



The relationship between social intelligence level and personal traits of fourth-grade football students

M.Sc. Marwa Abdelrahman Mohamed

mohanadrr@yahoo.com

Directorate of Education, Baghdad, Al-Rusafa II

Abstract

The development of physical education in any country depends primarily and finally on scientific planning that utilizes knowledge and awareness to establish the components of athletic construction and advance it on strong and solid foundations. One of the most important of these fundamental sciences is "Sports Psychology". The current research problem lies in answering the following question: "Is there a relationship between social intelligence and personal traits among fourth-grade students?" The research aims to identify social intelligence and personal traits among fourth-grade students and to determine the relationship between social intelligence and personal traits. The researcher assumes that there is a statistically significant relationship between social intelligence and personal traits. The researcher used the descriptive method to match the research sample and used the social intelligence scale and the personal traits scale. The researcher concluded that there is a significant correlation between the research sample's social intelligence and personal traits. The researcher recommends the necessity of paying attention to personal traits due to their important role in dealing with others and emphasizing the importance of social intelligence by guiding teachers on how to use this intelligence in the social curriculum.

Keywords: social intelligence, personality traits, soccer.



علاقة مستوى الذكاء الاجتماعي بالسمات الشخصية لطلاب المرحلة الرابعة بكرة القدم

م.م مروة عبد الرحمن محمد

مديرة تربية بغداد الرصافة الثانية

ملخص البحث

إن تطور التربية الرياضية في أي بلد يعتمد أولاً وأخيراً على التخطيط العلمي الذي يستخدم العلوم والمعارف بوعي كامل لإرساء مقومات البناء الرياضي وتقديمه على أسس قوية وصلبة ، ومن أهم هذه العلوم الأساسية (علم النفس الرياضي) تكمن مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن السؤال الآتي "هل هناك علاقة بين الذكاء الاجتماعي بالسمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الرابعة ويهدف البحث الى التعرف على الذكاء الاجتماعي و السمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الرابعة والتعرف على العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية وفرض الباحث بأنه توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية. واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته عينة البحث واستخدم الباحث مقياس الذكاء الاجتماعي ومقياس السمات الشخصية واستنتج الباحث ان هنالك ارتباط معنوي لعينة البحث بين الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية ويوصي الباحث بضرورة الاهتمام بالسمات الشخصية لما لها دور مهم في التعامل مع الآخرين والتأكيد على أهمية الذكاء الاجتماعي من خلال توجيه الأساتذة لطلاب وكيفية استخدام هذا الذكاء على المنهج الاجتماعي .

الكلمات المفتاحية: الذكاء الاجتماعي , السمات الشخصية , كرة القدم .



1- التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

إن تطور التربية الرياضية في أي بلد يعتمد أولاً وأخيراً على التخطيط العلمي الذي يستخدم العلوم والمعارف بوعي كامل لإرساء مقومات البناء الرياضي وتقديمه على أسس قوية وصلبة ، ومن أهم هذه العلوم الأساسية (علم النفس الرياضي) .

وقد ازداد اهتمام علماء النفس في الربع الأخير من القرن الواحد والعشرون علي تحني ودراسة مفهوم التحمل النفسي باتجاه كشف مستويات هذا التحمل لدى الأفراد وتحديد قدراتهم على مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة وأثارها السلبية المتحققة على صحة الفرد النفسية والجسمية.

من المهم ان يمتلك الفرد مقدار جيد من الذكاء الاجتماعي للطلاب لاسيما طلاب كلية التربية البدنية لكونه يعكس تفاعله وعلاقاته مع الآخرين، إذ إن الطالب لا يمكنه من الانعزال عن الآخرين بل لديه علاقاته مع المجتمع الذي يكون فيه و يجب فهم نفسياتهم وشخصياتهم التي تتكون تحت ذكائه الاجتماعي وقابليته (الكيال احمد،ص16) يعد الذكاء الاجتماعي للفرد من الاساسيات في الشخصية ومن هنا برزت اهمية البحث في التعرف على علاقة مستوى الذكاء الاجتماعي بالسمات الشخصية لطلاب المرحلة الرابعة بكرة القدم.

