

ደህንነት እና ጤና የወጣቶች ቅኝት

መካከለኛ / ከፍተኛ (ከ 7 እስከ 12 ኛ ክፍል) የተማሪ ስሪት

የትምህርት ቤትዎ በርድ እና የዌሊንግተን-ዱፈርን-ጉልፍ የህዝብ ጤና በዳሰሳ ጥናት ውስጥ እንዲሳተፉ እየጋበዙዎት ነው። እንደ እርስዎ ያሉ ተማሪዎች ደህንነት እና ጤና ማወቅ እንፈልጋለን።

የዳሰሳ ጥናቱ ዓላማ ምንድን ነው?

ፍላጎቶችዎን ለመረዳት እንድንችል የዳሰሳ ጥናቱ ስለ ጤናዎ እና ደህንነትዎ ይጠይቃል። ለዚህ የዳሰሳ ጥናት ያደረጉት መልሶች እና የክፍል ጓደኞችዎ መልሶች ትምህርት ቤትዎን እና ማህበረሰባችንን የተሻለ የመኖሪያ ቦታ ለማድረግ ፕሮግራሞችን እንድናቅድ ይረዱናል።

እንድታደርጉት እንጠይቃችኋለን -

በዚህ የ30 ደቂቃ የዳሰሳ ጥናት ላይ ለሚነሱ ጥያቄዎች መልስ እንዲሰጡ እንፈልጋለን። ትክክለኛም ሆነ የተሳሳቱ መልሶች የሉም። በአንድ ጥያቄ ላይ ብዙ ጊዜ አያጠፉ። መጀመሪያ ወደ አእምሮህ የሚመጣውን መልስ ይዘው ይሂዱ። እባክዎን እያንዳንዱን ጥያቄ በጥንቃቄ ያንብቡ እና በሐቀኝነት ይመልሱ። ለጥያቄው መልስ ካላወቁ ባዶውን ይተው። እንዲሁም ምችት የማይሰማዎት ከሆነ ማንኛውንም ጥያቄ መዝለል ይችላሉ።

ደህንን የዳሰሳ ጥናት ለመሙላት እገዛ ከፈለጉ፣ እባክዎን አስተማሪዎን ያነጋግሩ።

ደህንን የዳሰሳ ጥናት ማድረግ አለብዎት?

ደህንን የዳሰሳ ጥናት ማድረግ የለብዎትም። የአንተ ውሳኔ ነው። አሁን እምቢ ማለት ትችላላችሁ ወይም በኋላ ሀሳብዎን መቀየር ይችላሉ። ደህንን የዳሰሳ ጥናት ላለማድረግ ከወሰኑ ማንም አይበሳጭብዎትም።

የዳሰሳ ጥናቱን ላለማድረግ ከመረጡ ወይም በማንኛውም ጊዜ ለማቆም ከመረጡ ውጤቶችዎ እና ከትምህርት ቤትዎ፣ ከአስተማሪዎችዎ እና ከህዝብ ጤና ጋር ያለዎት ግንኙነት አይጎዳውም። ለማቆም ከመረጡ መልሶችዎን ለመሰረዝ ወይም መልሶችዎን ለማቆየት መምረጥ ይችላሉ። መልሶችዎን ከያዙ፣ የተማሪን ጤና እንድንረዳ እንዲረዳን አሁንም እነዚያን መልሶች ልንጠቀምባቸው እንችላለን። አንዴ የዳሰሳ ጥናቱን ከጨረሱ ወይም የበይነመረብ አሳሽዎን በድንገት ከዘጉ ምንም አይነት መልስ መሰረዝ አይችሉም እና ይድናሉ።

ይህ የዳሰሳ ጥናት በማንኛውም መንገድ ሊጎዳዎት ወይም ሊረዳዎት ይችላል?

በዚህ የዳሰሳ ጥናት ውስጥ ያሉ አንዳንድ ጥያቄዎች ምችት እንዲሰማዎት ሊያደርጉዎት ይችላሉ፣ ካልፈለጉ ለእነዚያ መልስ መስጠት የለብዎትም። ይህንን የዳሰሳ ጥናት ካደረጉ በኋላ ምችት ከተሰማዎት፣ የትምህርት ቤት አማካሪዎን ማነጋገር ወይም የልጆች እገዛ ስልክ (1-800-668-6868) መደወል ይችላሉ። ይህ የዳሰሳ ጥናት ሊረዳዎ ይችላል ምክንያቱም መልሶችን ማህበረሰብዎን እና ትምህርት ቤትዎን ለማሻሻል እንጠቀማለን።

ስለ እርስዎ መረጃ ምን እናደርጋለን?

