



እናንተን በተሻለ ሁኔታ ለመደገፍ እንዲቻል፣ ትምህርት ቤታችሁ እና አስተማሪዎቻችሁ ስለ እናንተ አስተሳሰብ እና ስሜት አንዳንድ ጥያቄዎችን መጠየቅ ይፈልጋሉ። የእናንተን ምላሾች ማየት የሚችሉት አስተማሪዎቻችሁ፣ የትምህርት ቤት መሪዎች እና ወላጆች ወይም አሳዳጊዎች ብቻ ይሆናሉ። የእርስዎ ምላሾች በክፍል ውጤቶችዎ ላይ ተጽዕኖ አይኖራቸውም። እባካችሁን በታማኝነት መልሱ — ትክክለኛ ወይም የተሳሳተ መልስ የለም!

ባህሪያዎ

ለተለያዩ ሁኔታዎች ምላሽ ለመስጠት እባክዎ የሚከተሉትን ጥያቄዎች ይመልሱ። ባለፉት 30 ቀናት...

1. የሌሎችን ሰዎችን አስተያየት ምን ያህል በጥሞና አዳምጠዋል?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
በጭራሽ አልጠነቀቅም	በጥቂቱ እጠነቀቃለሁ	የተወሰነ እጠነቀቃለሁ	የሚገባውን ያህል እጠነቀቃለሁ	በከፍተኛ ደረጃ እጠነቀቃለሁ
2. ምን ያህል ጊዜ ወደ ትምህርት ቤት ተዘጋጅተህ ትመጣ ነበር?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
መቼም ማለት ይቻላል	ከስንት አንዴ	አልፎ	ብዙ ጊዜ	ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል
3. ስለ ሌሎች ሰዎች ስሜት ምን ያህል ይጠነቀቃሉ?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
በጭራሽ አልጠነቀቅም	በጥቂቱ እጠነቀቃለሁ	የተወሰነ እጠነቀቃለሁ	የሚገባውን ያህል እጠነቀቃለሁ	በከፍተኛ ደረጃ እጠነቀቃለሁ
4. በክፍል ውስጥ ምን ያህል መመሪያዎችን ይከተላሉ?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
በጭራሽ ማለት ይቻላል	ከስንት አንዴ	አልፎ	ብዙ ጊዜ	ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል
5. ከእርስዎ የተለዩ ከሆኑ ተማሪዎች ጋር ምን ያህል ይቀራረባሉ?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
በጭራሽ አልስማማም	በጥቂቱ እስማማለሁ	የተወሰነ እስማማለሁ	በደንብ እስማማለሁ	እጅግ በጣም እስማማለሁ
6. እስከ መጨረሻው ድቂቃ ከመጠባበቅ ይልቅ ስራዎን ምን ያህል ወዲያውኑ ያጠናቅቃሉ?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
በጭራሽ ማለት ይቻላል	ከስንት አንዴ	አልፎ	ብዙ ጊዜ	ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል
7. ምን ያህል ጊዜ ነው ለትላልቅ ሰዎች አክብሮት የምታሳየው?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
መቼም ማለት ይቻላል	ከስንት አንዴ	አልፎ	ብዙ ጊዜ	ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል
8. የሌሎችን ስኬቶች ምን ያህል ጊዜ የመስግኑ ነበር?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
በጭራሽ ማለት ይቻላል	ከስንት አንዴ	አልፎ	ብዙ ጊዜ	ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል
9. ምን ያህል ጊዜ ትኩረት ሰጥተው ረብሻን ይከላከላሉ?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
በጭራሽ አላደርግም	ከስንት አንዴ	አልፎ	ብዙ ጊዜ	ሁሉ ማለት ይቻላል



10. ምን ያህል ስሜትዎን መግለፅ ይችላሉ ነው?

በጭራሽ ግልጽ አላደርግም በትንሹ ግልጽ አደርጋለሁ የተወሰነ ያህል ግልጽ አደርጋለሁ በሚገባ ግልጽ አደርጋለሁ እጅግ በጣም ግልጽ አደርጋለሁ

11. ራሳችሁን ችላችሁ ስትሠሩ፣ ምን ያህል ጊዜ ትኩረታችሁን ጠብቃችሁ ነበር?

መቼም ማለት ይቻላል ከስንት አንዴ አልፎ ብዙ ጊዜ ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል

12. ሌሎች ከእርስዎ ጋር በማይስማሙ ጊዜ እርስዎ የእነሱን አመለካከት ምን ያህል አክባሪ ኖት?

