

التوافق المحي والانفعالي لطلاب المرحلة الثانوية
بدولة الكويت وعلاقته بمستوى التحصيل الدراسي

* د. محمد فهد الشويني

مقدمة البحث ومشكلته :

يعتبر السلوك الانساني محملة للحاجات الجسمية والنفسية التي تخلق حالة من التوتر لدى الفرد والتي تستمر حتى يبلغ الهدف الذي يشبع حاجاته ، وعدم اشباع حاجات الفرد يؤثر في سلوكه وشخصيته (٨ : ١٩٧٩)

ومن المسلم به أن الخبرات السلوكية تلعب دورا هاما في توافق شخصية الفرد على اعتبار ان القوى الانفعالية الخاصة بالفرد هي محملة خبراته الفردية (٨ : ١٩٧٩) ، ويعتبر التوافق ميزة هامة للسلوك الانساني ، ولقد تم تعريف هذا المفهوم الى التوافق على المستوى النفسي ، والتوافق على المستوى الاجتماعي ، والتوافق على المستوى البيولوجي والبدني (٥ : ١٩٧٤) .

ويعبر التوافق النفسي عن التواءم والانسجام بين الفرد وبيئته وتبرز أهميته في انه يعد المحملة النهائية لتوافق الفرد مع بيئته المادية والاجتماعية ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عند ما يواجه موقفا جديدا فان نجح الفرد في اقامة هذا الانسجام مع بيئته قيل انه متوافق وان اخفق فهو ضعيف التوافق ، ويبدو ضعف التوافق في عجز الفرد عن حل مشكلاته اليومية عجزا ، يزيد على ما ينتظره غيره منه او ما ينتظره من نفسه (١ : ١٩٧٧) .

* د. محمد فهد الشويني : استاذ م. ورئيس قسم التربية البدنية والرياضة - كلية التربية الاساسية - الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب

وتعتبر الحياة سلسلة من عمليات التوافق والتي يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الاستجابة للموقف المعقد الذي ينتج من حاجاته ودوافعه وقدرته في اشباع هذه الدوافع (٣ : ١٩٧٠) وكلما اتمت الخبرات التي يكتبها الفرد من بيئته بالاجابية والمرونة كلما كانت وسائل بنائه في تحقيق توافق سليم للفرد (١١ : ١٩٧٨) .

ويتفق احمد عزت راجح (١ : ١٩٧٧) وممطفى فهمى (١٢ : ١٩٧٨) على ان هناك علاقة واضحة بين الصحة النفسية وما يتركه العمل من اشار وان الاستقرار النفسى ومدى ما يتمتع به الفرد قى عمله من توافق يؤدىان الى زيادة الانتاج .

وتعتبر الصحة قيمة انسانية فهي لاتعنى ظو الجسم من الامراض ، بل هى حالة من التوافق التام والتي يتكامل فيها الشعور بالكفاية فى الجوانب البدنية والنفسية ، وبهذا المعنى تكون هناك علاقة متبادلة بين الصحة الجسمية والعقلية (٦ : ١٩٧٠) .

ويؤكد ذلك ممطفى فهمى (١١ : ١٩٧٨) حيث يذكر " ان الكيفية التي يعمل بها الجهاز العمبى تحت تأثير الانفعالات تؤثر على ميكانيكية عملية التنفس وعلى فسيولوجيه عملية الهضم وعلى عملية شد الاعصاب والعضلات والى عدم الترابط الحركى الدقيق باعتبار ان الانفعال استجابة سيكوسوماتية تؤثر على توافق الشخص من الناحية المحية والحركية " .

