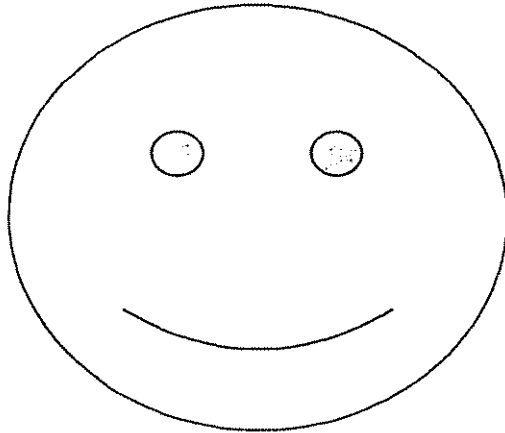




पारिजात

સંવેગાત્મક બુધ્ધિસ્તર
સંશોધનિકા

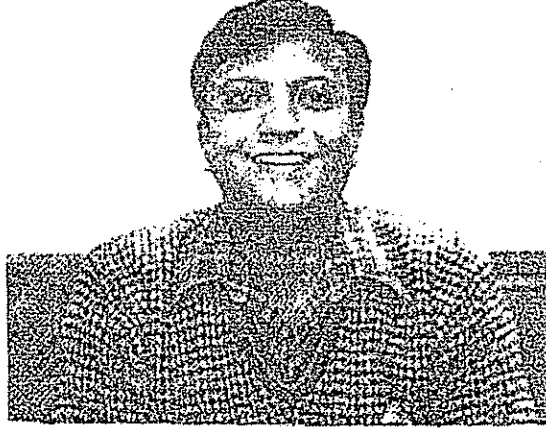
નામ:-.....વર્ષ:-.....
વિદ્યાલય:-.....ધોરણ:-.....
ધર્મ:-.....તારીખ:-.....
સ્થાન(શહેર/ગ્રામીણ):-.....
પરિવાર(સંયુક્ત/વિભક્ત):-.....
પરિવારનાં સભ્યો ની સંખ્યા :-.....ભાઈ:-.....બહેન:-.....



વિભાગ - ૧
સંવેગો ની ઓળખ (Identification of emotions)

⇒ સૂચના:-

તસ્વીર ને જોઈ ઓળખી બતાવો કે તસ્વીર (ચિત્ર) માં કયા-કયા સંવેગ છે. બધા સંવેગો મા કોઈ એક ખાનામાં ચોરસમાં ખરાની નિશાની કરો.

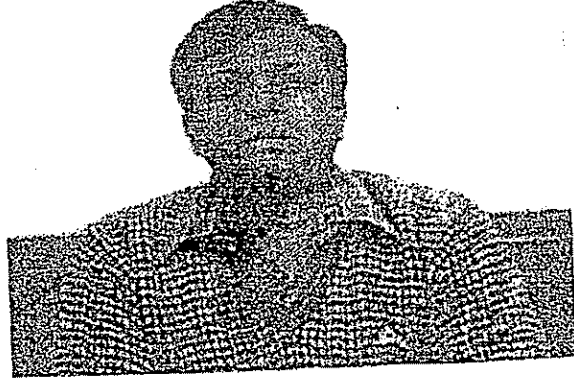


ચિત્ર નં.-૧

અ	ગુસ્સો	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
બ	દુઃખ	જરા પણ દુઃખ દુઃખ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ખુશી ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
ડ	ડર	જરા પણ ડર ડર નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ડર <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ડર <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ડર <input type="checkbox"/>
ઈ	આશ્ચર્ય	જરા પણ આશ્ચર્ય આશ્ચર્ય નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>

⇒ સૂચના:-

તસ્વીર ને જોઈ ઓળખી બતાવો કે તસ્વીર(ચિત્ર) માં કયા-કયા સંવેગ છે.બધા સંવેગો મા કોઈ એક ખાનામાં ચોરસમાં ✓/ ખરાની નિશાની કરો.

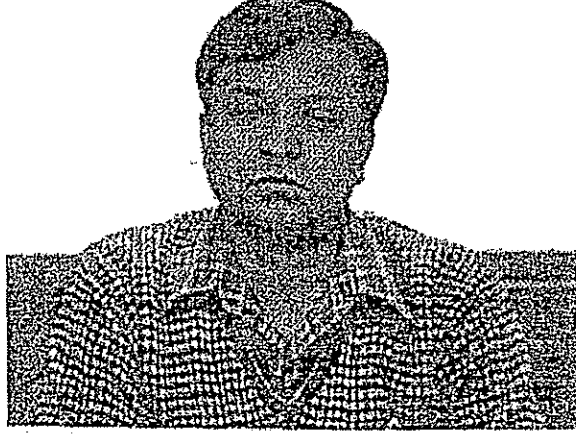


ચિત્ર નં.-૨

અ	ગુસ્સો	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
બ	દુઃખ	જરા પણ દુઃખ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
ડ	ડર	જરા પણ ડર નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ડર <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ડર <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ડર <input type="checkbox"/>
ઈ	આશ્ચર્ય	જરા પણ આશ્ચર્ય નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>

⇒ સૂચના:-

તસ્વીર ને જોઈ ઓળખી બતાવો કે તસ્વીર(ચિત્ર) માં કયા-કયા સંવેગ છે.બધા સંવેગો મા કોઈ એક ખાનામાં ચોરસમાં ખરાની નિશાની કરો.



ચિત્ર નં.-૩

અ	ગુસ્સો	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
બ	દુઃખ	જરા પણ દુઃખ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
ડ	ડર	જરા પણ ડર નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ડર <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ડર <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ડર <input type="checkbox"/>
ઈ	આશ્ચર્ય	જરા પણ આશ્ચર્ય નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>

⇒ સૂચના:-

તસ્વીર ને જોઈ ઓળખી બતાવો કે તસ્વીર(ચિત્ર) માં કયા-કયા સંવેગ છે.બધા સંવેગો મા કોઈ એક ખાનામાં ચોરસમાં ખરાની નિશાની કરો.



ચિત્ર નં.-૪

અ	ગુસ્સો	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
બ	દુઃખ	જરા પણ દુઃખ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
ડ	ડર	જરા પણ ડર નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ડર <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ડર <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ડર <input type="checkbox"/>
ઈ	આશ્ચર્ય	જરા પણ આશ્ચર્ય નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>

⇒ સૂચના:-

તસ્વીર ને જોઈ ઓળખી બતાવો કે તસ્વીર(ચિત્ર) માં કયા-કયા સંવેગ છે.બધા સંવેગો મા કોઈ એક ખાનામાં ચોરસમાં ખરાની નિશાની કરો.



ચિત્ર નં.-૫

અ	ગુસ્સો	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
બ	દુઃખ	જરા પણ દુઃખ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
ડ	ડર	જરા પણ ડર નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ડર <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ડર <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ડર <input type="checkbox"/>
ઈ	આશ્ચર્ય	જરા પણ આશ્ચર્ય નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>

⇒ સુચના:-

આ વાર્તાઓ ને વાંચીને કહો કે, આ વાર્તાઓ માં કયા-કયા ભાવો કેટલી માત્રામાં છે. પ્રત્યેક કોલમની સામે કોઈ પણ એક ચોરસમાં ખરાની નિશાની કરો.

પ્રશ્ન-૬

વાર્તા નં.-૧

આ વાર્તા પાંચમાં ધોરણમાં ભણતા વિદ્યાર્થી રામની છે.

રામ એના મામા નાં લગ્નમાં ઈલ્લાબાદ ગયો હતો, ત્યા તેની મુલાકાત તેના જુના મિત્ર શ્યામ સાથે થઈ. શ્યામને જોતાજ રામને ખૂબજ આનંદ થયો. બન્ને મિત્રો એ લગ્નમાં ખૂબજ આનંદ કર્યો. રાત્રે બન્ને મિત્રો પોતાનાં જુના દિવસો ને યાદ કરવા લાગ્યા કે અપ્પુઘર ગયા હતા ત્યારે કેવા હોડી આકાર નાં હિચકા, બાળકો માટેની રેલગાડી નો આનંદ લીધો હતો અને ત્યા જે પ્રાણી હતા તેની સાથે સમય પસાર કર્યો હતો. શ્યામે કિંધુ કે, રામ દિલ્લીમાં રહે છે તેથી ગમ્મેત્યારે આ બધા આનંદ લઈ શકે છે. જે શ્યામ ઈલ્લાબાદ આવવાથી નથી આનંદ કરી શકતો. આ બધું સાંભળી રામ વિચારોમાં ખોવાય જાય છે અને વિચારે છે કે, પોતે કેટલો ભાગ્ય શાળી છે કે તે દિલ્લીમાં રહી તે બધા આનંદ લઈ શકે છે જે તેના બીજા મિત્રો ખાલી સપના જોયા કરે છે. મિત્રોની સાથે કરેલ વાતો અને લગ્નમાં સાથે રહેલ સમયે રામના આનંદ ને બમણો કરી નાખ્યો. રામ ભગવાનને પ્રાર્થના કરવા લાગ્યો કે, તેનું જીવન આમજ આનંદમાં પસાર થાય. આ વાર્તા વાંચી એ કહો કે, રામ કઈ-કઈ ભાવના કેટલી માત્રામાં અનુભવે છે.

અ	ઈર્ષા	જરા પણ ઈર્ષા નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઈર્ષા <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઈર્ષા <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ઈર્ષા <input type="checkbox"/>
બ	ઉત્સાહ	જરા પણ ઉત્સાહ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઉત્સાહ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઉત્સાહ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ઉત્સાહ <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
ડ	શાંત	જરા પણ શાંત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો શાંત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે શાંત <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે શાંત <input type="checkbox"/>
ઈ	સ્વિકૃતિ	જરા પણ સ્વિકૃતિ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો સ્વિકૃતિ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે સ્વિકૃતિ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે સ્વિકૃતિ <input type="checkbox"/>
ફ	ઉત્તેજના (ગુસ્સો)	જરા પણ ઉત્તેજના નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઉત્તેજના <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઉત્તેજના <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ઉત્તેજના <input type="checkbox"/>

હું દિલ્લી ની એક નિશાળનો સાતમાં ધોરણનો વિદ્યાર્થી છું. આ નિશાળ મારા માટે સાવ નવી છે. હું ત્રણ મહિના પહેલા જ અહિયા આવ્યો છું. ગયા વર્ષ સુધી મારા ઘરની નજીકી એક શાળામાં ભણતો હતો. ત્યા મારા ધોરણનો બધાથી હોશિયાર વિદ્યાર્થી મોહન મારો પાકો મિત્ર હતો. અને વર્ગમાં આખું વર્ષ તેની સાથે રહી ને અભ્યાસ/વાંચન કર્યું છે. ગણીત, અંગ્રેજી, સંસ્કૃત જેવા અઘરા વિષયો મા મોહને મારી ખૂબ જ મદદ કરી છે. પરીક્ષાનાં બે મહિના પહેલા અમે મિત્રોએ મળીને ખૂબ જ અભ્યાસ કર્યો પણ પરીક્ષા નું પરીણામ આવ્યું ત્યારે હમ્મેશની જેમ મારો ત્રીજો નંબર આવ્યો અને ગણીતમા માત્ર એક ગુણ વધારે મળ્યો એટલે પાસ થયો. મને વિશ્વાસ હતો કે, મને સારા ગુણ મળશે. જોકે નવી શાળામાં શિક્ષક અને વિદ્યાર્થી બધા સારા છે અને અભ્યાસમા મને જે મુશ્કેલી પડે છે તો તે મદદ કરે છે. પણ મારા જુના પરિણામો જોઈ ને મને લાગે છે કે, કદાચ આ વખત. પણ મને સારા ગુણ નહી મળે.

અ	ગુસ્સો	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
બ	શર્મ	જરા પણ શર્મ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો શર્મ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે શર્મ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે શર્મ <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
ડ	ડરલ	જરા પણ ડરલ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ડરલ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ડરલ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ડરલ <input type="checkbox"/>
ઈ	આઘાત	જરા પણ આઘાત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આઘાત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે આઘાત <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે આઘાત <input type="checkbox"/>
ફ	સ્વીકૃતિ	જરા પણ સ્વીકૃતિ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો સ્વીકૃતિ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે સ્વીકૃતિ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે સ્વીકૃતિ <input type="checkbox"/>
ગ	ચિંતા	જરા પણ ચિંતા નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ચિંતા <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ચિંતા <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ચિંતા <input type="checkbox"/>

હું અને મારો ભાઈ રોહિત બન્ને પાંચમા ધોરણમાં ભણીએ છીએ.અમે બન્ને સાથે શાળાએ આવિએ જઈએ છીએ.શાળા એ થી ઘરે આવતા જ હું મારૂ ગૃહકામ(લેશન) કરવા માંડુ છું અને રોહિતને પણ ગૃહકામ કરવા કહુ છું.પણ તે મારી વાત માનતો નથી અને રમવા ચાલ્યો જાય છે.ઘણીવાર તો એ પોતાના મિત્રો ને પણ ઘરે લઈ આવે છે અને ક્યારેક રેડીયો કે ટી.વી શરૂ કરી મારા ગૃહકામ માં ખલેલ પહોચાડે છે.તે પોતાના બિચ્ચા ખર્ચનાં પૈસા પણ ખર્ચી નાખે છે અને ક્યારેક – ક્યારેક ખોટું બોલી મારા પૈસા પણ લઈ જાય છે.બધાથી ખરાબ મને ત્યારે લાગે છે જ્યારે હું આ બધું મા ને કહુ છું ત્યારે તે પણ એવું કહે છે કે,રોહિત હજી નાનો છે,મોટો થાશે ત્યારે સમજી જશે.