በጭራሽ አላከብርም በትንሹ እከበራለሁ የተወሰነ እከበራለሁ በሚገባ እከበራለሁ በጣም እከብራለሁ

13. አንድ ሰው ቢያችግረት ወይም መጥፎ ነገር ቢናገርዎ፣ ምን ያህል ጊዜ ተረጋግተዋል መቀጠል ይችላሉ?

በጭራሽ አላደርግም ከስንት አንዴ አልፎ ብዙ ጊዜ ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል

14. ሌሎችን ሳይጎዱ ለራስዎ መቆም የቻሉት እስከ ምን ድረስ ነው?

በጭራሽ በትንሹ በመጠኑ በጣም እጅግ በጣም

15. ሌሎች ያለማቋረጥ እንዲያወሩ ምን ያህል ጊዜ አድርገዋል?

በጭራሽ አላደርግም ከስንት አንዴ አልፎ ብዙ ጊዜ ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል

16. ክርክር ሳይነሳ ከሌሎች ጋር አለመግባባት የሚችሉት እስከ ምን ድረስ ነው?

በጭራሽ በትንሹ በመጠኑ በጣም እጅግ በጣም

17. ከሌሎች ተማሪዎች ጋር ምን ያህል ጊዜ ጨዋ ነበሩ?

መቼም ማለት ይቻላል ከስንት አንዴ አልፎ ብዙ ጊዜ ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል

18. ቁጣህን የምትቆጣጠረው ምን ያህል ጊዜ ነበር?

መቼም ማለት ይቻላል ከስንት አንዴ አልፎ ብዙ ጊዜ ሁል ጊዜ ማለት ይቻላል

አጠቃላይ ስሜቶች

በዚህ ክፍል ውስጥ በሕይወትዎ ውስጥ ሊከሰቱ የሚችሉ የተለያዩ ስሜቶችን (በትምህርት ቤት ውስጥም ሆነ ከትምህርት ውጭ) እንዴት እንደሚለማመዱ ለማወቅ ተስፋ እናደርጋለን።

19. ጫና ሲደርስብህ፣ ራስህን ምን ያህል በቀላሉ መቆጣጠር ትችላለህ?

በጭራሽ በቀላሉ አይደለም በትንሹ በቀላሉ በመጠኑ በቀላሉ በቀላሉ በጣም በቀላሉ



20. ከመጥፎ ስሜት እራስዎን ምን ያህል ግዜ ማውጣት ይችላሉ?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| በጭራሽ ማለት ይቻላል | ከስንት አንድ | አልፎ | በተደጋጋሚ | ሁልጊዜ ማለት ይቻላል |

21. በዙሪያህ ያሉ ሰዎች ሁሉ ሲናደዱ፣ ምን ያህል ዘና ማለት ትችላለህ?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| በጭራሽ አልጋጋም | በትንሹ እጋጋለሁ | የሆነ ያህል እጋጋለሁ | በቀላሉ እጋጋለሁ | በጣም በቀላሉ እጋጋለሁ |

22. በሚፈልጉበት ግዜ ምን ያህል ስሜትዎን መቆጣጠር ይችላሉ?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| በጭራሽ ማለት ይቻላል | ከስንት አንድ | አልፎ | በተደጋጋሚ | ሁልጊዜ ማለት ይቻላል |

23. ከተበሳጭህ በኋላ፣ ምን ያህል ጊዜ ራስህን ማረጋገጥ ትችላለህ?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| መቼም ማለት ይቻላል | ከስንት አንድ | አልፎ | በተደጋጋሚ | ሁልጊዜ ማለት ይቻላል |

24. ችግሮች ሲያጋጥሙህ፣ መረጋጋት የምትችለው ምን ያህል ሂዜ ነው?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| በፍፁም አልተረጋጋም | በትንሹ እጋጋለሁ | በመጠኑ እጋጋለሁ | በጣም እጋጋለሁ | እጅግ በጣም እጋጋለሁ |

በትምህርት ቤት ስለመሆን ስሜቶች

በዚህ ክፍል ስለ ትምህርት ቤታችሁ ምን እንደሚሰማችሁን ማወቅ እንፈልጋለን።

ለሚከተሉት ጥያቄዎች፣ ስለ ትምህርት ቤታችሁ እንዴት እንደምታስቡ የበለጠ ለማወቅ እንፈልጋለን። ተሞክሮአችሁን በተሻለ ተረድተን ትምህርት ቤቱን የተሻለ ቦታ ለማድረስ መሰራት እንድንችል ዘንድ እባካችሁን የእናንተን እውነተኛ አስተያየቶች ስጡን።

