

# **APPENDICES**

## **Appendix A CONSENT FORM**

### **TITLE OF THE STUDY**

**Self-Concept, Emotional Intelligence and Frustration of High School Children with  
Montessori and Traditional Method of Education Background**

### **INVESTIGATORS**

**Research Scholar**

Ms. Dhiksha. J

Contact No: 9481058500

Email: [dhikshajayanth@gmail.com](mailto:dhikshajayanth@gmail.com)

**Research Guide**

**Dr. Shivakumara K.**

**Associate Professor**

**Department of Psychology**

**Affiliation: Karnatak University, Dharwad.**

**INTRODUCTION:**

You are being invited to participate in a study which aims to measure Social and Emotional development of students. This consent form provides you with the information you will need to consider whether to participate in the study. If you decide to participate, you will be asked to sign this consent.

**STUDY PURPOSE:**

Through this study, we will be able to understand social and emotional development of students of Montessori and Traditional method of education.

**STUDY PROCEDURE AND CONFIDENTIALITY:**

You will be asked to give your response on self-concept, frustration level and emotional quotient. There is no any right or wrong answers. The confidentiality of your responses will be maintained and the information given by you will be used only for research purpose. Your expected duration of participation is 30 - 40 minutes.

**STUDY RISKS:**

Your participation in this study doesn't involve any physical or psychological risk.

**STUDY BENEFITS:**

Benefits to you may include a better understanding regarding your self concept, frustration tolerance and emotional intelligence.

Benefits to educational institutions may include a better understanding of the psychological status of the students.

**STATEMENT OF CONSENT:**

**I acknowledge that I have read the purpose and explanation of this study. All of my questions related to the study have been satisfactorily answered. I understand that my participation is voluntary and that I can withdraw from the evaluation at any time. I agree to participate in this study.**

Signature of study volunteer:

Name:

Date:

**Appendix B**  
**SOCIO-DEMOGRAPHIC DETAILS**

1. Name:

2. Age:

(1)14            (2) 15            (3) 16            (4)17            (5)18

3. Gender:

(1) Male            (2) Female

4. Class:

(1) VIII            (2) IX            (3) X

5. Name of the School:

6. Type of School:

(1) Montessori    (2) Traditional

7. Caste:

8. Religion :

(1) Hindu    (2) Muslim    (3) Christian    (4) Others

9. Domicile:

(1) Urban    (2) Rural

10. Total Family Monthly Income:

11. Birth Order:

(1) First            (2) Second            (3) Third            (4) Fourth and above

12. Family:

(1) Joint            (2) Nuclear

13. Residing with:

(1) Parents            (2) Relatives            (3) Hostel

## Appendix C

### SELF-CONCEPT QUESTIONNAIRE

There are some statements given below with the possible answers. Please read the statements carefully and choose the answer which describes you best by putting tick mark (✓) in the given parenthesis. There is no time limit to answer, but answer as fast as possible.

Example is given below:

What kind of teeth you have? If you think that you have beautiful teeth then please put (✓) in front of empty space provided.

Very beautiful      Beautiful      Normal      Not beautiful      Not at all beautiful  
 (      )      (      )      (      )      (      )      (      )

01S	Do your friends come to you for advice?	Always (      )	Usually (      )	Usually sometimes (      )	Usually not (      )	Never (      )
02P	What do you think about your appearance?	Very beautiful (      )	Beautiful (      )	Satisfactory (      )	Not satisfactory (      )	Ugly (      )
03P	How do you find yourself in doing physical work?	Very strong (      )	Strong (      )	Average (      )	Delicate (      )	Very delicate (      )
04T	How do you find your temperament?	Always cheerful (      )	Cheerful (      )	Normal (      )	Sometimes unhappy (      )	Always unhappy (      )
05E	How do you like school studies?	Very good (      )	Good (      )	Average (      )	Not good (      )	Not good at all (      )
06M	Do you believe in religious customs and traditions?	Very much (      )	Usually (      )	Normally (      )	Sometimes (      )	Never (      )
07I	Do you participate in criticizing others?	Always (      )	Mostly (      )	Generally (      )	Not usually (      )	Never (      )
08S	Do you express your ideas frankly in the presence of others?	Always (      )	Mostly (      )	Normally (      )	Sometimes (      )	Never (      )
09P	How do you like your complexion?	Very beautiful (      )	Beautiful (      )	Normally (      )	Not so beautiful (      )	Ugly (      )
10T	Do you think yourself one of the cheerful person?	Always (      )	Mostly (      )	Normally (      )	No (      )	Never (      )
11I	Do you behave abnormally also?	Always (      )	Mostly (      )	Sometimes (      )	Seldom (      )	Never (      )

12I	Do you think yourself an experienced person?	Highly ( )	Usually ( )	Average ( )	Less experienced ( )	Without any experience ( )
13E	Do you think about your teachers?	Always ( )	Mostly ( )	Normally ( )	Usually Not ( )	Never ( )
14T	Do you think yourself to be a cool tempered man	Very much ( )	Usually ( )	Average ( )	Sometimes disturbed ( )	Much disturbed ( )
15E	Are you regular in doing your home-work assignments	Always ( )	Mostly ( )	Normally ( )	Sometimes ( )	Never ( )
16T	Do you insult others?	Never ( )	Not often ( )	Usually ( )	Mostly ( )	Always ( )
17E	Do you have difficulty in understanding something when the teacher explains in the class?	Never ( )	Usually ( )	Generally ( )	Often feel difficulty ( )	Usually feel difficulty ( )
18I	Do you think if you get an opportunity you can discover something new?	Definitely ( )	Most probably ( )	Probably ( )	Doubtful ( )	Not at all ( )
19T	Do you feel irritated if somebody finds fault with your work?	Never ( )	Usually not ( )	Sometimes ( )	Usually ( )	Always ( )
20P	How do you find your personality?	Most attractive ( )	Attractive ( )	Normal ( )	Unattractive ( )	Totally unattractive ( )
21S	How do you like the company of others?	Always good ( )	Mostly good ( )	Usually good ( )	Sometimes dislike ( )	Never like ( )
22P	How much are you satisfied with your weight?	Fully satisfied ( )	Satisfied ( )	Usually satisfied ( )	Not so satisfied ( )	Unsatisfied ( )
23T	Do you feel irritated while you face petty difficulties?	Never ( )	Mostly not ( )	Generally ( )	Sometimes ( )	Always ( )
24T	Are you coward by nature?	Not at all ( )	Not much ( )	Normal ( )	Usually ( )	Very much ( )
25E	How much are you satisfied with the present position of your studies in the class?	Completely satisfied ( )	Somewhat satisfied ( )	Average ( )	Somewhat dissatisfied ( )	Totally dissatisfied ( )
26E	How do like school examination?	Like very much ( )	Mostly like ( )	Generally like ( )	Seldom like ( )	Never like ( )
27P	How is your voice?	Very good ( )	Good ( )	Normal ( )	Not good ( )	Unsatisfactory ( )
28T	Are you curious to know the end while reading a novel or seeing a movie?	Always ( )	Usually ( )	Normally ( )	No ( )	Not at all ( )