የዳሰሳ ጥናቱን ሲጨርሱ መልሶችዎ ወደ ህዝብ ጤና ይሄዳሉ። አስተማሪዎችዎን እና ወላጆችዎን ጨምሮ በትምህርት ቤትዎ ውስጥ ማንም ሰው መልሶችዎ አይታዩም። የህዝብ ጤና ለዳሰሳ ጥናቱ ያለዎትን መልስ ሚስጥራዊ ለማድረግ በጣም ጥንቃቄ ያደርጋል። የህዝብ ጤና ስለእርስዎ የምንሰበስበውን መረጃ ሁሉ ተቆልፎ እና በይላፍ ቃል የተጠበቀ ይሆናል። ለትምህርት ቤቶች፣ ለማህበረሰቡ እና ለሌሎች ባለሙያዎች ሪፖርቶችን ለመፍጠር ከዚህ የዳሰሳ ጥናት ሁሉንም መልሶች ይወስዳሉ። ስምዎ አልተሰበሰበም ፣ እና ሌላ መለያ መረጃ በማንኛውም ሪፖርቶች ውስጥ አይካተትም። ከዳሰሳ ጥናቱ የተሰበሰበው መረጃ ቢያንስ ለስድስት ዓመታት ይህንንቱ በተጠበቀ አውታረመረብ ላይ ይቀመጣል።

ይህ የዳሰሳ ጥናት ከሥነ ምግባር ግምገማ ተቀባይነት አግኝቷል። ስለዚህ ጉዳይ ጥያቄዎች ካሉዎት ሚካኤል ዋይትን በኢሜል ያግኙ Michael.Whyte@wdgpublichealth.ca

ሌሎች ጥያቄዎች ካሉዎት ማነጋገር ይችላሉ -

ሊንድሴ ዶሴት

ዌሊንግተን-ዱፈርሪን-ጉልፍ የህዝብ ጤና

ስልክ ቁጥር 1-800-265-7293 ex. 4542

የኢሜይል አድራሻ lyndsey.dossett@wdgpublichealth.ca

የዳሰሳ ጥናቱን ለመውሰድ ተስማምተዋል?

☐ አዎ

☐ አይ

በዚህ ቅጽ ላይ ያለው መረጃ የሚሰበሰበው በማዘጋጃ ቤት የመረጃ ነፃነት እና የግላዊነት ጥበቃ ህግ እና በግል የጤና መረጃ ጥበቃ ህግ መሰረት በጤና ጥበቃ እና ማስተዋወቅ ህግ ሥልጣን መሰረት ነው። ይህ መረጃ ለህዝብ ጤና

ፕሮግራሞች እና አገልግሎቶች አቅርቦት ጥቅም ላይ ይውላል; የኤጀንሲው አስተዳደር; እና የጤና አጠባበቅ የውሂብ ጎታዎችን, መዝገቦችን እና ተዛማጅ ምርምሮችን መጠበቅ, የህግ እና የቁጥጥር መስፈርቶችን በማክበር. የዚህን መረጃ አሰባሰብ በተመለከተ ማንኛውም ጥያቄዎች ለዋና የግላዊነት ኦፊሰር በ 1-800-265-7293 ext 4339 መቅረብ አለባቸው።

የዳሰሳ ጥናቱን ለማንበብ እና ለመመለስ የሚረዳዎት ከእርስዎ ጋር የተቀመጠ ሰው አለ?

