

## SEL Screener

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، ووالديك أو الأوصياء عليك. ولن تؤثر بأي شكل على درجات الصف الخاصة بك. نرجو منك الإجابة بصراحة، فلا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة

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

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

2. 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 إلى حد كبير     
  هادئ إلى أقصى حد

3. ما معدل تفكيرك في التجارب والخبرات التي يمر بها شخص ذو عرق أو إثنية أو ثقافة مختلفة؟

- مطلقاً تقريباً     
  من حين لآخر     
  أحياناً     
  كثيراً     
  تقريباً دائماً

4. خلال الثلاثين يوماً الماضية، ما مدى اهتمامك بمشاعر الآخرين؟

- مطلقاً تقريباً     
  من حين لآخر     
  أحياناً     
  كثيراً     
  تقريباً دائماً

5. كم مرة تستطيع الخروج من حالات المزاج السيئ؟

- أبداً تقريباً     
  من حين لآخر     
  أحياناً     
  كثيراً     
  تقريباً دائماً

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

- أبداً تقريباً     
  من حين لآخر     
  أحياناً     
  كثيراً     
  تقريباً دائماً

7. خلال الثلاثين يوماً الماضية، إلى أي مدى كنت مهتماً بالاستماع إلى وجهات نظر الآخرين؟

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

8. خلال الثلاثين يوماً الماضية، إلى أي مدى كنت قادراً على الاختلاف مع الآخرين بدون الدخول في جدال؟

- لا يحدث ذلك على الإطلاق     
  قليلاً     
  نوعاً ما     
  قليلاً جداً     
  مقدار هائل للغاية

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

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

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

- لا  
 نعم

11. ما مدى تواصلك مع الأشخاص البالغين في مدرستك؟

- لا يوجد تواصل إطلاقاً  
 يوجد تواصل قليل  
 فتواصل إلى حد ما  
 فتواصل جدًا  
 فتواصل للغاية

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

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

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

- لا  
 نعم

14. ما مدى ثقتك في قدرة الطلاب في مدرستك على إجراء حوارات صادقة بعضهم مع بعض بشأن العرق؟

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

15. خلال الأسبوع الماضي، كم مرة شعرت فيها بالقلق؟

- ولا مرة تقريبًا  
 من حين لآخر  
 أحيانًا  
 كثيرًا  
 تقريبًا دائمًا

16. خلال الأسبوع الماضي، كم مرة شعرت فيها بالأمل؟

- ولا مرة تقريبًا  
 من حين لآخر  
 أحيانًا  
 كثيرًا  
 تقريبًا دائمًا

17. خلال الأسبوع الماضي، كم مرة شعرت فيها بالحزن؟

- ولا مرة تقريبًا  
 من حين لآخر  
 أحيانًا  
 كثيرًا  
 تقريبًا دائمًا

18. خلال الأسبوع الماضي، كم مرة شعرت فيها بالسعادة؟

- ولا مرة تقريبًا  
 من حين لآخر  
 أحيانًا  
 كثيرًا  
 دائمًا تقريبًا