25. በትምህርት ቤታችሁ ያሉ ሰዎች እናንተን እንደ አንድ ግለሰብ ምን ያህል ይረዱቸዋል?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| በጭራሽ አይረዱኝም | በጥቂቱ ይረዱኛል | የተወሰነ ይረዱኛል | ትንሽ ይረዱኛል | ሙሉ በሙሉ ይረዱኛል |

26. በት/ቤትዎ ከሚገኙ ትላልቅ ሰዎች ጋር ምን ያህል ትስስር እንዳለዎት ይሰማዎታል?

- | | | | | |
|-----------------------|------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| በጭራሽ አይሰማኝም | በጥቂቱ ግንኙነት እንዳለኝ ይሰማኛል | የተወሰነ ግንኙነት እንዳለኝ ይሰማኛል | በቂ ግንኙነት እንዳለኝ ይሰማኛል | በጣም ግንኙነት እንዳለኝ ይሰማኛል |

27. በትምህርት ቤትዎ ያሉ ተማሪዎች ለእርስዎ ምን ያህል አክብሮት ያሳዩዎታል?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| በጭራሽ አያከብሩኝም | ትንሽ ያከብሩኛል | የተወሰነ ያከብሩኛል | በበቂ መጠን ያከብሩኛል | በከፍተኛ ደረጃ ያከብሩኛል |

28. በዚህ ትምህርት ቤት ውስጥ ለሌሎች ምን ያህል ይጨነቃሉ?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| በጭራሽ አልጨነቅም | በትንሽ እጨነቃለሁ | የተወሰነ እጨነቃለሁ | በጥቂቱ እጨነቃለሁ | በከፍተኛ ደረጃ እጨነቃለሁ |



29. በአጠቃላይ በትምህርት ቤትዎ ውስጥ ምን ያህል የኔነት ይሰማዎታል?

- በጭራሽ አይሰማኝም
 በጭራሽ አይሰማኝም
 የተወሰነ ይሰማኛል
 በሚገባ ይሰማኛል
 ሙሉ በሙሉ ይሰማኛል

30. How often do teachers encourage you to learn about people from different races, ethnicities, or cultures?

- መቼም ማለት ይቻላል
 ከስንት አንዴ
 አልፎ
 በተደጋጋሚ
 ሁልጊዜ ማለት ይቻላል

31. የተለያዩ ዘርፍ ጎሳ ወይም ባህል ያለው ሰው ሲያጋጥምዎ ምን ያስባሉ?

- በጭራሽ ማለት ይቻላል
 ከስንት አንዴ
 አልፎ
 በተደጋጋሚ
 ሁልጊዜ ማለት ይቻላል

32. በትምህርት ቤትዎ ያሉ ተማሪዎች ስለ ዘር እርስ በእርስ በሀቀኝነት ላይ የተመሰረተ ውይይቶችን ማድረግ እንደሚችሉ ምን ያህል እርግጠኛ ነዎት?

- በጭራሽ አልተማመንም
 በጥቂቱ አተማመናለሁ
 የተወሰነ አተማመናለሁ
 በትንሹ አተማመናለሁ
 በከፍተኛ ደረጃ አተማመናለሁ

33. አስተማሪዎችህ ስለ ሌሎች ዘርፍ፣ ብሄረሰቦች ወይም ባህሎች እንድታውቅ የሚያበረታቱህ ምን ያህል ጊዜ ነው?::

- መቼም ማለት ይቻላል
 ከስንት አንዴ
 አልፎ
 በተደጋጋሚ
 ሁልጊዜ ማለት ይቻላል

34. ከሌሎች ዘርፍ፣ ብሄረሰቦች ወይም ባህሎች እንድታውቅ የሚያበረታቱህ ምን ያህል ጊዜ ነው?

- በጨራሽ አይመቸኝም
 ብትነሹ ይመቸኛል
 የሆነ ያህል ይመቸኛል
 በደንብ ይመቸኛል
 በከፍተኛ ደረጃ ይመቸኛል

35. በትምህርት ቤትዎ ውስጥ ያሉ ተማሪዎች ስለ ዘር አስፈላጊ ውይይቶች የሚያደርጉት ምን ያህል ጊዜ ነው? ምንም እንኳን ምቹት ባይሰማቸውም?