አዎ

አይ

"ለረዳቱ" ክፍል የሚታየው አንድ ሰው የዳሰሳ ጥናቱን እንዲያነገል እና እንዲመልስ እንዲረዳው ለሚረጡት ብቻ ነው

ለረዳቱ -

ይህ ተማሪ የደህንነት እና የጤና ወጣቶች ዳሰሳ እንዲያጠናቅቅ ስለረዱት እና መሰግናለን። እባክዎ የሚከተለውን የምስጢራዊነት መግለጫ ይገምግሙ እና ስምዎን እና ለማመልከት ስምዎን ያስገቡ

የደህንነት እና የጤና ወጣቶች ዳሰሳ የሚያጠናቅቁ ተማሪዎችን ግላዊነት፣ ምስጢራዊነት እና ደህንነት ለማክበር፣ ይህ ተማሪ ለወላጆቹ፣ ለሌሎች ሰራተኞች ወይም ለሌሎች ተማሪዎች የሰጠውን ማንኛውንም የዳሰሳ ጥናት መልሶች አልጠቀምም ወይም አልገልጽም

ጥናቱ ስለ ተለያዩ የጤና እና ደህንነት ርዕሰ ጉዳዮች እንደሚጠይቅ ተረድቻለሁ። ያለዚህ ተማሪ ፈቃድ ወደ መመሪያ አማካሪ ወይም ሌላ የድጋፍ ሰራተኛ ሪፈራል አለደርግም። እባክዎን በዳሰሳ ጥናቱ ላይ የዚህን ተማሪ ምላሾች ለፖሊስ፣ ለርእሰ መምህር ወይም ለወላጆቻቸው በህጋዊ መንገድ ሪፖርት እንዲያደርጉ የሚጠይቁ ምንም ጥያቄዎች እንደሌሉ ልብ ይበሉ።

ከላይ በተጠቀሱት መግለጫዎች ከተስማሙ፣ እባክዎን የዳሰሳ ጥናቱን ከመቀጠልዎ በፊት ስምዎን ይፃፉ።

የስነ ሕዝብ አወቃቀር

ጠቃሚ መመሪያዎች

- እባክትን በዚህ አመት አንድ የዳሰሳ ጥናት ብቻ ይጨርሱ።
1. ለመጀመር በየትኛው ክፍል ውስጥ ነዎት? (ተቆልቋይ ዝርዝር)
 2. የትምህርት ቤትዎ ስም ማን ይባላል? (ተቆልቋይ ዝርዝር የትምህርት ቤት ስሞች)
 3. የምትኖረው በየትኛው ከተማ ወይም ከተማ ነው? እርግጠኛ ካልሆኑ አስተማሪዎን ወይም አዋቂዎን ከእርስዎ ጋር ይጠይቁ። (ተቆልቋይ ዝርዝር)

የሥርዓተ-ፆታ ማንነት የሚያመለክተው የአንድን ሰው ውስጣዊ ስሜት ወይም ሴት፣ ወንድ፣ ሁለቱም፣ በየትኛውም ቦታ ወይም በሥርዓተ-ፆታ ስቴክትረም ላይ የመሆን ስሜትን ነው። ይህም በተወለደበት ጊዜ ከተመደበው ጾታ ጋር ተመሳሳይ ላይሆንም ይችላል (ለምሳሌ ወንድ፣ ሴት)። የአንድን ሰው የፆታ ዝንባሌ የሚለየው እና አይወስንም።

4. የፆታ ማንነትህ ምንድን ነው? _____

- ☐ ይህን ጥያቄ አልገባኝም
- ☐ መልስ ላለመስጠት እመርጣለሁ

5. በካናዳ ለምን ያህል ጊዜ ኖረሃል?

- ☐ በሕይወቴ በሙሉ
- ☐ 2 ዓመት ወይም ከዚያ በታች
- ☐ ከ 3 እስከ 5 ዓመታት
- ☐ ከ 6 እስከ 10 ዓመታት
- ☐ 11 ዓመት ወይም ከዚያ በላይ

6. ቤት ውስጥ ምን ቋንቋዎች ይናገራሉ? (እርስዎ እና ቤተሰብዎ ከአንድ በላይ ቋንቋዎች የሚናገሩ ከሆነ እባክዎ በቤት ውስጥ የሚናገሩትን ሁሉንም ቋንቋዎች ይምረጡ)

