

نشاط ادراك الذات

- أطلب من احد المقربين لك ان يختار خمسة من الصفات الموجودة في الجدول أدناه , والتي يشعر بأنها تصفك بشكل مناسب.
- لا مجال للمجاملات ,كلما كان الاختيار اكثر دقه ,كلما زادت الفائده.

شديد الملاحظه	منطقي	مستقل	نزيه
شهم	سريع	عملي	منظم
مستقر	حساس	مسؤل	واسع الحيلة
متفهم	اهل بالثقه	سهل التعلم	لبق
مغامر	نشط	اكاديمي	دقيق
متفتح	شجاع	طموح	مبدع
واثق من نفسه	محب للتنافس	واضح التفكير	هادئ
كفاء	غير متعاون	مصمم	متعان
يحفز الاخرين	مرن	ذكي	متحمس
كريم	متفائل	يحترم الاخرين	منصف
منصت جيد	اجتماعي	عصبي	كثير الكلام

بعد إختيارك لـ 10 صفات قُم الآن بإختيار 5 صفات من بينهم تُظهرُها معظم الوقت
وقُم بكتابتها في جدول ملاحظة السلوكيات.

جدول ملاحظة سلوكيات الشخص:

أنا:

الان, انقل الـ 5 صفات التي أختارها لك الاخري

جدول ملاحظة سلوكيات الشخص:

يراني الآخرين: