

مطلع کرنے والے فرد کا مختصر سوالنامہ ، برائے ذہنی قابلیت کی تنزلی

ہم چاہتے ہیں کہ آپ اپنے کسی دوست یا رشتے دار کا موازنہ کریں کہ وہ 10 سال پہلے کیساتھا اور اب وہ کیسا ہے؟ 10 سال پہلے --- 20 میں * مندرجہ ذیل میں کچھ ایسی صورتحال ہیں جہاں اُس شخص کو زبانت یا یادہانی کی ضرورت پڑتی ہو گی۔ اور ہم چاہتے کہ آپ نشاندہی کریں کہ ان پچھلے 10 سالوں میں اگر یہ ان صورتحال میں بہتر ہوا ہے، پہلے جیسا ہی ہے یا مزید بگڑ چکا ہے۔ اس شخص کی موجودہ کارکردگی کا پچھلے 10 سالوں کے ساتھ موازنہ کو نوٹ کریں۔ تو پچھلے 10 سالوں میں یہ شخص ہمیشہ اپنی چیزیں کہیں رکھ کر بھول جاتا تھا یا ابھی بھول جاتا ہے تب اس کو سمجھا جائے گا کہ "زیادہ تبدیلی نہیں آئی" مہر بانی کر کے ان تبدیلیوں کی نشاندہی کریں جن کا آپ نے مشاہدہ کیا اور مناسب جواب کے گرد دائرہ لگائیں۔

10 سال پہلے کے مقابلے میں یہ شخص کیسا ہے:

1	خاندان اور دوستوں کے بارے میں چیزیں یاد کرنا مثلاً پیشے ، سالگرہیں ، پتے وغیرہ۔	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین
2	قریبی واقعہ چیزوں کو یاد کرنا۔	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین
3	کچھ دنوں کے بعد گفتگو کو یاد کرنا۔	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین
4	کسی کا پتہ اور ٹیلی فون نمبر یاد ہونا / کرنا۔	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین
5	دن اور مہینہ کیا ہے یاد ہونا۔	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین
6	یاد رکھنا کے عموماً چیزیں کہا رکھی جاتی ہیں۔	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین
7	اُن چیزوں کو یاد کرنا جو عام جگہ پہ رکھنے کی بجائے دوسری جگہوں پر رکھی گئی ہے۔	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین
8	گھریلو واقفیت کی چیزوں کے استعمال کو جاننا۔	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین
9	گھر کے علاوہ مشینوں اور پرزوں کا استعمال سیکھنا	بہت زیادہ بہتری	تھوڑی سی بہتری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی بُری	بدترین

بدترین	تھوڑی بُری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی سی بہتری	بہت زیادہ بہتری	10	عام طور پر نئی چیزوں کو سیکھنا۔
بدترین	تھوڑی بُری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی سی بہتری	بہت زیادہ بہتری	11	کتاب یا ٹی وی پر سٹوری کو باقاعدگی سے دیکھنا یا پڑھنا۔
بدترین	تھوڑی بُری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی سی بہتری	بہت زیادہ بہتری	12	روزمرہ کے معاملات کے بارے میں فیصلے لینا۔
بدترین	تھوڑی بُری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی سی بہتری	بہت زیادہ بہتری	13	شاپنگ کیلئے پیسوں کو سنبھالنا
بدترین	تھوڑی بُری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی سی بہتری	بہت زیادہ بہتری	14	مالی معاملات کو سنبھالنا مثلاً پنشن ، بینک کے معاملات
بدترین	تھوڑی بُری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی سی بہتری	بہت زیادہ بہتری	15	روزانہ کے ریاضی سے متعلق معاملات کو سنبھالنا مثلاً اس بات کا علم ہونا کہ دوستوں اور خاندان والوں سے ملے کتنا عرصہ ہو گیا ہے۔
بدترین	تھوڑی بُری	زیادہ تبدیلی نہیں	تھوڑی سی بہتری	بہت زیادہ بہتری	16	چیزوں کو 'سمجھنے' یا 'کیا ہو رہا ہے' جاننے کیلئے اپنی ذہانت کا استعمال کرنا۔