29P	How do you find your health?	Very good ( )	Good ( )	Average ( )	Weak ( )	Feeble ( )
30E	How is your attendance in the class?	Always present ( )	Usually present ( )	Average ( )	Generally absent ( )	Usually absent ( )
31P	How much are you satisfied with your height?	Fully satisfied ( )	Satisfied ( )	Normal ( )	Somewhat dissatisfied ( )	Fully dissatisfied ( )
32E	Do you try to get first position in the test given in the class?	Always ( )	Usually ( )	Generally ( )	Often not ( )	Never ( )
33I	Do you take care of the merits and demerits of a work before doing it?	Always ( )	Usually ( )	Generally ( )	Usually not ( )	Never ( )
34M	Where do you place your self while speaking truth?	Always speak truth ( )	Usually speak truth ( )	Generally speak truth ( )	Usually hesitate in speaking truth ( )	Always have to resort to falsehood ( )
35M	Where do you place yourself in obeying public rules eg. rules pertaining to public places, like road, park, railway station etc.?	Always obey rules ( )	Usually obey rules ( )	Generally obey rules ( )	Usually do not obey rules ( )	Never care for rules ( )
36I	Are you more intelligent than your colleagues?	Certainly more ( )	Usually ( )	Generally ( )	Less ( )	Not at all ( )
37S	Do you take part in organizing it when your classmates go to picnic etc?	Always ( )	Usually ( )	Generally ( )	Usually not ( )	Never ( )
38I	Do you solve yourself the difficulties and problem of your studies?	Always solve ( )	Usually solve ( )	Generally solve ( )	Usually can't solve ( )	Always help to others ( )
39I	How much do you attend artistic aspect of the photograph while seeing or making it?	Give very much attention ( )	Give much attention ( )	Give average attention ( )	Give some attention ( )	Do not give any attention ( )

**40(S) What will you do if you are doing some important work and your friends ask you to accompany them for a walk?**

- a) Will start immediately ( )
- b) Will go after thinking for sometime ( )
- c) Will keep silent ( )
- d) Will not go after thinking for sometime ( )
- e) Will refuse at once ( )

**41(M) While taking the examination you are not able to answer some question and a book of the same subject is lying near you, will you take help of the book?**

- a) Will never do such thing ( )
- b) Do not have the courage to do in spite of will ( )
- c) Generally do not do this ( )
- d) Will use the book if get an opportunity ( )
- e) Will immediately use the book ( )

**42 (M) If you get an opportunity to drink water in the house of so called low caste persons, what will you do?**

- a) Shall take water ( )
- b) Will take water after some consideration ( )
- c) Will care for cleanliness ( )
- d) Will take water but would tell nobody ( )
- e) Will not take water ( )

**43(S) Do you hesitate in mixing with person of opposite sex?**

- a) Do not hesitate at all ( )
- b) Sometimes hesitate ( )
- c) Generally do not hesitate ( )
- d) Usually hesitate ( )
- e) Always hesitate ( )

**44 (M) You are standing in the bus queue for a long time when bus comes, the conductor takes some passengers and stops at your turn because there is no space in the bus, what will you do in these circumstances?**

- a) Will wait for the next bus ( )
- b) Will request the conductor ( )
- c) Will run and try to board the bus ( )
- d) Will push the other passengers and try to board the bus ( )
- e) Will make noise ( )

**45 (M) What will you do if you come to know of immoral character of your friend?**

- a) Will completely break the friendship ( )
- b) Will lessen the friendship ( )
- c) Will continue friendship but will try to make him understand ( )
- d) Will continue friendship as it was ( )
- e) Will strengthen the friendship ( )

**46 (S) You have to do four tasks - a) you have to call the doctor to show your sick brother b) you have to do the preparation for going out the next day c) you have to read novel , d) the friend is going away, you have to go to see him. What will you do in the first place?**

- a) Will call the doctor to show your sick brother (    )
- b) Will prepare for going out (    )
- c) Will read novel (    )
- d) Will go to see the friend (    )
- d) Will not do any of above mentioned work (    )

**47 (M) Your friend gives you one thousand rupees to keep and when you count they are eleven hundred what will you do?**

- a) Will return one hundred rupees to the friend at once (    )
- b) Will tell the friend at once (    )
- c) Will return 1100 rupees while returning them (    )
- d) If the friend does not come to know, will take out one hundred rupees if possible (    )
- e) Shall take out one hundred rupees (    )

**48 (S) Do you like to do the work keeping in mind the desire of other?**

- a) Always do the works keeping in mind the desires of others (    )
- b) Usually do the works keeping in mind the desires of others (    )
- c) Generally do the works keeping in mind the desires of others (    )
- d) Sometimes do not care for the liking of other (    )
- e) Always do according to one's own will (    )



## Appendix D

### EMOTIONAL QUOTIENT INVENTORY

Read each statement and decide which one of the following five possible responses that best describes you. Mark your choice by putting  $\surd$  mark in the space provided below an appropriate answer.

	Items	Not true	Seldom true	Sometimes true	Often true	Always true
1 P	My approach in overcoming difficulties is to move step by step					
2 ST	I know how to deal with upsetting problems					
3 ES	It's fairly easy for me to express feeling					
4 R	I try to see things as they really are, without fantasizing or day dreaming about them					
5 ES	I am in touch with my emotions					
6 S	I feel sure of myself in most situations					
7 IC*	It's a problem controlling my anger					
8 F*	It's difficult for me to begin new things					
9 P	When faced with a difficult situation, I like to collect all information about it that I can					
10 ST	I believe that I can stay top on tough situations					
11 ES*	It's hard for me to share my deep feelings with others					
12 S*	I lack self confidence					
13 F*	It's hard for me to make adjustments in general					
14 P	I like to get an overview of a problem before trying to solve it					
15 IR	I am fairly a cheerful person					
16 ST	I can handle stress, without getting to nervous					
17 ES*	It's hard for me to understand the way I feel					
18 A	When I am angry with others, I can tell them about it					
19 R*	I have had strange experiences that cannot be explained					
20 IR	It's easy for me to make friends					

Items		Not true	Seldom true	Sometimes true	Often true	Always true
21 S	I have good self respect					
22 F*	It's difficult for me to change my opinions about things					
23 PS	When facing a problem, the first I do is stop and think					
24 ST*	I do not hold up well under stress					
25 ES*	I don't express my intimate feelings					
26 R*	People don't understand the way I think					
27 S*	I don't feel good about myself					
28 F	It's easy for me to adjust to new conditions					
29 PS	When trying to solve a problem, I look at each possibility and then decide on the best way					
30 E	I would stop and help a crying child to find his or her parents, even if I had to be somewhere else at this time					
31 IR	I am fun to be with					
32 ST*	I feel that is it hard for me to control my anxiety					
33 A*	When I disagree with someone, I am unable to say so					
34 R*	I tend to fadeout and loose contact with what happens around me					
35 IR*	I don't get along with others					
36 S	It's hard for me to accept myself just the way I am					
37 E	I care what happens to other people					
38 IC*	I am impatient					
39 F	I am able to change my old habits					
40 ST	I know how to keep calm in difficult situations					
41 A*	It's hard for me to say "No" when I want to					
42 R	I get carried away with my imagination and fantasies					
43 S	I am happy with the type of person I am					

Items		Not true	Seldom true	Sometimes true	Often true	Always true
44 IC*	I have strong impulses that are hard to control					
45 F*	It's generally hard for me to make changes in my daily life					
46 PS	In handling the situations that arise, I try to think of as many approaches as I can					
47 A	It is fairly easy for me to tell people what I think					
48 R*	I tend to exaggerate					
49 E	I am sensitive to the feeling of others					
50 IR	I have good relations with others					
51 S	I feel comfortable about my body					
52 F*	It's hard for me to change my ways					
53 ST	I believe in my ability to handle most upsetting problems					
54 A*	Others think that I lack assertiveness					
55 IR	People think that I am sociable					
56 S	I am happy with the way I look					
57 ES*	It's hard for me to describe my feelings					
58 IC*	I have got a bad temper					
59 E	It's hard for me to see people suffer					
60 ST*	I get anxious					
61 E	I avoid hurting other people's feelings					
62 A	It's difficult to stand up for my rights					
63 IR*	I don't keep in touch with friends					
64 S	Looking at both my good and bad points, I feel good about my self					
65 IC*	I tend to explode with anger easily					
66 F*	It would be hard for me to adjust if I were forced to leave my home					

