



ملحق (أ)

استبانة الاتجاهات نحو الأحلام

م	العبارات	موافق	غير متأكد	غير موافق
١	يحلم المرء كل ليلة	()	()	()
٢	تعد الأحلام سخيقة وغير مهمة	()	()	()
٣	كثيراً ما تنبئ الأحلام عن المستقبل	()	()	()
٤	تعبر معظم الأحلام عن الرغبات الجنسية	()	()	()
٥	تخفي الأحلام كثيراً من المعاني والمطلوبات	()	()	()
٦	يمكن للأحلام مخاطبتنا من خلال الأحلام	()	()	()
٧	تقضي الأحلام إلى اختراعات مفيدة	()	()	()
٨	بعض الناس لا يحلمون أبداً	()	()	()
٩	تحدث الأحلام باللون الأسود والأبيض	()	()	()
١٠	يمكن أن تكون الأحلام مصدراً لايتكار كثير من الأعمال الفنية (قصيدة - صورة زيتية .. الخ)	()	()	()
١١	تعد الأحلام الغريبة من علامات المرض العقلي	()	()	()
١٢	يمكن أن نرى الله من خلال الأحلام	()	()	()
١٣	ترتبط موضوعات الأحلام عادة بأحداث الماضي	()	()	()
١٤	كثير ما يحلم المسنون بالموت	()	()	()
١٥	تترجم الأحلام عن رغبات الشخص وأحلامه	()	()	()
١٦	تفهم المرء لأحلامه يجعل حياته أفضل	()	()	()
١٧	أنتذكر أحلامي بصعوبة بالغة	()	()	()
١٨	في أثناء الأحلام تنطلق الروح من الجسد وتتجول حول الكون	()	()	()
١٩	تحدث معظم الأحلام بسبب سوء الهضم	()	()	()

م	العبارات	موافق	غير متأكد	غير موافق
٢٠	أود لو أفهم أحلامي بطريقة أفضل	()	()	()
٢١	عادة ما يحلم الناس بما يهتمون به في حياتهم	()	()	()
٢٢	الأحلام كالنافذة نطل منها على ما قبل الشعور	()	()	()
٢٣	الأحلام التي أتذكرها عادة ما تكون معقدة	()	()	()
٢٤	نحلم غالباً عندما ننام بعمق	()	()	()
٢٥	الأحلام مليئة بالرموز	()	()	()
٢٦	من الممكن أن أحدد قبل النوم ما أود أن أحلم به	()	()	()
٢٧	تتطوي معظم الأحلام على نشاطات وإبداعات غريبة	()	()	()
٢٨	تذكر الشخص لأحلامه علامة على خصب الخيال	()	()	()
٢٩	لا يحلم الذين يولدون عمياناً	()	()	()
٣٠	يحلم الإنسان دون الحيوانات	()	()	()
٣١	تعبر الأحلام عن شخصيتك، فإذا كنت سعيداً فإن أحلامك تكون كذلك	()	()	()
٣٢	عادة ما تعكس الأحلام ما يحدث حولك وأنت نائم، فصوص القطرات المتساقطة من الصنبور تجعلك تحلم بالماء	()	()	()
٣٣	للأحلام أهمية بالغة في عقيدتي	()	()	()
٣٤	تحليل الأحلام شيء سخي	()	()	()

ملحق (ب)

مقياس الخصائص الابتكارية

م	الخصائص	موجودة	موجودة نوعاً ما	غير موجودة
١	شroud الذهن	()	()	()
٢	النشاط	()	()	()
٣	القدرة على التكيف	()	()	()
٤	الميل إلى المغامرة	()	()	()
٥	اليقظة	()	()	()
٦	التحفظ	()	()	()
٧	الطموح	()	()	()
٨	الولع بالجدل	()	()	()
٩	الميل إلى التوكيد والحزم	()	()	()
١٠	الميل إلى الشك	()	()	()
١١	الكفاءة والفعالية	()	()	()
١٢	اللامبالاة	()	()	()
١٣	المرونة	()	()	()
١٤	الغموض	()	()	()
١٥	المهارة	()	()	()
١٦	القدرة على حل المشكلات	()	()	()
١٧	الثقة بالنفس	()	()	()
١٨	التهمك والسخرية	()	()	()
١٩	حب الاستطلاع والتعلم	()	()	()
٢٠	التمرد	()	()	()
٢١	الحيرة	()	()	()
٢٢	الحماس	()	()	()

م	الخصائص	موجودة	موجودة نوعاً ما	غير موجودة
٢٣	الميل إلى الدعابة	()	()	()
٢٤	الصبر	()	()	()
٢٥	المثالية	()	()	()
٢٦	الخيال الخصب	()	()	()
٢٧	الولع بالفنون	()	()	()
٢٨	المثابرة	()	()	()
٢٩	قبول المخاطرة	()	()	()
٣٠	الاستياء والضجر	()	()	()
٣١	الانتفاع	()	()	()
٣٢	الاستقلال	()	()	()
٣٣	الجد	()	()	()
٣٤	الصراحة	()	()	()
٣٥	نفاذ الصبر	()	()	()
٣٦	النكاء	()	()	()
٣٧	تعدد الميول	()	()	()
٣٨	التحمل	()	()	()
٣٩	الإبداع	()	()	()
٤٠	التفكير المنطقي	()	()	()
٤١	تقلب المزاج	()	()	()
٤٢	الأصالة	()	()	()
٤٣	الطلاقة اللفظية	()	()	()
٤٤	العقلانية	()	()	()
٤٥	الولع بالتأمل والتفكير	()	()	()
٤٦	رهاقة الحس	()	()	()