અ	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
બ	ભયભિત	જરા પણ ભયભિત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ભયભિત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ભયભિત <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ભયભિત <input type="checkbox"/>
ક	દુઃખી	જરા પણ દુઃખી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો દુઃખી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે દુઃખી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે દુઃખી <input type="checkbox"/>
ડ	સ્વીકૃતિ	જરા પણ સ્વીકૃતિ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો સ્વીકૃતિ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે સ્વીકૃતિ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે સ્વીકૃતિ <input type="checkbox"/>
ઈ	તોફાની	જરા પણ તોફાની નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો તોફાની <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે તોફાની <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે તોફાની <input type="checkbox"/>
ફ	પ્રસન્ન ચિત	જરા પણ પ્રસન્ન ચિત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો પ્રસન્ન ચિત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે પ્રસન્ન ચિત <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે પ્રસન્ન ચિત <input type="checkbox"/>

હું અને રાકેશ બન્ને એક જ મકાનમા સામ-સામે રહિએ છીએ.રાકેશનું વાત-વાત માં ગસ્સે થવું,કારણ વગર બીજા ઉપર દોષ નાખવો અને નાની નાની વાતમાં ચિડાઈ જવાના સ્વભાવથી હું ખુબજ અસ્વસ્થતા અનુભવુ છું.મારા ઘરે દૈનિક જાગરણ અને રાકેશ ને ત્યા જન સત્તા સમાચાર પત્ર(છાપુ) આવે છે.ફળીયુ એક જ હોવાથી સમાચાર પત્ર(છાપુ) આપવા વાળો બન્ને સમાચાર પત્ર(છાપુ) એક જ સાથે ફેકીને ચાલ્યો જાય છે.સમાચાર પત્ર(છાપુ) લાવવાનું કામ મોટાભાગે પિતાજી જ કરે છે.પણ હું ક્યારેક મારા પાળેલા કુતરાને સમાચાર પત્ર(છાપુ) લેવા મોકલી દઉ છું.એક દિવસ ની વાત છે કે મેં ટોમીને સમાચાર પત્ર(છાપુ) લેવા મોકલ્યો અને તે મારૂ અને રાકેશ બન્નેનું સમાચાર પત્ર(છાપુ) ભુલમા લઈ આવ્યો.હું રાકેશ નું સમાચાર પત્ર(છાપુ) દેવાજ જઈ રહ્યો હતો તેવામાં સામે રાકેશ આવ્યો અને જોર જોર થી બુમો પાડવા લાગ્યો કે ટોમી દરોજ તેનું સમાચાર પત્ર(છાપુ) લઈ આવે છે.મને લાગે છે કે તે મારા ટોમીની ઈર્ષા કરે છે.કેમકે તેની પાસે આવો સારો કુતરો નથી.મારી નિશાળનો સાથી સુરેશ ખૂબજ શાંત સ્વભાવ નો છોકરો છે તથા મુશ્કેલીનાં સમયમાં પોતાની વિરજ નથી ગુમાવ તો.હું હમ્મેશા વિચારૂ છું કે,હું પણ સુરેશની જેમ પોતાની ભાવનાઓ પર નિયંત્રણ રાખી શકુ તો કેવું સારૂ.

અ	ગુસ્સો	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
બ	દુઃખ	જરા પણ દુઃખ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે દુઃખ <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
ડ	ઉદાસી	જરા પણ ઉદાસી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઉદાસી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઉદાસી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ઉદાસી <input type="checkbox"/>
ઈ	આશ્ચર્ય	જરા પણ આશ્ચર્ય નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધાર આશ્ચર્ય <input type="checkbox"/>
ફ	ચિડયો	જરા પણ ચિડયો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ચિડયો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ચિડયો <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધાર ચિડયો <input type="checkbox"/>
ગ	પરમાનંદ	જરા પણ પરમાનંદ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો પરમાનંદ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે પરમાનંદ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધાર પરમાનંદ <input type="checkbox"/>

રામ મારા ધોરણમા ભણે છે.તે એક ગરીબ પરિવારનો છોકરો છે.ગયા વર્ષે એક ઘટનામા તેના પિતાનું મૃત્યુ થઈ ગયુ.પિતાનના મૃત્યુ પછી પરિવારની જવાબદારી રામ ઉપર આવી ગઈ.રામ મકહેનતુ છોકરો છે.તેથી તે પોતાના અભ્યાસ સાથે માતાની પણ મદદ કરે છે.તેની માતાની એક નાનકડી દુકાન છે.રામ એકવાર દુકાને જઈ રહ્યો હતો , ત્યારે અચાનક એક દુર્ઘટના નો શિકાર થયો.આ ઘટના થી તેનો એક પગ ભાંગી ગયો અને દવાખાનામા ભર્તી થવું પડ્યુ.ત્યા દવાખાનામાં તેની મા તથા બહેન તેને મળતા અને સાર સ.ભાળ કરતા હતા.

એક દિવસ હું અને મારા બીજા મિત્રો રામને મળવા દવાખાને ગયા.ત્યારે રામે દુઃખ પૂર્વક કીધુ કે, તે અસહાયનો અનુભવ કરે છે.એકતો એ પોતે કઈ કમાઈ નતો શકતો અને માતાની કમાઈ પણ સારવારમા ખર્ચાઈ જાય છે.તેની સાર-સંભાળના લીધે તેની બહેન પણ પોતાની સહેલી સાથે રમી નહોતી શકતી.

અ	ઉદાસી	જરા પણ ઉદાસી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઉદાસી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઉદાસી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ઉદાસી <input type="checkbox"/>
બ	પરેશાન	જરા પણ પરેશાન નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો પરેશાન <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે પરેશાન <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે પરેશાન <input type="checkbox"/>
ક	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછી ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>
ડ	શરમ	જરા પણ શરમ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછી શરમ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે શરમ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધાર શરમ <input type="checkbox"/>
ઈ	ઉત્તેજીત (ગુસ્સો)	જરા પણ ઉત્તેજીત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઉત્તેજીત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઉત્તેજીત <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ઉત્તેજીત <input type="checkbox"/>
ફ	ઉત્સાહિત	જરા પણ ઉત્સાહિત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઉત્સાહિત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઉત્સાહિત <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે ઉત્સાહિત <input type="checkbox"/>
ગ	મનપસંદ	જરા પણ મનપસંદ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો મનપસંદ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે મનપસંદ <input type="checkbox"/>	ખુબજ વધારે મનપસંદ <input type="checkbox"/>

પ્રશ્ન-૧૩



તમે તમારા મનમા ગુસ્સાની ભાવના અનુભવ કરો અને હવે આ ગુસ્સાને નીચે લખેલ અનુભવોની માત્રાના રૂપમા લખો.

અ	ગરમ	ખુબજ ગરમ <input type="checkbox"/>	ગરમ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ઠંડુ <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઠંડુ <input type="checkbox"/>	ઠંડુ <input type="checkbox"/>
બ	અંધકાર	ખુબજ અંધકાર <input type="checkbox"/>	અંધકાર <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	પ્રકાશ <input type="checkbox"/>	ખુબજ પ્રકાશ <input type="checkbox"/>	પ્રકાશ <input type="checkbox"/>
ક	નીચે	ખુબજ નીચે <input type="checkbox"/>	નીચે <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ઉપર <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઉપર <input type="checkbox"/>	ઉપર <input type="checkbox"/>
ડ	નારંગી	ખુબજ નારંગી <input type="checkbox"/>	નારંગી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વાદળી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વાદળી <input type="checkbox"/>	વાદળી <input type="checkbox"/>
ઈ	તેજ	ખુબજ તેજ <input type="checkbox"/>	તેજ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ઘીમુ <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઘીમુ <input type="checkbox"/>	ઘીમુ <input type="checkbox"/>
ફ	આનંદિત	ખુબજ આનંદિત <input type="checkbox"/>	આનંદિત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	દુઃખદ <input type="checkbox"/>	ખુબજ દુઃખદ <input type="checkbox"/>	દુઃખદ <input type="checkbox"/>
ગ	સારૂ	ખુબજ સારૂ <input type="checkbox"/>	સારૂ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ખરાબ <input type="checkbox"/>	ખુબજ ખરાબ <input type="checkbox"/>	ખરાબ <input type="checkbox"/>
હ	ગળ્યુ	ખુબજ ગળ્યુ <input type="checkbox"/>	ગળ્યુ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ખાટું <input type="checkbox"/>	ખુબજ ખાટું <input type="checkbox"/>	ખાટું <input type="checkbox"/>
ઘ	પીળુ	ખુબજ પીળુ <input type="checkbox"/>	પીળુ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	બેંગની <input type="checkbox"/>	ખુબજ બેંગની <input type="checkbox"/>	બેંગની <input type="checkbox"/>

પ્રશ્ન-૧૪

તમે તમારા મનમા આશ્ચર્ય ની ભાવના નો અનુભવ કરો. હવે આ આશ્ચર્ય ને નીચે લખેલ અનુભવોની માત્રાના રૂપમા લખો.

અ	ગરમ	ખુબજ ગરમ <input type="checkbox"/>	ગરમ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ઠંડુ <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઠંડુ <input type="checkbox"/>	ઠંડુ <input type="checkbox"/>
બ	અંધકાર	ખુબજ અંધકાર <input type="checkbox"/>	અંધકાર <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	પ્રકાશ <input type="checkbox"/>	ખુબજ પ્રકાશ <input type="checkbox"/>	પ્રકાશ <input type="checkbox"/>
ક	નીચે	ખુબજ નીચે <input type="checkbox"/>	નીચે <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ઉપર <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઉપર <input type="checkbox"/>	ઉપર <input type="checkbox"/>
ડ	નારંગી	ખુબજ નારંગી <input type="checkbox"/>	નારંગી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વાદળી <input type="checkbox"/>	ખુબજ વાદળી <input type="checkbox"/>	વાદળી <input type="checkbox"/>
ઘ	તેજ	ખુબજ તેજ <input type="checkbox"/>	તેજ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ઘીમુ <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઘીમુ <input type="checkbox"/>	ઘીમુ <input type="checkbox"/>
ઙ	આનંદિત	ખુબજ આનંદિત <input type="checkbox"/>	આનંદિત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	દુઃખદ <input type="checkbox"/>	ખુબજ દુઃખદ <input type="checkbox"/>	દુઃખદ <input type="checkbox"/>
ચ	સારૂ	ખુબજ સારૂ <input type="checkbox"/>	સારૂ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ખરાબ <input type="checkbox"/>	ખુબજ ખરાબ <input type="checkbox"/>	ખરાબ <input type="checkbox"/>
છ	ગળ્યુ	ખુબજ ગળ્યુ <input type="checkbox"/>	ગળ્યુ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ખાટું <input type="checkbox"/>	ખુબજ ખાટું <input type="checkbox"/>	ખાટું <input type="checkbox"/>
જ	પીળુ	ખુબજ પીળુ <input type="checkbox"/>	પીળુ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	ઊંઘની <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઊંઘની <input type="checkbox"/>	ઊંઘની <input type="checkbox"/>

⇒ સૂચના:-

સામાન્ય રીતે મનની ભાવનાઓ બીજા વ્યક્તિ ઓ ના સ્વભાવનો અંદાજ લગાવવા ની ક્ષમતા ઉપર અસર કરે છે. નીચે અમુક ભાવનાત્મક સ્થિતિનો અનુભવ અન્ય વ્યક્તિ ઓ ના સ્વાભાવિક ગુણોની માત્રા લખો. નીચે પ્રત્યેક કોલમની સામે કોઈ પણ એક ચોરસ મા ખરાની નિશાની કરવી.