١ - ٢ مشكلة البحث:-

تكمن مشكلة البحث الحالي في الاجابة عن السؤال الاتي "هل هناك علاقة لمستوى الذكاء الاجتماعي بالسمات الشخصية لطلاب المرحلة الرابعة بكرة القدم.

١ - ٣ اهداف البحث :-

١ - التعرف على الذكاء الاجتماعي و السمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الرابعة



الدراسة المسائية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية .

٢- التعرف على العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الرابعة الدراسة المسائية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية .

1-4 مجالات البحث :-

1-4-1 المجال البشري : - طلاب المرحلة الرابعة الدراسة المسائية البالغ عددهم (٣٠) طالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

١-4-2 المجال الزمني : - الفترة من ١٠/١/٢٠٢٢ لغاية ١٠/٤/٢٠٢٢

١-4-3 المجال المكاني :- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية .

1-5-1 تحديد المصطلحات:-

١ - مستوى الذكاء الاجتماعي: -

يعرف بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الذكاء الاجتماعي والذي يتكون من اختبارين هما : اختبار المواقف السلوكية ، واختبار المواقف

السلوكية اللفظية.(موسى صبحي, 2007, 20)

٢- السمة : في اللغة "وسم : اتسم وصارت له سمة خاصة يعرف بها. وهي في علم النفس صفة ثابتة تميز الفرد عن غيره من الافراد فهي بهذا المعنى تضم المميزات الجسمية والحركية والفعالية والوجدانية والاجتماعية فيعني بأنها تضم القدرات والذكاء والاتجاهات والميول والعادات (ثائر عباس علي, 1992, ص19)

الشخصية : ان الشخصية في اللغة مشتقة من الفعل شخص وشخص الشيء يعني بان وظهر بعد ان كان غائبا اما الشخصية في علم النفس هو كل ما يتصف به الفرد من صفات وسلوك ناجمين من تفاعل ذلك الفرد مع البيئة التي يعيش فيها (نزار الطالب, 1993, ص77)



2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:-

2-1 منهج البحث :-

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة وذلك لملائمته اهداف البحث .

2-2 ١ - مجتمع البحث :-

تم تحديد مجتمع البحث من المجتمع الاصل والمتمثل بطلاب مرحله الرابعة الدراسة مسائي /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية والبالغ عددهم (٩٧) طالب

2-2 ٢- عينة البحث :-

اعتمدت الطريقة العشوائية في اختيار العينة عن طريق القرعة

والبالغ عددهم (٣٠) اي بنسبة (92,٣0%) طالب تم استبعاد (٣) طلاب لتجربة

الاستطلاعية فأصبحت عينة البحث (٢٧) طالب من المجتمع الاصيل .

2-3 ادوات والاجهزة ووسائل جمع البيانات :-

1-المقابلات الشخصية .

2-المصادر والمراجع العربية.

3- استمارة تفرغ المعلومات .

4- مقياس الذكاء الاجتماعي.*ملحق رقم 1.

5- مقياس السمات الشخصية *ملحق رقم 2 .



2-4 المقاييس:-

2-4-1 مقياس الذكاء الاجتماعي:-

وصف المقياس استخدم الباحث مقياس الذكاء الاجتماعي وقام بأعداد المقياس (احمد الغول , 1993) لاختبار المواقف السلوكية اللفظية لأفراد عينة البحث مثل القدرة على التفاعل مع الآخرين وهو يقيس مدى ما يتمتع به الطلاب من قدرة على التفاعل مع الآخرين ويتجلى ذلك في النجاح بالاتصال الجماعي ومعرفة مدى ما يبذله الطلاب من جهد لتحقيق الرضا في العلاقات الاجتماعية وتحقيق توازن مستمر من قبل الطلاب لإشباع الحاجات الشخصية الاجتماعية ومن أجل ذلك تم تصميم اختبار تكون من 30 فقرة احتوت كل فقرة على ثلاث اجابات (دائما , احيانا , نادرا) أنظر الملحق رقم 1.

