

B a d a n i e P - S

Mc Farlandà R.A. i Seitz C.P.
w przekładzie autoryzowanym
dra Z. Zimnego

Nazwisko imię
Adres
Wiek Zawód
Najwyższa ukończona klasa w nauce szkolnej (właściwą otocz kółkiem)
Szkoła podstaw. liceum zasadn. technikum uniwersytet
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 1 2 3 1 2 3 4 5 1 2 3 4 5

	Część I		Część II			Całość				
Wynik surowy										
Staż	176		249			425				
Wynik końcowy										
Procentyla										

I n s t r u k c j a :

Odpowiedzi na pytania części I i części II winny opierać się na Twoich własnych przeszłych doznaniach. Nie ma tutaj odpowiedzi dobrych ani złych, gdyż badanie to nie jest próbą inteligencji.

Pod każdym pytaniem znajdziesz słowa :
często, czasami, rzadko, nigdy.

Przeozytaj uważnie każde pytanie
i podkreśl odpowiedź, która, Twoim zdaniem,
najlepiej określa Ciebie.

1. Czy czujesz się zdrow i szczęśliwy ? często czasami rzadko nigdy
2. Czy miewasz zawroty głowy ? często czasami rzadko nigdy
3. Czy miewasz bóle żołądka lub brzucha ? często czasami rzadko nigdy
4. Czy miewasz bóle głowy, ucisk lub bóle
w głowie ? często czasami rzadko nigdy
5. Czy miewasz zatwardzenia ? często czasami rzadko nigdy
6. Czy miewasz dzwonienie lub szum w
uszach ? często czasami rzadko nigdy
7. Czy zdarza Ci się uporczywe powtarza-
nie tych samych ruchów lub czynności ? często czasami rzadko nigdy
8. Czy czujesz bicie serca w uszach ? często czasami rzadko nigdy
9. Czy miewasz jakieś dziwne, nieprzyje-
mne doznania odcienne ? często czasami rzadko nigdy
10. Czy masz dobry apetyt ? często czasami rzadko nigdy
11. Czy masz kłopoty ze zdrowiem ? często czasami rzadko nigdy
12. Czy miewasz skurcze mięśni twarzy,
drżenie rąk, lub drgawki ramion ? często czasami rzadko nigdy
13. Czy odczuwasz potrzebę częstego odda-
wania moczu ? często czasami rzadko nigdy
14. Czy miewasz wymioty lub mdłości ? często czasami rzadko nigdy
15. Czy czujesz się zmęczony lub wyczer-
pany ? często czasami rzadko nigdy
16. Czy wydaje Ci się, że masz mgłę przed
oczyma ? często czasami rzadko nigdy
17. Czy cierpisz na bezsenność ? często czasami rzadko nigdy
18. Czy bywasz podniecony lub zdenerwowany
(wewnątrznie) ? często czasami rzadko nigdy
19. Czy odbijają Ci się gazy z żołądka ? często czasami rzadko nigdy
20. Czy rano jesteś dobrze wypoczęty ? często czasami rzadko nigdy
21. Czy masz trudności w oddychaniu ? często czasami rzadko nigdy
22. Czy czujesz się fizycznie przygnębiiony
lub skoby ? często czasami rzadko nigdy
23. Czy jesteś nerwowy i niespokojny ? często czasami rzadko nigdy

21. Czy jakas się lub masz trudności wypowiedzenia się ? często czasami rzadko nigdy
25. Czy doznajesz bólów oczu ? często czasami rzadko nigdy
26. Czy doznajesz uczucia duszenia się (trudności zżapania powietrza) ? często czasami rzadko nigdy
27. Czy zdarzako Ci się, że drżakoś oaly ze zdenerwowania lub trząkoś się ? często czasami rzadko nigdy
28. Czy doznawakoś bólów w karku, w klatce piersiowej, w plecach ? często czasami rzadko nigdy
29. Czy odczuwasz duży wysiłek, gdy masz coś zrobić ? często czasami rzadko nigdy
30. Czy niewasz niestrawności lub zaburzenia żołądkowe ? często czasami rzadko nigdy
31. Czy odujesz się słaby, lub mdlejesz ? często czasami rzadko nigdy
32. Czy niepokoisz się na widok krwi ? często czasami rzadko nigdy
33. Czy jesteś bardzo wrażliwy na hałas ? często czasami rzadko nigdy
34. Czy doznajesz bólów mięśni bez ówiozeń? często czasami rzadko nigdy
35. Czy trudno Ci jest skupić uwagę ? często czasami rzadko nigdy
36. Czy niewasz gwałtowne bicie serca nie spowodowane wysiłkiem fizycznym ? często czasami rzadko nigdy
37. Czy niewasz krótki oddech ? często czasami rzadko nigdy
38. Czy słyszysz urojone głosy lub szeles-ty ? często czasami rzadko nigdy
39. Czy odujesz się zmęczony przed wykonaniem jakiegokolwiek pracy ? często czasami rzadko nigdy
40. Czy odujesz zdrętwienie lub sztywność oczęści ciała ? często czasami rzadko nigdy
41. Czy odujesz się roztrzęsiony lub łatwo przestraszony ? często czasami rzadko nigdy
42. Czy jesteś nieodporny na gorąco lub zimno ? często czasami rzadko nigdy
43. Czy zwracasz dużo uwagi na swoje ciało? często czasami rzadko nigdy
44. Czy odujesz się nerwowo zakłanany ? często czasami rzadko nigdy
45. Czy łatwo płaczesz ? często czasami rzadko nigdy
46. Czy jesteś wymagający, jeśli chodzi o potrawy ? często czasami rzadko nigdy

C z e ś 6 II

Przeczytaj uważnie każde pytanie
i podkreśl odpowiedź, która, Twoim zdaniem,
najlepiej określa Ciebie.