وعليه تتفتح اهمية العلاقة بين النفس والجسم فى تحقيق توافق شخصية الفرد ، وبناء عليه فان ضعف التوافق فى مجال معين يكون له صداء واثره فى المجالات الاخرى ، ويؤكد ذلك جيلفورد (٤ : ١٩٧٥) حيث يذكر " انه غالبا ماتجتمع فروب ضعف التوافق لدى الشخص على اختلاف شدتها وظهورها من مجال الى اخر فقد يكون الشخص ضعيف التوافق الى حد كبير فى المجال الدراسى واقل من ذلك فى المجالات الاخرى " .

وعليه يمكن القول بان نقص الكفاية في الاداء يعتبر دالة لما يعانیه الفرد من الاضطراب النفسى الذى يؤدى الى قلة القدرة على العمل بقدر ماتسمح به قدراته وامكانياته ، ويؤكد ذلك كمال دسوقى (٨ : ١٩٧٩) حيث يذكر ان الطلاب منخفضى التحصيل يعانون من مشكلات التوافق الشخصى ومن نقص الدافع الى التعلم كما يذكر BLAIN JANES (١٤ : ١٩٦٢) انه بالنظر الى الدراسات التى تناولت المشكلات التى تؤرق المراهقين نجد أن مشكلات التحصيل والتوافق قد احتلت المكانة الاولى .

كما أن معظم الدراسات التى تناولت مشكلات الشباب وعلاقتها بالتحصيل قد توصلت الى ان المشكلات النفسية والانفعالية الخاصة بالتحصيل الدراسى قد احتلت مراكز متقدمة على سائر المشكلات (٢ : ١٩٧٣) .

بناء على ماسبق تبلورت مشكلة هذا البحث فى التعرف على العلاقة بين مستوى التحصيل الدراسى والتوافق النفسى (الصحى والانفعالى) لطلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت .

مطلحات البحث :

التوافق الصحى

يقصد بالتوافق الصحى " مدى قابلية الفرد للامراض المختلفة التى يتعرض لها ، والتوتر المصاحب لهذه الامراض ، ومدى اتباعه للاساليب والتعليمات الصحية المختلفة " (١٢ : ١٩٧٣)

التوافق الانفعالى :

" هو قدرة الفرد على الانسجام والتواءم مع بيئته ، وان يكون رافيا عن نفسه وتتم حياته بالظلمة من التوترات (١٢ : ١٩٧٣)

التحميل الدراسي :

يقدم به مجموع الحصيلة العلمية للطالب في جميع المقررات
مقنومة على عدد الوحدات الدراسية ويطلق عليه (معدل التحميل
العام)

هدف البحث :

يهدف هذا البحث الى دراسة التوافق المحي والانفعالي وعلاقته
بمستوى التحميل الدراسي لطلاب المرحلة الثانوية بدوله الكويت
وذلك من خلال الواجبات التالية :

- التعرف على التوافق المحي والانفعالي للطلاب
- تحديد اهم المشكلات التوافقية التي يعانى منها الطلاب
في المجال المحي والانفعالي
- تحديد اهم الايجابيات التوافقية لدى الطلاب في المجال
المحي والانفعالي
- التعرف على العلاقة بين مستوى التحميل الدراسي وكل من
التوافق المحي والانفعالي

فروض البحث :

- ارتفاع مستوى التوافق المحي والانفعالي لدى الطلاب عينة
البحث
- توجد علاقة ايجابية بين التوافق المحي ومستوى التحميل
الدراسي
- توجد علاقة ايجابية بين التوافق الانفعالي ومستوى
التحميل الدراسي

مدق الاختبار :

قام سيد الطواب (٥ : ١٩٧٤) بحساب مدق الاختبار في ضوء معك خارجي وقد بلغ معامل المدق ٠.٨٢ للتوافق العام ، ٠.٨٣ للتوافق المحي ، ٧٥ ر٠ للتوافق الانفعالي ، كما تم ايجاد مدق الاختبار في دراسات اخرى مثل كوشر رواس (٩ - ١٩٨٣) وعفان توفيق (٧ - ١٩٨٥)

شبات الاختبار :

قام الباحث بحساب معامل شبات الاختبار عن طريق تطبيقية على عينة قوامها (٣٠) طالبا ، ثم اعادة تطبيقه بعد اسبوعين ، وقد بلغ معامل الشبات للتوافق المحي ، التوافق الانفعالي (٠.٨٧ ، ٠.٨٣) على التوالي .