ميزان التصحيح متدرج حيث تشمل الخانة الاولى (دائما) الحد الاعلى للمشاركة الاجتماعية ولذلك يعطى على الاجابة ثلاث درجات تليها الخانة الثانية (أحيانا) ويحسب لها درجتان أما الخانة نادرا فقد اعطى للاجابة درجة واحدة ويتميز هذا المقياس المواقف السلوكية اللفظية بوجود عبارات سلبية وقد روعي عند التصحيح حيث اعطى للاجابة نادرا 3 درجات وللجابة الثانية احيانا درجتان وللجابة الاولى دائما درجة واحدة فقط وعلمنا ان الوسط الفرضي للمقياس الذكاء الاجتماعي هو اعلى قيمة $90 = 3 \times 30$ ، اقل قيمة $30 = 1 \times 30$

2- 4 - 2 مقياس السمات الشخصية:-

اختبار فرايبورج للشخصية وهو احد الاختبارات لقياس الشخصية المعتمد عالميا والذي جرى تطبيقه على البيئة العراقية الاختبار وضعه في الاصل استاذ علم النفس في جامعة فرايبورج بالمانيا عام 1970 يشتمل على 12 بعد وللاختبار صورة مختصرة ومركزة اعداها بالعربية (محمد حسن علاوي, 1987, ص310) يتكون من ثمانية ابعاد ويشتمل على 56 فقرة يجيب عليها المفحوص ب (نعم) (لا) وقد استخدم الباحث الاختبار لسهولة تطبيقه ومصداقيته وعدم تكلفة العينة عناء ووقت ميزان التصحيح متدرج نعم الحد الاعلى للمشاركة وعليها درجتان والخانة الثانية لا ولها درجة واحدة ويتميز هذا المقياس بوجود عبارات سلبية وقد روعي عند التصحيح حيث اعطى للاجابة لا درجتان وللجابة الثانية نعم درجة واحدة وعلمنا ان الوسط الفرضي للسمات الشخصية هو اعلى



قيمة $56 \times 2 = 122$ ، اقل قيمة $56 \times 1 = 56$

2-5 التجربة الاستطلاعية:-

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها 3 اختيروا بصوره عشوائية وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية التأكد من وضوح تعليمات المقياسان ومدى وضوح الفقرات للطلبة ودرجة استجابتهم لها تجنب الفقرات الغير واضحة وتبديلها بفقرات ملائمة تشخيص المعوقات والسلبيات التي قد تحصل او تصاحب الباحث الاجابة عن التساؤلات والاستفسارات واحتساب زمن الاجابة حوالي دقيقة لكل سؤال

2-6 التجربة الرئيسة :-

تم التطبيق المقاييس على عينة البحث في قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية . حيث بلغ عدد الطلاب (٢٧) طالب من المرحلة الرابعة الدراسة المسائية. بعد ان قام الباحث بتوضيح كيفية الاجابة على كلا المقياسين للطلاب، وتحويل الاجابات الى درجات خام ، ومعالجتها احصائيا على وفق اهداف البحث.

2-7 الوسائل الإحصائية:-

تم استعمال الوسائل الاحصائية الاتية استكمالا للإجراءات البحث الحالي وذلك بواسطة برنامج الحقيبة الاحصائية SPSS



3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

3-1 عرض وتحليل ومناقشة النتائج مقياسي الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية.