1. Czy trapi Cię nieśmiałość, boja-
źliwość ? często czasami rzadko nigdy
2. Czy zbyt długo martwisz się upokarza-
jącymi doświadczeniami ? często czasami rzadko nigdy
3. Czy obawiasz się upadku, gdy zajmu-
jesz odpowiedzialne stanowisko ? często czasami rzadko nigdy
4. Czy łatwo czujesz się dotknięty ? często czasami rzadko nigdy
5. Czy masz zwyczaj pozostawiania wielu
zadań niedokończonych ? często czasami rzadko nigdy
6. Czy masz zmienne uczucia, od szczę-
ścia aż do smutku włącznie, bez uświa-
domionego powodu ? często czasami rzadko nigdy
7. Czy często marzysz na jawie ? często czasami rzadko nigdy
8. Czy przechodzisz na drugą stronę uli-
cy, aby uniknąć spotkania kogoś ? często czasami rzadko nigdy
9. Czy szybko nudzą Cię zabawy ? często czasami rzadko nigdy
10. Czy łatwo się zniechęcasz ? często czasami rzadko nigdy
11. Czy sprawy źle Ci się układają bez
Twojej własnej winy ? często czasami rzadko nigdy
12. Czy lubisz pozostawać w samotności ? często czasami rzadko nigdy
13. Czy niepokoisz się, gdy ludzie nadzo-
rują Cię przy pracy, nawet wtedy gdy
pracujesz dobrze ? często czasami rzadko nigdy
14. Czy wytrzymujesz krytykę nie osuwa-
jąc się dotknięty ? często czasami rzadko nigdy
15. Czy szybko zmieniasz zainteresowania ? często czasami rzadko nigdy
16. Czy czujesz się jakos dziwnie, jak
byś nie był sobą ? często czasami rzadko nigdy
17. Czy bywasz niezadowolony z siebie ? często czasami rzadko nigdy
18. Czy miewasz okresy dążenia do samo-
tności ? często czasami rzadko nigdy
19. Czy czujesz się przygnębiony ? często czasami rzadko nigdy
20. Czy czujesz się zakłopotany w obecno-
ści przełożonych ? często czasami rzadko nigdy

21. Czy brak Ci wiary we własne siły ? .. często czasami rzadko nigdy
22. Czy planujesz swoją pracę góry ? .. często czasami rzadko nigdy
23. Czy kłopotujesz się do najpierw zrobić ? często czasami rzadko nigdy
24. Czy czujesz się zmuszony do zrobienia czegoś ? często czasami rzadko nigdy
25. Czy uważasz się za szczęśliwego ? . . często czasami rzadko nigdy
26. Czy uporozywie powracają Ci te same myśli ? często czasami rzadko nigdy
27. Czy czujesz niechęć do przechodzenia przez podziemne przejścia, tunele ? . często czasami rzadko nigdy
28. Czy miewasz chęć popełnienia samobójstwa ? często czasami rzadko nigdy
29. Czy ludzie obwiniają Cię więcej, niż na to zasługujesz ? często czasami rzadko nigdy
30. Czy łatwo dezerwujesz się lub niepokoisz ? często czasami rzadko nigdy
31. Czy szybko męczysz się pracą ? . . . często czasami rzadko nigdy
32. Czy trudno podjąć Ci decyzję ? . . . często czasami rzadko nigdy
33. Czy szukasz współzucioła ? często czasami rzadko nigdy
34. Czy trudno zaprzyjaźniasz się ? . . . często czasami rzadko nigdy
35. Czy zniechęcasz się do tego stopnia, że nie możesz należycie pracować ? . często czasami rzadko nigdy
36. Czy martwisz się samym sobą ? . . . często czasami rzadko nigdy
37. Czy masz sny treści seksualnej ? . . . często czasami rzadko nigdy
38. Czy odczuwasz obawę, lęk w różnych sytuacjach ? często czasami rzadko nigdy
39. Czy czujesz się intelektualnie niższy od swoich kolegów ? często czasami rzadko nigdy
40. Czy dręczysz się sprawami seksualnymi? często czasami rzadko nigdy
41. Czy robi Ci się słabo ? często czasami rzadko nigdy
42. Czy łatwo odbiegasz myślami od tematu? często czasami rzadko nigdy
43. Czy dręczysz się drobiazganiami ? często czasami rzadko nigdy
44. Czy boisz się śmierci ? często czasami rzadko nigdy
45. Czy masz poczucie winy lub grzeszności ? często czasami rzadko nigdy
46. Czy wydaje Ci się, że zadajesz gwałt innym ? często czasami rzadko nigdy