



## پرسشنامه سنجش صفات پنج گانه شخصیتی (NEO)

### الف - توصیف آزمون

پرسشنامه NEO یکی از جدیدترین پرسشنامه های مربوط به ارزیابی ساخت شخصیت بر اساس دیدگاه تحلیل عاملی است. این آزمون به لحاظ انعکاس ۵ عامل اصلی امروزه به عنوان یک مدل فراگیر بر اساس تحلیل عوامل محسوب می شود و گستردگی کاربرد آن در ارزیابی شخصیت افراد سالم و نیز در امور بالینی می تواند یکی از مناسب ترین ابزار ارزیابی شخصیت باشد. این آزمون به دلیل بررسی های گوناگون در گروه های سنی و در فرهنگ های مختلف روی آن صورت گرفته است می تواند یکی از جامع ترین آزمون ها در زمینه ارزیابی شخصیت باشد این آزمون موضوع تحقیقات طی ۱۵ سال گذشته بر روی نمونه های بالینی و بزرگسالان سالم بوده است. از این رو سودمندی آن هم در جریانات بالینی و هم در جریانات تحقیقی ارزیابی شده است. پرسشنامه شخصیتی NEOPI-R جانشین تست NEO است که در سال ۱۹۸۵ توسط مک کری و کاستا تهیه شده بود. این پرسشنامه ۵ عامل اصلی شخصیت و ۶ خصوصیت در هر عامل یا به عبارتی ۳۰ خصوصیت را اندازه می گیرد. و بر این اساس ارزیابی جامعی از شخصیت را ارائه می دهد. این پرسشنامه دارای دو فرم یکی (S) برای گزارش های شخصی است و شامل ۲۴۰ سوال پنج درجه ای از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف است که توسط خود آزمودنی درجه بندی می شود و متناسب مردان و زنان در تمام سنین است. و دیگری فرم (R) یا تجدید نظر شده نام دارد و بر اساس درجه بندی های مشاهده گر است. این فرم نیز دارای همان ۲۴۰ سوال بوده با این تفاوت که با ضمیر سوم شخص شروع می شود. فرم (R) هم می تواند به طور مستقل برای ارزیابی شخصیت به کار رود و هم به عنوان مکملی برای گزارش های شخصی فرم (S) و یا روایی آن مورد استفاده قرار گیرد (گروسی فرشی، ۱۳۸۰).





این پرسشنامه فرم کوتاهی نیز به نام (NEO-FFI) نیز دارد که یک پرسشنامه ۶۰ سؤالی است و برای ارزیابی ۵ عامل اصلی شخصیت به کار می رود اگر وقت اجرای تست خیلی محدود باشد و اطلاعات کلی از شخصیت کافی باشد از این پرسشنامه استفاده می شود. از سوی دیگر اجرای این آزمون از نظر هزینه و زمان مقرون به صرفه است مقیاس های آن از اعتبار بالایی برخوردارند و همبستگی بین مقیاس ها زیاد است و از همه مهمتر این آزمون بر خلاف سایر آزمون های شخصیتی، انتقادات کمتری بر آن وارد شده است (گروسی فرشی، ۱۳۸۰).

### ب- شرایط آزمودنی ها

این تست قابل اجرا بر روی افراد به هنجار است. افرادی که مبتلا به اختلالاتی چون حالات روان پریشی و زوال عقل هستند، به گونه ای که این حالات توانایی آن ها را در تکمیل فرم گزارش شخصی تحت تأثیر قرار می دهد نباید پرسشنامه را تکمیل نمایند. سؤالات این پرسشنامه را هر فردی با داشتن حداقل سواد- در حد تحصیلات بالاتر از دوره ابتدایی- می تواند پاسخ دهد.

### ج- نحوه تکمیل پاسخنامه

در این پرسشنامه انتظار بر این است که به تمام سؤالات پاسخ داده شود ، در بررسی پاسخنامه اگر سؤال یا سؤالاتی بی پاسخ مشاهده شود آزمودنی تشویق می شود که سؤالات مذکور را تکمیل نماید. در مواردی که آزمودنی نتواند تصمیم بگیرد که چه پاسخی به سؤال خاصی بدهد یا معنی یک سوال برای وی مشخص نباشد می تواند در چنین مواردی از پاسخ خنثی استفاده کند.

در آخر پاسخنامه سؤالی تحت عنوان « آیا به تمام سؤالات پاسخ داده اید؟» آمده است ، منظور از پرسش این سؤال آن است که این امر مهم را به آزمودنی یادآور نماید که سؤالات بدون پاسخ را تکمیل نماید و کنترل مجددی بر پرسشنامه داشته باشد. اگر آزمودنی پاسخ «نه» به این سؤال بدهد آزمایشگر ممکن است در صدد علت این امر بر آید





و در مورد سؤالات بی پاسخ آموزش هایی را به آزمودنی بدهد. اگر در پاسخ نامه سؤالات زیادی بدون پاسخ باشد آن پاسخنامه از اعتبار لازم برخوردار نبوده و در نتیجه تصحیح نمی شود.

