**(اختبار)ماهو النصف الذي تستخدمه اكثر**

**( الأيمن ، الأيسر )**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **السؤال** | **( أ)** | **(ب)** | **(ج)** | **النقاط** |
| **ايهما اسهل بالنسبه لك ان تتذكر اسماء الاشخاص ام وجوههم ؟** | **الأسماء** | **الإثنان على حد سواء** | **الوجوه** |  |
| **اي هذه الاشياء يصف تصرفك ازاء الفشل ؟** | **تحاول وتحاول وتكررالمحاوله ولكنك لا تنجح** | **لا يمكن ان يحطم معنوياتك** | **مايمكن ان يحطم معنوياتك** |  |
| **الى اي مدى تتبع حدسك الداخلي ؟** | **نادرا** | **احيانا** | **كلما استطعت** |  |
| **اذا الح عليك شعور فجائي بانك تريد ان تجرب هوايه ابداعيه جديده مثل الرسم او صناعة الخزف ,فكيف تتصرف في هذا الامر؟** | **ربما سأظل افكر في الامر فقط** | **ربما اقوم بتجربته قليلا ثم انتقل لشئ اخر** | **اجربه وربما اضيفه الى قائمة مواهبي الاخرى** |  |
| **هل تعتبر نفسك شخصل مرتبا؟** | **كثيرا** | **الى حد ما** | **ابدا** |  |
| **ماهى اكثر المواد المحببه اليك ؟** | **الرياضيات** | **الجغرافيه** | **الرسم** |  |
| **اي العبارات التاليه اكثر دقه في وصف شخصيتك؟** | **انا سعيد بالا لتزام بالقوانين والانظمه** | **القوانين والانظمه احيانا ماتزعجني** | **احب ان اضع القواعد والقوانين الخاصه بي** |  |
| **الى اي مدى تحب ان تنقل قطع الاثاث في منزلك بين الحين والاخر؟** | **ليس اكثر من مره كل خمس سنوات** | **مرتين او ثلاث كل خمس سنوات** | **اكثر من ثلاث مرات كل خمس سنوات** |  |
| **اي من هذه الاشياء يجذب انتباهك اكثر وانت تشاهد نشرة الاخبار؟** | **السياسه** | **الرياضه** | **القضايا العالميه والبيئيه** |  |
| **ماذا تفعل حينما تحضر محاضره او ندوه؟** | **استطيع ان اركز اتباهي على المتحدث** | **يمكنني التركيز فقط اذا كان الموضوع يثير انتباهي** | **اكون شاردا في الغالب وافكر في اشياء اخرى** |  |
| **اي هذه الكلمات تجدها الامثل لوصف شخصيتك؟** | **مولع بالدراسه** | **دقيق** | **فائق الحدس** |  |
| **اي هذه الاشياء تلخص شخصيتك بالكامل ؟** | **شخص طموح** | **شخص يتمتع بالتفكير السليم والحصافه** | **شخص ذو مخيله قويه** |  |
| **هل تعتبر نفسك متخصصا؟** | **نعم** | **في بعض الاوقات** | **لا** |  |
| **ماهو رايك في الفن الحديث؟** | **لااهتم به كثيرا** | **اجده مثيرا احيانا** | **اجده مثيرا** |  |
| **في رايك ماهي اهم مميزات التقاعد؟** | **ان يكون لديك وقت اطول لتمضيه مع عائلتك واصدقائك** | **التحرير من الانضباط الروتيني** | **ان يكون لديك الوقت لممارسة انشطه جديده** |  |
| **اي الصفات التاليه تنطبق عليك؟** | **عملي وواقعي** | **نموذجي ونمطي** | **معقد** |  |
| **كم مره تنفرد بنفسك لتعيد حساباتك في الحياه؟** | **نادرا جدا** | **احيانا** | **في اوقات كثيره** |  |
| **اذا دخلت قاعه اجتماعات كبيره او قاعة استماع بدون تذاكر محجوزه مسبقا وهناك متسع في الاماكن على كلا الجانبين فاي جانب ستختار ان تجلس فيه؟** | **الجانب الايمن** | **اي منهما** | **الجانب الايسر** |  |
| **اي هذه الصفات تنطبق على شخصيتك؟** | **قلق متوتر** | **مشغول** | **مفكر عقلاني** |  |
| **هل يمكن ان تحدد الزمن بشكل تقريبي بدون النظر لساعتك؟** | **نعم ,ولدي احساس جيد بالوقت** | **احيانا** | **ليس لدي فكره عن تحديد الزمن** |  |
| **اي هذه الاشياء يسبب لك الضيق اكثر ؟** | **الاتكون على القمه في مهنتك** | **الايتم تقدير انجازاتك ومجهوداتك في العمل** | **الا تجد الوقت الكافي للقيام بكل الاشياء التي تريد القيام بها** |  |
| **مارايك في العباره التاليه (الخبره اعظم معلم)؟** | **لاتتفق معها** | **تتفق** | **تتفق بشده** |  |
| **ماهو شكل يوم العمل الذي تفضله من بين الاشكال التاليه؟** | **اليوم الذي يمر بشكل روتيني** | **اليوم الذي تتوفر فيه تعلم شئ جديد** | **اليوم الذي يمتلئ بالتجارب الجديده** |  |
| **هل تتهجى الكلمات بشكل صحيح تماما؟** | **نعم** | **متوسط** | **لا** |  |
| **اي المهام التاليه ترتاح عند القيام بها؟** | **كتابة خطاب او تقرير** | **القيام بعمل يدوي مثل الرسم** | **ان تؤدي عملا يتطلب مهاره اكثر مثل اصلاح محرك السياره** |  |