પ્રશ્ન-૧૫

કલ્પના કરો કે તમારો મિત્ર જે મસ્તમૌલા અને ઘુમ્મકડ સ્વભાવનો છે. તે તમને એવું કઈક કહે છે કે તમે મનમા ને મનમા આનંદ અનુભવો છો. આ અવસ્થામાં તમારા મિત્રના સ્વભાવિક ગુણોની માત્રા લખો.

અ	આળસું	જરા પણ આળસું નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આળસું <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે આળસું <input type="checkbox"/>	ખુબજ આળસું <input type="checkbox"/>
બ	શાંત	જરા પણ શાંત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો શાંત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે શાંત <input type="checkbox"/>	ખુબજ શાંત <input type="checkbox"/>
ક	જિદ્દી	જરા પણ જિદ્દી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો જિદ્દી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે જિદ્દી <input type="checkbox"/>	ખુબજ જિદ્દી <input type="checkbox"/>
ડ	ઉત્સાહિ	જરા પણ ઉત્સાહિ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઉત્સાહિ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઉત્સાહિ <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઉત્સાહિ <input type="checkbox"/>
ઈ	વિશ્વાસું	જરા પણ વિશ્વાસું નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો વિશ્વાસું <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે વિશ્વાસું <input type="checkbox"/>	ખુબજ વિશ્વાસું <input type="checkbox"/>
ફ	શરારતી (તોફાની)	જરા પણ શરારતી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો શરારતી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે શરારતી <input type="checkbox"/>	ખુબજ શરારતી <input type="checkbox"/>
ગ	કલ્પનાશીલ	જરા પણ કલ્પનાશીલ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો કલ્પનાશીલ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે કલ્પનાશીલ <input type="checkbox"/>	ખુબજ કલ્પનાશીલ <input type="checkbox"/>

વિશ્વાસું :- ભરોસાપાત્ર/વિશ્વાસપાત્ર

કલ્પનાશીલ :- કલ્પના કરવા વાળા/વિચાર કરીને કામ કરવા વાળા.

પ્રશ્ન-૧૬

કલ્પના કરો કે તમારો મિત્ર ફિલ્મનો શોખીન છે. અને ફિલ્મની ખુબજ ખબર/માહિતી રાખે છે. તે તમારા નિશાળના કામોમાં તમારો ઉત્સાહ વધારે છે. આ ઉત્સાહી ભાવનાત્મક સ્થિતિમાં તમારા મિત્રના સ્વભાવિક ગુણોની માત્રા લખો.

અ	આળસું	જરા પણ આળસું નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો આળસું <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે આળસું <input type="checkbox"/>	ખુબજ આળસું <input type="checkbox"/>
બ	શાંત	જરા પણ શાંત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો શાંત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર શાંત <input type="checkbox"/>	ખુબજ શાંત <input type="checkbox"/>
ક	જિદ્દી	જરા પણ જિદ્દી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો જિદ્દી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર જિદ્દી <input type="checkbox"/>	ખુબજ જિદ્દી <input type="checkbox"/>
ડ	ઉત્સાહિ	જરા પણ ઉત્સાહિ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો ઉત્સાહિ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ઉત્સાહિ <input type="checkbox"/>	ખુબજ ઉત્સાહિ <input type="checkbox"/>
ઈ	વિશ્વાસું	જરા પણ વિશ્વાસું નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો વિશ્વાસું <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે વિશ્વાસું <input type="checkbox"/>	ખુબજ વિશ્વાસું <input type="checkbox"/>
૙	શરારતી (તોફાની)	જરા પણ શરારતી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો શરારતી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે શરારતી <input type="checkbox"/>	ખુબજ શરારતી <input type="checkbox"/>
ગ	કલ્પનાશીલ	જરા પણ કલ્પનાશીલ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો કલ્પનાશીલ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે કલ્પનાશીલ <input type="checkbox"/>	ખુબજ કલ્પનાશીલ <input type="checkbox"/>

વિશ્વાસું :- ભરોસાપાત્ર/વિશ્વાસપાત્ર

કલ્પનાશીલ :- કલ્પના કરવા વાળા/વિચાર કરીને કામ કરવા વાળા.

પ્રશ્ન-૧૭

કલ્પના કરો કે તમારો મિત્ર જે સંગીત નો શોખીન છે. અને કઈને કઈ બોલતા રહેતા હોય છે. તમને કોઈ એવી વાત કહે છે કે તમે આશ્ચર્ય ચક્રિત અને દંગ રહી જાવ. આ માનસિક અવસ્થામાં તમારા મિત્રના નીચે મુજબ સ્વભાવિક ગુણોની માત્રા લખો.

અ	સાવધાની રાખવા વાળો	જરા પણ સાવધાની નહી રાખવા વાળો <input type="checkbox"/>	ઓછો સાવધાની રાખવા વાળો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે સાવધાની રાખવા વાળો <input type="checkbox"/>	ખુબજ સાવધાની રાખવા વાળો <input type="checkbox"/>
બ	હોશિયાર	જરા પણ હોશિયાર નહી <input type="checkbox"/>	ઓછો હોશિયાર <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે હોશિયાર <input type="checkbox"/>	ખુબજ હોશિયાર <input type="checkbox"/>
ક	ક્રોધી	જરા પણ ક્રોધી નહી <input type="checkbox"/>	ઓછો ક્રોધી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ક્રોધી <input type="checkbox"/>	ખુબજ ક્રોધી <input type="checkbox"/>
ડ	નિરાશાવાદી	જરા પણ નિરાશાવાદી નહી <input type="checkbox"/>	ઓછો નિરાશાવાદી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે નિરાશાવાદી <input type="checkbox"/>	ખુબજ નિરાશાવાદી <input type="checkbox"/>
ઈ	નારાજ (રીસાવું)	જરા પણ નારાજ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો નારાજ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે નારાજ <input type="checkbox"/>	ખુબજ નારાજ <input type="checkbox"/>
ફ	કાર્યશીલ (કર્મઠ)	જરા પણ કાર્યશીલ નહી <input type="checkbox"/>	ઓછો કાર્યશીલ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે કાર્યશીલ <input type="checkbox"/>	ખુબજ કાર્યશીલ <input type="checkbox"/>
ગ	નિયમ પાલક	જરા પણ નિયમ પાલક નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો નિયમ પાલક <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે નિયમ પાલક <input type="checkbox"/>	ખુબજ નિયમ પાલક <input type="checkbox"/>

વિભાગ-૩

સંવેગો નો ઉપયોગ

નીચે આપેલા વાક્યો ને વાચી ને બતાવો(જણાવો) કે કઈ કઈ ભાવનાઓ છે.કોઈ પણ એક ઉપર ખરા ની (✓) નિશાન લગાવો.

પ્રશ્ન-૧૮

દુઃખ ખુબ વધારે કઈ બે ભાવનાઓ પર સંબંધિત છે.

૧. ગુસ્સો અને આશ્ચર્ય
૨. ડર અને ગુસ્સો
૩. નિરાશા અને શર્મ
૪. પશ્ચાતાપ અને આનંદ

પ્રશ્ન-૧૯

તિરસ્કારસૌથી વધારે કઈ બે ભાવના ઓ થી સંબંધિત છે.

૧. ગુસ્સો અને ડર
૨. ડર અને આશ્ચર્ય
૩. ધૃષ્ટા અને ગુસ્સો
૪. આશ્ચર્ય અને ધૃષ્ટા

પ્રશ્ન-૨૦

નિરાશા સૌથી વધારે કઈ બે ભાવના ઓ થી સંબંધિત છે.

૧. દુઃખ અને આશ્ચર્ય
૨. આશ્ચર્ય અને ડર
૩. નારાજગી અને દુઃખ
- ૪ ગુસ્સો અને ડર

પ્રશ્ન-૨૧

શાંતિ સૌથી વધારે કઈ ભાવના ઓ થી સંબંધિત છે.

૧. ચોકકસ, સુરક્ષિત અને શાંત
૨. અભિમાન, ખુશી અને પ્યાર (સ્નેહ)
૩. નારાજગી, શરમ અને સંતોશ
૪. થાકેલ, ખુશી અને શરમ

⇒ સૂચના:— નીચે આપેલા વાક્યો ને વાચી ને બતાવો(જણાવો) કે કઈ કઈ ભાવનાઓ છે.કોઈ પણ એક ઉપર ખરા ની (✓) નિશાન લગાવો.

પ્રશ્ન-૨૨

એક વ્યક્તિ મા ખુશીની ભાવના વધુને વધુ એ હદ સુધિ પહોચી ગઈ કે એ નિયંત્રણ ગુમાવી બેઠો.એ વ્યક્તિની ભાવનાઓ ની સ્થિતિ છે

૧.સંતુષ્ટી ૨.પરીપૂર્ણ

૩.ખુશીથી ગાંડો થઈ જવું. ૪.આનંદ

પ્રશ્ન-૨૩

તમે કોઈ વ્યક્તિ ઉપર એટલો ગુસ્સો(ક્રોધ) કરો છો કે તે નિયંત્રણ ગુમાવી બેસે છે.તો તમારી ભાવનાત્મક સ્થિતિ કઈ છે?

૧.ધુરના ૨.ચિડચિડાવવું

૩.નફરત ૪.ક્રોધ

પ્રશ્ન-૨૪

તમારી અંદર રોમાંચ ની ભાવના ખૂબજ વધતી જાયછે.તો તમારી ભાવનાત્મક સ્થિતિ શું હશે?

૧. ખુશી ૨.પ્રેમ

૩.આશ્ચર્ય ૪. ઉત્તેજના

પ્રશ્ન-૨૫

તમે દુઃખી છો અને તમારૂં દેઃખ વધતુ જાય છે અને તમે અસહાયતા અનુભવો છો,તમે કોઈ વ્યક્તિ ઉપર ખુબ જ ચિડાઈ જવ છો.તો તમારી ભાવનાત્મક સ્થિતિ શું હશે?

૧. ગંભીર દુઃખી ૨.સ્વીકૃતિ

૩.અસહાય ૪. નિરાશા

પ્રશ્ન-૨૬

તમારો ગુસ્સો કોઈ વ્યક્તિ ઉપર વધતો જ જાય છે અને સાથે સાથે તમે અસહાયતા અનુભવો છો.તો તમારી ભાવનાત્મક સ્થિતિ શું હશે?

૧. ધુણા ૨.ડર

૩. નફરત ૪. શર્મ

⇒ સૂચના:— નીચે આપેલા વાક્યો ને વાંચી અને બતાવો (જણાવો) કે કઈ કઈ ભાવનાઓ તે વાક્યમા છે. પ્રત્યેક કોલમા સામે (✓) ખરાની નિશાની લગાવો.

પ્રશ્ન-૨૭

એક વ્યક્તિ ગુસ્સા (ક્રોધ)મા છે અને તે પોતાના પ્રિય વ્યક્તિ ઉપર પોતાનો બધો ગુસ્સો કાઢે છે. ગુસ્સો શાંત થશે ત્યારે કેવો ભાવ અનુભવ કરશે?

અ	શર્મ	જરા પણ શર્મ નથી	ઓછી શર્મ	ખબર નથી	વધાર શર્મ	ખુબજ શર્મ
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
બ	નિશ્ચિત	જરા પણ નિશ્ચિત નથી	ઓછો નિશ્ચિત	ખબર નથી	વધારે નિશ્ચિત	ખુબજ નિશ્ચિત
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ક	અભિમાન	જરા પણ અભિમાન નથી	ઓછું અભિમાન	ખબર નથી	વધારે અભિમાન	ખુબજ અભિમાન
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ડ	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી	ઓછી ખુશી	ખબર નથી	વધારે ખુશી	ખુબજ ખુશી
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ઈ	દુઃખ	જરા પણ દુઃખ નથી	ઓછું દુઃખ	ખબર નથી	વધારે દુઃખ	ખુબજ દુઃખ
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ફ	નફરત	જરા પણ નફરત નથી	ઓછી નફરત	ખબર નથી	વધારે નફરત	ખુબજ નફરત
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

પ્રશ્ન - ૨૮



એક વ્યક્તિ દુઃખી છે અને પછી તેનું દુઃખ દૂર થાય છે. પછી તે વ્યક્તિ કેવો અનુભવ કરશે?