## د- نمره گذاری

پاسخنامه این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرتی (کاملاً مخالفم، مخالفم، بی تفاوت، موافقم و کاملاً موافقم) تنظیم شده است. نمره گذاری فرم کوتاه این پرسشنامه یعنی NEO-FFI در تمام مواد یکسان نیست. به این معنی که در نمره گذاری برخی از مواد فرم کوتاه پرسشنامه، به کاملاً مخالفم نمره ۴، مخالفم نمره ۳، بی تفاوت نمره ۲، موافقم نمره ۱ و کاملاً موافقم نمره ۰ تعلق می گیرد. در حالی که برخی دیگر از مواد این فرم کوتاه به صورت عکس حالت گفته شده نمره گذاری می شوند. (گروسی فرشی، ۱۳۸۰).

## ه- اعتبار و روایی آزمون NEO

در حال حاضر آزمون ۵ عاملی NEO کاربردی جهانی دارد و به منظور تحقیق به زبان های چکوسلواکی، عربی، هلندی، فرانسوی، آلمانی، ژاپنی، نروژی، لهستانی و سوئدی ترجمه شده است. پرسشنامه شخصیتی NEO-FFI توسط مک کری و کاستا روی ۲۰۸ نفر از دانشجویان آمریکایی به فاصله سه ماه اجرا گردید که ضرایب اعتبار آن بین ۰/۸۳ تا ۰/۷۵ به دست آمده است.

اعتبار درازمدت این پرسشنامه نیز مورد ارزیابی قرار گرفته است. یک مطالعه طولانی ۶ ساله روی مقیاس های روان آزردهی خویی، برون گرایی و باز بودن نسبت به تجربه، ضریب های اعتبار ۰/۶۸ تا ۰/۸۳ را در گزارش های شخصی و نیز در گزارش های زوج ها نشان داده است. ضریب اعتبار دو عامل سازگاری و باوجدانی به فاصله دو سال به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۶۳ بوده است (مک کری و کاستا، ۱۹۸۳ به نقل از گروسی فرشی، ۱۳۸۰).





در هنجاریابی آزمون NEO که توسط گروسی فرشی (۱۳۸۰) روی نمونه ای با حجم ۲۰۰۰ نفر از بین دانشجویان دانشگاه های تبریز، شیراز و دانشگاه های علوم پزشکی این دو شهر صورت گرفت ضریب همبستگی ۵ بعد اصلی را بین ۰/۵۶ تا ۰/۸۷ گزارش کرده است. ضرایب آلفای کرونباخ در هر یک از عوامل اصلی روان آزردهی خوئی، برون گرای، باز بودن، سازگاری و با وجدانی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۳، ۰/۵۶، ۰/۶۸ و ۰/۸۷ به دست آمد. جهت بررسی اعتبار محتوایی این آزمون از همبستگی بین دو فرم گزارش شخصی (S) و فرم ارزیابی مشاهده گر (R)، استفاده شد، که حداکثر همبستگی به میزان ۰/۶۶ در عامل برون گرای و حداقل آن به میزان ۰/۴۵ در عامل سازگاری بود. (گروسی فرشی، ۱۳۸۰).

در پژوهش آتش روز (۱۳۸۶) با استفاده از روش همسانی درونی، ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از ۵ صفت: روان آزردهی خوئی، برون گرای، گشودگی، سازگاری و وجدانی بودن به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۵۵، ۰/۲۷، ۰/۳۸ و ۰/۷۷ به دست آمد.

منابع:

گروسی فرشی، م. ت. (۱۳۸۰). رویکردی نوین در ارزیابی شخصیت (کاربرد تحلیل عاملی در مطالعات شخصیت). چاپ اول. تبریز: نشر دانیال و جامعه پژوه.

آتش روز، ب. (۱۳۸۶). پیش بینی پیشرفت تحصیلی از طریق دلبستگی و صفات پنج گانه شخصیتی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شهید بهشتی.





## NEO- FFI

این پرسشنامه شامل ۶۰ سوال است. هر یک از جملات را به دقت بخوانید و پاسخی که بیشترین تطبیق را با فکر یا احساس شما دارد علامت بزنید.

✓ اگر شما با جمله ای کاملاً مخالف هستید یا آن را تا حد زیادی اشتباه می دانید، گزینه کاملاً مخالفم را علامت بزنید.

✓ اگر شما با جمله ای مخالف هستید یا آن را تا حد زیادی اشتباه می دانید، گزینه مخالفم را علامت بزنید.