## Appendix E

### FRUSTRATION TEST

1. There are forty interesting questions which you are putting to yourself to answer
2. Each question contains six answers. You are to choose only one by making a tick (✓) in the space provided.
3. Choose answer of your best liking or agreement after a good self searching
4. Attempt all questions without fail and avoid hurry

	Items	Very much	Much	Ordinary	Less	Very less	Not at all
1 R	How much hesitation I find in me when I talk to elders?						
2 F	How much difficulty I experience when changes in living and behaviour become necessary?						
3 Ri	How much useless I think to participate in fairs, shows and social functions?						
4 A	How far it is good to break social tradition when need arises?						
5 R	How much liking do I have in taking counseling and help of my family members in every task and doing it accordingly?						
6 F	How much time do I take in revising opinion once formed about a person?						
7 Ri	How far is it justified to say that happiness does not exist in human life?						
8 A	How much anger do I experience when people do not accept even reasonable things?						
9 R	How much confidence do I lay in other?						
10 F	A man should change his behaviour as situations change. How much difficulty I experience in changing myself according to situations?						
11 Ri	How far do I agree with the statement that `this life is not charming`?						
12 A	How much do I like to be a dashing, and fearless leader?						
13 R	How much do I remember my childhood days?						
14 F	Some incidents of the past life are not forgotten despite efforts. It appears as if they could happen only yesterday. How much do such incidents roam in my mind?						

Items		Very much	Much	Ordinary	Less	Very less	Not at all
15 Ri	How far does the idea of suicide is expected in the mind of a person engrossed with miseries and total hopelessness?						
16 A	How much do I like bloody warriors fighting in a pitched battle?						
17 R	How much do I like to play and to have childlike carelessness?						
18 F	I go on tolerating my friend involved in deceiving me over and over again because doing away with friendship is a difficult affair. How far?						
19 Ri	`Childhood – Youth – Old age, what to say the whole of life is full of miseries.` How far do I feel about it?						
20 A	How far do I believe in the policy of `tit for tat`?						
21 R	How far does the feeling `to become the child again` occur in my mind?						
22 F	How much do I like to continue tradition already operative in the family with making any modification?						
23 Ri	How far do I agree with the proposition `the world has peace nowhere and the life is pulling on just somehow`?						
24 A	How much do I find myself possessed with incidence of anger in day to day life situation?						
25 R	How much do I agree to the fact, `Carefreeness and enjoyment procured by the childhood days, exist nowhere now`?						
26 F	How far do I agree with the statement, `It is better to remain fixated to our habits and view than to change oneself with time`?						
27 Ri	How much can I support the views, `All efforts have been made to get peace and happiness. They were not seen within the world, may be without`?						
28 A	How much I like to keep in my room, a picture in comparison to others, depicting a warrior soldier with a naked sword?						
29 R	How far do you like to listening or relating stories and incidents after sitting comfortably?						

	Items	Very much	Much	Ordinary	Less	Very less	Not at all
30 F	How much time do I usually taken in forgetting heart-pinching behavior?						
31 Ri	How far my life is full of miseries and sorrows?						
32 A	How much do I like to have pitched discussions?						
33 R	How much do I hesitate before superiors in making replies to question I can?						
34 F	`It is good as I am.` How much difficulty I would have in changing myself?						
35 Ri	How much do I agree with the view, “what to say, my luck itself is bad?”						
36 A	How much would I like to contest elections?						
37 R	How much would I like to keep a picture in a comparison to others, depicting life of children?						
38 F	`Daily change of things and daily a new fashion of life is not a desirable thing`. How far do you feel about it?						
39 Ri	How far do I remain troubled by the stresses and storms of the time?						
40 A	How much do I like reading biographies of revolutionaries?						

**Thank You.....**

## “ಸ್ವಯಂ ಪರಿಕಲ್ಪನಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿ”

### ಆದೇಶ:

ಕೆಳಗಿನ ಪುಟಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಎದುರಿಗೆ ಸಂಭವನೀಯ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ನೀವು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಓದಿರಿ ಮತ್ತು ಯಾವ ಉತ್ತರ ಒಪ್ಪುತ್ತದೆಯೋ, ಅದರ ಎದುರಿಗೆ ಇರುವ ಖಾಲಿ ಜಾಗದಲ್ಲಿ (✓) ಚಿಹ್ನೆಯಿಂದ ಗುರುತಿಸಿರಿ. ನೀವು ಒಂದೇ ಉತ್ತರವನ್ನು ಗುರುತಿಸಬೇಕು. ಸಮಯದ ನಿಗದಿಯಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಎಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ. ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಉದಾಹರಣೆ :

ನೀವು ಯಾವ ರೀತಿ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವಿರಿ? ನೀವು ಸುಂದರವಾದ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸಿದರೆ, ನೀವು ಸುಂದರವಾದ ಎಂಬ ಪದದ ಕೆಳಗೆ (✓) ಚಿಹ್ನೆಯನ್ನು ಅದರ ಕೆಳಗಿನ ಖಾಲಿ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿರಿ.

ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾದ ಸುಂದರವಾದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸುಂದರವಲ್ಲದ ಏನೇನು ಸುಂದರವಲ್ಲದ

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೧. ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರು ಬುದ್ಧಿವಾದಕ್ಕೆ ನಿನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಬರುವರೆ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೆಲವು ಸಲ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಲ್ಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೨. ನಿನ್ನ ಬಾಹ್ಯರೂಪದ ಬಗ್ಗೆ ನೀನು ಏನನ್ನು ಯೋಚಿಸುವೆ ?

ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರವಾಗಿದೆ ಸುಂದರವಾಗಿದೆ ಸಮಾಧಾನಕರವಾಗಿದೆ ಸಮಾಧಾನಕರವಾಗಿಲ್ಲ ಕುರೂಪಿ

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೩. ನೀನು ದೈಹಿಕ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ನಿನ್ನನ್ನು ಹೇಗೆಂದು ಗುರುತಿಸುವೆ ?

ಅತ್ಯಂತ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೪. ನಿನ್ನ ಪ್ರಕೃತಿ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಹೇಗೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುವೆ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಉತ್ಸಾಹಭರಿತ ಉತ್ಸಾಹಭರಿತ ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೆಲವು ಸಲ ದುಃಖಿತೃಪ್ತ ಯಾವಾಗಲೂ ದುಃಖಿತೃಪ್ತ

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೫. ನೀನು ಶಾಲೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಹೇಗೆ ಇಷ್ಟ ಪಡುವೆ?

ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ತಮ ಉತ್ತಮ ಸಾಮಾನ್ಯ ಉತ್ತಮವಲ್ಲ ಉತ್ತಮವಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೬. ಧಾರ್ಮಿಕ ಪದ್ಧತಿ ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯವನ್ನು ನೀನು ನಂಬುವೆಯಾ?

ಅತ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚು ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೆಲವು ಸಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ

( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೭. ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಖಂಡನೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ನೀನು ಭಾಗವಹಿಸುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಲ್ಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೮. ಬೇರೆಯವರ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಮನೋಭಾವನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೆಲವು ಸಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೯. ನಿನ್ನ ಬಣ್ಣವನ್ನು ನೀನು ಹೇಗೆ ಇಷ್ಟಪಡುವೆ ?

ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರ ಸುಂದರ ಸಮಾಧಾನಕರ ಸುಂದರವಾಗಿಲ್ಲ ಕುರೂಪಿ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೧೦. ನಿನ್ನನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷಭರಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಎಂದು ನೀನು ಯೋಚಿಸುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೆಲವು ಸಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೧೧. ನೀನು ಅಪಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೂಡ ವರ್ತಿಸುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಲ್ಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೧೨. ನಿನ್ನನ್ನು ಒಬ್ಬ ಅನುಭವಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ನೀನು ಯೋಚಿಸುವೆಯಾ ?

ಬಹಳವಾಗಿ ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಅನುಭವಿ ಯಾವುದೇ ಅನುಭವ ಇಲ್ಲ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೧೩. ನಿನ್ನ ಗುರುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನೀನು ಯೋಚಿಸುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಇಲ್ಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೧೪. ನಿನ್ನನ್ನು ಒಬ್ಬ ಶಾಂತ ಸ್ವಭಾವದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ನೀನು ಯೋಚಿಸುವೆಯಾ ?

ಅತ್ಯಂತಹೆಚ್ಚು ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪತೊಂದರೆಗೊಳಗಾದ ತುಂಬಾತೊಂದರೆಗೊಳಗಾದ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೧೫. ಮನೆಗೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ನಿಯಮಬದ್ಧವಾಗಿರುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕೆಲವು ಸಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೧೬. ಬೇರೆಯವರನ್ನು ನೀನು ಅವಮಾನ ಪಡಿಸುವೆಯಾ ?

ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ ಆಗಾಗ್ಗೆ ಇಲ್ಲ ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಯಾವಾಗಲೂ  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )



೧೭. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಗುರುಗಳು ಏನನ್ನಾದರೂ ವಿವರಿಸುವಾಗ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗುವುದೇ ?

ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ      ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ      ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ      ಕೆಲವು ಸಲ      ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ತೊಂದರೆಪಡುವ  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೧೮. ನಿನಗೆ ಸದಾವಕಾಶ ದೊರೆತರೆ ಏನಾದರೂ ಹೊಸತನ್ನು ಹುಡುಕಬಲ್ಲೆ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುವೆಯಾ ?

ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ      ಬಹುಶಃ ಹೆಚ್ಚು      ಬಹುಶಃ      ಅನುಮಾನಕರ      ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೧೯. ನಿನ್ನ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ತಪ್ಪನ್ನು ಹುಡುಕಿದರೆ ನೀನು ಸಿಟ್ಟಿಗೊಳಗಾಗುವೆಯಾ ?

ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ      ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಲ್ಲ      ಕೆಲವು ಸಲ      ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ      ಯಾವಾಗಲೂ  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೨೦. ನಿನ್ನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ನೀನು ಹೇಗೆ ಕಾಣುವೆ ?

ಬಹಳ ಆಕರ್ಷಣೀಯ      ಆಕರ್ಷಣೀಯ      ಸಾಮಾನ್ಯ      ಆಕರ್ಷಣೀಯಲ್ಲ      ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಆಕರ್ಷಣೀಯಲ್ಲ  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೨೧. ಬೇರೆಯವರ ಸಹವಾಸ/ಒಡನಾಟವನ್ನು ನೀನು ಹೇಗೆ ಇಷ್ಟಪಡುವೆ ?

ಯಾವಾಗಲೂ      ಬಹಳ      ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ      ಕೆಲವು ಸಲ      ಇಷ್ಟಪಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೨೨. ನಿನ್ನ ತೂಕದ ಬಗ್ಗೆ ನೀನು ಎಷ್ಟು ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವೆ ?

ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ      ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವೆ      ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ      ಅಷ್ಟು ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದಿಲ್ಲ      ಅಸಂತೃಪ್ತಿ  
ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವೆ      ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವೆ      ಹೊಂದಿರುವೆ  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೨೩. ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ತೊಡಕುಗಳು ಎದುರಾದಾಗ ನೀನು ಸಿಟ್ಟಿಗೊಳಗಾಗುವೆಯಾ ?

ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ      ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇಲ್ಲ      ಕೆಲವು ಸಲ      ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ      ಯಾವಾಗಲೂ  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೨೪. ಸ್ವಭಾವತಃ ನೀನು ಹೇಡಿಯಾಗಿರುವೆಯಾ ?

ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ      ಹೆಚ್ಚು ಇಲ್ಲ      ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ      ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ      ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೨೫. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಈಗಿನ ಅಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ನೀನು ಎಷ್ಟು ಸಂತೃಪ್ತನಾಗಿರುವೆ ?

ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ      ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ      ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ      ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ      ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ  
ಸಂತೃಪ್ತ      ಸಂತೃಪ್ತ      ಸಂತೃಪ್ತ      ಅಸಂತೃಪ್ತ      ಅಸಂತೃಪ್ತ  
( )                      ( )                      ( )                      ( )                      ( )

೨೬. ಶಾಲೆಯ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನೀನು ಹೇಗೆ ಇಷ್ಟ ಪಡುವೆ ?

ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಇಷ್ಟಪಡುವೆ ( )	ಬಹಳವಾಗಿ ಇಷ್ಟಪಡುವೆ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಷ್ಟಪಡುವೆ ( )	ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ ( )	ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇಷ್ಟಪಡುವುದಿಲ್ಲ ( )
--------------------------------	-----------------------------	---------------------------------	-----------------------	--------------------------------------

೨೭. ನಿನ್ನ ದ್ವನಿ ಯಾವ ರೀತಿ ಇದೆ ?

ಬಹಳ ಉತ್ತಮ ( )	ಉತ್ತಮ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯ ( )	ಉತ್ತಮವಲ್ಲ ( )	ಅಸಂತೃಪ್ತ ( )
------------------	--------------	----------------	------------------	-----------------

೨೮. ಒಂದು ಕಾದಂಬರಿಯನ್ನು ಓದುವಾಗ ಅಥವಾ ಒಂದು ಚಲನಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡುತ್ತಿರುವಾಗ ಅಂತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಕುತೂಹಲಪಡುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ( )	ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ( )	ಇಲ್ಲ ( )	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ ( )
----------------	-------------------	--------------------	-------------	--------------------

೨೯. ನಿನ್ನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ನೀನು ಹೇಗೆ ಕಾಣುವೆ ?

ಬಹಳ ಉತ್ತಮ ( )	ಉತ್ತಮ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯ ( )	ಕೃಷ ( )	ಧುರ್ಬಲ ( )
------------------	--------------	----------------	------------	---------------

೩೦. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಿನ್ನ ಹಾಜರಾತಿ ಹೇಗಿದೆ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಹಾಜರು ( )	ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಹಾಜರು ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಾಜರು ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗೈರುಹಾಜರು ( )	ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಗೈರುಹಾಜರು ( )
-------------------------	----------------------------	-----------------------------	---------------------------------	--------------------------------

೩೧. ನಿನ್ನ ಎತ್ತರದ ಬಗ್ಗೆ ನೀನು ಎಷ್ಟು ಸಂತೃಪ್ತನಾಗಿರುವೆ ?

ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಂತೃಪ್ತನಾಗಿರುವೆ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಂತೃಪ್ತನಾಗಿರುವೆ ( )	ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಸಂತೃಪ್ತನಾಗಿರುವೆ ( )	ಅಸಂತೃಪ್ತನಾಗಿರುವೆ ( )	ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಸಂತೃಪ್ತನಾಗಿರುವೆ ( )
---------------------------------------	---------------------------------------	--	-------------------------	--

೩೨. ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ( )	ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ( )	ಆಗಾಗ್ಗೆ ಇಲ್ಲ ( )	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ ( )
----------------	-------------------	--------------------	---------------------	--------------------

೩೩. ಒಂದು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ಅದರ ಒಳ್ಳೆಯದು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟದರ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ವಹಿಸುವೆಯಾ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ( )	ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇಲ್ಲ ( )	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ ( )
----------------	-------------------	--------------------	-------------------------	--------------------

೩೪. ಸತ್ಯವನ್ನು ಮಾತನಾಡುವಾಗ ನೀನು ನಿನ್ನನ್ನು ಏನೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸುವೆ ?

ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳುವೆ ( )	ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳುವೆ ( )	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳುವೆ ( )	ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳಲು ಹಿಂಜರಿವೆ ( )	ಯಾವಾಗಲೂ ಅಸತ್ಯವನ್ನೇ ಹೇಳುವೆ ( )
------------------------------------	---------------------------------------	--	---	-------------------------------------

೩೫. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅಂದರೆ ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳು, ರಸ್ತೆಗಳು, ಉದ್ಯಾನಗಳು, ರೈಲ್ವೆ ನಿಲ್ದಾಣ ಮುಂತಾದವಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವಲ್ಲಿ ನಿನ್ನನ್ನು ನೀನು ಹೇಗೆ ಪರಿಗಣಿಸುವೆ.

೧. ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವೆ ( )  
 ೨. ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವೆ ( )  
 ೩. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವೆ ( )  
 ೪. ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದಿಲ್ಲ ( )  
 ೫. ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ ( )

೩೬. ನಿನ್ನ ಸಹಪಾಠಿಗಳಿಗಿಂತಲೂ ನೀನು ತುಂಬಾ ಬುದ್ಧಿವಂತನೆ ?

- ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
 ( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೩೭. ನಿನ್ನ ಸಹಪಾಠಿಗಳು ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ (ಉದಾಹರಣೆಗೆ) ಹೋಗುವಾಗ ನೀನು ತಯಾರಿ ನಡೆಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವೆಯಾ ?

- ಯಾವಾಗಲೂ ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಇಲ್ಲ ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ  
 ( ) ( ) ( ) ( ) ( )

೩೮. ನಿನ್ನ ಓದಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಅನಾನುಕೂಲಗಳು ಮತ್ತು ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ನೀನೇ ತಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವೆಯಾ ?

೧. ಯಾವಾಗಲೂ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವೆ ( )  
 ೨. ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವೆ ( )  
 ೩. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವೆ ( )  
 ೪. ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾರೆ ( )  
 ೫. ಯಾವಾಗಲೂ ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಕೇಳುವೆ ( )

೩೯. ಒಂದು ಭಾವಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡುವಾಗ ಅಥವಾ ತಯಾರಿಸುವಾಗ ಅದರ ಸುಂದರತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ಗಮನವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೀಯಾ ?

೧. ಬಹಳ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ ( )  
 ೨. ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ ( )  
 ೩. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಗಮನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ ( )  
 ೪. ಸ್ವಲ್ಪ ಗಮನ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ ( )  
 ೫. ಯಾವುದೇ ಗಮನ ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ ( )

೪೦. ನೀನು ಒಂದು ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರು ವಿಚಾರಕ್ಕೆಂದು ಕರೆದರೆ ನೀನು ಏನು ಮಾಡುವೆ ?

೧. ತಕ್ಷಣ ಹೊರಡುವೆನು ( )  
 ೨. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಯೋಚಿಸಿದ ನಂತರ ಹೊರಡುವೆನು ( )  
 ೩. ಸುಮ್ಮನಿದ್ದು ಬಿಡುವೆ ( )  
 ೪. ಸ್ವಲ್ಪ ಹೊತ್ತು ಯೋಚಿಸಿದ ನಂತರ ಹೊರಡುವುದಿಲ್ಲ ( )  
 ೫. ಒಮ್ಮೆಲೆ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಬಿಡುವೆ ( )

೪೧. ನೀನು ಉತ್ತರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಒಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ನಿನಗೆ ಬೇಕಾದ ವಿಷಯದ ಪುಸ್ತಕವು ನಿನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಇದ್ದಾಗ, ಪುಸ್ತಕದ ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವೆಯಾ ?

- ೧. ಅಂತಹ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ( )
- ೨. ಆಸೆಯಿದ್ದರೂ ಹಾಗೆ ಮಾಡಲು ಧೈರ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ ( )
- ೩. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ( )
- ೪. ಒಂದು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕರೆ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವೆ ( )
- ೫. ತಕ್ಷಣ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವೆ ( )

೪೨. ಕೆಳ ಜಾತಿಯವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿದು ಅವಕಾಶ ದೊರೆತರೆ ನೀನು ಏನು ಮಾಡುವೆ ?

- ೧. ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವೆ ( )
- ೨. ಸ್ವಲ್ಪ ಅನುಮಾನದೊಂದಿಗೆ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವೆ ( )
- ೩. ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಗಾವಹಿಸುವೆ ( )
- ೪. ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವೆ ಆದರೆ ಯಾರಿಗೂ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ ( )
- ೫. ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದಿಲ್ಲ ( )

೪೩. ಅನ್ಯ ಲಿಂಗದವರ ಜೊತೆ ಬೆರೆಯಲು ಹಿಂಜರಿಕೆ ಪಡುವೆಯಾ ?

- ೧. ಹಿಂಜರಿಕೆ ಪಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ ( )
- ೨. ಕೆಲವು ಸಲ ಹಿಂಜರಿಕೆ ಪಡುವೆ ( )
- ೩. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಿಂಜರಿಕೆ ಪಡುವುದಿಲ್ಲ ( )
- ೪. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹಿಂಜರಿಯುವೆ ( )
- ೫. ಯಾವಾಗಲೂ ಹಿಂಜರಿಯುವೆ ( )

೪೪. ಬಹಳ ಸಮಯದವರೆಗೆ ಬಸ್ಸಿಗಾಗಿ ಕಾಯ್ದು ನಂತರ ಬಸ್ಸು ಬಂದಾಗ, ನಿರ್ವಾಹಕನು ಸರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಜನರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನಿನ್ನ ಸರದಿ ಬಂದಾಗ ಬಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳವಿಲ್ಲವೆಂದು ನಿನಗೆ ಬಸ್ಸನ್ನು ಏರುವುದನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀನು ಏನು ಮಾಡುವೆ ?

- ೧. ಮುಂದಿನ ಬಸ್ಸಿಗಾಗಿ ಕಾಯುವೆ ( )
- ೨. ನಿರ್ವಾಹಕನನ್ನು ವಿನಂತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವೆ ( )
- ೩. ಓಡಿ ಬಸ್ಸನ್ನು ಹಿಡಿಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವೆ ( )
- ೪. ಬೇರೆಯ ಪ್ರಯಾಣಿಕರನ್ನು ಎಳೆದು ಬಸ್ಸನ್ನು ಹತ್ತಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವೆ ( )
- ೫. ಕೂಗಾಡುತ್ತೇನೆ ( )

೪೫. ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತನ ದುಷ್ಟ ನಡತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿನಗೆ ತಿಳಿದುಬಂದಾಗ ನೀನು ಏನು ಮಾಡುವೆ ?

- ೧. ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗೆಳತನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡುತ್ತೇನೆ ( )
- ೨. ಗೆಳತನವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ( )
- ೩. ಗೆಳತನವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ ಆತನಿಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ ( )
- ೪. ಗೆಳತನವನ್ನು ಹಿಂದಿನ ಹಾಗೆಯೇ ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತೇನೆ ( )
- ೫. ಗೆಳತನವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತೇನೆ ( )

೪೬. ನೀನು ನಾಲ್ಕು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ?