અ	નવાઈ	જરા પણ નવાઈ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછી નવાઈ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર નવાઈ <input type="checkbox"/>	ખુબજ નવાઈ <input type="checkbox"/>
બ	નિશ્ચિત	જરા પણ નિશ્ચિત નથી <input type="checkbox"/>	ઓછો નિશ્ચિત <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે નિશ્ચિત <input type="checkbox"/>	ખુબજ નિશ્ચિત <input type="checkbox"/>
ક	શર્મ	જરા પણ શર્મ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછી શર્મ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર શર્મ <input type="checkbox"/>	ખુબજ શર્મ <input type="checkbox"/>
ડ	ખુશી	જરા પણ ખુશી નથી <input type="checkbox"/>	ઓછી ખુશી <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે ખુશી <input type="checkbox"/>	ખુબજ ખુશી <input type="checkbox"/>
ઈ	ગુસ્સો	જરા પણ ગુસ્સો નથી <input type="checkbox"/>	ઓછું ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધાર ગુસ્સો <input type="checkbox"/>	ખુબજ ગુસ્સો <input type="checkbox"/>
ફ	આનંદ	જરા પણ આનંદ નથી <input type="checkbox"/>	ઓછી આનંદ <input type="checkbox"/>	ખબર નથી <input type="checkbox"/>	વધારે આનંદ <input type="checkbox"/>	ખુબજ આનંદ <input type="checkbox"/>

રામ પોતાની માતા ને કહે છે કે, તે માતા ને ખુબ જ પ્રેમ કરે છે. આ કહેતા રામ કેવો અનુભવ કરશે?

(અ) માતા પ્રત્યે પ્રેમ,

જરા પણ પ્રેમ નથી	ઓછો પ્રેમ	ખબર નથી	વધાર પ્રેમ	ખુબજ પ્રેમ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(બ) પોતે આશ્ચર્ય અનુભવશે કે હું આવું શું કામ કહું છું?

જરા પણ આશ્ચર્ય નથી	ઓછો આશ્ચર્ય	ખબર નથી	વધાર આશ્ચર્ય	ખુબજ આશ્ચર્ય
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

⇒ રામની માતા તેને કહે છે કે, તે રામ ને ખુબજ વધારે પ્રેમ કરે છે. આ કહેતા રામની માતા કેવો અનુભવ કરશે?

(ક) રામની પ્રત્યે પ્રેમ,

જરા પણ પ્રેમ નથી	ઓછો પ્રેમ	ખબર નથી	વધાર પ્રેમ	ખુબજ પ્રેમ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(ડ) પોતે આશ્ચર્ય અનુભવશે કે હું આવું શું કામ કહું છું?

જરા પણ આશ્ચર્ય નથી	ઓછો આશ્ચર્ય	ખબર નથી	વધાર આશ્ચર્ય	ખુબજ આશ્ચર્ય
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

संवेगों पर नियंत्रण (Identification of emotions)

⇒ सूचना:-

नीचे लभेलुं ने वायी ने बतावो (जणावो) के कई कई भावनाओ केटला प्रमाणांमं छे. नीचे प्रत्येक कोलमनी सामे कोई पड़ा अेक योरस मा भरानी निशानी करो.

प्रश्न-३०

पाय वर्षनो अेक बाणक बगीयामा रमतो હતો અને તેની માતા પાસે બેસીને પુસ્તક વાંચી રહી હતી. અચાનક એની માતાએ જોયું કે, તેના બાળકને ઘણાબધા મોટા બાળકોએ ઘેરી લીધો છે અને તે બાળકને હેરાન કરે છે. માતા તરત બીજા બાળકોને ખીજાણી અને પોતાના બાળકને બધાથી અલગ કરી લીધો. નાના બાળકની માતાએ જોયું કે, આ બધું દૂરબેસી અેક મોટા બાળકની માતા જોઈ રહી હતી. ઉપરોક્ત પરિસ્થિતિમાં નાના બાળકની માતાનાં મનમા કઈ-કઈ ભાવના કેટલા માત્રા માં છે તે કહો.

(અ) પોતાના પર શરમ અનુભવશે કે તેનો બાળક પોતાનું રક્ષણ જાતે નાં કરી શકયો.

જરા પણ શરમ નથી	ઓછી શરમ	ખબર નથી	વધાર શરમ	ખુબજ શરમ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(બ) તે ચિંતા કરશે કે, બીજા બાળકોનાં માતા-પિતા તેના વિશે શું વિચારશે.

જરા પણ ચિંતા નથી	ઓછી ચિંતા	ખબર નથી	વધાર ચિંતા	ખુબજ ચિંતા
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(ક) બીજા બાળકો પર નારાઝ કરશે.

જરા પણ નારાઝ નથી	ઓછી નારાઝ	ખબર નથી	વધાર નારાઝ	ખુબજ નારાઝ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(ડ) પોતાના બાળક ઉપર ગુસ્સો કરશે કે તેને માતા ને હેરાન કરી.

જરા પણ ગુસ્સો નથી	ઓછો ગુસ્સો	ખબર નથી	વધાર ગુસ્સો	ખુબજ ગુસ્સો
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(ઈ) દુઃખી થશે કે તે પોતાના બાળકની દેખ-રેખના કરી શકી.

જરા પણ દુઃખી નથી	ઓછી દુઃખી	ખબર નથી	વધાર દુઃખી	ખુબજ દુઃખી
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

પ્રશ્ન-૩૧

તમે જ્યારે તમારી માતા સાથે તમારી પાકકી સહેલી(બહેનપણી) ને મળવા એના ઘરે ગયા ત્યારે સહેલીની માતા એ જણાવ્યું કે, તે ડાઁકટર પાસે ગઈ હતી અને ડાઁકટરે કહ્યું કે તેને કેન્સર ની બિમારી છે. સહેલીની માતાએ કહ્યું કે મને હવે ખુબજ ડર લાગે છે અને ચિંતા પણ થાય છે કે, પોતે જલ્દી મૃત્યુ પામશે તો તેના બાળકોની સાર સંભાળ, દેખ-રેખ કોણ રાખશે?

આ પરિસ્થિતિમા નીચે લખેલ વ્યવહારમાથી તમારે કયા-કયા વ્યવહાર બરવા જોઈએ?

(અ) તમે એને આસ્વાસન આપશો અને કહેશો કે, મારા મિત્રને પણ કેન્સર હતું અને દવા લેવાથી તે ખુબજ જલ્દી સાજા થઈ ગયા.

જરા પણ નહી	ઓછું	ખબર નથી	વધારે	ખુબજ વધારે
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(બ) તમે એની આ બિમારીમા એની કઈ મદદ નહી કરી શકો એટલે આ વાત તેને ભૂલી જવા કહેશો અને તમે પણ ભૂલી જશો.

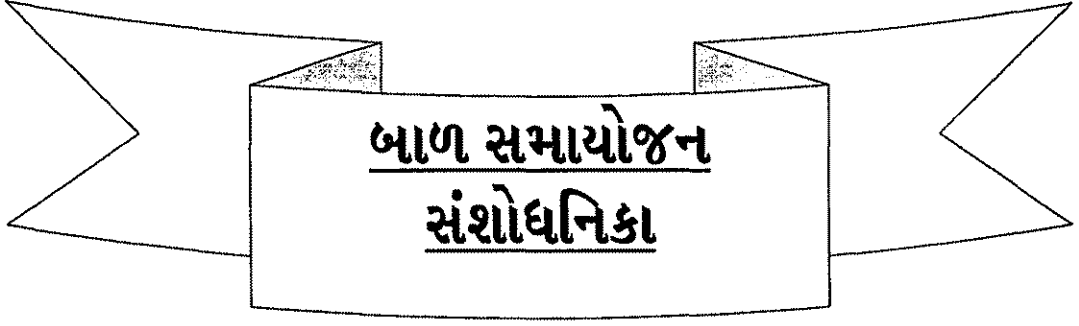
જરા પણ નહી	ઓછું	ખબર નથી	વધારે	ખુબજ વધારે
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(ક) તમે તેને એમ કહેશો કે, આ વાત સાંભળીને ખુબજ દુઃખ થયું અને પુછશો કે તે હવે કેવો અનુભવ કરે છે?

જરા પણ નથી	ઓછું	ખબર નથી	વધારે	ખુબજ વધારે
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(ડ) તમે તેને પુછશો કે તે આ બિમારી સામે કેમ લડે છે અને તેના ડર અને દુઃખ વિશે વાત કરશો.

જરા પણ નથી	ઓછું	ખબર નથી	વધારે	ખુબજ વધારે
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



નામ:—.....વર્ષ:—.....
વિદ્યાલય:—.....ધોરણ:—.....
પિતાનો વ્યવસાય:—.....
માતા નો વ્યવસાય:—.....
પરિવારનાં સભ્યો ની સંખ્યા :—.....ભાઈ:—.....બહેન:—.....

સૂચના

આ સંશોધનિકા માં પ્રત્યેક અધુરા વાક્ય ની સામે બે વિકલ્પ આપવામાં આવ્યા છે. તમે અધુરા વાક્યને ધ્યાન થી વાંચો તેના જવાબમાં તમને જે યોગ્ય લાગે તેની સામે નાં ચોરસમાં ✓ ખરાની નીરાની કરો. તમારે માત્ર એક જવાબ પસંદ કરવાનો છે.

આ સંશોધનિકા પૂર્ણ કરવાની કોઈ સમય સીમા નથી પણ તમે આ જલ્દી થી પૂર્ણ કરવાનો પ્રયત્ન કરશો.

સમાયોજન	પ્રાપ્તાંક	શ્રેણી
વિદ્યાલય		
પરિવાર		
સમવયસ્ક સમૂહ		
પૂર્ણ		

ક્રમ	વાક્ય	જવાબ	
		૧	૨
૧	વિદ્યાલય જવામાં	૧. મજા આવે છે. ૨. ગમતું નથી.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૨	શાળાનું વાતાવરણ	૧. ડર લાગે તેવું છે. ૨. આનંદ પૂર્ણ છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૩	માતા-પિતા કોઈ કામમાં સફળતા મળતા	૧. પ્રશંસા (વખાણ) કરે છે. ૨. કંઈ કહેતા નથી.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૪	બધા મિત્રો	૧. પ્રેમથી વાતો કરે છે. ૨. ઈર્ષ્યા કરે છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૫	અન્ય છોકરા અને છોકરીઓ	૧. તરત મારા મિત્ર બની જાય છે. ૨. મને મિત્ર બનાવતા નથી.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૬	પરીક્ષાઓ માં	૧. અસફળ (નાપાસ) થવાનો ડર લાગે છે ૨. સફળ (પાસ) થવાનો વિશ્વાસ હોય છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૭	શિક્ષકો ને પોતાની મુશ્કેલી ની વાત કરવામાં	૧. ડર લાગે છે. ૨. કલઈ ડર લાગતો નથી.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૮	ઘર આવેલ કહેમાનો સામે માતા-પિતા	૧. વખાણ કરે છે. ૨. નિંદા કરે છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૯	વર્ગમાં મને બધા	૧. મહત્વ પૂર્ણ સભ્ય સમજે છે. ૨. કોઈ મહત્વ નથી આપતા.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૦	મિત્રો ની નજરમાં	૧. હુ ઉપયોગી મિત્ર છું. ૨. કંઈ કામનો નથી.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૧	મારી ઉર્માની છોકરી-છોકરાઓ થી હું.	૧. દૂર જ રહુ છું. ૨. તરત હળી મળી જાવ છું.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૨	ઘરમા કોઈ કામ મારાથી બરાબ કે ખોટુ થાય તો	૧. બધા પ્રેમ થી સમજાવે છે. ૨. બધા નારાજ થાય છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૩	ઘરમાં કોઈ નવું કામ કરવાથી	૧. બધા ખિજાય છે. ૨. બધા ખુશ થાય છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૪	માતા-પિતા પોતાની નવરાશ નો સમય	૧. મારી સાથે રહે છે. ૨. પોતાના બીજા કામમાં રહે છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૫	મારા માતા-પિતા મને ભણવામાં	૧. પ્રોત્સાહન આપે છે. ૨. કોઈ મદદ નથી કરતા.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૬	સમૂહમાં કામ કરવામાં	૧. આનંદ (મજા) આવે છે. ૨. ગમતું નથી.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૭	મારા બધા મિત્ર	૧. મારૂ બરાબ ઈચ્છે છે. ૨. મારૂ ભલુ ઈચ્છે છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
૧૮	શિક્ષાકોનો વ્યવહાર	૧. સારો નથી લાગતો. ૨. ખૂબજ ગમે છે.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

