



تقديم أفضل دعم ممكن لك، تود مدرستك ومعلموك طرح بعض الأسئلة عليك حول أفكارك ومشاعرك. لن تُحتسب المعلومات التي يتم جمعها في هذا الاستبيان ضمن درجاتك أو تُدرج في تقريرك الدراسي بأي شكل من الأشكال. بل ستستخدم أنت وعائلتك ومعلموك وإدارة المدرسة هذه المعلومات لتقديم أفضل دعم ممكن لك. يرجى الإجابة بصدق، فلا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة! سيستغرق الأمر بضعة أسابيع قبل أن تصبح النتائج متاحة. إذا كنت بحاجة إلى مساعدة فورية، فتأكد من إخبار أحد البالغين في المنزل أو المدرسة على الفور.

فصولك الدراسية

رجاءً، أخبرنا عن رأيك في معلميك الحاليين وفصولك (دروسك) الحالية.

1. ما مدى تأكدك من قدرتك على إكمال جميع الواجبات المدرسية المقدمة لك؟

- ☐ غير متأكد على الإطلاق
 ☐ متأكد قليلاً
 ☐ متأكد إلى حد ما
 ☐ متأكد جداً
 ☐ متأكد للغاية

2. ما مدى تأكدك من أنك ستذكر العام القادم ما تعلمته في فصولك الدراسية الحالية؟

- ☐ غير متأكد على الإطلاق
 ☐ متأكد قليلاً
 ☐ متأكد إلى حد ما
 ☐ متأكد جداً
 ☐ متأكد للغاية

3. ما مدى تأكدك من قدرتك على تعلم جميع المواد التي يتم تدريسها في فصولك الدراسية؟

- ☐ غير متأكد على الإطلاق
 ☐ متأكد قليلاً
 ☐ متأكد إلى حد ما
 ☐ متأكد جداً
 ☐ متأكد للغاية

4. ما مدى تأكدك من قدرتك على أداء أصعب الواجبات المدرسية الممنوحة لك؟

- ☐ غير متأكد على الإطلاق
 ☐ متأكد قليلاً
 ☐ متأكد إلى حد ما
 ☐ متأكد جداً
 ☐ متأكد للغاية

5. عند مناقشة أفكار معقدة في الفصل، ما مدى تأكدك من قدرتك على فهمها؟

- ☐ غير متأكد على الإطلاق
 ☐ متأكد قليلاً
 ☐ متأكد إلى حد ما
 ☐ متأكد جداً
 ☐ متأكد للغاية

التعلم

في هذا القسم، نود منك التفكير في تجربتك التعليمية الشاملة في المدرسة. الرجاء الإجابة على الأسئلة التالية لتساعدنا في فهم كيف تتعلم بوجه عام.

6. إذا تعذر عليك الأمر وأنت تتعلم شيئاً جديداً، ما مدى احتمال أن تحاول تعلمه بطريقة مختلفة؟

- ☐ غير محتمل على الإطلاق
 ☐ محتمل قليلاً
 ☐ محتمل إلى حد ما
 ☐ محتمل كثيراً
 ☐ محتمل للغاية

7. ما مدى ثقتك في قدرتك على اختيار استراتيجية فعالة من أجل إنجاز واجباتك المدرسية جيداً؟

- ☐ غير واثق على الإطلاق
 ☐ واثق قليلاً
 ☐ واثق إلى حد ما
 ☐ واثق جداً
 ☐ واثق للغاية

8. قبل أن تشرع في مشروع مفعم بالتحديات، ما مدى تفكيرك حول أفضل طريقة للتعامل مع المشروع؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
 ☐ من حين لآخر
 ☐ أحياناً
 ☐ كثيراً
 ☐ دائماً تقريباً



9. بوجه عام، ما مدى مساعدة إستراتيجياتك في التعلم لك على أن تتعلم بطريقة أكثر فاعلية؟

- ☐ لا تساعد على الإطلاق
 ☐ جيد قليلاً
 ☐ جيد إلى حد ما
 ☐ جيد جداً
 ☐ تساعد للغاية

10. ما مدى استخدامك لإستراتيجيات تساعدك في أن تتعلم بطريقة أكثر فاعلية؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
 ☐ من حين لآخر
 ☐ أحياناً
 ☐ كثيراً
 ☐ دائماً تقريباً

المشاعر بوجه عام

في هذا القسم، نرغب في التعرف على كيفية شعورك بانفعالاتك في المدرسة وفي الحياة.

11. كم مرة تستطيع الخروج من حالات المزاج السيئ؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
 ☐ من حين لآخر
 ☐ أحياناً
 ☐ الكثير من الوقت
 ☐ دائماً تقريباً

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

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
 ☐ من حين لآخر
 ☐ أحياناً
 ☐ الكثير من الوقت
 ☐ دائماً تقريباً

13. عندما تنزعج، كم مرة يمكنك أن تجعل نفسك تسترخي؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
 ☐ من حين لآخر
 ☐ أحياناً
 ☐ الكثير من الوقت
 ☐ دائماً تقريباً

14. عندما تسير أمورك على غير ما يرام، إلى أي مدى تستطيع المحافظة على هدوء أعصابك؟

- ☐ لست هادئاً على الإطلاق
 ☐ هادئ قليلاً
 ☐ هادئ إلى حد ما
 ☐ هادئ جداً
 ☐ هادئ إلى أقصى حد

15. عندما تنزعج، كم مرة تتوقف لكي تفكر قبل أن تتصرف؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
 ☐ من حين لآخر
 ☐ أحياناً
 ☐ الكثير من الوقت
 ☐ دائماً تقريباً