- ೧) ನಿನ್ನ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಸಹೋದರನನ್ನು ತೋರಿಸಲು ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕರೆತರಬೇಕು
- ೨) ನಾಳೆ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಲು ಸಿದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು
- ೩) ನೀನು ಒಂದು ಕಾದಂಬರಿಯನ್ನು ಓದಬೇಕು
- ೪) ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ ಊರಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ, ಅವನನ್ನು ನೋಡಲು ಹೋಗಬೇಕು

ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೀಯಾ ?

೧. ಅನಾರೋಗ್ಯ ಸಹೋದರನನ್ನು ತೋರಿಸಲು ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕರೆತರುತ್ತೇನೆ ( )
೨. ಹೊರಗೆ ಹೋಗಲು ಸಿದ್ಧತೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತೇನೆ ( )
೩. ಕಾದಂಬರಿಯನ್ನು ಓದುತ್ತೇನೆ ( )
೪. ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ನೋಡಲು ಹೋಗುತ್ತೇನೆ ( )
೫. ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ( )

೪೭. ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ ನಿನ್ನ ಬಳಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು, ಒಂದು ಸಾವಿರ ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ನೀನು ಅವುಗಳನ್ನು ಎಣಿಸಿದಾಗ ೧೧ ನೂರು ರೂಪಾಯಿಗಳು ಇರುತ್ತವೆ, ಆಗ ನೀನು ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀಯಾ?

೧. ತಕ್ಷಣ ಒಂದು ನೂರು ರೂಪಾಯಿಯನ್ನು ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿಸುತ್ತೇನೆ ( )
೨. ತಕ್ಷಣ ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ. ( )
೩. ಹಿಂತಿರುಗಿ ಕೊಡುವಾಗ ೧೧೦೦ ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ( )
೪. ಸ್ನೇಹಿತನಿಗೆ ತಿಳಿಯದಿದ್ದರೆ ಒಂದು ನೂರು ರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ( )
೫. ಒಂದು ನೂರು ರೂಪಾಯಿಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ( )

೪೮. ಬೇರೆಯವರ ಇಚ್ಛೆಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುವೆಯಾ?

೧. ಯಾವಾಗಲೂ ಬೇರೆಯವರ ಇಚ್ಛೆಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ( )
೨. ವಾಡಿಕೆಯಾಗಿ ಬೇರೆಯವರ ಇಚ್ಛೆಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ( )
೩. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬೇರೆಯವರ ಇಚ್ಛೆಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕೆಲಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ( )
೪. ಕೆಲವು ಸಲ ಬೇರೆಯವರ ಇಚ್ಛೆಗಳನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸುವುದಿಲ್ಲ ( )
೫. ಯಾವಾಗಲೂ ನನ್ನದೇ ಇಷ್ಟದ ಪ್ರಕಾರ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ( )

**“ಸಂವೇಗಾತ್ಮಕ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಅಂಶಮಾಲೆ”**

ಈ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ಹೇಳಿಕೆಗಳಿವೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೇಳಿಕೆಯ ಮುಂದೆ ಉತ್ತರಗಳಿವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ಗಮನವಿಟ್ಟು ಓದಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೇಳಿಕೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ವಿವರಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರವನ್ನು ( $\sqrt{\quad}$ ) ಚಿಹ್ನೆ ಮೂಲಕ ಸೂಚಿಸಿರಿ. ನೀವು ನೀಡುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಸರಿ ಹಾಗೂ ತಪ್ಪು ಉತ್ತರಗಳ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ಕಾಲಮಿತಿಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

೧. ಸತ್ಯವಲ್ಲ	೨. ಅಪರೂಪವಾಗಿ ಸತ್ಯ	೩. ಯಾವಾಗಲಾದರೊಮ್ಮೆ ಸತ್ಯ	೪. ಕೆಲವುಸಲ ಸತ್ಯ	೫. ಬಹಳ ಸತ್ಯ
-------------	-------------------	------------------------	-----------------	-------------

ಹೇಳಿಕೆ		೧	೨	೩	೪	೫
೧	ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಪರಿಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮಾರ್ಗವು ಹಂತ-ಹಂತವಾಗಿ ಮುಂದುವರೆಯುವುದಾಗಿರುತ್ತದೆ.					
೨	ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕಲಕುವಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಹೇಗೆ ವ್ಯವಹರಿಸಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ.					
೩	ಭಾವನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನನಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ.					
೪	ಕಲ್ಪನೆ ಅಥವಾ ಹಗಲುಗನಸು ಕಾಣದೇ, ಸಂಗತಿಗಳು ಹೇಗಿವೆ ಹಾಗೆಯೇ ಕಾಣಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ.					
೫	ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.					
೬	ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ನಿಶ್ಚಿತತೆ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.					
೭	ನನ್ನ ಕೋಪವನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡುವುದು ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ.					
೮	ಹೊಸ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು / ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					
೯	ಯಾವಾಗ ಕಷ್ಟಕರ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತೇನೆಯೋ ಆಗ ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಾದ್ಯವೋ ಅಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ.					
೧೦	ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನಾನು ಮೀರಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತೇನೆಂಬ ನಂಬಿಕೆ ನನಗಿದೆ.					
೧೧	ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ನನ್ನ ಆಳವಾದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					
೧೨	ನನಗೆ ಸ್ವನಂಬಿಕೆಯ ಕೊರತೆ ಇದೆ.					
೧೩	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					
೧೪	ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತ ಮೊದಲು ನಾನು ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಅನಿಸಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ.					
೧೫	ನಾನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಬ್ಬ ಸಂತೋಷದಾಯಕ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ.					
೧೬	ಬಹಳ ಆತಂಕಗೊಳ್ಳದೆ ನಾನು ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬಲ್ಲೆ.					
೧೭	ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತಿರುವ ರೀತಿಯನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					

