

## آزمون هوش هیجانی

ردیف	سوال	پاسخ ها بر اساس آزمون لیبرت					
		۱	۲	۳	۴	۵	۶
		هرگز	بندرت	گاهی	معمولا	خیلی	همیشه
A	<b>سوالات خود-آگاهی ۱-۶</b>						
A1	به توانایی های خود اعتماد دارید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
A2	ناتوانی ها و نارسایی های خود را می پذیرید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
A3	تاثیر رفتار خود را در دیگران متوجه می شوید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
A4	تاثیر دیگران را در حالت هیجانی خود درک می کنید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
A5	در شرایط سختی که با آنها روبرو می شوید، خودتان هم نقش دارید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
A6	آیا از تمامی نقاط قوت و ضعفتان آگاه هستید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
B	<b>سوالات خود-مدیریتی ۷-۱۵</b>						
B1	می توان روی شما حساب کرد؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
B2	با استرس خوب کنار می آید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
B3	تغییر را زود می پذیرید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
B4	دل سردی تان را بدون ناراحتی تحمل می کنید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
B5	قبل از تصمیم گیری ، راه حل های مختلف را در نظر می گیرید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
B6	سعی می کنید از هر وضعیتی ، چه خوب چه بد، حداکثر استفاده را ببرید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
B7*	در برابر تمایل به گفتار و یا رفتار ، حتی هنگامی که باعث بدتر شدن اوضاع شود، اصرار می ورزید؟ (نمره-۷)	۱	۲	۳	۴	۵	۶
B8	وقتی ناراحت می شوید، کارهایی را انجام می دهید که بعدا پشیمانی می آورند؟ (نمره-۷)	۱	۲	۳	۴	۵	۶
C	<b>سوالات آگاهی اجتماعی ۱۶-۲۰</b>						
C1	انتقاد را می پذیرید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
C2	احساسات دیگران را درک می کنید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
C3	به سرعت جو حاکم بر اتاق را متوجه می شوید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
C4	منظور طرف مقابل تان را واقعا متوجه می شوید؟	۱	۲	۳	۴	۵	۶
C5*	در بین جمع و در امور اجتماعی گوشه گیر و ساکت هستید؟ (نمره-۷)	۱	۲	۳	۴	۵	۶

سوالات مدیریت روابط ۲۱-۲۸						D	
۶	۵	۴	۳	۲	۱	سوال	ردیف
همیشه	خیلی وقتها	معمولا	گاهی	بندرت	هرگز		
۶	۵	۴	۳	۲	۱	در وضعیت های دشوار مستقیما با دیگران رو در رو می شوید؟ (نمره-۷)	D1*
۶	۵	۴	۳	۲	۱	با دیگران به خوبی کنار می آید؟	D2
۶	۵	۴	۳	۲	۱	به طور واضح و موثر با دیگران ارتباط برقرار می کنید؟	D3
۶	۵	۴	۳	۲	۱	به دیگران نشان می دهید که آنچه احساس می کنید برایتان مهم است؟	D4
۶	۵	۴	۳	۲	۱	به طور موثر مشکلات و تعارضات را حل می کنید؟	D5
۶	۵	۴	۳	۲	۱	برای کنترل موثر تعاملات ، به احساسات و عواطف طرف مقابل توجه نشان می دهید؟	D6
۶	۵	۴	۳	۲	۱	برای بهتر کنار آمدن با دیگران ، درباره آنها اطلاعات بیشتری بدست می آورید؟	D7
۶	۵	۴	۳	۲	۱	منظور یا احساس خود را به دیگران توضیح می دهید؟	D8