

ADJUSTMENT INVENTORY FOR COLLEGE STUDENTS

गीपनीय

निम्न सूचनायें परीक्षार्थी को भरनी हैं :-

नाम —

कालेज —

विभाग

आयु —

पुरुष/स्त्री —

निर्देश

आगे के पृष्ठों पर कुछ प्रश्न दिये हैं जिनका सम्बन्ध आपके व्यक्तित्व से है । प्रत्येक प्रश्न के सामने 'हां' और 'नहीं' लिखा है । इन दोनों में से आपको किसी एक पर ही गोल घेरा खींचना है । ध्यान में रहे कि कोई उत्तर सही या गलत नहीं है । जो बात आपके सम्बन्ध में सही हो उसी पर गोल घेरा खींचे । यदि किसी प्रश्न के उत्तर में 'हां' आपके सम्बन्ध में लागू हो तो 'हां' पर गोल घेरा खींचे और यदि 'नहीं' तो 'नहीं' पर गोल घेरा खींचे । आपका उत्तर पूर्ण रूप से गुप्त रखा जायेगा । अतः आप निःसंकोच उत्तर दें । समय की पाबन्दी नहीं है, फिर भी यथा शीघ्र समाप्त करने का प्रयास करें ।

Adjustment Area	Home (क)	Health (ख)	Social (ग)	Emotional (घ)	Educational (च)

By
 PROF. A. K. P. SINHA (Raipur)
 DR. R.P. SINGH (Patna)
 Published by
 NATIONAL PSYCHOLOGICAL CORPORATION
 4/230, KACHERI GHAT, AGRA-282004

- | | | | |
|-------|--|-----|------|
| 1(क) | क्या कभी आपको घर जाने की प्रबल इच्छा हुई है ? | हां | नहीं |
| 2(घ) | क्या आप प्रायः दिवा-स्वप्न देखते हैं ? | हां | नहीं |
| 3(च) | क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके बहुत से दोस्तों का बहुत विषयों में आपसे कहीं अच्छा शिक्षा का आधार है ? | हां | नहीं |
| 4(ख) | बाधा पहुंचाने लायक कोई हल्ला नहीं होते हुए भी क्या आपको कभी-कभी नींद आने में कठिनाई होती है ? | हां | नहीं |
| 5(ग) | किसी सार्वजनिक स्थान पर क्या आप अपने दोस्तों से मिलने से भागते हैं ? | हां | नहीं |
| 6(क) | क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके घर में सच्चे प्रेम और स्नेह की कमी है ? | हां | नहीं |
| 7(ख) | दिन के अन्त में क्या आपको बहुत थकावट मालूम होती है ? | हां | नहीं |
| 8(घ) | क्या आप प्रायः विपद का अनुभव करते हैं ? | हां | नहीं |
| 9(च) | क्या आप अपनी कमजोर स्मृति के कारण चिन्तित रहते हैं ? | हां | नहीं |
| 10(क) | क्या रमयों की कमी के कारण घर आपके लिए दुःखमय हो गया है ? | हां | नहीं |
| 11(घ) | क्या आप आसानी से हतोत्साहित हो जाते हैं ? | हां | नहीं |
| 12(ग) | क्या आप लजालु प्रकृति के हैं ? | हां | नहीं |
| 13(घ) | क्या आप वाद-विवाद में उत्तेजित हो जाते हैं ? | हां | नहीं |
| 14(च) | क्या आपकी विद्वानों से अधिक दिलचस्पी सिनेमा अभिनेताओं में है ? | हां | नहीं |
| 15(क) | क्या आपको माता-पिता ने, जिन साथियों के साथ आप रहते हैं, उनके साथ रहने के लिए विरोध किया है ? | हां | नहीं |
| 16(ख) | क्या आप कभी बड़े चीड़-फाड़ (आपरेशन) से गुजरे हैं ? | हां | नहीं |