**امنح نفسك...  
 صفر عن كل اجابة (أ)   
 1 عن كل اجابه (ب)  
 2 عن كل اجابه (ج)**

**تقديرك من 35 الى 50 درجه  
تشير هذه النتيجه الى ان نصفك الايمن من مخك هو الذي يهيمن في وظائفه على قدراتك ومهاراتك  
وهذا الجزء هوالمسؤل عن التحكم في القدرات المكانيه والتذوق الجمالي و التفكير الابداعي  
وهو المسؤل عن العمليات الحسيه مثل :التخيل وادراك الاشياء بشكل شمولي ,بمعنى اخر انت تحب  
ان ترى الصوره كامله بدل من النظر الى تفاصيل مكوناتها ولهذا فهو الجزء المسؤل عن تكوين   
بناء كامل من الجزئيات منفرده ومنفصله   
ولان النصف الايمن من مخك هو المهيمن على مهاراتك وافكارك فان لديك تقديرا للفن والموسيقى  
وانت مولع باكتشاف الطقوس الجديده والتصوف كما تميل الى التعلم بطريقه لااراديه وابداعيه   
مما يقود الى ردود افعال انفعاليه تجاه المواقف تكون عكس التحليل المنطقي و النفصل للاشياء  
حيث انك تجد نفسك في كثير من الاحيان قد توصلت الى حل الصحيح لاحد الاسئله او المشكلات  
دون ان ان تعلم كيفية توصلك الى مثل ذلك الحل ولذلك فاحدس مهم جدا بانسبه للشخص المعتمد على   
النصف الايمن ويميل النصف الايسر من المخ الى الاشياء المترابطه و المتعاقبه على عكس عشوائية  
النصف الايمن   
ولذلك فبصفتك شخصا تفكر باستخدام النصف الايمن اكثر فلديك المرونه للانتقال من مهمه لاخرى   
حتى قبل ان تنتهي المهمه الاولى وعلى الرغم من ان هذا الامر يعتبر عيبا في الشخصيه لانك تجد  
نفسك وسط مهام كثيره وكلها غير مكتمله الاانها يمكن ان تساعدك في البدء بعمل جداول وقوائم من  
اجل اجبار نفسك على انجاز المهام واتمامها بكفاءه دون الانتقال من مهمه الى اخرى.**

**تقديرك من 16الى 34 نقطه  
تشير نتائجك الى انك متوازن حيث تستخدم كلا النصفين الايمن والايسر بصوره متساويه  
وعلى الرغم من ان هذا التوازن يعتبر ميزه الاانه شئ لايدعو للاغتباط  
فمشكلة التوازن في استخدام كلا النصفين هي انك ستشعر بانك في مشكله اكبر من التي يعانيه   
شخص يعتمد على وظائف نصف واحد  
حيث ينشا صراع بين ما تفكرفيه وما تشعربه وتتضمن ايضا كيفية تناول المشكلات وتلقيك   
المعلومات ,واحيانا تكون التفاصيل التي تبدو للشخص ذو المخ الايمن مهمه الا ان النصف الايسر   
يراها غير مهمه وتعتبر هذه اعاقه لعملية التعليم المتكافئه او انهاء المهام  
وعلى الجانب الاجابي فأن مميزات استخدام النصفين معا هي انك تستطيع ادراك كل من الصوره  
الكامله والتفاصيل الازمه بشكل تلقائي وانت تحل المشكله  
وانت تمتلك ايضا المهارات اللفظيه الكامله لترجمة حدسك الداخلي بطريقه يفهمها الاخرون  
بالاضافه لامتلاك قدرات مكانيه  
والميزه الكبرى لاصحاب التوازن بين نصفي المخ هى ان لديهم قدره طبيعيه على النجاح في   
مجالات مختلفه بسبب المرونه الكبيره التي يملكونها .**

**تقديرك أقل من 16 درجه  
تشير نتائجك الى انه يغلب عليك استخدام النصف الايسر من المخ  
وعند معظم الناس يتصف هذا الجانب با لتحليليه فهو يعمل بطريقه متتابعه وعقلانيه  
وهو الجانب المتحكم في اللغه والدراسه الاكادميه والعقليه  
وينزع الشخص الذي يهيمن عنده النصف الايسر من المخ على الايمن الى معالجة المعلومات  
بطريقه خطيه او بمعنى اخر ينتقل من الجزء الى الكل على عكس من يستخدم الايمن الذين  
يحبون ادراك الصوره الكليه اولا ثم جزئياتها  
كما ينزع الجزء الايسر الى معالجة الاشياء بطريقه مرتبه ومتتابعه على عكس المعالجه  
العشوائيه للنصف الايمن وبالتالي فشخص الذي يعتمد على النصف الايسر من المحتمل ان  
يكون محاسبا جيدا او يقوم با لتخطيط الجيد كما انه يتمتع بقدرته الفائقه على تهجى الكلمات  
لان التهجئه تتطلب الاسلوب التتابعى في التفكير   
وهناك ميزه يتمتع بها الشخص الذي يستخدم النصف الايسر   
وهي انه يستخدم بعض طرق التفكير النصف الايمن خاصه تنمية مهارات التفكير الابداعي   
ففي حجره الدراسه على سبيل المثال قد لايستطيع تلميذ يعتمد على النصف الايمن ان يستوعب  
او يفهم ما يقال الا اذا تم اعطائه فكره عامه عن الموضوع بالكامل اولا  
لانه في حاجه لمعرفة مالذي سيفعلونه بالضبط ولماذا  
وعلى الجانب الاخر لا يحتاج الطالب الذي يعتمد على النصف الايسر الى معرفة ذلك الامر  
ولايجده مهما وكنه قد يجده مفيدا.**