- ☐ አማርኛ
- ☐ አረብኛ
- ☐ ካንቶኒኛ
- ☐ ዳሪ
- ☐ ደች
- ☐ እንግሊዝኛ
- ☐ ፈረንሳይኛ
- ☐ ጀርመንኛ
- ☐ ጉጅራቲ
- ☐ ሂንዲ
- ☐ ሃንጋሪኛ
- ☐ የአገሬው ተወላጅ ቋንቋ(ቶች)
- ☐ ዝቅተኛ ጀርመንኛ
- ☐ ማንዳሪን
- ☐ ፋርስኛ (ፋርሲ)
- ☐ ፖላንድኛ
- ☐ ፑንጃቢ (ፓንጃቢ)
- ☐ ስፓኒሽኛ
- ☐ ታጋሎግ (ፒሊፒኖ፣ ፊሊፒኖ)
- ☐ ታሚል ቋንቋ
- ☐ ትግሪንያ
- ☐ ኡርዱ

- ☐ ሼትናምኛ
- ☐ ከላይ ያልተዘረዘረ ቋንቋ (እባክዎ ይግለጹ _____)

7. አሁን ካናዳ ተብለው ከሚጠሩት አገሮች ተወላጅ መሆንዎን ይለያሉ?

- ☐ አዎ
- ☐ አይ
- ☐ እርግጠኛ ያልሆነ
- ☐ ለዚህ ጥያቄ መልስ ላለመስጠት እመርጣለሁ

ጥያቄ 8 የሚታየው የአገሬው ተወላጅ እንደሆኑ ለሚለዩ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄ 7)

8. እባክዎ ለእርስዎ የሚመለከቱትን ሁሉ ይምረጡ -

- ☐ የመጀመሪያ ብሔራት
- ☐ ሜቲስ / ሚቺፍ
- ☐ ኢኑይት
- ☐ አማራጭ (ለምሳሌ፣ Haudenosaunee፣ Treaty 3፣ Nunavimmiut) (እባክዎ ይግለጹ _____)

በህብረተሰቦችን ውስጥ ሰዎች ብዙውን ጊዜ በዘር ወይም በዘር ዳራቸው ይገለጻሉ። ለምሳሌ, አንዳንድ ሰዎች እንደ "ጥቁር", "ምስራቅ እስያዊ", ወይም "ነጭ", ወዘተ ይቆጠራሉ.

9. የትኛው የዘር ምድብ እርስዎን በተሻለ ሁኔታ ይገልጻል? የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ። ምሳሌዎችን ለማየት በመዳፈትዎ መልሱን ያንዣብቡ (በቅንፍ የተደረገ ጽሑፍ)

- ☐ ጥቁር (ለምሳሌ አፍሪካዊ፣ አፍሮ-ካሪቢያን፣ አፍሪካ-ካናዳዊ ዝርያ)
- ☐ ምስራቅ እስያ (ለምሳሌ ቻይንኛ፣ ኮሪያኛ፣ ጃፓንኛ፣ የታይዋን ዝርያ)
- ☐ የአገሬው ተወላጅ (ለምሳሌ የመጀመሪያ ብሔሮች፣ ሜቲስ፣ የኢኑይት ዘር)
- ☐ ላቲኖ / ላቲኖ / ላቲንክስ (ለምሳሌ የላቲን አሜሪካ፣ የሂስፓኒክ ዝርያ)
- ☐ መካከለኛው ምስራቅ (ለምሳሌ አረብ፣ ፋርስ፣ የምዕራብ እስያ ዝርያ፣ ለምሳሌ አፍሮኒስታን፣ ግብፃዊ፣ ኢራኖዊ፣ ሊባኖስ፣ ቱርክኛ፣ ኩርድኛ)
- ☐ ደቡብ እስያ (ለምሳሌ ምስራቅ ህንድ፣ ፓኪስታን፣ ባንግላዲሽ፣ ስሪላንካ፣ ኢንዶኔዥያ)
- ☐ ደቡብ ምስራቅ እስያ (ለምሳሌ ፊሊፒንስ፣ ሼትናምኛ፣ ካምቦዲያ፣ ታይላንድ፣ ኢንዶኔዥያኛ፣ ሌላ የደቡብ ምስራቅ እስያ ዝርያ)
- ☐ ነጭ (ለምሳሌ እንግሊዝኛ፣ ጀርመንኛ፣ አይሪሽ፣ ጣሊያንኛ፣ ፖርቱጋልኛ፣ የአውሮፓ ዝርያ)