جدول (1)

الوسائل الاحصائية	مقياس الذكاء الاجتماعي	مقياس السمات الشخصية
الوسط الحسابي	64,38	88,42
الانحراف المعياري	4,30956	2,94314
معامل الالتواء	0,42	0,60
اقل قيمه	30	56
اكبر قيمه	90	112
الوسط الفرضي	60	84
عدد العينة	27	27

تبين من جدول (١) ، ان افراد عينة البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية حققت الوسط الحسابي في مقياس الذكاء الاجتماعي بلغ (64,38) درجة ، وقيمة الوسط الفرضي بلغت (٦٠) وبانحراف معياري بلغ (4,30956) درجة وبلغ معامل الالتواء (٠٤٢) واقل قيمة حققتها العينة بلغت (٣٠) درجة واكبر قيمة حققتها العينة بلغت (٩٠) درجة ، ولما كانت قيمة الوسط الحسابي اكبر من الوسط الفرضي فهذا يعني ان عينة البحث تتمتع بصفة الذكاء الاجتماعي جيدة ان افراد عينة البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية حققت الوسط الحسابي في مقياس السمات الشخصية بلغ (88,42) درجة ، وقيمة الوسط الفرضي بلغت (٨٤) وبانحراف معياري بلغ (2,94314) درجة وبلغ معامل الالتواء (0,60) واقل قيمة حققتها العينة بلغت (56) درجة واكبر قيمة بلغت (١١٢) درجة ولما كانت قيمة الوسط الحسابي اكبر من الوسط الفرضي فهذا يعني ان عينة البحث تتمتع بصفة السمات الشخصية الجيدة .



2-3 عرض وتحليل ومناقشة النتائج العلاقة بين الذكاء الاجتماعي السمات الشخصية :-

جدول (2) العلاقة بين الذكاء الاجتماعي السمات الشخصية

الوسائل الاحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	نسبة الخطأ	دلالة الارتباط
الذكاء الاجتماعي	64,38	4,30956	0,86	0,003	معنوي
السمات الشخصية	88,42	2,94314			
معنوي عند مستوى دلالة $(0,05) >$					

من الجدول 2 بلغ الوسط الحسابي لمقياس الذكاء الاجتماعي 64,38 وبأنحراف 4,30956 بينما نجد الوسط الحسابي لمقياس السمات الشخصية بلغ 88,42 وبأنحراف معياري 2,94314 وعند اجراء علاقة الارتباط بين المتغيرين اظهر ان قيمة الارتباط بلغت 0,86 وبمستوى خطأ 0,003 عند مستوى دلالة 0,05 وبما ان مستوى الخطأ اقل من مستوى الدلالة فهذا يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية جيدة بين الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية

3-3 مناقشة النتائج :-

من خلال النتائج التي ظهرت في الجدول 2 يتبين انه توجد علاقة ارتباط بين الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية يعزو الباحث من خلال تفسير ارتفاع الذكاء الاجتماعي لدى طلبة الجامعة لطبيعة التخصصات التي درسوا مدى استيعاب لأهمية وثقافة علم النفس في حياة الانسان سواء في حياته الشخصية او في اتصاله المباشر مع الآخرين كما ان معاملة اساتذة قسم علم النفس لهم من (احترام رأي الطالب-تبادل الاراء-الاصغاء- الحرية في النقاش) جعلهم يدركون اهمية اسلوب الاخذ والعطاء لنجاح العلاقات الاجتماعية ومن خلال هذه النتيجة يبرز دور المناخ الجامعي في تشكيل شخصية الطالب وزيادة ثقته بنفسه والاهتمام بالامور الاجتماعية والتعاون مع الآخرين حيث يشير الادب النظري ان العملية التعليمية والجوانب النفسية والاجتماعية لما في ذلك من اثر كبير في مساعدة الافراد على النمو المتوازن وعلى التكيف مع انفسهم وما يحيط من جهة اخرى(صالح