مستوى التحميل الدراسي :

للمحول على مستوى التحميل الدراسي لكل طالب تم اتباع الخطوات التالية :

١ - حساب الحميلة العلمية لكل مقرر دراسي سجل فيه الطالب وذلك بضرب عدد وحدات المقرر في عدد النقاط التي يحققها في المقرر (امتياز ٤ نقاط ، جيد جدا ٣ ، جيد ٢ ، مقبول ١ ، راسب مفر ، ويتم حساب المعدل لكل مقرر مقربا الى اقرب رقمين عشريين .

٢ - بعد حساب الحميلة العلمية لكل مقرر ، يتم جمع حميلة الطالب لجميع المقررات التي سجل فيها منذ بدء قيده على جميع الوحدات المسجلة لتلك المقررات .

٣ - يتم ترتيب النتيجة النهائية لاقرب رقمين عشريين ويسدل هذا الرقم على مستوى التحميل الدراسي العام لكل طالب .

المعالجة الاحصائية :

تم استخدام الاساليب الاحصائية التالية في معالجة النتائج :

- النسبة المئوية
- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط

عرض ومناقشة النتائج :

جدول (١) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري
لمتغيرات الدراسة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغيرات
١٠٤٢ +	٥٩٧٨	التوافق المحسى
١١٧١ +	٦٥٢٢	التوافق الانفعالي
٠٨٣ +	٢٧٠	التحميل الدراسي

يبين جدول (١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات الدراسة ويتضح منه حسن التوافق المحسى والتوافق الانفعالي بعمة عامة للأفراد عينة البحث . ويمكننا ارجاع حسن التوافق للطلاب الكويتي الى الحياة الهادئة المريحة التي يحياها والتي تهيه له أنسب الظروف للنمو بعمرة متزنة من الناحية المحية والانفعالية . وتؤكد هذه النتيجة صحة الفرض الاول من فروض الدراسة .

جدول (٢) النسبة المئوية لاهم مشكلات التوافق الصحى

الترتيب	المشكلات الصحية	النسبة المئوية في المقياس	رقم العبارة
١	الشعور كثيرا بالتعب عند الاستيقاظ فى الصباح	٦٠ر٤٧	١٦
٢	الشعور بالتعب كثيرا فى نهاية اليوم	٥٨ر١٤	٧
٣	الشعور بالألم فى السراى احيانا	٥٥ر٨١	٢٦
٤	احتياج الاسنان الى عناية طبية	٥٢ر٣٢	٢٢
٥	وجود صعوبة فى الاسترسال فى النوم	٤٤ر١٩	٦

يتمحور من جدول (٢) ان اهم مشكلات التوافق للطلبة بالمرحلة الثانوية تنحصر جميعها فى مجال واحد وهو ما نطلق عليه امراض العمر مثل الشعور بالتعب عند الاستيقاظ فى الصباح او نهاية اليوم وما يرتبط به من صعوبة الاسترسال فى النوم او الشعور بالألم فى الراس مع عدم ظهور اى مشكلات صحية ترتبط بالمرض .

ويرى الباحث ان جميع المشكلات الصحية السابقة تعتبر مشكلات طبيعية يعانى منها المراهق فى اى مجتمع ، ويؤكد ذلك ممطفى خليل (١٩٨٣:١٠) حيث يذكر " ان المراهق لديه عدد من المشكلات الصحية تتعلق بنموه الجسمى وهو فى حاجة الى ارشاد وتوجيه من الناحية الصحية حتى يتفهم مشكلاته الصحية التى تتعلق بالتعب والعناية بالصحة او التغذية ، وذلك عن طريق تحقيق نوع من التوازن بين النشاط والراحة " .

