

الرقم :

التاريخ :

المشروعات :

استمارة فطن لتفريغ المقياس القبلي و البعدي

الأخوة / الأخوات الخبيرات

الأخوة / الأخوات المنسقات في المكاتب

الأخوة / الأخوات المنسقات في المدارس

هذه استمارة تفريغ استمارة فطن لقياس الطالبات القبلي و البعدي يفضل تعبئتها وإرسالها مباشرة بعد كل دوره تقام للطلاب والطالبات .

عدد المشاركين /ات حسب الجنس : ذكر () انثى ()

ذكور الصف : المرحلة : ابتدائي () متوسطة () ثانوية ()

إناث الصف : المرحلة : ابتدائي () متوسطة () ثانوية ()

م	الفقرة	قبلي			بعدي		
		دائمًا	أحيانًا	نادرًا	دائمًا	أحيانًا	نادرًا
١	أقدر أنفعالاتي وعواطفي تقديرًا دقيقًا .						
٢	لدي القدرة على التفكير بحلول جديدة لأي مشكلة .						
٣	أبادر الآخرين بالحوار .						
٤	لدي ثقة عالية بنفسني .						
٥	أعي ما أقوم به من أعمال يومية .						
٦	أشارك أصدقائي باللعب والترفيه .						
٧	عندما تواجهني مشكلة أفكر بكافة الحلول الممكنة قبل أن أتبنى واحدًا منها						
٨	يزداد تقديري لذاتي عندما أتغلب على عاداتي السيئة .						
٩	اهتم بمظهري الخارجي باستمرار .						
١٠	أشعر بحالة من الارتياح عندما اتحدث مع نفسي .						
١١	أقوم بالتعامل بحكمة واتزان عندما أتعرض لصراع مع الآخرين .						
١٢	لدي القدرة على تحديد أخطائي .						
١٣	أعتقد بأن لدي القدرة على التعامل مع مشكلات الحياة اليومية .						
١٤	إذا حاول أن يتقدمني أحدهم في الطابور فإنني لاسمح بذلك .						
١٥	أعتقد أن أفكاري محددة في تعاملي مع مشكلات الحياة .						
١٦	أمتلك القدرة على التعبير عن مشاعري عندما يخطيء أحد في حقني .						
١٧	أحب الأشتراك في الأنشطة الجماعية .						
١٨	أثق في قدرتي على حل المشاكل التي تواجهني .						

الرقم :

التاريخ :

المشروعات :

م	الفقرة	قبلي			بعدي		
		دائماً	أحياناً	نادراً	دائماً	أحياناً	نادراً
١٩	أمتلك الشجاعة في نقد سلوكياتي .						
٢٠	أعترف بالجميل .						
٢١	أهتم بأسلوبي الخاص في عمل الأشياء التي أقوم بها .						
٢٢	أقدم نفسي للأشخاص الذين أقابلهم لأول مرة بشكل جيد .						
٢٣	أجد صعوبة في تنظيم أفكاري عندما تواجهني مشكلة .						
٢٤	أسعى إلى تحديد أهدافي الاجتماعية بأي وسيلة .						
٢٥	أستطيع اختيار الحل المناسب لأي مشكلة تواجهني .						
٢٦	تنقصني المبادرة في القيام بأي نشاط جماعي .						
٢٧	أعبر عن مشاعري بصراحة ووضوح .						
٢٨	أستطيع تنظيم أفكاري عندما أتعرض لأي مشكلة .						
٢٩	أتمكن من تحديد جوانب القوة والضعف لدي .						
٣٠	أحافظ على هدوئي حتى أستطيع حل مشاكلي .						
٣١	لدي القدرة على التعامل مع المواقف غير المتوقعة .						
٣٢	أحاول البحث عن حلول متعددة لحل مشاكلي .						
٣٣	أعمل على جمع المعلومات حول المشكلة التي تواجهني .						
٣٤	أحتج على الخدمات السيئة التي أراها في كل مكان .						
٣٥	أشعر بالانفعال والتوتر إذا ما وجهتني أي مشكلة .						
٣٦	أترى قبل اتخاذ أي قرار .						
٣٧	أكون صداقات كثيرة .						
٣٨	أستطيع قول لا عندما لا أكون راغباً بشيء ما .						
٣٩	تتسم شخصيتي بسمات الهدوء والتريث .						
٤٠	أفتقد للواقعية في حل مشاكلي .						
٤١	لدي القدرة على تحديد الأفكار التي تتعارض مع قيم ديني .						
٤٢	أتمكن من تحديد ما يفكر به الآخرون .						
٤٣	أعترض على الأنظمة التي أراها غير عادلة من وجهة نظري .						
٤٤	تظهر ثقتي في نفسي أمام من هم أكبر مني .						
٤٥	يمكنني طلب ما أحتاجه وأريده دون تردد .						

اسم من قام بتفريغ الاستبيانات الرباعي /

الوظيفة /

التوقيع / التاريخ / ١٤٣٧هـ

المدير /

الختم

التوقيع /