ابوجادو, 2004, 227) ويتفق الباحث مع رأي العالم هيبنر حيث ان طلاب الجامعة لديهم قدره جيده لحل المشاكل (Heppner, 1984, 47) من خلال ان حل المشكلات يخضع لقوانين التعلم اثناء عملية التنشئة الاجتماعية داخل الاسرة والمدرسة والمجتمع وان الجامعة من اعلى مراحل التعلم فأن من الطبيعي ان يكون طلبتها لديهم قدرة جيده على حل المشكلات ويمكن تفسير تفوق طلاب المرحلة الرابعة في ضوء الخبرة التعليمية التي يتعرض لها الطلاب اثناء دراستهم والتي تسهم في تنمية قدرتهم على حل المشكلات وتطويرها وزيادة فاعلية الطلاب الشخصية والاجتماعية وفي الواقع ان حل المشكلات له علاقة بدرجة الذكاء لذلك يعتقد الباحث ان الفرد الذي لديه مستوى جيد من السمات الشخصية لابد ان يمتلك قدرة جيدة على حل المشكلات وهذا يتفق مع رأي العالم happner حيث يشير الى ان حل المشكلات هو تفكير منطقي يعتمد على تطبيق قواعد المنطق وانه شكل من اشكال التفكير يلجأ اليه الفرد في تعامله مع الكثير من المواقف وانه لا يقل اهمية عن انماط التفكير الاخرى مثل التفكير الناقد والتفكير الابتكاري وفي الواقع فأن حل المشكلات له علاقه بدرجة الذكاء والمستوى الانمائي للفرد وبما ان السمه في علم النفس تعد صفه ثابتة نسبيا تميز الفرد عن غيره وهي بهذا المعنى الشامل تضم المميزات الجسمية والحركية والعقلية اي انها تضم الذكاء والقدرات والاتجاهات ويتم احيانا المميز بين السمه والقدرة فقدره الفرد هي ما يستطيع ادائه اما السمه فهي اسلوبه المميز في الاداء (Heppner, 1984, 27) وهذا ما اثبتته نتائج البحث.

4- الاستنتاجات والتوصيات:-

4-1 الاستنتاجات :-

بعد استكمال إجراءات بناء المقياس وتطبيقه ومعالجة النتائج توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

1. تم التوصل الى تأثير مقياس السمات الشخصية لطلاب المرحلة الرابعة بكرة القدم.
2. حققت العينة نسباً عالية في المستوى في جميع ابعاد مقياس السمات الشخصية لطلاب المرحلة الرابعة بكرة القدم.
3. تم التوصل الى إن الذكاء الاجتماعي هو المؤثر الأعلى في دفع الكثير من الطلاب في لعبة كرة القدم مما



يؤثر ايجاباً على مكانة الطلاب وكذلك قدرتهم البدنية والحركية والمهارية وغيرها .

4. ظهور علاقة ايجابية بين مقياس الشخصية والذكاء الاجتماعي، لطلاب المرحلة الرابعة في لعبة كرة القدم.

5. هنالك ارتباط معنوي لعينة البحث بين الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية في موضوع البحث.

4-2 التوصيات:-

1- ضرورة الاهتمام بالسمات الشخصية لما لها دور مهم في التعامل مع الآخرين .

2- التأكيد على اهمية الذكاء الاجتماعي من خلال توجيه الأساتذة لطلاب وكيفية استخدام هذا الذكاء على المنهج الاجتماعي .

3- اجراء بحوث عن الذكاء الاجتماعي وكيفية تطويره .

المصادر

1- الكيال احمد : البيئة النفسية للذكاء الموضوعي والذكاء الاجتماعي والذكاء الشخصي وعلاقته بمستويات تجهيز المعلومات في ضوء الجنس والتخصص الاكاديمي ,مجلة كلية التربية جامعة عين الشمس ,العدد 22,ص16.

2- الغول احمد عبد المنعم محمد: الكفاءة الذاتية والذكاء الاجتماعي وعلاقتهما ببعض العوامل الوجدانية لدى المعلمين التربويين وغير التربويين وانجاز طلابهم الاكاديمي ,رسالة دكتوراه في فلسفة التربية ,جامعة اسيوط ,كلية التربية ,قسم علم النفس ,1993.