مشاعرك

تدور هذه الأسئلة عما كنت تشعر به مؤخراً. نرجو منك الإجابة بصراحة، فلا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة نظراً لعدم وجود مشاعر 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 _____؟

16. بالإثارة؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
 ☐ من حين لآخر
 ☐ أحياناً
 ☐ كثيراً
 ☐ دائماً تقريباً

17. بالسعادة؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
 ☐ من حين لآخر
 ☐ أحياناً
 ☐ كثيراً
 ☐ دائماً تقريباً



18. بالحب؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
☐ من حين لآخر
☐ أحياناً
☐ كثيراً
☐ دائماً تقريباً

19. بالأمان؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
☐ من حين لآخر
☐ أحياناً
☐ كثيراً
☐ دائماً تقريباً

20. بالأمل؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
☐ من حين لآخر
☐ أحياناً
☐ كثيراً
☐ دائماً تقريباً

21. بالغضب

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
☐ من حين لآخر
☐ أحياناً
☐ كثيراً
☐ دائماً تقريباً

22. بالوحدة؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
☐ من حين لآخر
☐ أحياناً
☐ كثيراً
☐ دائماً تقريباً

23. بالحزن؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
☐ من حين لآخر
☐ أحياناً
☐ كثيراً
☐ دائماً تقريباً

24. بالقلق؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
☐ من حين لآخر
☐ أحياناً
☐ كثيراً
☐ دائماً تقريباً

25. بالإحباط؟

- ☐ لم يحدث أبداً تقريباً
☐ من حين لآخر
☐ أحياناً
☐ كثيراً
☐ دائماً تقريباً

المساعدة من الأشخاص الآخرين

في هذا القسم، أخبرنا عن كيفية مساعدة الآخرين لك.

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

- ☐ لا
☐ نعم

27. هل لديك فرد من الأسرة أو شخص بالغ آخر من خارج المدرسة يمكنك الاعتماد عليه لمساعدتك، مهما كان الأمر؟

- ☐ لا
☐ نعم



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

☐ لا
☐ نعم

29. هل لديك معلم أو شخص بالغ آخر من المدرسة يمكنك أن تكون على طبيعتك تمامًا بوجوده؟

☐ لا
☐ نعم

30. هل لديك فرد من أفراد العائلة أو شخص بالغ آخر خارج المدرسة يمكنك أن تكون على طبيعتك تمامًا بوجوده؟

☐ لا
☐ نعم

31. هل لديك صديق من المدرسة يمكنك أن تكون على طبيعتك تمامًا بوجوده؟

☐ لا
☐ نعم

في الأسئلة التالية، نود أن نعرف المزيد حول كيف ترى مدرستك. الرجاء أن تخبرنا بآرائك بكل صدق حتى يمكننا أن نصل إلى فهم أفضل لتجربتك ونعمل على أن تكون المدرسة مكانًا أفضل.

مشاعرك تجاه كونك في المدرسة

في هذا القسم، نود أن نفهم ما هي مشاعرك تجاه مدرستك.

32. ما مدى فهم الأشخاص في مدرستك لنوع شخصيتك؟

☐ لا يفهموني على الإطلاق
☐ يفهموني قليلاً
☐ يفهموني إلى حد ما
☐ يفهمون في الغالب
☐ يفهموني تمامًا

33. ما مدى الدعم الذي يمنحه إياك الأشخاص البالغون في مدرستك؟

☐ لا يدعمونني على الإطلاق
☐ يدعمونني قليلاً
☐ يدعمونني إلى حد ما
☐ الكثير من الدعم
☐ قدر كبير من الدعم

34. ما مدى الاحترام الذي يظهره الطلاب إليك في مدرستك؟

☐ لا يحترموني على الإطلاق
☐ يحترموني قليلاً
☐ يحترموني إلى حد ما
☐ الكثير من الاحترام
☐ قدر كبير من الاحترام

35. عندما تكون في المدرسة، ما مدى شعورك بالانتماء؟

☐ لا أنتمي على الإطلاق
☐ أنتمي قليلاً
☐ أنتمي إلى حد ما
☐ أشعر بالانتماء في الغالب
☐ أنتمي تمامًا

تصورات متعلقة بالفصل

في هذا القسم، نود أن نعرف ما هي تجربتك في فصولك (دروسك).

36. ما مدى حماسك للذهاب إلى فصولك (دروسك)؟

☐ غير متحمس على الإطلاق
☐ متحمس قليلاً
☐ متحمس إلى حد ما
☐ متحمس جداً
☐ متحمس للغاية



37. ما مدى تركيزك على الأنشطة في هذه الفصول؟

☐

أركز للغاية

☐

أركز جدًا

☐

أركز إلى حد ما

☐

أركز قليلاً

☐

لا أركز على الإطلاق

38. ما مدى اهتمامك بفصولك (دروسك)؟

☐

مهتم إلى أقصى درجة

☐

اهتم جدًا

☐

مهتم إلى حد ما

☐

اهتم قليلاً

☐

غير مهتم على الإطلاق

39. في فصولك الدراسية، إلى أي مدى تكون متحمسًا للمشاركة؟

☐

متحمس للغاية

☐

متحمس جدًا

☐

متحمس إلى حد ما

☐

متحمس قليلاً

☐

غير متحمس على الإطلاق

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

☐

دائمًا تقريبًا

☐

الكثير من الوقت

☐

أحيانًا

☐

من حين لآخر

☐

لم يحدث أبدًا تقريبًا