ક્રમ	વાક્ય	જવાબ		
		૧	૨	
૧૯	શાળાનાં બધા કાર્યક્રમમાં	૧. આનંદ પૂર્વક ભાગ લઉં છું. ૨. કયાય ભાગ નથી લેતી.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૦	એવું લાગે છે કે	૧. મારા કોઈ સાચા મિત્ર નથી. ૨. બધા મારા સાચા મિત્ર છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૧	બધા મિત્રો મને	૧. પોતાના ઘરે બોલાવે છે. ૨. પોતાના કામોમાં નથી બોલાવતા.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૨	પરીક્ષાઓ માં	૧. સારા ગુણ આવે છે. ૨. સારા ગુણ નથી આવતા.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૩	મિત્રો હમેશા મારી	૧. ભુલો કાઢ્યા કરે છે. ૨. વખાણ કરે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૪	માતા-પિતા પોતાના મિત્રો સાથે	૧. મારો પરિચય કરાવે છે. ૨. મારો પરિચય નથી કરાવતા છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૫	શાળાની લાંબી રજાઓ	૧. મો ખુબજ ગમે છે. ૨. મને ગમતી નથી.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૬	શિક્ષક ભણાવવામાં	૧. ખુબ જ ધ્યાન આપે છે. ૨. કંઈ ધ્યાન આપતા નથી.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૭	માતા-પિતા	૧. મારી જરૂરિયાતો ઉપર ધ્યાન નથી આપતા ૨. મારી બધી જરૂરિયાતો પુરી કરે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૮	મારી આગળનાં વર્ગના વિદ્યાર્થી	૧. મદદ કરે છે. ૨. મને હેરાન કરે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૨૯	બિમાર હોઉં ત્યારે મારા માતર-પિતા	૧. માત્ર ખુબજ ધ્યાન રાખે છે. ૨. જરા પણ ધ્યાન નથી રાખતા.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૦	શિક્ષક મારા સારા કામો ની	૧. તરફ કંઈ ધ્યાન નથી આપતા. ૨. મારા વખાણ કરે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૧	બધા શિક્ષકો પાસેથી	૧. પ્રેમ મળે છે. ૨. ડર લાગે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૨	માતા પિતા મારી સાથે	૧. હળતા-મળતા રહે છે. ૨. હળવા-મળવાનો સમય મળતો નથી	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૩	સામાજિક પ્રસંગો/તહેવારોમા માતા-પિતા મને	૧. ઘરે મુકી ને જાય છે. ૨. પોતાની સાથે લઈ જાય છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૪	રજાઓ માં મારો સમય	૧. મિત્રો સાથે ગાળવાનું પસંદ છે. ૨. ઘરમાં રહેવાનું પસંદ છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૫	મિત્રો સાથે	૧. ઝગડો થયા કરે છે. ૨. હળી-મળી ને રહીએ છીએ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ક્રમ	વાક્ય	જવાબ		
		૧	૨	
૩૬	પરિવારના બધા સભ્યો એક-બીજા સાથે	૧. મળીને હસી-ખુશી થી રહે છે. ૨. જુદા-જુદા રહે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૭	મારા મિત્રો પોતાનાં મનની વાત	૧. એક-બીજા ને નથી કહેતા. ૨. એક-બીજા ને કહે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૮	મારા બધા મિત્રો ખૂબજ	૧. મળતાવડા છે. ૨. અભિમાની છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૩૯	પરિવારમાં	૧. એકલાપણું / એકલતા લાગે છે. ૨. આનંદ / મજા આવે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૪૦	મારા પરિવારનાં સભ્યો	૧. મારી આવડત ના વખાણ કરે છે. ૨. મારી ઉપેક્ષા કરે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૪૧	એક મિત્રને સફળતા મળવાથી	૧. બીજા મિત્રને ઈર્ષા થાય છે. ૨. બધા મળી ને ઉજાણી કરીએ છીએ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૪૨	મારા બધા મિત્ર મારી વસ્તુઓ ની	૧. નિંદા કરે છે. ૨. વખાણ કરે છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૪૩	વિદ્યાલય નું પ્રશાસન	૧. ખૂબજ કડક છે. ૨. ખૂબજ સારૂ છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૪૪	હું બિમાર હોઉં ત્યારે	૧. મારા સગા-સંબંધી મને મળવા આવે છે. ૨. મને મળવા નથી આવતા.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
૪૫	શાળા (વિદ્યાલય) ની કાર્ય વ્યવસ્થા	૧. અનિયમિત છે. ૨. ખૂબજ સારી છે.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Consumable Booklet

of

M E I S

(Indian Version)

(8 to 12 Years)

Dr. Vinod Kumar Shanwal (Delhi)

कृपया निम्न सूचनाएँ भरिये—

नाम.....
कक्षा..... लिंग.....
आयु..... दिनांक.....
धर्म..... स्थान: शहरी / ग्रामीण.....
पारिवारिक आय..... प्रतिमाह परिवार: एकाकी / संयुक्त.....
परिवार में सदस्यों की संख्या.....

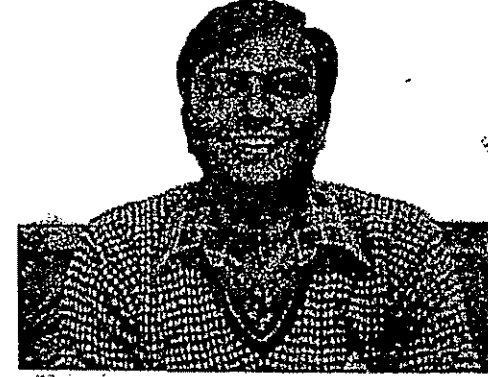
3

PART - I

संवेगों की पहचान (Identification of Emotions)

तस्वीरों को देखकर बताइये कि किस तस्वीर में निम्नलिखित में से कौन-कौन से संवेग हैं। प्रत्येक कॉलम के सामने किसी एक पर सही (✓) का निशान लगाइये ?

प्रश्न-1



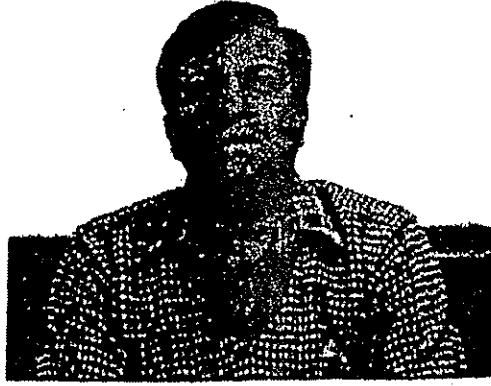
तस्वीर-1

a	गुस्सा	बिल्कुल गुस्सा नहीं <input type="checkbox"/>	कम गुस्सा <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>
b	दुःख	बिल्कुल दुःख नहीं <input type="checkbox"/>	कम दुःख <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक दुःख <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक दुःख <input type="checkbox"/>
c	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं <input type="checkbox"/>	कम खुशी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक खुशी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक खुशी <input type="checkbox"/>
d	डर	बिल्कुल डर नहीं <input type="checkbox"/>	कम डर <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक डर <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक डर <input type="checkbox"/>
e	हैरान	बिल्कुल हैरान नहीं <input type="checkbox"/>	कम हैरान <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक हैरान <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक हैरान <input type="checkbox"/>

4

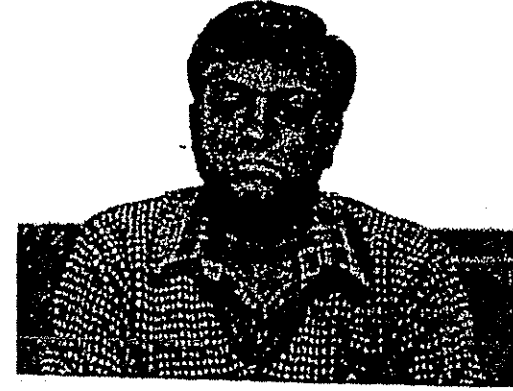
5

प्रश्न-2



तस्वीर-2

प्रश्न-3



तस्वीर-3

a	गुस्सा	बिल्कुल गुस्सा नहीं <input type="checkbox"/>	कम गुस्सा <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>
b	दुःख	बिल्कुल दुःख नहीं <input type="checkbox"/>	कम दुःख <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक दुःख <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक दुःख <input type="checkbox"/>
c	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं <input type="checkbox"/>	कम खुशी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक खुशी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक खुशी <input type="checkbox"/>
d	डर	बिल्कुल डर नहीं <input type="checkbox"/>	कम डर <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक डर <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक डर <input type="checkbox"/>
e	हैरान	बिल्कुल हैरान नहीं <input type="checkbox"/>	कम हैरान <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक हैरान <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक हैरान <input type="checkbox"/>

a	गुस्सा	बिल्कुल गुस्सा नहीं <input type="checkbox"/>	कम गुस्सा <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>
b	दुःख	बिल्कुल दुःख नहीं <input type="checkbox"/>	कम दुःख <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक दुःख <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक दुःख <input type="checkbox"/>
c	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं <input type="checkbox"/>	कम खुशी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक खुशी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक खुशी <input type="checkbox"/>
d	डर	बिल्कुल डर नहीं <input type="checkbox"/>	कम डर <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक डर <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक डर <input type="checkbox"/>
e	हैरान	बिल्कुल हैरान नहीं <input type="checkbox"/>	कम हैरान <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक हैरान <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक हैरान <input type="checkbox"/>

6

प्रश्न-5

7

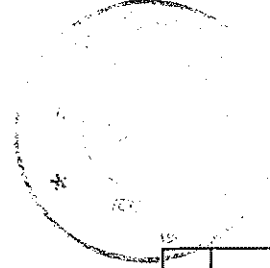
प्रश्न-4



तस्वीर-4



तस्वीर-5



a	गुस्सा	बिल्कुल गुस्सा नहीं <input type="checkbox"/>	कम गुस्सा <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>
b	दुःख	बिल्कुल दुःख नहीं <input type="checkbox"/>	कम दुःख <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक दुःख <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक दुःख <input type="checkbox"/>
c	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं <input type="checkbox"/>	कम खुशी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक खुशी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक खुशी <input type="checkbox"/>
d	डर	बिल्कुल डर नहीं <input type="checkbox"/>	कम डर <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक डर <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक डर <input type="checkbox"/>
e	हैरान	बिल्कुल हैरान नहीं <input type="checkbox"/>	कम हैरान <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक हैरान <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक हैरान <input type="checkbox"/>

a	गुस्सा	बिल्कुल गुस्सा नहीं <input type="checkbox"/>	कम गुस्सा <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>
b	दुःख	बिल्कुल दुःख नहीं <input type="checkbox"/>	कम दुःख <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक दुःख <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक दुःख <input type="checkbox"/>
c	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं <input type="checkbox"/>	कम खुशी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक खुशी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक खुशी <input type="checkbox"/>
d	डर	बिल्कुल डर नहीं <input type="checkbox"/>	कम डर <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक डर <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक डर <input type="checkbox"/>
e	हैरान	बिल्कुल हैरान नहीं <input type="checkbox"/>	कम हैरान <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक हैरान <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक हैरान <input type="checkbox"/>

इन कहानियों को पढ़कर बताइए कि किस कहानी में कौन-कौन सी भावनाएँ कितनी मात्रा में हैं। प्रत्येक कॉलम के सामने किसी एक पर सही (✓) का निशान लगाइये।

प्रश्न-6.

कहानी सं. 1

यह कहानी पांचवी कक्षा में पढ़ने वाले एक विद्यार्थी राम की है।

राम अपने मामा की शादी में इलाहाबाद गया। वहाँ उसकी मुलाकात उसके पुराने मित्र श्याम से हुई। श्याम को देखते ही राम खुशी से फूला न समाया। दोनों मित्रों ने शादी में खूब रंग जमाया। रात में दोनों मित्र अपने पुराने दिनों को याद करने लगे कि जब वे अस्पृधर गये थे तब कैसे उन्होंने नांव वाले झूले, बच्चों वाली रेलगाड़ियों का आनन्द उठाया था और वहाँ मौजूद जानवरों के साथ समय बिताया था। श्याम ने बताया कि कैसे राम दिल्ली में रहने की वजह से कभी भी ये सब आनन्द प्राप्त कर सकता है जिनसे श्याम इलाहाबाद आ जाने की वजह से वंचित है। ये सब सुनकर राम अपने विचारों में खो गया और सोचने लगा कि वो कितना खुशकिस्मत है कि वह दिल्ली में रहकर उन चीजों का भी आनन्द ले सकता है। जिनसे उसके अन्य साथी सिर्फ सपने देख सकते हैं। मित्र के साथ की गई बातों और शादी में साथ-साथ बिताये समय ने राम के आनन्द को दोगुना कर दिया। वह भगवान से यह इच्छा करने लगा कि उसका जीवन इसी प्रकार आनन्द से भरा रहे। इस कहानी को पढ़कर बताइये कि इसमें राम कौन-कौन सी भावनाएँ कितनी मात्रा में महसूस कर रहा है।

a	ईर्ष्या	बिल्कुल ईर्ष्या नहीं	कम ईर्ष्या	पता नहीं	अधिक ईर्ष्या	बहुत अधिक ईर्ष्या
b	उत्साह	बिल्कुल उत्साह नहीं	कम उत्साह	पता नहीं	अधिक उत्साह	बहुत अधिक उत्साह
c	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं	कम खुशी	पता नहीं	अधिक खुशी	बहुत अधिक खुशी
d	शांत	बिल्कुल शांतभाव नहीं	कम शांतभाव	पता नहीं	अधिक शांतभाव	बहुत अधिक शांतभाव
e	स्वीकृति	बिल्कुल स्वीकृति नहीं	कम स्वीकृति	पता नहीं	अधिक स्वीकृति	बहुत अधिक स्वीकृति
f	उत्तेजना	बिल्कुल उत्तेजना नहीं	कम उत्तेजना	पता नहीं	अधिक उत्तेजना	बहुत अधिक उत्तेजना

कठिन शब्द	—	अर्थ
ईर्ष्या	—	जलन या चिड़ना
उत्साह	—	चाव चढ़ना
शांत	—	चुपचाप

कठिन शब्द	—	अर्थ
स्वीकृति	—	चुपचाप मान लेना
उत्तेजना	—	जल्दी से गुस्से में आना

प्रश्न-7.