✓ اگر شما درباره جمله ای نمی توانید تصمیم بگیرید و یا در مورد درست یا اشتباه بودن آن نظر یکسانی دارید، گزینه خنثی را علامت بزنید.

✓ اگر شما با جمله ای کاملاً موافق هستید یا آن را کاملاً درست می دانید، گزینه کاملاً موافقم را علامت بزنید.

✓ اگر شما با جمله ای موافق هستید یا آن را تا حد زیادی درست می دانید، گزینه موافقم را علامت بزنید.

✓ توجه داشته باشید که پاسخ درست و غلط وجود ندارد، بنابراین سعی کنید پاسخی را انتخاب کنید که نشان دهنده احساس واقعی شما باشد.





لطفاً به تمام سوالات پاسخ دهید.

کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱- من اصولاً شخص نگرانی نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲- دوست دارم همیشه افراد زیادی دور و برم باشند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳- دوست ندارم وقتیم را با خیال پردازی تلف کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴- سعی میکنم در مقابل همه مودب باشم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵- وسایل متعلق به خود را تمیز و مرتب نگاه می دارم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۶- اغلب خود را کمتر از دیگران حس می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۷- زود به خنده می افتم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۸- هنگامی که راه درست، کاری را پیدا کنم، آن روش را همیشه در آن مورد تکرار می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۹- اغلب با فامیل و همکارانم بگو مگو دارم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۰- به خوبی می توانم کارهایم را طوری تنظیم کنم که درست سر زمان تعیین شده انجام شوند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۱- هنگامی که تحت فشارهای روحی زیادی هستم، گاه احساس می کنم دارم خرد می شوم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۲- خودم را فرد خیلی سر حال و سر زنده ای نمی دانم.





کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۳- نقش های موجود در پدیده های هنری و طبیعت مرا مبہوت می کند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۴- بعضی مردم فکر می کنند که من نشخصی خود خواه و خود محورم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۵- فرد خیلی مرتب و منظمی نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۶- به ندرت احساس تنهایی و غم می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۷- واقعا از صحبت کردن با دیگران لذت می برم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۸- فکر می کنم گوش دادن دانشجویان به مطالب متناقض فقط به سردرگمی و گمراهی آن ها منجر خواهد شد.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۹- همکاری را بر رقابت با دیگران ترجیح می دهم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۰- سعی می کنم همه کارهایم را با احساس مسولیت انجام دهم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۱- اغلب احساس عصبی بودن و تنش می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۲- همیشه برای کار آماده ام.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۳- شعر تقریباً اثری بر من ندارد.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۴- نسبت به قصد و نیت دیگران حساس مشکوک هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۵- دارای هدف روشنی هستم و برای رسیدن به آن طبق برنامه کار میکنم.





کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۶- گاهی کاملاً احساس بی ارزشی می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۷- غالباً ترجیح می دهم کارها را به تنهایی انجام دهم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۸- اغلب غذاهای جدید و خارجی را امتحان می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۹- معتقدم اگر به مردم اجازه دهید، اکثر آن ها از شما سوء استفاده می کنند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۰- قبل از شروع هر کاری وقت زیادی را تلف می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۱- به ندرت احساس اضطراب یا ترس می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۲- اغلب احساس می کنم سرشار از انرژی هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۳- به ندرت به احساسات و عواطفی که محیط های متفاوت به وجود می آورند توجه می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۴- اغلب آشنایانم مرا دوست دارند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۵- برای رسیدن به اهدافم شدیداً تلاش می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۶- اغلب از طرز برخورد دیگران با خودم عصبانی می شوم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۷- فردی خوشحال و بشاش و دارای روحیه خوبی هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۸- معتقدم که هنگام تصمیم گیری درباره مسائل اخلاقی باید از مراجع مذهبی پیروی کنیم.







کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۹- برخی فکر می کنند که من فردی سرد و حسابگر هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۰- وقتی قول یا تعهدی می دهم، همواره می توان برای عمل به آن روی من حساب کرد.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۱- غالباً وقتی کارها پیش نمی روند، دلسرد شده و از کار صرف نظر می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۲- شخص با نشاط و خوش بینی نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۳- بعضی اوقات وقتی شعری را می خوانم یا یک کار هنری را تماشا می کنم، یک احساس لرزش و یک تکان هیجانی را حس می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۴- در روش هایم سرسخت و بی انعطاف هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۵- گاهی آن طور که باید و شاید قابل اعتماد و اتکاء نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۶- به ندرت غمگین و افسرده می شوم .
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۷- زندگی و رویدادهای آن برایم سریع می گذرند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۳- به ندرت به احساسات و عواطفی که محیط های متفاوت به وجود می آورند توجه می کنم .
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۴- اغلب آشنایانم مرا دوست دارند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۵- برای رسیدن به اهدافم شدیداً تلاش می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۶- اغلب از طرز برخورد دیگران با خودم عصبانی می شوم.





کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۷- فردی خوشحال و بشاش و دارای روحیه خوبی هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۸- معتقدم که هنگام تصمیم گیری درباره مسائل اخلاقی باید از مراجع مذهبی پیروی کنیم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۹- برخی فکر می کنند که من فردی سرد و حسابگر هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۰- وقتی قول یا تعهدی می دهم، همواره می توانم برای عمل به آن روی من حساب کرد.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۱- غالباً وقتی کارها پیش نمی روند، دلسرد شده و از کار صرف نظر می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۲- شخص با نشاط و خوش بینی نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۳- بعضی اوقات وقتی شعری را می خوانم یا یک کار هنری را تماشا می کنم، یک احساس لرزش و یک تکان هیجانی را حس می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۴- در روش هایم سرسخت و بی انعطاف هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۵- گاهی آن طور که باید و شاید قابل اعتماد و اتکاء نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۶- به ندرت غمگین و افسرده می شوم .
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۷- زندگی و رویدادهای آن برایم سریع می گذرند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۸- علاقه ای به تامل و تفکر جدی درباره سرنوشت و ماهیت جهان یا انسان ندارم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۹- عموماً سعی می کنم شخصی با ملاحظه و منطقی باشم.





کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۰- فرد مولدی هستم که همیشه کارهایم را به اتمام می رسانم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۱- اغلب احساس درماندگی می کنم و دنبال کسی می گردم که مشکلاتم را برطرف کند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۲- شخص بسیار فعالی هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۳- من کنجکاوی فکری فراوانی دارم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۴- اگر کسی را دوست نداشته باشم، می گذارم متوجه این احساسم بشود.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۵- فکر نمی کنم که هیچ وقت بتوانم فردی منطقی بشوم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۶- گاهی آنچنان خجالت زده شده ام که فقط می خواستم خود را پنهان کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۷- ترجیح می دهم که برای خودم کار کنم تا راهبر دیگران باشم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۸- اغلب از کلنجار رفتن با نظریه ها یا مفاهیم انتزاعی لذت می برم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۹- اگر لازم باشد می توانم برای رسیدن به اهدافم دیگران را به طور ماهرانه ای به کار بگیرم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۶۰- تلاش می کنم هر کاری را به نحو ماهرانه ای انجام دهم.

\* آیا به تمام سوال ها پاسخ داده اید؟ (لطفاً چک کنید) .





## کلید تست نئو

N					E					O					A					C									
شماره					شماره					شماره					شماره					شماره									
۱	4	3	2	1	0	۲	0	1	2	3	4	۳	4	3	2	1	0	۴	0	1	2	3	4	۵	0	1	2	3	4
۶	0	1	2	3	4	۷	0	1	2	3	4	۸	4	3	2	1	0	۹	4	3	2	1	0	۱۰	0	1	2	3	4
۱۱	0	1	2	3	4	۱۲	4	3	2	1	0	۱۳	0	1	2	3	4	۱۴	4	3	2	1	0	۱۵	4	3	2	1	0
۱۶	0	1	2	3	4	۱۷	0	1	2	3	4	۱۸	4	3	2	1	0	۱۹	0	1	2	3	4	۲۰	0	1	2	3	4
۲۱	0	1	2	3	4	۲۲	0	1	2	3	4	۲۳	4	3	2	1	0	۲۴	4	3	2	1	0	۲۵	0	1	2	3	4
۲۶	0	1	2	3	4	۲۷	4	3	2	1	0	۲۸	0	1	2	3	4	۲۹	4	3	2	1	0	۳۰	4	3	2	1	0
۳۱	0	1	2	3	4	۳۲	0	1	2	3	4	۳۳	4	3	2	1	0	۳۴	0	1	2	3	4	۳۵	0	1	2	3	4
۳۶	0	1	2	3	4	۳۷	0	1	2	3	4	۳۸	4	3	2	1	0	۳۹	4	3	2	1	0	۴۰	0	1	2	3	4
۴۱	0	1	2	3	4	۴۲	4	3	2	1	0	۴۳	0	1	2	3	4	۴۴	4	3	2	1	0	۴۵	4	3	2	1	0
۴۶	4	3	2	1	0	۴۷	0	1	2	3	4	۴۸	4	3	2	1	0	۴۹	0	1	2	3	4	۵۰	0	1	2	3	4
۵۱	0	1	2	3	4	۵۲	0	1	2	3	4	۵۳	0	1	2	3	4	۵۴	4	3	2	1	0	۵۵	4	3	2	1	0
۵۶	0	1	2	3	4	۵۷	4	3	2	1	0	۵۸	0	1	2	3	4	۵۹	0	1	2	3	4	۶۰	0	1	2	3	4