جدول (٣) النسبة المئوية لاهم النواحي الايجابية في التوافق المحي

الترتيب	المشكلات الصحية	النسبة المئوية % في المقياس	رقم العبارة
١	الاصابة بالدوسنتاريا	صفر	١١
٢	الاصابة بعسر الهضم	٥٨١	٢٠
٣	أمراض في القلب او الكليتين أو الرشتين	٦٩٨	٢٣
٤	الحاجة الى عناية طبية خاصة مستمرة	١٠٤٧	١٨
٥	الاصابة بالامراض المستوطنة	١١٦٣	١٣

ويتضح من جدول (٣) والخاص بالنواحي الايجابية في التوافق المحي عدم وجود مشكلات صحية خاصة بالامراض المستوطنة او امراض القلب او الكليتين او الرشتين او الاصابة بعسر الهضم او الدوسنتاريا ، كذلك عدم الحاجة الى عناية طبية خاصة مستمرة .

ويرى الباحث ان تلك النتيجة تدل على العناية الصحية المستمرة والتميزة التي توفرها الدولة لابنائها حتى يشبوا اصحاء معافين من الامراض والأوبئة علما بان العلاج والعناية الصحية على جميع انواعها ومستوياتها متوفر مجانا .

جدول (٤) النسبة المئوية لاهم مشكلات التوافق الانفعالي

الترتيب	المشكلات المحيية	النسبة المئوية %	رقم العبارة فى المقياس
١	نشور بالاكتئاب نتيجة الحصول على تقديرات ضعيفة فى الامتحان	٧٣ر٢٦	١١
٢	الشور بالفيق فى فترات كثيرة	٦٦ر٢٨	٣
٣	الاستمرار فى الضيق والقلق اذا تعرضت لمواقف تشعرنى بالاذلال	٥٨ر١٤	٢١
٤	سريع الغضب	٥٥ر٨١	١٦
٥	القلق من احتمال وقوع بعض الكوارث	٥٤ر٥٦	٢٤

يفتح من جدول (٤) ان اهم مشكلات التوافق الانفعالي تدور حول الشعور بالفيق فى فترات كثيرة ، والاستمرار فى الضيق اذا شعر الفرد بالاذلال ، سريع الغضب كذلك القلق من احتمال وقوع بعض الكوارث وهى تمثل المشكلات الانفعالية للطالب الكويتى بالمرحلة الثانوية بالاضافة الى الشعور بالاكتئاب نتيجة للحصول على تقديرات ضعيفة فى الامتحان .

ويرى الباحث ان معظم المشكلات الانفعالية التى يعانى منها الطالب فى المجتمع الكويتى نتيجة للظروف الصعبة التى مر بها خلال الغزو العراقى الغاشم ، والذي جعل المراهق ذو شخصية قلقة مضطربة غير مستقرة ولايستطع السيطرة على نشاطه الانفعالي .

ويؤكد ذلك مطفى فهمى (١١ : ١٩٧٨) حيث يرى " ان اهم اسباب المشكلات الانفعالية لدى المراهق يرجع الى عدم الاتزان بين قوة الدافع الانفعالي وبين نموه العقلى الذى لم يكتمل بعد حتى يكتب القدرة التى تمكنه من السيطرة على نشاطه الانفعالي " .