- | | | | |
|-------|--|-----|------|
| 17(क) | क्या आपके माता या पिता बहुत जल्दी चिड़चिड़ा जाते हैं ? | हां | नहीं |
| 18(ग) | क्या आप किसी सभा में कस्ता से सामान्यतः प्रश्न पूछते हैं ? | हां | नहीं |
| 19(घ) | क्या आप अपने को अस्थिर (नर्वस) व्यक्ति मानते हैं ? | हां | नहीं |
| 20(क) | क्या आप अपने भाईयों या बहनों से प्रायः झगड़ते हैं ? | हां | नहीं |
| 21(ख) | क्या आपको प्रायः चक्कर आता है ? | हां | नहीं |
| 22(घ) | क्या आपको अपने विरुद्ध कहा गया मामूली कथन भी खलता है ? | हां | नहीं |
| 23(च) | पढ़ी हुई चीज क्या आसानी से भूल जाते हैं ? | हां | नहीं |
| 24(ख) | क्या देखने में आपकी आंख पर जोर पड़ता है ? | हां | नहीं |
| 25(ग) | क्या आपने अपने आप किसी सामाजिक जलसे का आयोजन किया है ? | हां | नहीं |
| 26(घ) | क्या अपने मस्तिष्क में उठते हुए विचारों के कारण आप सो नहीं सकते ? | हां | नहीं |
| 27(क) | क्या आपकी ऐसी भावना होती है कि आपके माता-पिता आपके प्रति जख्म से ज्यादा कठोर हैं ? | हां | नहीं |
| 28(ख) | सुबह उठने पर क्या आप थके हुए महसूस करते हैं ? | हां | नहीं |
| 29(घ) | अपमान जनक अनुभव से क्या आप देर तक चिन्तित रहते हैं ? | हां | नहीं |
| 30(च) | भविष्य में आपका क्या पेशा होगा, इसके लिए क्या आप बहुत चिन्तित रहते हैं ? | हां | नहीं |
| 31(घ) | क्या आपको अपनी कठिनाईयों को अपने शिक्षक के सामने रखने में भय होता है ? | हां | नहीं |

- 32(ग) क्या आपको जनता के बीच बोलने में कठिनाई होती है ? हाँ नहीं
- 33(घ) क्या आप आसानी से रो पड़ते हैं ? हाँ नहीं
- 34(क) क्या आपके मन में अपने परिवार के सदस्यों के प्रति प्रेम और धृणा के विरोधात्मक भाव पैदा होते हैं ? हाँ नहीं
- 35(ख) क्या आपकी प्रायः कण्ठ (थ्रोट) में तकलीफ रहती है ? हाँ नहीं
- 36(ख) क्या आपको प्रायः मतली या कै की शिकायत होती है ? हाँ नहीं
- 37(च) क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके शिक्षक अन्य विद्यार्थियों का पक्ष करते हैं ? हाँ नहीं
- 38(क) क्या आपके परिवार के किसी वरिष्ठ व्यक्ति ने आपके चेहरे की आलोचना कर आपको दुःखी किया है ? हाँ नहीं
- 39(ग) क्या आप लोगों के बीच रहते हुए भी अकेलेपन का अनुभव करते हैं ? हाँ नहीं
- 40(घ) परीक्षाओं में कम अंक पाने के कारण क्या आप खिन्न रहते हैं ? हाँ नहीं
- 41(च) क्या आपको ऐसा लगता है कि आपके दोस्त का परीक्षाफल ऊँचा होता है क्योंकि उन्हें अच्छी सुविधायें प्राप्त हैं ? हाँ नहीं
- 42(ख) क्या आप बचपन में काफी समय तक बीमार रहे थे ? हाँ नहीं
- 43(घ) जिस खुशी से दूसरे प्रसन्न हों उससे कभी क्या आप ईर्ष्या करते हैं ? हाँ नहीं
- 44(च) क्या आप परीक्षा देने से डरते हैं ? हाँ नहीं
- 45(क) क्या आप अपने घर के वर्तमान वातावरण से खुश और सन्तुष्ट हैं ? हाँ नहीं

