





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 والملولات .....	( )	( )	( )
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، فصوت 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	الانفعال .....	( )	( )	( )
٣٢	الاستقلال .....	( )	( )	( )
٣٣	الجد .....	( )	( )	( )
٣٤	الصراحة .....	( )	( )	( )
٣٥	نفاذ الصبر .....	( )	( )	( )
٣٦	النكاء .....	( )	( )	( )
٣٧	تعهد الميول .....	( )	( )	( )
٣٨	التحمل .....	( )	( )	( )
٣٩	الإبداع .....	( )	( )	( )
٤٠	التفكير المنطقي .....	( )	( )	( )
٤١	تقلب المزاج .....	( )	( )	( )
٤٢	الأصالة .....	( )	( )	( )
٤٣	الطلاقة اللفظية .....	( )	( )	( )
٤٤	العقلانية .....	( )	( )	( )
٤٥	الولع بالتأمل والتفكير .....	( )	( )	( )
٤٦	رهافة 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 الآخريين:

- 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 الآخريين 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