جدول (٥) النسبة المئوية لاهم النواحي الايجابية في التوافق الانفعالي

الترتيب	المشكلات المحيية	النسبة المئوية %	رقم العبارة فى المقياس
١	ضعف الهمة بسهولة	٦٩٨	١٣
٢	التفكير فى الزلازل او الحريق يخيفك	١٠٤٧	٦
٣	الشعور بالخوف الشديد شىء مع العلم بأنه لن يلحق بى أى ضرر	١٥١٢	٣٢
٤	حقد الاخرين لما يتمتعون به من سعادة	١٦٢٨	١٢
٥	النور بان شخما يؤثر عليك ويجعلك تقوم بأعمال ضد ارادتك	١٧٤٤	٤

ويفتح من جدول (٥) والخاص بالنواحي الايجابية فى التوافق الانفعالي تميز الطالب الكويتى بعدم ضعف الهمة بسهولة ، وعدم القيام بأعمال ضد ارادته ، وعدم الحقد على الاخرين لما يتمتعون به من سعادة ، وعدم الخوف من التفكير فى الكوارث .

ويرى الباحث ان هذه النواحي الايجابية التى يتميز بها الطالب فى المجتمع الكويتى يرجع الى نوعية التنشئة الاجتماعية التى شب عليها .

ويؤكد ذلك سيد الطواب (٥ : ١٩٧٤) حيث يذكر " ان نسق القيم التقليدى السائد فى الاسرة او المدرسة يسهم بدور كبير فى اكساب الفرد التوافق النفسى السليم " .

المتغيرات	التوافق المحي	التوافق الانفعالي	التحميل الدراسي
التوافق المحي		* ٠.٥٤	٠.٢٢٠
التوافق الانفعالي			٠.١٩
التحميل الدراسي			

يتضح من جدول (٦) عدم وجود ارتباط ذي دلالة احصائية بين التحميل الدراسي وكل من التوافق الصحي والتوافق الانفعالي حيث بلغت معاملات الارتباط (- ٠.٢٢ ، ٠.١٩) على التوالي . وان كان زيادة مستوى تحميل الطالب يماحبه نقص في مشكلات التوافق الصحية والانفعالية الا ان الارتباط لم يعط دلالة معنوية .

وتتفق تلك النتائج مع دراسة اندرسون وسبنسر , ANDERSON , SPENCER (١٣ : ١٩٧٣) عن اثر التوافق الانفعالي على التحصيل الدراسي لطلاب الجامعة حيث اسفرت النتائج عن ان التوافق الانفعالي لا يؤثر في التحصيل الدراسي .

كما تتفق تلك النتائج ايضاً مع دراسة منيرة حمي (١١ : ١٩٧٨) حيث قامت بدراسة توافق الطالب الجامعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي وقد اسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة دالة احصائية بين التوافق والتحميل الدراسي بينما تختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة شليدرز CHILDERS حيث توصل الى وجود علاقة بين انماط التوافق الشخصي والنجاح الاكاديمي (١٥ : ١٩٦٤) .

- كما يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط ايجابي بين التوافق المحي والتوافق الانفعالي وتتفق تلك النتائج مع دراسة معطفي خليل (١٠ : ١٩٨٣) ، ويتضح من نفس الجدول عدم صحة الفرض الثاني والثالث من فروض الدراسة والذين ينمنا على وجود علاقة ايجابية بين كل من التوافق المحي والانفعالي ومستوى التحصيل الدراسي .

الاستنتاجات :

في حدود عينة البحث والادوات المستخدمة وفي حدود النتائج التي تم التوصل اليها على ضوء مناقشتها يمكن استخلاص مايلي :

- ارتفاع مستوى التوافق المحي والتوافق الانفعالي بمفئة عامة للطلبة عينة البحث .

- انحصرت اهم مشكلات التوافق المحي في الشعور بالتعب في الصباح وفي نهاية اليوم والشعور بالام في الراس بالاضافة لصعوبة الاسترسال في النوم .

- انحصرت اهم مشكلات التوافق الانفعالي في الشعور بالضيق والاستمرار فيه في حالة التعرض للذلال ، سرعة الغضب ، القلق من احتمال وقوع بعض الكوارث بالاضافة للشعور بالاكتماب عند الحصول على تقديرات ضعيفة في الامتحان .