कहानी सं. 2

मैं दिल्ली के एक स्कूल में कक्षा सात का छात्र हूँ। यह स्कूल मेरे लिए बिल्कुल नया है। मैं तीन महीने पहले ही यहाँ आया हूँ। पिछले साल तक मैं अपने घर के पास ही एक स्कूल में पढ़ता था। जहाँ मेरी कक्षा का सबसे होशियार छात्र मोहन मेरा पक्का मित्र था और कक्षा में पूरे वर्ष मैंने उसके साथ ही पढ़ाई की। गणित, अंग्रेजी व संस्कृत जैसे कठिन विषयों में मोहन ने मेरी बहुत मदद की। परीक्षा के नजदीक दो महीनों में हम मित्रों ने खूब जमकर पढ़ाई की। लेकिन परीक्षा परिणाम आने पर मुझे हमेशा की तरह तृतीय श्रेणी ही मिली और गणित में केवल एक नम्बर से ही पास हो गया। हालांकि मुझे पूरा विश्वास था कि मैं अच्छे अंक प्राप्त करूँगा। यद्यपि नये स्कूल में अध्यापक व विद्यार्थी सभी अच्छे हैं और पढ़ाई में होने वाली कठिनाईयों में मेरी मदद करते हैं लेकिन मेरे पिछले परिणामों को देखते हुए मुझे लगता है कि शायद इस बार भी मैं अच्छे अंक प्राप्त नहीं कर पाऊँगा।

a	आनन्दित	बिल्कुल आनन्दित नहीं	कम आनन्दित	पता नहीं	अधिक आनन्दित	बहुत अधिक आनन्दित
b	गुस्सा	बिल्कुल गुस्सा नहीं	कम गुस्सा	पता नहीं	अधिक गुस्सा	बहुत अधिक गुस्सा
c	शर्म	बिल्कुल शर्म नहीं	कम शर्म	पता नहीं	अधिक शर्म	बहुत अधिक शर्म
d	चिंता	बिल्कुल चिंता नहीं	कम चिंता	पता नहीं	अधिक चिंता	बहुत अधिक चिंता
e	डरा हुआ	बिल्कुल डरा हुआ नहीं	कम डरा हुआ	पता नहीं	अधिक डरा हुआ	बहुत अधिक डरा हुआ
f	सदमा पहुँचना	बिल्कुल सदमा नहीं पहुँचना	कम सदमा पहुँचना	पता नहीं	अधिक सदमा पहुँचना	बहुत अधिक सदमा पहुँचना
g	स्वीकृति	बिल्कुल स्वीकृति नहीं	कम स्वीकृति	पता नहीं	अधिक स्वीकृति	बहुत अधिक स्वीकृति

प्रश्न-8.

कहानी सं. 3

मैं और मेरा भाई रोहित दोनों पांचवी कक्षा में पढ़ते हैं। हम दोनों एक ही साथ विद्यालय आते-जाते हैं। विद्यालय से घर आते ही मैं अपना गृह कार्य करने लग जाता हूँ तथा रोहित को भी कार्य करने के लिए कहता हूँ। परन्तु वह मेरी बातों पर कोई ध्यान नहीं देता और खेलने चला जाता है। कई बार तो वह घर पर भी अपने दोस्तों को साथ ले आता है तथा कभी रेडियो तो कभी टेलीविजन चलाकर मेरे गृह कार्य में रूकावट डालता है। वह अपने जेब खर्च के पैसों को भी खर्च कर देता है और कभी-कभी वह मुझसे झूठ बोलकर मेरे पैसे भी ले लेता है। सबसे बुरा मुझे तब लगता है जब मैं उसकी शिकायत माँ से करता हूँ तब वह भी मुझे कहती है कि रोहित छोटा है बड़ा होगा तो समझ जायेगा।

a	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं	कम खुशी	पता नहीं	अधिक खुशी	बहुत अधिक खुशी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b	भयभीत	बिल्कुल भयभीत नहीं	कम भयभीत	पता नहीं	अधिक भयभीत	बहुत अधिक भयभीत
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c	परेशान	बिल्कुल परेशान नहीं	कम परेशान	पता नहीं	अधिक परेशान	बहुत अधिक परेशान
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d	स्वीकृति	बिल्कुल स्वीकृति नहीं	कम स्वीकृति	पता नहीं	अधिक स्वीकृति	बहुत अधिक स्वीकृति
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e	शरारती	बिल्कुल शरारती नहीं	कम शरारती	पता नहीं	अधिक शरारती	बहुत अधिक शरारती
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f	प्रसन्नचित	बिल्कुल प्रसन्नचित नहीं	कम प्रसन्नचित	पता नहीं	अधिक प्रसन्नचित	बहुत अधिक प्रसन्नचित
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

कठिन शब्द	—	अर्थ
स्वीकृति	—	चुपचाप मान लेना
प्रसन्नचित	—	बहुत अधिक खुश
परेशान	—	दुःखी

प्रश्न-9.

कहानी सं. 4

मैं और राकेश दोनों एक ही मकान में आने सामने रहते हैं। राकेश के बात-बात पर भड़क उठने, बिना कारण दोषारोपण तथा छोटी-छोटी बात पर चिढ़ने वाले स्वभाव से मैं काफी झुंझलाहट तथा चिड़चिड़ापन महसूस करता हूँ। हमारे यहाँ दैनिक जागरण तथा राकेश के घर जनसत्ता अखबार आता है। आंगन एक ही होने की वजह से अखबार वाला दोनों अखबार एक साथ ही डाल जाता है अखबार लाने का काम अधिकतर पापा ही करते हैं। परन्तु कभी-कभी मैं अपने प्यारे कुत्ते टोमी को अखबार लाने भेज देता हूँ। एक दिन की बात है कि मैंने टोमी को अखबार लाने भेजा और वह गलती से राकेश व हमारा, दोनों का अखबार ले आया। मैं राकेश का अखबार देने ही जा रहा था कि सामने से राकेश आया और जोर-जोर से चिल्लाने लगा कि टोमी हमेशा उनका अखबार ले आता है। मुझे लगता है कि वह मेरे टोमी से चिड़ता है क्योंकि उसके पास इतना सुन्दर व अच्छा कुत्ता नहीं है। मेरे स्कूल का साथी सुरेश काफी शान्त स्वभाव का लड़का है तथा कठिन से कठिन परिस्थितियों में भी वह धीरज नहीं खोता। मैं हमेशा सोचता हूँ कि काश ! मैं भी सुरेश की तरह अपनी भावनाओं पर नियंत्रण रख पाता।

a	हैरानी	बिल्कुल हैरानी नहीं	कम हैरानी	पता नहीं	अधिक हैरानी	बहुत अधिक हैरानी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b	दुःख	बिल्कुल दुःख नहीं	कम दुःख	पता नहीं	अधिक दुःख	बहुत अधिक दुःख
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c	गुस्सा	बिल्कुल गुस्सा नहीं	कम गुस्सा	पता नहीं	अधिक गुस्सा	बहुत अधिक गुस्सा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d	चिड़चिड़ापन	बिल्कुल चिड़चिड़ापन नहीं	कम चिड़चिड़ापन	पता नहीं	अधिक चिड़चिड़ापन	बहुत अधिक चिड़चिड़ापन
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं	कम खुशी	पता नहीं	अधिक खुशी	बहुत अधिक खुशी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f	उदासी	बिल्कुल उदासी नहीं	कम उदासी	पता नहीं	अधिक उदासी	बहुत अधिक उदासी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g	परमानन्द	बिल्कुल परमानन्द नहीं	कम परमानन्द	पता नहीं	अधिक परमानन्द	बहुत अधिक परमानन्द
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

PART - II

संवेगों की ग्रहण श्रमता (Assimilation of Emotions)

सामान्य तौर पर हम सभी अपनी भावनाओं को जीवन के अन्य अनुभवों के साथ जोड़ सकते हैं, जैसे खुशी के साथ मिठास का अनुभव और जलन के साथ तीखेपन का अनुभव होता है। नीचे कुछ भावनात्मक स्थितियाँ बताई गई हैं जिन्हें आपको अन्य सामान्य अनुभवों की मात्रा के रूप में इंगित (बताना) करना है। निम्न में प्रत्येक कॉलम के सामने किसी एक पर (✓) का निशान लगाइये।

प्रश्न-11. आप अपने मन में खुश होने की कल्पना कीजिए और अब इस खुशी को नीचे लिखे अनुभवों की मात्रा के रूप में बताइए।

a	गरमाहट	बहुत गरमाहट	गरमाहट	पता नहीं	ठण्डक	बहुत ठण्डक	ठण्डक
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b	अन्धकार	बहुत अन्धकार	अन्धकार	पता नहीं	प्रकाशमय	बहुत प्रकाशमय	प्रकाशमय
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c	नीचे	बहुत नीचे	नीचे	पता नहीं	ऊपर	बहुत ऊपर	ऊपर
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d	नारंगी	बहुत नारंगी	नारंगी	पता नहीं	नीला	बहुत नीला	नीला
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e	तेज	बहुत तेज	तेज	पता नहीं	धीमा	बहुत धीमा	धीमा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f	आनन्दमय	बहुत आनन्दमय	आनन्दमय	पता नहीं	कष्टदायक	बहुत कष्टदायक	कष्टदायक
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g	अच्छा	बहुत अच्छा	अच्छा	पता नहीं	बुरा	बहुत बुरा	बुरा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h	मीठा	बहुत मीठा	मीठा	पता नहीं	खट्टा	बहुत खट्टा	खट्टा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i	पीला	बहुत पीला	पीला	पता नहीं	बैंगनी	बहुत बैंगनी	बैंगनी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

कहानी सं. 5

राम मेरी ही कक्षा में पढ़ता है। वह एक गरीब परिवार से सम्बन्धित है। पिछले वर्ष एक हादसे में राम के पिता का स्वर्गवास हो गया। पिता के स्वर्गवास के बाद पूरे परिवार, माँ व बहन की जिम्मेदारी भी राम पर आ गई। राम मेहनती लड़का है। इसलिए वह अपनी पढ़ाई के साथ-साथ अपनी माँ की मदद भी करता है। उसकी माँ की एक छोटी सी दुकान है। राम एक दिन दुकान पर आ रहा था कि अचानक एक सड़क दुर्घटना का शिकार हो गया। दुर्घटना से उसका एक पैर टूट गया तथा अस्पताल में भर्ती होना पड़ा। वहाँ अस्पताल में उसकी माँ व बहन भी उससे मिलती रहती थी तथा देखभाल करती थी।

एक दिन मैं व मेरे कुछ अन्य मित्र राम से मिलने अस्पताल गये तो उसने दुखी होकर बताया कि वह बड़ा असहाय महसूस कर रहा है। एक तो वह खुद कुछ नहीं कमा पा रहा तथा माँ की कमाई भी इलाज में खर्च हो रही है। उसकी देखभाल की वजह से उसकी बहन भी अपनी सहेलियों के साथ नहीं खेल पा रही है।

a	उदासी	बिल्कुल उदासी नहीं	कम उदासी	पता नहीं	अधिक उदासी	बहुत अधिक उदासी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b	पेशान	बिल्कुल पेशान नहीं	कम पेशान	पता नहीं	अधिक पेशान	बहुत अधिक पेशान
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c	शर्मादिगी	बिल्कुल शर्मादिगी नहीं	कम शर्मादिगी	पता नहीं	अधिक शर्मादिगी	बहुत अधिक शर्मादिगी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d	उत्तेजित	बिल्कुल उत्तेजित नहीं	कम उत्तेजित	पता नहीं	अधिक उत्तेजित	बहुत अधिक उत्तेजित
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e	उत्साहित	बिल्कुल उत्साहित नहीं	कम उत्साहित	पता नहीं	अधिक उत्साहित	बहुत अधिक उत्साहित
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f	खुश	बिल्कुल खुश नहीं	कम खुश	पता नहीं	अधिक खुश	बहुत अधिक खुश
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g	मनपसन्द	बिल्कुल मनपसन्द नहीं	कम मनपसन्द	पता नहीं	अधिक मनपसन्द	बहुत अधिक मनपसन्द
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