೧೮	ಯಾವಾಗ ನಾನು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಕೋಪಗೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ, ಆಗ ಅವರಿಗೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ.						
೧೯	ನನಗಾಗಿರುವ ವಿಚಿತ್ರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.						
೨೦	ಸ್ನೇಹಿತರನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ.						
೨೧	ನಾನು ಉತ್ತಮ ಸ್ವ-ಗೌರವ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.						
೨೨	ಸಂಗತಿಗಳ/ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನನ್ನ ಅನಿಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.						
೨೩	ಯಾವಾಗ ಸಮಸ್ಯೆ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇನೆಯೋ, ಆಗ ನಿಂತು ಯೋಚಿಸುವುದು ನಾನು ಮಾಡುವ ಮೊದಲ ಕೆಲಸವಾಗಿದೆ.						
೨೪	ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿರುವಾಗ ನಾನು ಅಷ್ಟೊಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿತದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ.						
೨೫	ನನ್ನ ನಿಕಟವಾದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಾನು ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ.						
೨೬	ನಾನು ಯೋಚಿಸುವ ರೀತಿಯನ್ನು ಜನರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.						
೨೭	ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಒಳ್ಳೆಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾವಿಸುವುದಿಲ್ಲ.						
೨೮	ಹೊಸ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ.						
೨೯	ಯಾವಾಗ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿರುತ್ತೇನೆಯೋ, ಆಗ ನಾನು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಕಡೆಗೆ ನೋಡುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ನಂತರ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ಧಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.						
೩೦	ನಾನು ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬೇರೆಡೆಗೆ ಇರಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ ಸಹ ನಾನು ಒಂದು ಮಗುವಿನ ಆಳವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಅವನ/ಅವಳ ಪಾಲಕರನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.						
೩೧	ನನ್ನೊಂದಿಗಿರುವುದು ಸಂತೋಷದಾಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.						
೩೨	ನನ್ನ ಆತಂಕವನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾನು ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.						
೩೩	ಯಾವಾಗ ನಾನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರೊಂದಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲವೋ ಆಗ ಅದನ್ನು ಹೇಳಲು ನಾನು ಅಸಮರ್ಥನಾಗಿದ್ದೇನೆ.						
೩೪	ನನ್ನ ಸುತ್ತ-ಮುತ್ತಲು ಏನು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಜೊತೆಗೆ ನಾನು ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಳೆದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.						
೩೫	ನಾನು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.						
೩೬	ನಾನು ಹೇಗಿದ್ದೇನೆಯೋ ಹಾಗೇ ನನ್ನನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.						
೩೭	ಬೇರೆ ಜನರಿಗೆ ಏನಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ನಾನು ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುತ್ತೇನೆ.						
೩೮	ನಾನೊಬ್ಬ ತಾಳ್ಮೆಯಿಲ್ಲದ ವ್ಯಕ್ತಿ.						
೩೯	ಹಳೆಯ ಹವ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ನಾನು ಸಮರ್ಥನಿದ್ದೇನೆ.						
೪೦	ಕಷ್ಟಕರ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಇರಬೇಕೆಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿದೆ.						

೪೧	ಯಾವಾಗ ನನಗೆ ಅನ್ನಿಸುತ್ತದೆಯೋ ಆಗ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಲು ನನಗೆ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.					
೪೨	ನಾನು ನನ್ನ ಕಲ್ಪನೆ ಅಥವಾ ಭ್ರಮೆಯೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತೇನೆ.					
೪೩	ನಾನು ಯಾವ ರೀತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆಯೋ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ.					
೪೪	ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಲು ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಶಕ್ತಿಶಾಲಿ ಹಠಾತ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ನಾನು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.					
೪೫	ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನನ್ನ ದಿನನಿತ್ಯದ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					
೪೬	ಎದುರಾಗುವಂತ ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಲ್ಲಿ ನಾನು ಎಷ್ಟು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಮಾರ್ಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ.					
೪೭	ನಾನು ಏನು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಜನರಿಗೆ ಹೇಳುವುದು ನನಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ.					
೪೮	ನಾನು ಉತ್ತೇಜ್ಜೆಯ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯವನಾಗಿದ್ದೇನೆ.					
೪೯	ಬೇರೆಯವರ ಭಾವನೆಗಳೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತೇನೆ.					
೫೦	ನಾನು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.					
೫೧	ನನ್ನ ದೇಹದ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಸಮಾಧಾನ ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.					
೫೨	ನನ್ನ ರೀತಿಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					
೫೩	ಹೆಚ್ಚು ಆತಂಕಗೊಳಿಸುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ ನನ್ನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದಲ್ಲಿ ನನಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಇದೆ.					
೫೪	ನನಗೆ ದೃಢತೆಯ ಕೊರತೆ ಇದೆ ಎಂದು ಬೇರೆಯವರು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ.					
೫೫	ನಾನು ಸಮಾಜಶೀಲ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ಜನರು ಯೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ.					
೫೬	ನಾನು ಹೇಗೆ ಕಾಣುತ್ತೇನೆ ಅದರೊಂದಿಗೆ ಸಂತೋಷವಾಗಿದ್ದೇನೆ.					
೫೭	ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					
೫೮	ನಾನು ಕೆಟ್ಟ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ.					
೫೯	ಜನರು ನರಳುವುದನ್ನು ನೋಡುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					
೬೦	ನಾನು ಆತಂಕಕ್ಕೊಳಗಾಗುತ್ತೇನೆ.					
೬೧	ಬೇರೆ ಜನರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನೋಯಿಸುವುದರಿಂದ ನಾನು ದೂರವಿರುತ್ತೇನೆ.					
೬೨	ನನ್ನ ಹಕ್ಕುಗಳಿಗಾಗಿ ಹೋರಾಡುವುದು ನನಗೆ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿದೆ.					
೬೩	ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ನಾನು ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ.					
೬೪	ನನ್ನ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣಗಳು ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟಗುಣಗಳ ಕಡೆ ನೋಡಿದಾಗ, ನಾನು ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ.					
೬೫	ನಾನು ಕೋಪದಿಂದ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕೆರಳುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯವನಾಗಿದ್ದೇನೆ.					
೬೬	ಒಂದು ವೇಳೆ ಒತ್ತಾಯ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ನನ್ನ ಮನೆಯನ್ನು ಬಿಡುವುದಾದರೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳಲು ನನಗೆ ಬಹಳ ಕಷ್ಟವಾಗುವುದು.					



**“ಆಶಾಭಂಗ ಪರೀಕ್ಷೆ”**

ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ಗಮನವಿಟ್ಟು ಓದಿರಿ

೧. ಕೆಳಗಿನ ಉಂ ಕುತೂಹಲಕಾರಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಅನ್ವಯವಾಗುವಂತೆ ಉತ್ತರ ನೀಡಬೇಕು.
೨. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯು ಆರು ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ, ನೀವು ಒಂದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಗುರ್ತಿಸುವ ಮೂಲಕ ಉತ್ತರ ನೀಡಬೇಕು.
೩. ಉತ್ತಮವಾದ ಆತ್ಮಾವಲೋಕನದ ನಂತರ ತುಂಬಾ ಇಷ್ಟವಾದ ಅಥವಾ ಒಪ್ಪುವಂತಹ ಉತ್ತರವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿರಿ.
೪. ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರ ನೀಡಿರಿ.
೫. ಆತುರವಿಲ್ಲದೆ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ.
೬. ಸಂಕೋಚ ಪಡದೆ, ಉತ್ತರಿಸಲು ಏನೇ ತೊಂದರೆಗಳಿದ್ದರೂ ನನ್ನ ಬಳಿ ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿರಿ.

ಹೇಳಿಕೆಗಳು	ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು	ಹೆಚ್ಚು	ಸಾಧಾರಣ	ಕಡಿಮೆ	ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ	ಇಲ್ಲವೇ ಇಲ್ಲ
೧ ಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ನಾನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಂಕೋಚ ಕಾಣುತ್ತೇನೆ?						
೨ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾದಾಗ ನಾನು ಎಷ್ಟು ತೊಂದರೆ ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ?						
೩ ಜಾತ್ರೆಗಳು, ಪ್ರದರ್ಶನಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ನಾನು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಲ್ಲ ಎಂದು ಯೋಚಿಸುತ್ತೇನೆ ?						
೪ ಅಗತ್ಯವು ಉದ್ಭವಿಸಿದಾಗ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳನ್ನು ಮುರಿಯುವುದು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸರಿ?						
೫ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ನಾನು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯರ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಸಹಾಯವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರಲು ಇಚ್ಛೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವೆ?						
೬ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಂದಿದ ಯಾವುದೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಮರುಪರಿಶೀಲಿಸಲು ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ನನಗೆ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ?						
೭ ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವೆಂಬುದು ಇರುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸಮರ್ಥಿಸುವುದು ಎಷ್ಟು ಸರಿ?						
೮ ಬೇರೆಯವರು ಸರಿಯಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಸ್ವೀಕರಿಸದಿದ್ದಾಗ ಎಷ್ಟು ನನಗೆ ಕೋಪ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ?						
೯ ಬೇರೆಯವರ ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟು ನಾನು ನಂಬಿಕೆಯಿಡುತ್ತೇನೆ?						
೧೦ ಸಂದರ್ಭಗಳು ಬದಲಾದಂತೆಲ್ಲಾ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತ ಇರಬೇಕು. ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಬದಲಾಗುವುದು ನನಗೆ ಎಷ್ಟು ಕಷ್ಟವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ ?						