- عدم وجود ارتباط معنوي بين التوافق الانفعالي والتحميل الدراسي .

- وجود ارتباط معنوي بين التوافق المحي والتوافق الانفعالي .

التوصيات :

فى ضوء ما اسفرت عنه نتائج البحث وفى حدود مجاله وعينته فان
الباحث يوصى به بمايلى :

- تطبيق اختبارات لقياس التوافق النفسى للطلبة كاداه تشخيصية
وكشفية لمعرفة المشكلات التى تواجه الطلاب والعمل على حلها •
- يجب على المدرسين الاهتمام بالمشكلات السلوكية والانفعالية جنباً
الى جنب مع العملية التدريسية •
- القيام بمزيد من الدراسات حول موضوع التوافق للتوصل الى
نتائج محددة نظراً لاتفاق نتائج هذه الدراسة مع بعض الدراسات
السابقة واختلافها مع بعضها الآخر •

المراجع :

- ١ - احمد عزت راجح : أصول علم النفس ، القاهرة ، دار المعارف (١٩٧٧)
- ٢ - أمان احمد محمود : مشكلات الشباب واثرها على التحصيل الدراسي نسي التعليم الثانوي ، رسالة ماجستير ، كلية التربية جامعة عين شمس (١٩٧٢)
- ٣ - انتصار يونس : السلوك الانساني ، دار المعارف بمصر (١٩٧٢)
- ٤ - ج . ب جيلفورد : ميادين علم النفس النظرية والتطبيقية ، ترجمة يوسف مراد ، المجلد الاول ، دار المعارف ، القاهرة ، (١٩٧٥)
- ٥ - سيد محمود الطواب : السلوك التوافقي وعلاقته بنجاح طلاب دور المعلمين ، رسالة ماجستير - كلية التربية ، جامعة عين شمس ، (١٩٧٤)
- ٦ - عثمان لبيب فراج : افواء على الشخمية والمحة العقلية ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة (١٩٧٠)
- ٧ - عفاف احمد توفيق : التوافق النفسى وعلاقته بالاداء فى الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات الاكثدرية ، مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان ، المجلد الثامن ، العدد الخامس (١٩٨٥)
- ٨ - كمال دسوقي : النمو التربوى للطفل والمراهق دار النهضة العربية ، بيروت (١٩٧٩)

مراجعنا :

- ٩ - كوشو محمو فقتلا اوس رشفتلا مكد باعما : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 في التمريضات لطالبات كلية التربية الرياضية بالقاهرة -
 مجلد المؤتمر العلمي الرابع لدراسات وبحوث التربية
 الرياضية في كلية التربية للبنين بالاسكندرية ، (٧٧٢١)
 قالنا (١٩٨٢) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 (٧٧٢١) **مراجعنا** : **تزيد عمدا** : **مراجعنا** :
 ١٠ - **مصطفى خليل** : التوافق النفسي وعلاقته بمستوى التحصيل
 في طالبات كليات التربية الرياضية للطلاب المتقدمين لكليات
 التربية الرياضية ، مجلد المؤتمر العلمي الرابع لدراسات
 وبحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين
 قية في كليات التربية الرياضية (١٩٨٢) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 ١١ - **مصطفى فهمي** : **التكيف النفسي** ، مكتبة مصر ، القاهرة
 (١٩٨٧) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 ١٢ - **مصطفى فهمي** : **التكيف النفسي** ، مكتبة مصر ، القاهرة
 (١٩٨٧) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 ١٣ - **مصطفى فهمي** : **التكيف النفسي** ، مكتبة مصر ، القاهرة
 (١٩٨٧) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 ١٤ - **مصطفى فهمي** : **التكيف النفسي** ، مكتبة مصر ، القاهرة
 (١٩٨٧) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 ١٥ - **مصطفى فهمي** : **التكيف النفسي** ، مكتبة مصر ، القاهرة
 (١٩٨٧) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 ١٦ - **مصطفى فهمي** : **التكيف النفسي** ، مكتبة مصر ، القاهرة
 (١٩٨٧) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 ١٧ - **مصطفى فهمي** : **التكيف النفسي** ، مكتبة مصر ، القاهرة
 (١٩٨٧) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :
 ١٨ - **مصطفى فهمي** : **التكيف النفسي** ، مكتبة مصر ، القاهرة
 (١٩٨٧) : **مراجعنا** : **تزيد عمدا** :

