



آیا شما کدام مفکوره دارید که چه نوع وظیفه میخواهید؟

5

من در رابطه به
وظیفه دلخوا ام
مفکوره بسیار
واضح دارم.

4

من شاید در رابطه
به وظیفه دلخوا ام
کدام مفکوره داشته
باشم.

3

من درین رابطه
مشکلات دارم که
در رابطه به وظیفه
دلخوا ام کدام فکر
کنم.

2

من هیچ نوع
مفکوره در رابطه
به وظیفه دلخوا ام
ندارم.

1



آیا شما میدانید که در رابطه به امکانات بهتر اخذ نمودن یک وظیفه چه باید کرد؟

5

من دقیقاً میدانم که
در رابطه به
امکانات بهتر اخذ
نمودن یک وظیفه
چه باید کرد.

4

من بسیار میدانم که
در رابطه به
امکانات بهتر اخذ
نمودن یک وظیفه
چه باید کرد.

3

من یک اندازه
میدانم که در رابطه
به امکانات بهتر
اخذ نمودن یک
وظیفه چه باید کرد.

2

من هیچ نمیدانم که
در رابطه به
امکانات بهتر اخذ
نمودن یک وظیفه
چه باید کرد.

1



آیا شما گمان میکنید که شما از عهده یک وظیفه برآمده میتوانید؟ (وظیفه تمام وقت/نیمه وقت)

5

من مکمل اطمینان
دارم که از عهده
یک وظیفه برآمده
میتوانم.

4

من بسیار اطمینان
دارم که از عهده
یک وظیفه برآمده
میتوانم.

3

من اطمینان ندارم که
از عهده یک وظیفه
برآمده میتوانم.

2

من گمان نمیکنم که
از عهده یک وظیفه
برآمده میتوانم.

1



آیا گمان میکنید که ممکن از مهارت های شما در محل کار استفاده گرفته شود؟

5

من مکمل اطمینان دارم که از مهارت های من در محل کار استفاده گرفته شود.

4

من بسیار اطمینان هستم که از مهارت های من در محل کار استفاده گرفته شود.

3

من اطمینان ندارم که از مهارت های من در محل کار استفاده گرفته شود.

2

من گمان نمیکنم که از مهارت های من در محل کار استفاده گرفته شود.

1



وقتیکه موضوع از توانایی انجام یک کار به میان میآید، سلامتی (جسمی و روانی) خود را چگونه ارزیابی میکنید؟

5

سلامتی من اصلاً
مانع از انجام یک
کار نمی شود.

4

سلامتی من به
سختی مانع از انجام
یک کار می شود.

3

سلامتی من تا حدی
توانایی من را برای
کنار آمدن با یک
شغل محدود میکند.

2

سلامتی من کاملاً
مانع از انجام یک
کار میشود.

1



آیا در زندگی روزمره انرژی برای تمرکز کردن بالای کاریابی را دارا میباشید؟

5

من همیشه در
زندگی روزمره
انرژی دارم تا روی
یافتن شغل تمرکز
کنم.

4

من معمولاً در
زندگی روزمره
انرژی دارم تا روی
یافتن شغل تمرکز
کنم.

3

من به ندرت در
زندگی روزمره این
انرژی را دارم که
روی یافتن شغل
تمرکز کنم.

2

من هرگز انرژی
روزانه برای تمرکز
بر روی یافتن شغل
را ندارم.

1



زمانیکه به کمک نیاز دارید آیا از طرف خانواده و دوستان حمایت میشوید؟

5

وقتی به کمک نیاز دارم همیشه از خانواده و دوستانم حمایت میشوم.

4

وقتی به کمک نیاز دارم اغلب از خانواده و دوستانم حمایت میشوم.

3

زمانیکه به کمک نیاز دارم به ندرت از خانواده و دوستان حمایت میشوم.

2

1

وقتی به کمک نیاز دارم هرگز از طرف خانواده و دوستان حمایت نمیشوم.



چقدر در همکاری با دیگران مهارت دارید؟

5

من همیشه همکاری
با دیگران را آسان
می دانم.

4

من اغلب همکاری
با دیگران را آسان
می دانم.

3

من اغلب همکاری
با دیگران را دشوار
می دانم.

2

من همیشه همکاری
با دیگران را دشوار
می دانم.

1



افرادی را که نمیشناسید با آنها عموماً چگونه برخورد میکنید؟

5

برای من اصلاً
سخت نیست که با
افرادی که نمی
شناسم ارتباط
برقرار کنم.

4

فکر نمی کنم
برقراری ارتباط با
افرادی که نمی
شناسم چندان سخت
باشد.

3

برقراری ارتباط با
افرادی که نمی
شناسم برایم بسیار
دشوار است.

2

برای من خیلی
سخت است که با
افرادی که نمی
شناسم ارتباط
برقرار کنم.

1