प्रश्न-12. आप अपने मन में डर और घबराहट की भावना महसूस कीजिए। अब इस घबराहट को नीचे लिखे अनुभवों की मात्रा के रूप में बताइए।

a	गरमाहट	बहुत गरमाहट	गरमाहट	पता नहीं	ठण्डक	बहुत ठण्डक	ठण्डक
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
b	अन्धकार	बहुत अन्धकार	अन्धकार	पता नहीं	प्रकाशमय	बहुत प्रकाशमय	प्रकाशमय
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
c	नीचे	बहुत नीचे	नीचे	पता नहीं	ऊपर	बहुत ऊपर	ऊपर
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
d	नारंगी	बहुत नारंगी	नारंगी	पता नहीं	नीला	बहुत नीला	नीला
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
e	तेज	बहुत तेज	तेज	पता नहीं	धीमा	बहुत धीमा	धीमा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
f	आनन्दमय	बहुत आनन्दमय	आनन्दमय	पता नहीं	कष्टदायक	बहुत कष्टदायक	कष्टदायक
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
g	अच्छा	बहुत अच्छा	अच्छा	पता नहीं	बुरा	बहुत बुरा	बुरा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
h	मीठा	बहुत मीठा	मीठा	पता नहीं	खट्टा	बहुत खट्टा	खट्टा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
i	पीला	बहुत पीला	पीला	पता नहीं	बैंगनी	बहुत बैंगनी	बैंगनी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

प्रश्न-13. आप अपने मन में नाराजगी (गुस्से) की भावना महसूस कीजिए अब इस नाराजगी को नीचे लिखे अनुभवों की मात्रा के रूप में बताइए।

a	गरमाहट	बहुत गरमाहट	गरमाहट	पता नहीं	ठण्डक	बहुत ठण्डक	ठण्डक
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
b	अन्धकार	बहुत अन्धकार	अन्धकार	पता नहीं	प्रकाशमय	बहुत प्रकाशमय	प्रकाशमय
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
c	नीचे	बहुत नीचे	नीचे	पता नहीं	ऊपर	बहुत ऊपर	ऊपर
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
d	नारंगी	बहुत नारंगी	नारंगी	पता नहीं	नीला	बहुत नीला	नीला
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
e	तेज	बहुत तेज	तेज	पता नहीं	धीमा	बहुत धीमा	धीमा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
f	आनन्दमय	बहुत आनन्दमय	आनन्दमय	पता नहीं	कष्टदायक	बहुत कष्टदायक	कष्टदायक
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
g	अच्छा	बहुत अच्छा	अच्छा	पता नहीं	बुरा	बहुत बुरा	बुरा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
h	मीठा	बहुत मीठा	मीठा	पता नहीं	खट्टा	बहुत खट्टा	खट्टा
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
i	पीला	बहुत पीला	पीला	पता नहीं	बैंगनी	बहुत बैंगनी	बैंगनी
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

प्रश्न-16. कल्पना कीजिए कि आपका एक साथी फिल्मों का शौकीन है और फिल्मों के बारे में अच्छी जानकारी रखता है। वह आपके स्कूल के कार्य में आपका उत्साह बढ़ाता है, इस उत्साही भावनात्मक स्थिति में मित्र के निम्न स्वभावी गुणों की मात्रा बताइए।

a	आरामतलब	बिल्कुल आरामतलब नहीं	कम आरामतलब	पता नहीं	अधिक आरामतलब	बहुत अधिक आरामतलब
b	ज्ञात	बिल्कुल ज्ञात नहीं	कम ज्ञात	पता नहीं	अधिक ज्ञात	बहुत अधिक ज्ञात
c	जिद्दी	बिल्कुल जिद्दी नहीं	कम जिद्दी	पता नहीं	अधिक जिद्दी	बहुत अधिक जिद्दी
d	उत्साही	बिल्कुल उत्साही नहीं	कम उत्साही	पता नहीं	अधिक उत्साही	बहुत अधिक उत्साही
e	विश्वसनीय	बिल्कुल विश्वसनीय नहीं	कम विश्वसनीय	पता नहीं	अधिक विश्वसनीय	बहुत अधिक विश्वसनीय
f	शरारती	बिल्कुल शरारती नहीं	कम शरारती	पता नहीं	अधिक शरारती	बहुत अधिक शरारती
g	कल्पनाशील	बिल्कुल कल्पनाशील नहीं	कम कल्पनाशील	पता नहीं	अधिक कल्पनाशील	बहुत अधिक कल्पनाशील

कठिन शब्द — अर्थ

आरामतलब	—	आलसी
विश्वसनीय	—	भरोसेमंद / विश्वासपात्र
कल्पनाशील	—	कल्पना करने वाला / सोच विचार कर कार्य करने वाला

प्रश्न-17. कल्पना कीजिए कि आपका एक साथी जो संगीत का शौकीन है और हमेशा कुछ ना कुछ गुनगुनाता रहता है। आपको कोई ऐसी बात कहता है कि आप आश्चर्यचकित और दंग रह जाते हैं। इस मानसिक अवस्था में अपने साथी की निम्न में स्वभाविक गुणों की मात्रा बताइए।

a	सावधानी रखने वाला	बिल्कुल सावधानी नहीं रखने वाला	कम सावधानी रखने वाला	पता नहीं	अधिक सावधानी रखने वाला	बहुत अधिक सावधानी रखने वाला
b	होशियार	बिल्कुल होशियार नहीं	कम होशियार	पता नहीं	अधिक होशियार	बहुत अधिक होशियार
c	गुस्सैल	बिल्कुल गुस्सैल नहीं	कम गुस्सैल	पता नहीं	अधिक गुस्सैल	बहुत अधिक गुस्सैल
d	निराशपूर्ण	बिल्कुल निराशपूर्ण नहीं	कम निराशपूर्ण	पता नहीं	अधिक निराशपूर्ण	बहुत अधिक निराशपूर्ण
e	नाराज	बिल्कुल नाराज नहीं	कम नाराज	पता नहीं	अधिक नाराज	बहुत अधिक नाराज
f	कर्मठ	बिल्कुल कर्मठ नहीं	कम कर्मठ	पता नहीं	अधिक कर्मठ	बहुत अधिक कर्मठ
g	नियमानुसार	बिल्कुल नियमानुसार नहीं	कम नियमानुसार	पता नहीं	अधिक नियमानुसार	बहुत अधिक नियमानुसार

PART - III

संवेगों का उपयोग (Understanding of Emotions)

निम्नलिखित को पढ़कर यह बताइए कि निम्न में कौन-कौन सी भावनाएँ हैं। किसी एक पर सही

(✓) का निशान लगायें।

प्रश्न-18. दुःख सबसे अधिक किन दो भावनाओं से सम्बन्धित है।

गुस्सा और आश्चर्य

डर और गुस्सा

निराशा और शर्म

पश्चाताप और आनन्द

प्रश्न-19. तिरस्कार (बेइज्जती) सबसे अधिक किन दो भावनाओं से सम्बन्धित है।

गुस्सा और डर

डर और आश्चर्य

घृणा और गुस्सा

आश्चर्य और घृणा

प्रश्न-20. निराशा सबसे अधिक किन दो भावनाओं से सम्बन्धित है।

दुःख और आश्चर्य

आश्चर्य और डर

नाराजगी और दुःख

गुस्सा और डर

प्रश्न-21. शान्ति सबसे अधिक किन भावनाओं से सम्बन्धित है।

निश्चिन्त, सुरक्षित और शान्त

अभिमान, खुशी और प्यार

नाराजगी, शर्म और सन्तोष

थका हुआ, खुशी और शर्म

निम्नलिखित को पढ़कर यह बताइए कि निम्न में से कौन-कौन सी भावनाएँ हैं। किसी एक पर सही (✓) का निशान लगायें।

प्रश्न-22. एक व्यक्ति में खुशी की भावना बढ़ते-बढ़ते इस हद तक पहुँच गई कि वह नियंत्रण से बाहर हो गया। उस व्यक्ति की भावनात्मक स्थिति है।

संतुष्टि

परिपूर्ण

खुशी से पागल होना

आनन्द

प्रश्न-23. आप किसी पर इतना अधिक गुस्सा करते हैं कि वह नियंत्रण से बाहर हो जाता है। आपकी भावनात्मक स्थिति है।

घूरना

चिड़चिड़ाना

नफरत

क्रोध

प्रश्न-24. आपके अन्दर रोमांच की भावना और अधिक बढ़ती जा रही है। आपकी भावनात्मक स्थिति है।

खुशी

प्यार

आश्चर्य

उत्तेजना

प्रश्न-25. आप दुखी हैं और आपका दुःख बढ़ता जा रहा है और आप नाकाबिल (नाकारा) महसूस करने लगे हैं। आप किसी व्यक्ति पर अधिक और अधिक चिड़चिड़े होते जा रहे हैं। आपकी भावनात्मक स्थिति है।

गंभीर दुःख

स्वीकृति

असहाय (बेसहारा)

निराशा

प्रश्न-26. आपका गुस्सा किसी पर बढ़ता जा रहा है और साथ ही साथ आप असहाय महसूस करने लगते हैं, आपकी भावनात्मक स्थिति है।

घृणा

डर

नफरत

शर्म

निम्नलिखित को पढ़कर यह बताइए कि निम्न में से कौन-कौन-सी भावनाएँ हैं। प्रत्येक कॉलम के सामने सही (✓) का निशान लगायें।

प्रश्न-27. एक आदमी गुस्से में है और वह अपने प्रियजन पर गुस्सा उतार देता है। गुस्सा शांत होने पर वह कैसा महसूस करेगा।

a	शर्म	बिल्कुल शर्म नहीं <input type="checkbox"/>	कम शर्म <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक शर्म <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक शर्म <input type="checkbox"/>
b	निश्चिन्त	बिल्कुल निश्चिन्त नहीं <input type="checkbox"/>	कम निश्चिन्त <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक निश्चिन्त <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक निश्चिन्त <input type="checkbox"/>
c	अभिमान	बिल्कुल अभिमान नहीं <input type="checkbox"/>	कम अभिमान <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक अभिमान <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक अभिमान <input type="checkbox"/>
d	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं <input type="checkbox"/>	कम खुशी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक खुशी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक खुशी <input type="checkbox"/>
e	दुःख	बिल्कुल दुःख नहीं <input type="checkbox"/>	कम दुःख <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक दुःख <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक दुःख <input type="checkbox"/>
f	नफरत	बिल्कुल नफरत नहीं <input type="checkbox"/>	कम नफरत <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक नफरत <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक नफरत <input type="checkbox"/>

प्रश्न-28. एक व्यक्ति दुखी है और बाद में उसकी पीड़ा हट जाती है। तत्पश्चात वह व्यक्ति कैसा महसूस करेगा।

a	आश्चर्य	बिल्कुल आश्चर्य नहीं <input type="checkbox"/>	कम आश्चर्य <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक आश्चर्य <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक आश्चर्य <input type="checkbox"/>
b	निश्चिन्त	बिल्कुल निश्चिन्त नहीं <input type="checkbox"/>	कम निश्चिन्त <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक निश्चिन्त <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक निश्चिन्त <input type="checkbox"/>
c	गुस्सा	बिल्कुल गुस्सा नहीं <input type="checkbox"/>	कम गुस्सा <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक गुस्सा <input type="checkbox"/>
a	शर्म	बिल्कुल शर्म नहीं <input type="checkbox"/>	कम शर्म <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक शर्म <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक शर्म <input type="checkbox"/>
d	खुशी	बिल्कुल खुशी नहीं <input type="checkbox"/>	कम खुशी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक खुशी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक खुशी <input type="checkbox"/>
e	आनन्द	बिल्कुल आनन्द नहीं <input type="checkbox"/>	कम आनन्द <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक आनन्द <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक आनन्द <input type="checkbox"/>

प्रश्न-29. राम अपनी माँ से कहता है कि वह उससे बहुत प्यार करता है। यह कहते हुए राम कैसा महसूस करेगा।

(a) माँ के प्रति प्यार

बिल्कुल प्यार नहीं <input type="checkbox"/>	कम प्यार <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक प्यार <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक प्यार <input type="checkbox"/>
--	--------------------------------------	--------------------------------------	--	---

(b) स्वयं के प्रति हैरानी कि वह ऐसा अब क्यों कह रहा है

बिल्कुल हैरानी नहीं <input type="checkbox"/>	कम हैरानी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक हैरानी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक हैरानी <input type="checkbox"/>
---	---------------------------------------	--------------------------------------	---	--

राम की माँ कहती है वह (राम) से अत्यधिक प्यार करती है। यह कहते हुए राम की माँ कैसा महसूस करेगी।

(c) राम के प्रति प्यार

बिल्कुल प्यार नहीं <input type="checkbox"/>	कम प्यार <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक प्यार <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक प्यार <input type="checkbox"/>
--	--------------------------------------	--------------------------------------	--	---