التوافق الانفعالي

- (لا) (نعم)
- ١ - هل تشكر من أحلام اليقظة ؟ ()
 - ٢ - هل تشعر بالخوف إذا اضطرت إلى مقابلة طبيب بخصوص مرض ما ؟ ()
 - ٣ - هل كثيرا ما تمر عليك فترات تشعر فيها بالضييق ؟ ()
 - ٤ - هل شعرت في وقت ما بأن شخصا يوتروك عليك وجعلك تقوم بأعمال ضد إرادتك ؟ ()
 - ٥ - هل كثيرا ما تشعر بالوحدة حتى ولو كنت مع الناس ؟ ()
 - ٦ - هل التفكير في الازل أو الحريق يخيفك ؟ ()
 - ٧ - هل أنت سريع البكاء ؟ ()
 - ٨ - هل تخاف من رؤية الشيطان ؟ ()
 - ٩ - هل كثيرا ما يهيكك الفضل بدون أن يكون ذلك راجعا إلى أخطاء وقعت عليك شخصيا ؟ ()
 - ١٠ - هل يخيفك السرور ؟ ()
 - ١١ - هل كثيرا ما شعرت بالارتباك بسبب حصولك على تقديرات ضعيفة في الامتحان ؟ ()
 - ١٢ - هل تحسد الآخرين أحيانا لما يتمتعون به من سعادة ؟ ()
 - ١٣ - هل تضعف همتك بسهولة ؟ ()
 - ١٤ - هل كثيرا ما تشعر بالأسف على الأعمال التي تقوم بها ؟ ()
 - ١٥ - هل تشعر بالخوف حين تكون في مكان مرتفع من فكرة أنك ربما تقفز من هذا المكان ؟ ()
 - ١٦ - هل أنت سريع الغضب ؟ ()
 - ١٧ - هل كثيرا ما تشعر أنك تمشي ؟ ()
 - ١٨ - هل يخافك الشعور بالنقص ؟ ()
 - ١٩ - هل تعتبر نفسك شخصا عصبيا نوعا ما ؟ ()
 - ٢٠ - هل تكون حساسا نحو نفسك بسبب ظهورك الشخصي ؟ ()

(٧١)

(نعم)

- () ٢١- هل أنت سريع العجبل ؟
- () ٢٢- هل حدث في وقت أن ضايقك الشعور بأن الأشياء حولك تبدو غير صحيحة ؟
- () ٢٣- هل يجرح شعورك بسهولة ؟
- () ٢٤- هل تقلق بسبب احتمال وقوع بعض الكوارث ؟
- () ٢٥- هل يضايقك الشعور بأن الناس يترأون أفكارك ؟
- () ٢٦- هل يضايقك فكرة أن الناس يلاحظونك في الطريق ؟
- () ٢٧- هل يتبرك النقد كثيرا ؟
- () ٢٨- هل كثيرا ما تشعر أنك تثار الاصاب ؟
- () ٢٩- هل يضايقك بعض الافكار التافهة التي يتكرر ورودها على ذهنك ؟
- () ٣٠- هل أنت سريع الانفعال ؟
- () ٣١- هل تستر في الصيق والقلق اذا تعرضت لمواقف تجعلك تشعر بالاذلال ؟
- () ٣٢- هل تشعر بالخوف الشديد من شيء ما مع طمأنينة لا يستطيع أن يلحق بك أي ضرر ؟
- () ٣٣- هل تتطلب حالتك الوجدانية بسبب السعادة والحزن بدون سبب ظاهر ؟
- () ٣٤- هل كثيرا ما تشغلك الافكار الى درجة لا تستطيع معها النوم ؟
- () ٣٥- هل تخاف من البقاء وحيدا في الظلام ؟

