



حتى تحظى بالدعم على أفضل وجه، تود مدرستك ومعلموك أن يسألوك بعض الأسئلة التي تتعلق بالكيفية التي تفكر وتشعر بها. ولن يطلع أحد على إجاباتك! سوى معلميك ومديري المدرسة، ولن تؤثر بأي شكل على درجات الصف الخاصة بك. نرجو منك الإجابة بصراحة، فلا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة

1. هل لديك معلم أو شخص بالغ آخر من المدرسة يمكنك الاعتماد عليه لمساعدتك، مهما كان الأمر؟

لا
 نعم

2. هل لديك صديق من المدرسة يمكنك الاعتماد عليه لمساعدتك مهما كان الأمر؟

لا
 نعم

3. ما مدى استيعاب الأشخاص في مدرستك وفهمهم لك كشخص؟

لا يفهمونني على الإطلاق
 يفهمونني قليلاً
 يفهمونني إلى حد ما
 يفهمونني كثيرًا
 يفهمونني تمامًا

4. بشكل عام، ما مدى شعورك بالانتماء إلى مدرستك؟

لا أنتمي على الإطلاق
 أنتمي قليلاً
 أنتمي إلى حد ما
 أنتمي كثيرًا
 أنتمي تمامًا

سلوكك

الرجاء الإجابة عن الأسئلة التالية حول الطريقة التي تتصرف بها في المواقف المختلفة. خلال 30 يومًا الماضية

5. ما مدى اهتمامك بالاستماع إلى وجهات نظر الآخرين؟

بدون اهتمام على الإطلاق
 باهتمام قليلاً
 باهتمام إلى حد ما
 باهتمام كبير
 باهتمام شديد للغاية

6. ما مدى توافقك مع التلاميذ المختلفين عنك؟

لم يكن هناك توافق على الإطلاق
 كان هناك توافق قليل
 كان هناك توافق إلى حد ما
 كان هناك توافق جيد
 كان هناك توافق ممتاز

7. ما مدى الوضوح الذي استطعت به التعبير عن مشاعرك؟

لم يكن هناك وضوح على الإطلاق
 كان هناك وضوح قليل
 كان هناك وضوح إلى حد ما
 كان هناك وضوح كبير
 كان هناك وضوح للغاية

8. إلى أي مدى كنت قادرًا على الانتصار لنفسك بدون التقليل من الآخرين؟

لم أفعل ذلك على الإطلاق
 يتلقى القليل
 نوعًا ما
 قليلاً جدًا
 فعلت ذلك بدرجة هائلة



9. إذا تعذر عليك تحقيق هدف مهم، ما مدى احتمال أن تُعيد المحاولة؟

- محتمل للغاية
 محتمل كثيرًا
 محتمل إلى حد ما
 محتمل قليلاً
 غير محتمل على الإطلاق

10. ما مدى ثققتك في قدرتك على اختيار استراتيجية فعالة من أجل إنجاز واجباتك المدرسية جيدًا؟

- واثق للغاية
 واثق جدًا
 واثق إلى حد ما
 واثق قليلاً
 غير واثق على الإطلاق

Please answer the following questions about how you respond to different situations. During the past 30 days...

11. كم مرة أتيت إلى الفصل وأنت مستعد؟

- كل مرة تقريبًا
 كثيرًا
 أحيانًا
 مرة كل فترة
 أبدًا تقريبًا

12. كم مرة قمت بعملك فوزًا، بدلاً من الانتظار حتى آخر لحظة؟

- كل مرة تقريبًا
 كثيرًا
 أحيانًا
 مرة كل فترة
 أبدًا تقريبًا

13. عندما كنت تعمل باستقلالية، كم مرة حافظت على تركيزك؟

- كل مرة تقريبًا
 كثيرًا
 أحيانًا
 مرة كل فترة
 أبدًا تقريبًا

14. ما مدى تحمسك للذهاب إلى فصولك (دروسك)؟

- متحمس للغاية
 متحمس كثيرًا
 متحمس إلى حد ما
 متحمس قليلاً
 غير متحمس على الإطلاق

15. في فصولك (دروسك)، ما مدى شغفك بأن تشارك؟

- شغوف إلى أقصى درجة
 شغوف جدًا
 شغوف إلى حد ما
 شغوف قليلاً
 غير شغوف على الإطلاق

16. عندما لا تكون بالمدرسة، ما مدى تحدثك عن الأفكار من فصولك (دروسك)؟

- دائمًا تقريبًا
 كثيرًا
 أحيانًا
 مرة كل فترة
 لم يحدث إطلاقًا تقريبًا

17. ما أهمية أن يكون أداؤك جيدًا في فصولك (دروسك)؟

- مهم إلى أقصى درجة
 مهم جدًا
 مهم إلى حد ما
 مهم قليلاً
 غير مهم على الإطلاق



18. ما الفائدة التي تعتقد أنها ستكون للمدرسة بالنسبة لك في المستقبل؟

- مفيد للغاية مفيد جدًا مفيد إلى حد ما مفيد قليلاً غير مفيدة على الإطلاق

مشاعرك

تدور هذه الأسئلة عما كنت تشعر به مؤخرًا. نرجو منك الإجابة بصراحة؛ فلا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة! ستساعدنا إجاباتك في دعمك أنت والطلاب الآخرين بشكل أفضل، ولن تؤثر على درجاتك أو تظهر في بطاقة تقريرك. يمكنك تخطي أي سؤال لا تشعر بالراحة في الإجابة عنه.

أثناء الأسبوع الماضي، كم مرة شعرت _____؟

19. بالإثارة؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

20. بالسعادة؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

21. بالحب؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

22. بالأمان؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

23. بالأمل؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

24. بالغضب

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

25. بالوحدة؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا



26. بالحزن؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

27. بالقلق؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

28. بالإحباط؟

- مطلقًا تقريبًا من حين لآخر أحيانًا كثيرًا دومًا تقريبًا

المشاعر بوجه عام

(في هذا القسم، نأمل أن نتعرف على المشاعر المختلفة التي قد تتناوبك خلال حياتك (سواءً داخل المدرسة أو خارجها).

29. عندما تشعر بأنك تتعرض للضغوط، إلى أي مدى تجد سهولة في التحكم في أعصابك؟

- لا أجد سهولة على الإطلاق أجد سهولة قليلاً أجد سهولة إلى حد ما أجد سهولة إلى حد كبير أجد سهولة إلى أقصى حد

30. كم مرة تستطيع الخروج من حالات المزاج السيئ؟

- أبدًا تقريبًا مرة كل فترة أحيانًا كثيرًا دائمًا تقريبًا

31. كم مرة تستطيع التحكم في مشاعرك عندما يتطلب الأمر ذلك؟

- أبدًا تقريبًا مرة كل فترة أحيانًا كثيرًا دائمًا تقريبًا