م	الخصائص	موجودة	موجودة نوعاً ما	غير موجودة
٤٧	التلقائية	()	()	()
٤٨	القدرة على الاستقراء	()	()	()
٤٩	المبادأة	()	()	()
٥٠	التنافس	()	()	()
٥١	القدرة على الاستنتاج	()	()	()
٥٢	الاستكشاف	()	()	()

ملحق (جـ)

مقياس التقدير الذاتي للاكتئاب

مفتاح التصحيح

- ١- أشعر بانكسار القلب والكآبة:
 - ١ قليل من الوقت ()
 - ٢ بعض الوقت ()
 - ٣ جزء كبير من الوقت ()
 - ٤ معظم الوقت ()
- ٢- أشعر بأنني في أحسن حال عندما أكون في الصباح:
 - ١ قليل من الوقت ()
 - ٢ بعض الوقت ()
 - ٣ جزء كبير من الوقت ()
 - ٤ معظم الوقت ()
- ٣- أعاني من نوبات البكاء أو أشعر بها:
 - ٤ قليل من الوقت ()
 - ٣ بعض الوقت ()
 - ٢ جزء كبير من الوقت ()
 - ١ معظم الوقت ()
- ٤- أعاني من اضطراب النوم ليلاً:
 - ١ قليل من الوقت ()
 - ٢ بعض الوقت ()
 - ٣ جزء كبير من الوقت ()
 - ٤ معظم الوقت ()

٥- شهيتي للطعام كالمعتاد:

- ٤ () قليل من الوقت
٣ () بعض الوقت
٢ () جزء كبير من الوقت
١ () معظم الوقت

٦- مازلت أهتم بالأمر الجنسية:

- ١ () قليل من الوقت
٢ () بعض الوقت
٣ () جزء كبير من الوقت
٤ () معظم الوقت

٧- ألاحظ أن وزني يتناقص:

- ٤ () قليل من الوقت
٣ () بعض الوقت
٢ () جزء كبير من الوقت
١ () معظم الوقت

٨- أعاني من الإمساك:

- ١ () قليل من الوقت
٢ () بعض الوقت
٣ () جزء كبير من الوقت
٤ () معظم الوقت

٩- يدق قلبي أسرع من المعتاد:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ١ | () | قليل من الوقت |
| ٢ | () | بعض الوقت |
| ٣ | () | جزء كبير من الوقت |
| ٤ | () | معظم الوقت |

١٠- أتعب بدون سبب:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ١ | () | قليل من الوقت |
| ٢ | () | بعض الوقت |
| ٣ | () | جزء كبير من الوقت |
| ٤ | () | معظم الوقت |

١١- تعودت أن يكون عقلي صافياً وخالياً من الهموم:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ١ | () | قليل من الوقت |
| ٢ | () | بعض الوقت |
| ٣ | () | جزء كبير من الوقت |
| ٤ | () | معظم الوقت |

١٢- من السهل إنجاز الأشياء التي أعتدت القيام بها:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ٤ | () | قليل من الوقت |
| ٣ | () | بعض الوقت |
| ٢ | () | جزء كبير من الوقت |
| ١ | () | معظم الوقت |

١٣- أكون قلقاً ولا أستطيع الاحتفاظ بهدوئي:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ٤ | () | قليل من الوقت |
| ٣ | () | بعض الوقت |
| ٢ | () | جزء كبير من الوقت |
| ١ | () | معظم الوقت |

١٤- أشعر بالأمل في المستقبل:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ١ | () | قليل من الوقت |
| ٢ | () | بعض الوقت |
| ٣ | () | جزء كبير من الوقت |
| ٤ | () | معظم الوقت |

١٥- أكون أكثر غضباً وسخطاً من المعتاد:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ٤ | () | قليل من الوقت |
| ٣ | () | بعض الوقت |
| ٢ | () | جزء كبير من الوقت |
| ١ | () | معظم الوقت |

١٦- من السهل اتخاذ القرارات:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ٤ | () | قليل من الوقت |
| ٣ | () | بعض الوقت |
| ٢ | () | جزء كبير من الوقت |
| ١ | () | معظم الوقت |

١٧- أشعر أنني شخص نافع ومفيد ويستعين بي الآخرون:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ١ | () | قليل من الوقت |
| ٢ | () | بعض الوقت |
| ٣ | () | جزء كبير من الوقت |
| ٤ | () | معظم الوقت |

١٨- حياتي مليئة بالعمل كلية:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ٤ | () | قليل من الوقت |
| ٣ | () | بعض الوقت |
| ٢ | () | جزء كبير من الوقت |
| ١ | () | معظم الوقت |

١٩- أعتقد إذا مت فسوف يكون الآخرون في حال أفضل:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ٤ | () | قليل من الوقت |
| ٣ | () | بعض الوقت |
| ٢ | () | جزء كبير من الوقت |
| ١ | () | معظم الوقت |

٢٠- تعودت الاستمتاع بالأشياء التي أمارسها:

- | | | |
|---|-----|-------------------|
| ٤ | () | قليل من الوقت |
| ٣ | () | بعض الوقت |
| ٢ | () | جزء كبير من الوقت |
| ١ | () | معظم الوقت |