التوافق المحسى

(لا)

(نعم)

- ١ - هل أنت سريع الاصابة بعدوى البرد مسن الاخرين ؟ ()
- ٢ - هل هناك شديدتان المسامية للضوء ؟ ()
- ٣ - هل أنت كثير الاصابة بالبرد ؟ ()
- ٤ - هل حدث أن أصبت مرة بالدفترها أو الحمى القرمزية ؟ ()
- ٥ - هل كثيرا ما تشعر بالصداع ؟ ()
- ٦ - هل تجد صعوبة أحيانا في الاسترسال في النوم ؟ ()
- ٧ - هل تشعر في كثير من الاحيان بأنك متعب جدا فسي نهاية اليوم ؟ ()
- ٨ - هل فقدت بعض الوزن حديثا ؟ ()
- ٩ - هل حدث أن أصبت مرة اصابة شديدة في حادثة ما ؟ ()
- ١٠ - هل حدث أن أجريت لك عملية جراحية في وقت من الأوقات ؟ ()
- ١١ - هل تصاب كثيرا بالذسنتاريا ؟ ()
- ١٢ - هل أنت كثير الاصابة بالانظوضرا ؟ ()
- ١٣ - هل أصبت ببعض الامراض المستوطنة ()
- ١٤ - هل كثيرا ما يخافك وجود غازات في المعدة أو الأمعاء ()
- ١٥ - هل تشعر في كثير من الاحيان بدوخة ؟ ()
- ١٦ - هل كثيرا ما تشعر أنك متعب حينما تمتنقظ في الصباح ؟ ()
- ١٧ - هل تتعب هناك بسهولة ؟ ()
- ١٨ - هل كان من الضروري لك أن تلقى نهاية طبية سترة ؟ ()
- ١٩ - هل تشعر في معظم الاوقات بأنك متعب ؟ ()
- ٢٠ - هل تصاب كثيرا بحسر الهضم ؟ ()
- ٢١ - هل تصاب كثيرا بالتهاب اللوز أو التهاب الحنجرة ؟ ()
- ٢٢ - هل كثيرا ما شعرت بهفتان (غسان نفس) أو حدث لك قى أو اسهال ؟ ()

- (لا) (نعم)
- ٢٢- هل يخافك الاسماك كثيرا ؟ ()
- ٢٣- هل كنت كثير المرض أثناء طفولتك ؟ ()
- ٢٤- هل كثيرا ما تجد صعوبة في التنفس من أنفك ؟ ()
- ٢٥- هل تشعر في بعض الأحيان بالآم في الرأس ؟ ()
- ٢٦- هل وزيك أقل كثيرا من الوزن العادي لسنك ؟ ()
- ٢٧- هل كثيرا ما تتناول وجباتك الغذائية بدون أن تكون جائعا في الحقيقة ؟ ()
- ٢٨- هل تستعمل نظارات ؟ ()
- ٢٩- هل تجد أنه من الضروري أن تعني بصحتك غاية دقيقة ؟ ()
- ٣٠- هل كثيرا ما تتغيب عن المدرسة بسبب مرضك ؟ ()
- ٣١- هل تحتاج أمتانك الى عناية طبية ؟ ()
- ٣٢- هل حدث لك أي مرض في القلب أو الكليتين أو الرئتين ؟ ()
- ٣٣- هل أصبت مرة بمرض جلدي أو طفح جلدي أو الدامل أو الحرق ؟ ()
- ٣٤- هل تجد صعوبة في التغلب على بعض أمراض الصيف ؟ ()