- መቼም ማለት ይቻላል
 ከስንት አንዴ
 አልፎ
 በተደጋጋሚ
 ሁልጊዜ ማለት ይቻላል

36. ከዘር ጋር የተያያዙ ዋና የዜና ክስተቶች ሲከሰቱ በትምህርት ቤትዎ ውስጥ ያሉ አዋቂዎች ስለእነሱ ከተማሪዎች ጋር ምን ያህል ጊዜ ይነጋገራሉ?

- መቼም ማለት ይቻላል
 ከስንት አንዴ
 አልፎ
 በተደጋጋሚ
 ሁልጊዜ ማለት ይቻላል

37. ትምህርት ቤትዎ ተማሪዎች ዘረኝነትን እንዲቃወሙ ምን ያህል ይረዳቸዋል?

- በጭራሽ
 በጥቂቱ
 በተወሰነ ደረጃ
 በጥሩ ሁኔታ
 እጅግ በጣም ጥሩ ሁኔታ

ስሜትዎ

እነዚህ ጥያቄዎች በቅርብ ጊዜ ስለነበረዎት ስሜት ይጠይቃሉ። እባክዎን በሀቀኝነት መልስ ይስጡ። ትክክለኛ ወይም የተሳሳቱ መልሶች የሉም። ምክንያቱም ትክክለኛ ወይም የተሳሳቱ ስሜቶች የሉም! መልስዎ እርስዎን እና ሌሎች ተማሪዎችን በተሻለ ሁኔታ ለመደገፍ ይረዳናል። እናም በምርትዎ ላይ ተጽዕኖ አይኖረውም ወይም በሪፖርት ካርድዎ ላይ አይታይም። መልስ ለመስጠት ምቹት የማይሰማዎትን ማንኛውንም ጥያቄ መተው ይችላሉ።



ባለፈው ሳምንት ምን ያህል ጊዜ _____ ተሰንቶታል?

38. ንዴት

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| መቼም ማለት ይቻላል | ከሰንት አንዴ | አልፎ | በተደጋጋሚ | ሁልጊዜ ማለት ይቻላል |

39. ብቸኝነት

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| መቼም ማለት ይቻላል | ከሰንት አንዴ | አልፎ | በተደጋጋሚ | ሁልጊዜ ማለት ይቻላል |

40. ሃዘን

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| መቼም ማለት ይቻላል | ከሰንት አንዴ | አልፎ | በተደጋጋሚ | ሁልጊዜ ማለት ይቻላል |

41. መጨነቅ

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| መቼም ማለት ይቻላል | ከሰንት አንዴ | አልፎ | በተደጋጋሚ | ሁልጊዜ ማለት ይቻላል |

42. ተስፋ እንደሌለው መጨነቅ

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| መቼም ማለት ይቻላል | ከሰንት አንዴ | አልፎ | በተደጋጋሚ | ሁልጊዜ ማለት ይቻላል |

ከሌሎች ሰዎች የሚደረግ እርዳታ

በዚህ ክፍል ውስጥ ሌሎች ሰዎች እንዴት እንደሚረዱትህ ንገሩን።

43. በትምህርት ቤት ውስጥ በማንኛውም ሁኔታ እንደሚረዱትህ ልትተማመኑበት የምትችሉበት መምህር ወይም ሌላ አዋቂ ሰው አላችሁ?

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| አይ | አዎ |

44. ከትምህርት ቤት ውጭ በማንኛውም ሁኔታ እንደሚረዱዎት ሊተማመኑበት የሚችል የቤተሰብ አባል ወይም ሌላ አዋቂ ሰው አልዎት?

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| አይ | አዎ |

45. ከትምህርት ቤት ውስጥ በማንኛውም ሁኔታ እንደሚረዱዎት ሊተማመኑበት የሚችል ጓደኛ አልዎት?

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| አይ | አዎ |

46. ከትምህርት ቤት ውስጥ ሙሉ በሙሉ ራስዎን ሊሆን የሚችለበት መምህር ወይም ሌላ አዋቂ ሰው አልዎት?

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| አይ | አዎ |

47. ከትምህርት ቤት ውጭ ሙሉ በሙሉ ራስዎን ሊሆኑ የሚችሉበት የቤተሰብ አባል ወይም ሌላ አዋቂ ሰው አልዎት?

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| አይ | አዎ |



48. ከትምህርት ቤት ውስጥ ሙሉ በሙሉ ራስዎ ሊሆን የሚችል ጓደኛ አልዎት?

አይ

አዎ

SAMPLE FORM