوں اور اپنے احساسات کے بارے میں سوچتا / سوچتی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
24	مجھے یقین ہے کہ میں ذاتی خوبیوں سے بھرا / بھری ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
25	یہ جانتے ہوئے بھی کہ میں صحیح ہوں میں پیچھے ہٹنے پر مائل ہو جاتا / جاتی ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
26	مجھے لگتا ہے کہ مجھے دوسروں کے احساسات پر کوئی قابو نہیں ہے-	1	2	3	4	5	6	7
27	عام طور پر مجھے یقین ہے کہ میری زندگی میں چیزیں بہتر ثابت ہوں گی-	1	2	3	4	5	6	7
28	مجھے ان لوگوں سے بھی اچھے تعلقات رکھنے میں دشواری ہوتی ہے جو میرے قریب ہیں-	1	2	3	4	5	6	7
29	عام طور پر میں خود کو نئے ماحول میں ڈھالنے کے قابل ہوں-	1	2	3	4	5	6	7
30	دوسرے لوگ میرے پر سکون رہنے پر تعریف کرتے ہیں-	1	2	3	4	5	6	7