

پرسشنامه نیازهای اساسی گلاسر

نیاز به عشق و تعلق خاطر		
ردیف	شرح	درجه (از ۱ تا ۵)
۱	احساس می‌کنید به چه میزان عشق، صمیمیت و مهرورزی نیاز دارید؟	
۲	تا چه اندازه رفاه و سعادت انسان‌های دیگر برایتان مهم است؟	
۳	چه مقدار نیاز دارید که دیگران شما را پذیرفته و دوستتان بدانند؟	
۴	چه مقدار نیاز دارید که دیگران شما را مورد لطف و مهر و محبت قرار داده و شما نیز متقابلاً به آنها محبت کنید و به آنها احساس تعلق خاطر نمایید؟	
۵	چه اندازه دوست دارید که با دیگران بجوشید و در مجالس، مراسم و فعالیت‌های گروهی فعالانه شرکت کنید	
نیاز به بقا		
۱	مسائلی مانند پس‌انداز، مخارج زندگی، مسکن، آینده شغلی و نظایر آنها تا چه اندازه ذهن شما را به خود مشغول می‌دارد؟	
۲	تا چه اندازه به سلامت جسمانی، بهداشت و احتمال ابتلا به بیماری فکر می‌کنید؟	
۳	شدت میل جنسی خود را چگونه ارزیابی می‌کنید؟	
۴	در انجام کارها و اقدامات مخاطره‌آمیز تا چه اندازه محتاطانه عمل می‌کنید؟	
۵	از روبرویی با تجارب جدید و شروع راه‌های ناشناخته تا چه اندازه اجتناب می‌کنید؟	
نیاز به آزادی		
۱	تا چه اندازه نیاز دارید که تمام چیزهایی را که انجام می‌دهید خودتان انتخاب کنید؟	
۲	تا چه میزان اعتقاد دارید که هیچ کس نباید به شما بگوید که چگونه زندگی خود را اداره کنید (بگوید چه نکنید و چه نکنید)؟	
۳	تا چه میزان تمایل دارید آن چه را که می‌خواهید بدون توجه به دخالت‌ها و فشارهای همسران یا شریکتان حتماً انجام رسانید؟	
۴	تا چه میزان اصرار دارید در تصمیم‌گیری‌های بزرگ و کوچک زندگی استقلال رأی داشته باشید و بر وفق مراد خود عمل کنید؟	
۵	تا چه اندازه نیاز دارید که بدون دخالت و مزاحمت و حتی حضور دیگران زمان‌هایی را برای خودتان در اختیار داشته باشید که هر گونه دل‌تان می‌خواهد از آن استفاده کنید؟	

پرسشنامه نیازهای اساسی گلاسر

نیاز به قدرت و خودشکوفایی	
۱	تا چه اندازه تلاش می‌کنید در زمینه کار خود به عنوان یک فرد توانمند و با لیاقت خود را نشان داده و شناخته شوید؟
۲	تا چه اندازه دوست دارید که به دیگران دستور بدهید؟ (فرمان بدهید تا این که فرمان ببرید)
۳	فکر می‌کنید تا چه اندازه اهل پیشرفت و رقابت هستید؟
۴	تا چه اندازه دوست دارید که دیگران (اعم از فرزند، همسر یا دوستان‌تان) به حرف شما گوش دهند و از آن پیروی کنند؟
۵	تا چه اندازه تلاش می‌کنید تا ثابت کنید ایده، فکر یا راه شما درست است و اصرار دارید که دیگران را متقاعد کنید که آن را قبول کنند؟
نیاز به تفریح	
۱	چقدر به شوخی، مزاح و لطیفه‌گویی نیازمندید؟
۲	تا چه میزان به اوقات فراغت و سرگرمی‌های مخصوص به خودتان نیاز دارید؟
۳	میزان شوخ‌طبعی و خوش‌مشربی خود را چگونه ارزیابی می‌کنید؟
۴	تا چه میزان احساس می‌کنید که نیاز دارید به کارهای غیررسمی و غیررسمی مانند دوچرخه‌سواری، ماهیگیری، تماشای فیلم و دیگر سرگرمی‌های لذت‌بخش بپردازید؟
۵	تا چه اندازه به دنبال اوقات سرگرم‌کننده و موقعیت‌های شادی‌بخش مانند جشن‌ها، مهمانی‌ها، مراسم سرگرم‌کننده، بازی‌ها و نظایر آنها هستید؟

پرسشنامه نیازهای اساسی گلاسر

نحوه امتیازدهی

برای شرکت در این آزمون لطفا عبارات زیر را به دقت بخوانید و میزان وجود هریک از نیازهای فهرست شده را از بسیار کم تا بسیار زیاد در خود درجه بندی نمایید. هر عبارت در خصوص مقدار و میزان وجود یک گرایش یا نیاز در شما سؤال می کند. وجود هر نیاز یا خواسته درونی را بر اساس مقیاس ۵ نمره ای درجه بندی کنید.

بسیار کم	کم	متوسط	زیاد	بسیار زیاد
۱	۲	۳	۴	۵

لطفا برای نمرات هر بخش را با یکدیگر جمع کرده (هر پنج سوال با هم) و نتیجه را تقسیم بر پنج نموده (عدد حاصل میانگین نمرات داده شده است) و نتیجه را در جدول زیر قرار دهید.

نیاز به تفریح	نیاز به قدرت	نیاز به آزادی	نیاز به بقا	نیاز به تعلق خاطر	میانگین نمرات کسب شده

دانش