(d) स्वयं के प्रति हैरानी कि वह ऐसा अब क्यों कह रही है।

बिल्कुल हैरानी नहीं <input type="checkbox"/>	कम हैरानी <input type="checkbox"/>	पता नहीं <input type="checkbox"/>	अधिक हैरानी <input type="checkbox"/>	बहुत अधिक हैरानी <input type="checkbox"/>
---	---------------------------------------	--------------------------------------	---	--

PART - IV

संवेगों का नियंत्रण (Regulation of Emotions)

निम्नलिखित को पढ़कर यह बताइए कि निम्न में कौन-कौन सी भावनाएँ कितनी मात्रा में हैं। प्रत्येक कॉलम के सामने किसी एक पर सही (✓) का निशान लगाइये।

प्रश्न-30. पाँच वर्ष का एक बच्चा पार्क में खेल रहा था और उसकी माँ पास ही बैठी किताब पढ़ रही थी। अचानक उसकी माँ ने देखा कि नन्हे बालक को कई बड़े बच्चों ने घेर रखा है और वे उसे तंग कर रहे हैं। उसने फौरन दूसरे बच्चों को डाँटा तथा अपने बच्चे को अलग ले गई। उसने देखा कि यह सारा तमाशा एक बड़े बच्चे की माँ दूर खड़ी देख रही थी। उक्त परिस्थिति में नन्हें बच्चे की माँ में निम्न में से कौन-कौन सी भावनाएँ कितनी मात्रा में हैं।

(a) स्वयं पर शर्मिदा होगी कि उसका बच्चा खुद की देखभाल नहीं कर पाया।

बिल्कुल शर्मिदा नहीं	कम शर्मिदा	पता नहीं	अधिक शर्मिदा	बहुत अधिक शर्मिदा
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(b) वह चिंतित होगी कि अन्य बच्चों के माता-पिता उसके बारे में क्या सोचेंगे।

बिल्कुल चिंतित नहीं	कम चिंतित	पता नहीं	अधिक चिंतित	बहुत अधिक चिंतित
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(c) दूसरे बच्चों पर नाराज होगी।

बिल्कुल नाराज नहीं	कम नाराज	पता नाराज	अधिक नाराज	बहुत अधिक नाराज
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(d) अपने बच्चों पर गुस्सा करेगी कि उसने उसे (माँ) को परेशान किया।

बिल्कुल गुस्सा नहीं	कम गुस्सा	पता नहीं	अधिक गुस्सा	बहुत अधिक गुस्सा
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(e) परेशान होगी कि वह अपने बच्चे की देखभाल नहीं कर पाई।

बिल्कुल परेशान नहीं	कम परेशान	पता नहीं	अधिक परेशान	बहुत अधिक परेशान
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

प्रश्न-31. आप जब अपनी माँ के साथ अपनी पक्की सहेली के घर पर उससे मिलने गईं तो उसकी माँ ने बताया कि वो डॉक्टर के पास गई थी और डॉक्टर ने उन्हें कैंसर की बीमारी बताई है। उन्होंने बताया कि अब बहुत अधिक डरी हुई है और चिंतित है कि वह जल्दी ही कहीं मौत की शिकार न हो जाए। उनको चिन्ता है कि उनके मरने के बाद उनके बच्चों की देखभाल कौन करेगा। निम्न में से उक्त परिस्थिति में आपको कौन-सा व्यवहार करना चाहिए।

(a) आप उन्हें सांत्वना देंगे व उन्हें बतायेंगे कि आपके निकट के मित्र को भी कैंसर था और वो ईलाज से बड़ी जल्दी ठीक हो गया।

बिल्कुल नहीं	कम	पता नहीं	अधिक	बहुत अधिक
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(b) आप इस बीमारी में उनकी कोई मदद नहीं कर सकते इसलिए इस बात को भूलना ही बेहतर है।

बिल्कुल नहीं	कम	पता नहीं	अधिक	बहुत अधिक
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(c) आप यह बतायेंगे कि उनकी बीमारी के बारे में सुनकर दुःख हुआ और पूछेंगे कि यह कैसे हुआ और अब वह कैसा महसूस कर रही हैं।

बिल्कुल नहीं	कम	पता नहीं	अधिक	बहुत अधिक
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(d) आप उनसे पूछेंगे कि वह इस बीमारी से कैसे निपट रही हैं और उनके डर तथा चिंताओं के बारे में बात करेंगे।

बिल्कुल नहीं	कम	पता नहीं	अधिक	बहुत अधिक
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

बाल समायोजन मापनी

Child Adjustment Scale

श्रीमती रागिनी दुने

सहायक प्राध्यापक, मनोविज्ञान विभाग
शासकीय गृह विज्ञान महाविद्यालय, होशंगाबाद

नाम आयु

विद्यालय कक्षा

पिता का व्यवसाय

माता का व्यवसाय

परिवार की अनुमानित मासिक आय

परिवार के सदस्यों की संख्या भाई बहिन कुल

निर्देश

इस मापनी में प्रत्येक अधूरे वाक्य के सामने दो वाक्य दिये गये हैं। आप इन वाक्यों को ध्यानपूर्वक पढ़िये। दो वाक्यों में से जो वाक्य आपको अपने सम्बन्ध में ठीक लगे उसके सामने वाले चौखटे में सही [✓] का निशान लगा दीजिए। आपको केवल एक वाक्य चुनना है।

इस मापनी को पूरा करने के लिये कोई समय सीमा नहीं है फिर भी आप इसे शीघ्र से शीघ्र पूरा करने का प्रयास कीजिये।

समायोजन	प्राप्तांक	श्रेणी
विद्यालय		
परिवार		
समय समूह		
पूर्ण		

क्रम	वाक्य	उत्तर	
		1	2
1.	विद्यालय जाने में	1. प्रसन्नता होती है । 2. बुरा लगता है ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2.	विद्यालय का वातावरण	1. डरावना है । 2. आनन्दमय है ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3.	माता-पिता किसी काम की सफलता पर	1. प्रशंसा करते हैं । 2. कुछ नहीं कहते ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
4.	सभी मित्र	1. स्नेह से बात करते हैं । 2. उपेक्षा करते हैं ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
5.	दूसरे लड़के एवं लड़कियां	1. मेरे शीघ्र मित्र बन जाते हैं । 2. मुझे मित्र बनना पसन्द नहीं करते हैं ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
6.	परीक्षाओं में	1. असफल होने का भय बना रहता है । 2. सफल होने का विश्वास रहता है ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
7.	अध्यापकों से अपनी कठिनाई पूछने में	1. डर लगता है । 2. किसी प्रकार का भय नहीं लगता ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
8.	घर में आये मेहमानों के सामने माता पिता	1. बड़ाई करते हैं । 2. बुराई करते हैं ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9.	कक्षा में मुझे सभी	1. महत्वपूर्ण सदस्य समझते हैं । 2. कोई महत्व नहीं देते ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
10.	मित्रों की दृष्टि में	1. मैं सहयोगी मित्र हूँ । 2. किसी काम का नहीं हूँ ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
11.	अपनी आयु के लड़के लड़कियों से मैं	1. दूर ही रहता हूँ । 2. शीघ्र घुल मिल जाता हूँ ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
12.	घर में काम बिगड़ जाने पर	1. सभी स्नेह से समझाते हैं । 2. सभी नाराज होते हैं ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
13.	घर में कोई नया कार्य करणे पर	1. सभी डांटते हैं । 2. सभी प्रसन्न होते हैं ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
14.	माता पिता अपने अवकाश का समय	1. मेरे साथ व्यतीत करते हैं । 2. अपने कामों में लगाते हैं ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
15.	मेरे माता पिता मेरी पढ़ाई में	1. मुझे प्रोत्साहन देते हैं । 2. कोई सहायता नहीं करते ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

क्रम	कथन	उत्तर	
		1	2
16.	समूह में कार्य करने में	1. आनन्द आता है । <input type="checkbox"/>	2. अच्छा नहीं लगता । <input type="checkbox"/>
17.	मेरे सभी मित्र	1. मुझसे बुराई रखते हैं । <input type="checkbox"/>	2. मेरे हितु हैं । <input type="checkbox"/>
18.	अध्यापकों का व्यवहार	1. अच्छा नहीं लगता । <input type="checkbox"/>	2. बहुत अच्छा है । <input type="checkbox"/>
19.	विद्यालय के सभी कार्यक्रमों में	1. प्रसन्नता से भाग लेता हूँ । <input type="checkbox"/>	2. कोई भाग नहीं लेता । <input type="checkbox"/>
20.	ऐसा लगता है कि	1. मेरा कोई सच्चा मित्र नहीं है । <input type="checkbox"/>	2. सभी अच्छे मित्र हैं । <input type="checkbox"/>
21.	प्रायः सभी मित्र मुझे	1. अपने जन्मदिन पर अपने घर बुलाते हैं । <input type="checkbox"/>	2. अपने कार्यों में सम्मिलित नहीं करते । <input type="checkbox"/>
22.	परीक्षाओं में	1. अच्छे अंक मिलते हैं । <input type="checkbox"/>	2. अच्छे अंक नहीं मिलते । <input type="checkbox"/>
23.	मित्र हमेशा मेरी	1. गलतियाँ निकालते रहते हैं । <input type="checkbox"/>	2. प्रशंसा करते हैं । <input type="checkbox"/>
24.	माता पिता अपने मित्रों से	1. मुझे मिलते हैं । <input type="checkbox"/>	2. मेरा परिचय नहीं कराते । <input type="checkbox"/>
25.	विद्यालय की सम्बन्धी छुट्टियाँ	1. बहुत अच्छी लगती हैं । <input type="checkbox"/>	2. अच्छी नहीं लगती । <input type="checkbox"/>
26.	अध्यापक पढ़ाई पर	1. बहुत ध्यान देते हैं । <input type="checkbox"/>	2. कोई ध्यान नहीं देते । <input type="checkbox"/>
27.	माता पिता	1. मेरी आवश्यकताओं पर ध्यान नहीं देते । <input type="checkbox"/>	2. मेरी सभी आवश्यकताओं को पूरा कर देते हैं । <input type="checkbox"/>
28.	बड़ी कक्षा के छात्र-छात्राएँ	1. सहयोग देते हैं । <input type="checkbox"/>	2. परेशान करते हैं । <input type="checkbox"/>
29.	अस्वस्थ होने पर मेरे माता पिता	1. मेरा पूरा ख्याल रखते हैं । <input type="checkbox"/>	2. कोई ध्यान नहीं देते । <input type="checkbox"/>
30.	अध्यापक मेरे अच्छे कार्यों की	1. ओर कोई ध्यान नहीं देते । <input type="checkbox"/>	2. प्रशंसा करते हैं । <input type="checkbox"/>

क्रम	कथन	उत्तर	
		1	2
31.	सभी अध्यापकों से	1. स्नेह मिलता है। 2. भय लगता है।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
32.	माता पिता को मुझसे बात करने	1. में प्रसन्नता होती है। 2. के लिये समय नहीं मिलता।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
33.	माता पिता सामाजिक समारोहों के समय मुझे	1. घर छोड़ जाते हैं। 2. अपने साथ ले जाते हैं।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
34.	छुट्टियों में अपना समय	1. मित्रों में बिताना पसन्द करता हूँ। 2. घर में रहना पसन्द करता हूँ।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
35.	मित्रों से	1. लड़ाई हो जाया करती है। 2. मिल जुल कर रहते हैं।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
36.	परिवार के सब सदस्य एक दूसरे से	1. मिलकर हास परिहास में भाग लेते हैं। 2. अलग-अलग रहते हैं।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
37.	मेरे मित्र अपने मन की बात	1. एक दूसरे को नहीं बताते। 2. एक दूसरों को बता देते हैं।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
38.	मेरे सभी मित्र बड़े	1. मिलनसार हैं। 2. घमण्डी हैं।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
39.	परिवार के बीच	1. अकेलापन लगता है। 2. आनन्द आता है।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
40.	मेरे परिवार के सदस्य	1. मेरी योग्यताओं की प्रशंसा करते हैं। 2. मेरी उपेक्षा करते हैं।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
41.	एक मित्र की सफलता पर	1. दूसरे मित्रों को बुरा लगता है। 2. सब मिलकर खुशियाँ मनाते हैं।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
42.	मेरे सभी मित्र मेरी वस्तुओं की	1. प्रशंसा करते हैं। 2. आलोचना करते हैं।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
43.	विद्यालय का अनुशासन	1. बहुत कड़ा है। 2. बहुत अच्छा है।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
44.	मेरे अस्वस्थ होने पर	1. मेरे सम्बन्धी मुझे देखने आते हैं। 2. मुझे याद नहीं करते।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
45.	विद्यालय की कार्यप्रणाली	1. अनियमित है। 2. बहुत अच्छी है।	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>