3- ثائر عباس علي :السمات الشخصية للاعب التنس وعلاقتها بالانجاز الرياضي ,رسالة ماجستير ,كلية التربية الرياضية ,جامعة بغداد ,1992,ص19.

4- صالح ابو جودو :علم النفس التربوي,ط5,دار المسيرة للنشر والتوزيع ,الاردن ,2004,ص227.

5- موسى صبحي :الذكاء الاجتماعي لدى طلاب الجامعة الاسلامية وعلاقته بالتدين وبعض المتغيرات ,رسالة ماجستير ,كلية التربية ,الجامعة الاسلامية ,غزه ,2007.



6- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : الاختبارات والمهارات النفسية في المجال الرياضي , القاهرة , دار الفكر العربي , 1987, ص 310 .

7- نزار الطالب وكامل لويس : علم النفس الرياضي , بغداد , دار الحكمة للطباعة والنشر , 1993, ص 77.

8- Hepper,p.p,g,w.neal,and l.m,l,Larson:problem solving training as prevention with college students the personal and guidance journal 1984p87

9-Hepper,p.p,g,w.neal,and l.m,l,Larson:problem,. solving training as prevention with college students the personal and guidance journal 1984p27

ملحق (1) مقياس الذكاء الاجتماعي

الرقم	المفردات	نادراً	أحياناً	دائماً
1	استطيع بسهولة ان اغير مجرى الحديث			
2	احب ان اكون مشاركاً في الحديث اكثر من ان اكون مستمعا			
3	حياتي اليومية مليئة بما يثير اهتمامي			
4	استطيع ان ابعث جوا من المرح فيموقف ممل			
5	لا اجد صعوبة في تكوين اصدقاء جدد			
6	عندما اكون وسط مجموعه من الناس فأني عادة اتولى مهمة تقديم بعضهم لبعض			
7	لدي قدرة على الحديث بطلاقة وجذب انتباه الآخرين			
8	لكي احتفظ بصداقه صديقين بينهما عداة احاول ارجاع الود بينهما			
9	من السهل على ان اجد مجالا لحديث مع شخص لا اعرفه			
10	ابادر بالتحدث مع الآخرين حتى وان لم يبدأ معي الحديث			
11	اتمتع بشخصية محبوبة من جانب الآخرين			
12	سلوكي يتفق مع ثقافة مجتمعي الذي اعيش فيه			
13	اتمكن دائما بالاحتفاظ بالجانب الودود لكل واحد			
14	استطيع تكوين اكبر عدد ممكن من العلاقات الاجتماعية			
15	اشترك الناس افراحهم واحزانهم			
16	استطيع جذب انتباه الآخرين عندما اتحدث اليهم			



17	من الضروري متابعة الاحداث والتغيرات التي تجري في مجتمعنا		
18	اقضي فترة في الاتصال والتواصل بالآخرين		
19	ارتبك ان حييت شخصيا كنت اظن ان اعرفه		
20	اشعر بالحرج ان وجدت نفسي بين اناس لا اعرفهم جيدا		
21	ارى ان البعد عن الناس غنيمة		
22	من الصعب علي ان ابدأ محادثة الغرباء		
23	امكث اكثر فتره مع الرفاق		
24	اشعر بكثير من الحساسية اذا اضطرت في بدء المناقشة مع مجموعة من الناس		
25	افضل ان اكون في المؤخرة في الحفلات الاجتماعية		
26	افضل ان اكون وحيدا في معظم اوقاتي		
27	اشعر بالتردد عند مقابلة احدى الشخصيات الهامة		
28	لا احس كثيرا بأهتمامات ومشاعر الآخرين		
29	استمتع بالقيام بكثير من الاعمال بمفردي		
30	ارتبك عند طرح فكره ابدأ بها بالمناقشة		