- 46(ख) क्या आपको कभी-कभी तीव्र सिर दर्द होता है ? हाँ नहीं
- 47(घ) किसी ऊँची जगह पर चढ़ जाने पर क्या आपको कभी ऐसी आशंका होती है कि कहीं कूद न जाएँ ? हाँ नहीं
- 48(च) कक्षा में पढ़ाए गए विषयों की ग्रहण करने में क्या आपको कठिनाई नहीं होती है ? हाँ नहीं
- 49(क) क्या आपको घर से बहुत कम सहायता मिलती है ? हाँ नहीं
- 50(ख) बीमारी के कारण क्या आप प्रायः कलेज से अनुपस्थित रहते हैं ? हाँ नहीं
- 51(ग) क्लास में बोलने के डर से क्या आप कभी क्लास में प्रश्नों के उत्तर नहीं दे सके हैं ? हाँ नहीं
- 52(घ) क्या आप आसानी से क्रोधित हो जाते हैं ? हाँ नहीं
- 53(च) क्या पढ़ाई में मन लगाने में आपको कठिनाई होती है ? हाँ नहीं
- 54(क) क्या आप में ऐसी हीन भावना होती है कि आपके दोस्तों के घर का वातावरण आपसे अधिक सुखी है ? हाँ नहीं
- 55(ग) क्या आप सड़क इसलिए पार कर जाते हैं कि अमुक आदमी से भेंट न हो जाय ? हाँ नहीं
- 56(घ) हीन भावना के कारण क्या आप दुःखी रहते हैं ? हाँ नहीं
- 57(च) क्लास में नोट लिखने में क्या आपको कठिनाई होती है ? हाँ नहीं
- 58(क) क्या आप समझते हैं कि आपके माता-पिता पुराने विचार के हैं ? हाँ नहीं
- 59(ख) क्या कभी-कभी आप चर्म रोग से पीड़ित रहते हैं ? हाँ नहीं
- 60(घ) आने वाली सम्भावित मुसीबतों से क्या आप चिन्तित रहते हैं ? हाँ नहीं

- 61(च) क्या आप परीक्षा की तैयारी करना जानते हैं ? हां नहीं
- 62(ख) क्या आप शारीरिक अस्वस्थता के कारण हमेशा चिन्तित रहते हैं ? हां नहीं
- 63(ग) क्या आप आसानी से दोस्त बनाते हैं ? हां नहीं
- 64(घ) क्या आप इस बात से परेशान रहते हैं कि सड़क पर लोग आप ही की देख रहे हैं ? हां नहीं
- 65(च) क्या रात में काफी सी लेने के बावजूद आपको क्लास में नींद आती है ? हां नहीं
- 66(क) क्या आपको ऐसा लगता है कि आप अपने मां-बाप के लिए भार हैं ? हां नहीं
- 67(ख) क्या आपका स्वास्थ्य आपको हमेशा परेशान करता है ? हां नहीं
- 68(घ) क्या आप आलोचना से बहुत विचलित हो जाते हैं ? हां नहीं
- 69(च) क्या आप कभी-कभी कॉलेज छोड़ देने की सोचते हैं ? हां नहीं
- 70(क) क्या आप अपने भाईयों और बहनों के व्यवहार से सन्तुष्ट हैं ? हां नहीं
- 71(ख) कूत-रोग लग जाने का डर क्या आपको प्रायः बना रहता है ? हां नहीं
- 72(ग) जब कोई शिक्षक आपके यहां अचानक आते हैं तो क्या आप बहुत घबड़ा जाते हैं ? हां नहीं
- 73(च) जो चीज आप पढ़ते हैं उसके मूल्य में क्या आपको शक है ? हां नहीं
- 74(ग) किसी अपरिचित से बात शुरू करने में क्या आपको कठिनाई होती है ? हां नहीं
- 75(घ) क्या आप आसानी से घबड़ा जाते हैं ? हां नहीं