೧೧	“ಈ ಜೀವನವು ಆಕರ್ಷಣೆಯಾಗಿಲ್ಲ” ಎಂಬ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ನಾನು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ?						
೧೨	ಒಬ್ಬ ಧೈರ್ಯವಂತ ಮತ್ತು ಮುನ್ನುಗ್ಗುವ ನಾಯಕನಾಗಲು ನಾನು ಎಷ್ಟು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇನೆ?						
೧೩	ನನ್ನ ಬಾಲ್ಯದ ದಿವಸಗಳನ್ನು ನಾನು ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ?						
೧೪	ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ನಡೆದ ಕೆಲವು ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಮರೆಯಬೇಕೆಂದರು ಮರೆಯಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವು ನಿನ್ನ ಯಷ್ಟು ನಡೆದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಎಷ್ಟು ಇಂತಹ ಸಂಗತಿಗಳು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸುಳಿದಾಡುತ್ತವೆ?						
೧೫	ಸಂಕಟದಲ್ಲಿರುವ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿರಾಶೆಗೊಳಗಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಅತ್ಯಹತ್ಯೆಯ ಯೋಚನೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ?						
೧೬	ಒಂದು ಕಾವೇರಿದ ಯುದ್ಧದಲ್ಲಿ ಹೋರಾಡುತ್ತಿರುವ ರಕ್ತಸಿಕ್ತ ಹೋರಾಟಗಾರರನ್ನು ನಾನು ನೋಡಲು ಎಷ್ಟು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ?						
೧೭	ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಾನು ಮಗುವಿನಂತೆ ಆಡಲು ಮತ್ತು ಮಗುವಿನಂತಹ ಆಲಕ್ಷ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ?						
೧೮	ನನ್ನನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಮೋಸಗೊಳಿಸುವ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಸಹಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತೇನೆ ಏಕೆಂದರೆ ಸ್ನೇಹಿತನನ್ನು ಬಿಡುವುದು ಕಷ್ಟದ ವಿಚಾರವಾಗಿದೆ. ಇದು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಸತ್ಯ?						
೧೯	‘ಬಾಲ್ಯ - ಯೌವನ - ಮುಪ್ಪುತನ ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟಕರವಾದುದು’ ಎಂಬುದನ್ನು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಾನು ಇವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೀಗೆಂದುಕೊಳ್ಳುವೆ?						
೨೦	“ಏಟಿಗೆ ಎದುರೇಟು” ಎಂಬ ನೀತಿಯನ್ನು ನಾನು ಎಷ್ಟು ನಂಬುತ್ತೇನೆ?						
೨೧	‘ಮತ್ತೆ ಮಗುವಾಗಬೇಕು’ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸಲ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ ?						
೨೨	ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ಚಲಾವಣೆಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸಂಪ್ರದಾಯವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾರ್ಪಾಟಿನೊಂದಿಗೆ ಮುಂದುವರಿಸಲು ನಾನು ಎಷ್ಟು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇನೆ ?						
೨೩	‘ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿಯೂ ಶಾಂತಿಯೆಂಬುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಜೀವನ ಅನ್ನೋದು ಹೇಗೋ ನಡೆಯುತ್ತಾ ಇದೆ’, ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಾನು ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ ?						
೨೪	ಪ್ರತಿನಿತ್ಯದ ಜೀವನದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ಕೋಪಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುವ ಎಷ್ಟು ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಎದಿರುಸುತ್ತೇನೆ ?						

೨೫	“ಬಾಲ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಳೆದ ಜವಾಬ್ದಾರಿರಹಿತ ಮತ್ತು ಆನಂದದ ದಿವಸಗಳು ಮತ್ತೆ ಎಲ್ಲೂ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ” ನಾನು ಎಷ್ಟು ಈ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ?						
೨೬	“ನಮ್ಮ ನಿಲುವುಗಳು ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಸಮಯಾನುಸಾರ ಬದಲಾಯಿಸದೆ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮವಾಗಿದೆ” ಈ ಸಾಲುಗಳನ್ನು ನಾನು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ ?						
೨೭	“ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸುಖವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಮಾಡುವುದು, ಆದರೆ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಇರುವುದಿಲ್ಲ” ನಾನು ಎಷ್ಟು ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ?						
೨೮	ಬೇರೆಯದಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ಖಡ್ಗದೊಂದಿಗೆ ನಿಂತಿರುವ ಸಿಪಾಯಿಯ ಚಿತ್ರವನ್ನು ನಾನು ನನ್ನ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಡಲು ಎಷ್ಟು ಬಯಸುತ್ತೇನೆ?						
೨೯	ಸಮಾಧಾನವಾಗಿ ಕುಳಿತ ಮೇಲೆ ನಾನು ಕಥೆಗಳನ್ನು ಅಥವಾ ನಡೆದ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಲು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ?						
೩೦	ಹೃದಯ ನೋಯಿಸುವಂತಹ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ಮರೆಯಲು ನನಗೆ ಎಷ್ಟು ಸಮಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ?						
೩೧	ನನ್ನ ಜೀವನವು ನೋವು ಮತ್ತು ದುಃಖಗಳಿಂದ ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿದೆ ?						
೩೨	ಏರುದನಿಯ ವಾದವಿವಾದಗಳನ್ನು ನಾನು ಎಷ್ಟು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇನೆ ?						
೩೩	ಹಿರಿಯರ ಮುಂದೆ ಉತ್ತರಿಸಬಹುದಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲು ಎಷ್ಟು ಸಂಕೋಚ ಪಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ?						
೩೪	“ನಾನು ಈಗಿನಂತೆ ಇರುವುದು ಸರಿ”, ನನ್ನನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಎಷ್ಟು ತೊಂದರೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇನೆ?						
೩೫	“ಏನು ಹೇಳಲಿ, ನನ್ನ ಅದೃಷ್ಟವೆ ಎಲ್ಲಾ ತಂದಿತು” ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ನಾನು ಎಷ್ಟು ಒಪ್ಪುತ್ತೇನೆ?						
೩೬	ಚುನಾವಣೆಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಧಿಸಲು ನಾನು ಎಷ್ಟು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ?						
೩೭	ಬೇರೆಯದಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಮಕ್ಕಳ ಜೀವನವನ್ನು ವಿವರಿಸುವ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಎಷ್ಟು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇನೆ?						
೩೮	‘ದಿನವೂ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದು ಮತ್ತು ದಿನವೂ ಒಂದು ಹೊಸ ನಮೂನೆಯ ಜೀವನವು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ; ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಯೋಚಿಸುವೆ?						

೨೯	ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ನಾನು ಒತ್ತಡಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳ ಹೊಡೆತಗಳಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗುತ್ತಾ ಇದ್ದೇನೆ?						
೪೦	ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಿಗಳ ಆತ್ಮಚರಿತ್ರೆಯನ್ನು ಓದಲು ನಾನು ಎಷ್ಟು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇನೆ?						

ಧನ್ಯವಾದಗಳು...