ملحق (2) مقياس السمات الشخصية

ت	الفقرات	نعم	لا
1	انا دائما مزاجي معتدل		
2	يصعب عليه ان اجد مااقوله عند محاولة التعرف على الناس		
3	احيانا تسرع دقات قلبي او تدق دقات غير منتظمة بدون بذل مجهود عنيف		
4	اشعر احيانا ان دقات قلبي تصل الى رقبتني دون ان اعمل عملا شاقا		
5	افقد السيطرة على اعصابي بسرعه ولكنني استطيع التحكم فيها بسرعه		
6	يحمّر وجهي بسهولة		
7	احيانا اجد متعه كبيره في مضايقة او معاكسة الآخرين		
8	في بعض الاحيان لا احب رؤية الناس في الشارع او في مكان عام		
9	اذا اخطأ البعض في حقي فأنتنب اتمنى ان يصيبهم الضرر		
10	سبق لي القيام بأداء بعض الاشياء الخطره بغرض التسلية او المزاح		



11	اذا اضطرت استخدام القوه البدنية لحماية حقي فأفني افعل ذلك
12	استطيع ان ابعث المرح بسهولة في سهرة ممله
13	ارتبك بسهولة احيانا
14	اعتبر نفسي غير لبق في تعاملي مع الاخرين
15	اشعر احيانا بضيق في التنفس او بضيق في الصدر
16	اتخيل احيانا بعض الضرر الذي قد يحدث نتيجة بعض الاخطاء التي ارتكبتها
17	اخجل من الدخول بمفردي في غرفة يجلس فيها بعض الناس وهم يتحدثون
18	معدتي حساسة اشعر بها بالم
19	يبدو عليه الاضطراب والخوف سريعا
20	عندما اصاب بالفشل فأن ذلك لا يثيرني
21	افعل اشياء كثيرة اندم عليها فيما بعد
22	الشخص الذي يؤذيني اتمنى له الضرر
23	اشعر بأنتفاخ في بطني
24	عندما يغضب احد اصدقائي ادفعه الى الانتقام
25	كثيرا ما افكر ان الحياة لامعنى لها
26	يسعدني ان اظهر اخطاء الاخرين
27	يدور في ذهني غالبا عندما اكون وسط جماعه كبيره احداث مشاجره ولا استطيع مقاومه هذا التفكير
28	يبدو عليه النشاط والحيوية
29	انا من الذين يأخذون الامور ببساطه دون تعقيد
30	عندما يحاول البعض اهابتي فأفني احاول ان اتجاهل ذلك
31	عندما اغضب او اثور فأفني احاول ان اتجاهل ذلك
32	ارتبك عندما اكون مع اشخاص مهمين
33	لا استطيع التحكم في غضبي وضيق
34	احلم لعدة ليال في اشياء اعرف انها لن تتحقق
35	يظهر علي التوتر والارتباك بسهولة
36	انا من الذين يغضبون بسهولة
37	غالبا ماتدور في ذهني افكار غير هامه
38	اجد صعوبات في محاولة النوم



39	اقول غالبا اشياء بدون تفكير واندم
40	كثيرا افكر في حياتي الحالية
41	احب ان اعمل في الناس بعض المقالب غير المؤذية
42	انظر غالبا الى المستقبل بمنتهى الثقة
43	عندما تكون كل الامور ضدي فأنني افقد شجاعتي
44	احب التنكيت على الآخرين
45	عندما اخرج عن شعوري فأنني استطيع غالبا تهدئة نفسي
46	كثيرا ما استثار بسرعه من البعض
47	اجد صعوبة في كسب الآخرين لصفي
48	استطيع ان اصف نفسي لاني شخص متكلم
49	افرح احيانا عند اصابة بعض ممن احبهم
50	افضل ان تلحق بي اصابه بالغه على ان اكون جباناً
51	اميل الى عدم البدء الحديث مع الآخرين
52	في احيان كثيرة افقد قدره على التفكير
53	كثيرا ما غضب بسرعه من الآخرين
54	غالبا ما اشعر بالانهاك والتعب والتوتر
55	احيانا يراودني تفكير بأنني لا اصلح لأي شئ