- 76(ग) क्या आप त्यौहार अथवा मनोरंजक आयोजनों में सम्मिलित होना चाहते हैं ? हाँ नहीं
- 77(ग) जब किसी कमरे में कुछ लोग बैठे आपस में बात करते रहें तो आपकी अपने से उस कमरे में जाने में हिकिचाहट होती है ? हाँ नहीं
- 78(घ) बिना किसी प्रकट कारण के क्या आपकी भाव दशा में उत्थान पतन होता है ? हाँ नहीं
- 79(च) क्या आपकी अपने विचारों को लिखकर व्यक्त करने में कठिनाई होती है ? हाँ नहीं
- 80(ग) क्या आप प्रायः अकलापन महसूस करते हैं ? हाँ नहीं
- 81(घ) जब आप अकेले रहते हैं तो आप अंधेरे में डर जाते हैं ? हाँ नहीं
- 82(च) क्या आप ऐसा सोचते हैं कि आपकी अपने शिक्षक से प्रोत्साहन मिलता है ? हाँ नहीं
- 83(ग) दूसरे के दिलों पर चीट पहुँचाने वाली बात बोलने में क्या आप सावधान रहते हैं ? हाँ नहीं
- 84(घ) क्या आप कार्य उपलब्धि की अपेक्षा प्रशंसा से अधिक प्रसन्न होते हैं ? हाँ नहीं
- 85(ग) अपने किसी महत्वपूर्ण उद्देश्य की पूर्ति के लिए क्या आप दूसरों की भावनाओं की अवहेलना करते हैं ? हाँ नहीं
- 86(च) क्या आप ऐसा सोचते हैं कि आपके शिक्षकों की आपसे दिलचस्पी नहीं है ? हाँ नहीं
- 87(घ) क्या कभी-कभी लोग आपसे लाभ उठा लेते हैं ? हाँ नहीं
- 88(च) क्या आप इसलिये चिन्तित रहते हैं कि आपके शिक्षक आपको वास्तविकता से कम समझते हैं ? हाँ नहीं

- 88(ग) क्या आप किसी मुर्दादिल पार्टी में अगुआ बनकर जान ला देते हैं ? हाँ नहीं
- 90(घ) क्या आपका दिमाग कभी-कभी इतना भ्रमता है कि आप कर रहे काम का सिलसिला भूल जाते हैं ? हाँ नहीं
- 91(ग) क्या आप दलों में काम करना पसन्द करते हैं ? हाँ नहीं
- 92(घ) बिना किसी कारण के क्या आपकी कभी आनन्द और कभी उदासीन के भाव एक के बाद दूसरे आते रहते हैं ? हाँ नहीं
- 93(च) क्या आप ऐसा सोचते हैं कि आपने ऐसे पाठ्य-क्रम का चुनाव किया है जो आपके लिए सबसे अधिक उपयुक्त हैं ? हाँ नहीं
- 94(च) क्लास में जो प्रगति होती है उसके साथ चलने में क्या आपकी कठिनाई होती है ? हाँ नहीं
- 95(घ) क्या आप ऐसा सोचते हैं कि पढ़ाई खत्म होने के बाद आपकी अपनी रचि के अनुसार कोई काम नहीं मिलेगा ? हाँ नहीं
- 96(घ) क्या आपकी ऐसा लगता है कि आप पैदा ही न होते ? हाँ नहीं
- 97(ग) क्या कालेज में आपके ऐसे अनेक दोस्त हैं जिनमें आपका विश्वास है ? हाँ नहीं
- 98(घ) क्या आप कभी अनजाने में कुछ काम कर डालते हैं ? हाँ नहीं
- 99(ग) क्या आप अपने सहपाठियों के साथ छोटी बातों पर झगड़ा नहीं करते हैं ? हाँ नहीं
- 100(क) घर में शान्ति के लिए क्या आपकी प्रायः घर से बाहर रहना पड़ता है ? हाँ नहीं
- 101(घ) जब कोई शिक्षक किसी छात्र की प्रशंसा करते हैं तो क्या आप दुःखी नहीं होते हैं ? हाँ नहीं
- 102(घ) क्या आप प्रायः विचार में इतना अधिक डूबे रहते हैं कि आप यह नहीं देखते कि अगल-बगल क्या हो रहा है ? हाँ नहीं