ከላይ ያልተዘረዘረ የዘር ቡድን (እባክዎ ይግለጹ)

እኔ የትኛው ዘር እንደሆንኩ አላውቅም

ይህ ጥያቄ አልገባኝም

የፆታ ዝንባሌ የሚያመለክተው አንድ ሰው ተመሳሳይ ወይም የተለያየ ጾታ ላላቸው ሰዎች ወይም ለሁለቱም የፆታ፣ የፍቅር እና የስሜታዊ መስህብ ስሜትን ነው።

10. የፆታ ዝንባሌህ ምንድን ነው? እባክዎ በጣም ተገቢውን አማራጭ ይምረጡ።

- ☐ ግብረ-ሰዶማዊነት
- ☐ ቢሴክሹዋል
- ☐ ግብረ ሰዶማውያን
- ☐ ሌዝቢያን
- ☐ ፓንሴክሹዋል
- ☐ ኩዌር
- ☐ ጥያቄ / እርግጠኛ አይደለሁም
- ☐ ቀጥተኛ / ሄትሮሴክሹዋል
- ☐ ሁለት መንፈስ
- ☐ ከላይ ያልተዘረዘረ ወሲባዊ ዝንባሌ
- ☐ ይህን ጥያቄ አልገባኝም
- ☐ መልስ ላለመስጠት እመርጣለሁ

11. ከሚከተሉት የጤና ሁኔታዎች ውስጥ አንዳቸውም አሉዎት? የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ።

- ☐ የትኩረት ጉድለት ሃይፐርአክቲቪቲ ዲስኦርደር (ADHD)
- ☐ ኦቲዝም / አስፐርፖር ሲንድሮም
- ☐ የአደንዛዥ ዕፅ ወይም የአልኮል አጠቃቀም ችግር
- ☐ የፅንሰ አልኮሆል ሲንድሮም ችግር (FASD)
- ☐ የመስማት ችግር / መስማት የተሳነው
- ☐ የመማር እክል (እንደ ዲስሌክሲያ ያሉ)
- ☐ የአእምሮ ጤና ችግር (እንደ ድብርት ፣ ጭንቀት)
- ☐ ሌሎች የእድገት እክል (እንደ ዳውን ሲንድሮም፣ ቀላል የአእምሮ እክል ያሉ)
- ☐ ህመም (ሥር የሰደደ)
- ☐ የአካል ጉዳት (እንደ ሴሬብራል ፓልሲ ያሉ) ወይም የመንቀሳቀስ/የመንቀሳቀስ ችግሮች
- ☐ የማየት ችግር/ዝቅተኛ እይታ
- ☐ የንግግር ወይም የቋንቋ ችግር
- ☐ ከላይ ከተዘረዘሩት የጤና ሁኔታዎች ውስጥ አንዳቸውም የለኝም
- ☐ እርግጠኛ ያልሆነ
- ☐ መልስ ላለመስጠት እመርጣለሁ

የእርስዎ ማህበረሰብ

12. እባክትን ስለ ማህበረሰብዎ ያለዎትን ስሜት ይግለጹ።

	በፍፁም ወይም	በተወሰነ ደረጃ ወይም አንዳንድ ጊዜ	በጣም ወይም ብዙ ጊዜ	በጣም ወይም ሁልጊዜ ማለት ይቻላል

	አልፎ አልፎ			
ሀ) በአካባቢዬ ደህንነት ይሰማኛል	☐	☐	☐	☐
ለ) ጎረቤቶቼ ስለ እኔ ያስባሉ	☐	☐	☐	☐
ሐ) በማህበረሰቤ ውስጥ ያለ ክፍያ በፈቃደኝነት እሰራለሁ ወይም እረዳለሁ	☐	☐	☐	☐
መ) በማህበረሰቤ ውስጥ ፍትሃዊ አያያዝ ተደርጎብኛል	☐	☐	☐	☐
ሠ) እያደግኩ እንደሆነ እና ነገሮችን በራሴ ማድረግ እንደምችል ለሌሎች ለማሳየት እድሎች አሉኝ	☐	☐	☐	☐
ረ) በዕድሜ እየገፋሁ ስሄድ ጠቃሚ የሆኑ ነገሮችን የመማር እድሎች አሉኝ (እንደ ምግብ ማብሰል፣ መስራት እና ሌሎችን መርዳት)	☐	☐	☐	☐

13. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ከትምህርት ቤት ውጪ ምን ያህል ጊዜ አለዎት፡-

	በጭራሽ	በወር ከአንድ ጊዜ ያነሰ	በወር አንድ ጊዜ	በወር 2-3 ጊዜ	በሳምንት አንድ ጊዜ	በሳምንት ከአንድ ጊዜ በላይ
a) ከአሰልጣኝ ጋር ስፖርቶችን ተጨውቷል	☐	☐	☐	☐	☐	☐
b) ወደ የህዝብ ቤተ መጻሕፍት ነበር	☐	☐	☐	☐	☐	☐
c) ወደ ቤተ ክርስቲያን፣ መስጊድ፣ ቤተመቅደስ፣ ምክራብ ወይም ሌላ ሃይማኖታዊ አገልግሎት ሄደ	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d) ከአስተማሪ ጋር ወደ ሙዚቃ፣ ዳንስ፣ ድራማ ወይም ሌላ የጥበብ ፕሮግራም ሄዷል	☐	☐	☐	☐	☐	☐
e) ለወጣቶች ወደ ሌላ ፕሮግራም ሄዷል (ምሳሌዎች ክለቦች ወይም ተቆልቋዮች)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
f) መናፈሻ ጎብኝቷል	☐	☐	☐	☐	☐	☐
g) ወደ መዝናኛ ማእከል ሄዷል (ለምሳሌ መዋኘት ወይም ስኬቲንግ)	☐	☐	☐	☐	☐	☐

14. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ከላይ ከተጠቀሱት ፕሮግራሞች / ቦታዎች ወደ አንዱ መሄድ ፈልገዋል ነገር ግን አልቻሉም?

☐ አዎ

☐ አይ

15. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ምን ያህል ጊዜ አደረጉ -

	በጭራሽ	አልፎ አልፎ	አንዳንድ ጊዜ	ብዙ ጊዜ	ሁልጊዜ
a) ሌሎችን በአካል የመጉዳት ስሜት ይሰማዎት	☐	☐	☐	☐	☐
b) ሆን ተብሎ አንድን ሰው በአካል መጉዳት	☐	☐	☐	☐	☐
c) ሆን ተብሎ የእርስዎ ያልሆነውን ነገር ያበላሹ	☐	☐	☐	☐	☐
d) አንድን ሰው ለመጉዳት መሳሪያ ይያዙ (ለምሳሌ ቢላዋ፣ ሽጉጥ፣ ላይተሮች፣ ደብዛዛ ነገሮች ወይም ሌሎች እቃዎች)	☐	☐	☐	☐	☐
e) ያንተ ያልሆነውን ነገር ውሰድ	☐	☐	☐	☐	☐

ጥያቄ 16 እና 17 የሚታየው መሳሪያ እንደያዙ ለሚመለሱ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄ 15d)

16. መሳሪያውን ለምን ተሸክመህ?

(የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ)

- ☐ ለመከላከል ወይም ራስን ለመከላከል
- ☐ ምክንያቱም በዙሪያዬ ያሉ ሌሎች የጦር መሳሪያ ይይዛሉ
- ☐ በትምህርት ቤት ወይም በአካባቢዬ የበለጠ ደህንነት እንዲሰማኝ
- ☐ በእኩዮች ግፊት ምክንያት
- ☐ ምክንያቱም ሁከት ወይም ዛቻ አጋጥሞኛል
- ☐ እንደ የወሮበሎች ቡድን ተሳትፎ አካል
- ☐ የበለጠ ኃይለኛ ወይም ቁጥጥር እንዲሰማዎት
- ☐ ሌላ (እባክዎ ይግለጹ)

17. መሳሪያውን እንዴት ማግኘት ቻሉ?

(የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ)

- ☐ እኔ ራሴ ገባሁት
- ☐ እኔ ራሴ አደረግሁት
- ☐ በቤቴ ውስጥ ያለ አንድ ሰው ነበር
- ☐ የጓደኛ ንብረት ነበር
- ☐ ሌላ (እባክዎ ይግለጹ)

ትምህርት ቤት

18. እባክዎን በትምህርት ቤት ውስጥ ያለዎትን ልምድ ይግለጹ -

	በፍፁም ወይም አልፎ አልፎ	በተወሰነ ደረጃ ወይም አንዳንድ ጊዜ	በጣም ወይም ብዙ ጊዜ	በጣም ወይም ሁልጊዜ ማለት ይቻላል
a) እኔ የትምህርት ቤቱ ማህበረሰብ ውድ አካል ነኝ	☐	☐	☐	☐
b) ትምህርቴ ለእኔ አስፈላጊ ነው	☐	☐	☐	☐
c) በትምህርት ቤት መማር ያለብኝን ድጋፍ አገኛለሁ	☐	☐	☐	☐
d) በትምህርት ቤት የተማርኩትን ለማወቅ ፍላጎት አለኝ	☐	☐	☐	☐
e) እንደ ክለቦች ወይም ስፖርት ባሉ የትምህርት ቤት እንቅስቃሴዎች ውስጥ እሳተፋለሁ	☐	☐	☐	☐

19. ስለ ትምህርት ቤት ምን ይሰማዎታል?

- ☐ ትምህርት ቤት እወዳለሁ
- ☐ ትምህርት ቤት እወዳለሁ
- ☐ በሁለቱም መንገድ ግድ የለኝም
- ☐ ትምህርት ቤት በጣም አልወድም
- ☐ ትምህርት ቤት እጠላለሁ

20. በሚከተሉት መግለጫዎች ምን ያህል ይስማማሉ?

	በጥብቅ አልስማማም	በተወሰነ ደረጃ አልስማማም	በተወሰነ ደረጃ እስማማለሁ	በጥብቅ እስማማለሁ
a) በትምህርት ቤቱ ደህንነት ይሰማኛል	☐	☐	☐	☐
b) በትምህርት ቤቱ ውስጥ እንደተከተትኩ ይሰማኛል	☐	☐	☐	☐

21. በዚህ የትምህርት ዘመን፣ ከሚከተሉት ምክንያቶች በአንዱ በትምህርት ቤት ምን ያህል ጊዜ መድልዎ (አሉታዊ በሆነ መልኩ ተስተናግዶል)?

	በጭራሽ	አልፎ አልፎ	አንዳንድ ጊዜ	ብዙ ጊዜ
ሀ) የእርስዎ ዘር ወይም ጎሳ	☐	☐	☐	☐
ለ) ሃይማኖታችሁ ወይም እምነትህ	☐	☐	☐	☐

ሐ) ያለብህ አካል ጉዳተኝነት	☐	☐	☐	☐
መ) የፆታ ማንነትዎ	☐	☐	☐	☐
ሠ) የፆታ ዝንባሌዎ	☐	☐	☐	☐

22. በሚከተሉት መግለጫዎች ምን ያህል ይስማማሉ ወይም አይስማሙም?

	በጥብቅ አልስማማም	በተወሰነ ደረጃ አልስማማም	በተወሰነ ደረጃ እስማማለሁ	በጥብቅ እስማማለሁ
a) በትምህርት ቤቱ ውስጥ ያሉ አዋቂዎች ከእኔ ብዙ ይጠብቃሉ	☐	☐	☐	☐
b) በትምህርት ቤቱ ውስጥ ያሉ አዋቂዎች ለእኔ ፍላጎት አላቸው	☐	☐	☐	☐
c) በትምህርት ቤት ውስጥ ያሉ አዋቂዎች ጥሩ ስራ ስሰራ ያስተውላሉ እና ስለሱ ያሳውቁኝ	☐	☐	☐	☐

23. እርዳታ ከፈለጉ በትምህርት ቤት ውስጥ ቢያንስ አንድ አዋቂ አለ?

☐ አዎ

☐ አይ

24. እባክዎን በትምህርት ቤት ትምህርትዎን ይግለጹ -

	በጥብቅ እስማማለሁ	እስማማ	አልስማማም	በጥብቅ አልስማማም
a) በትምህርቱ ውስጥ እሳተፋለሁ	☐	☐	☐	☐
b) መማር ያስደስተኛል	☐	☐	☐	☐
c) ራሴን ለመማር ለመርዳት ስልቶችን እጠቀማለሁ (ለምሳሌ ፣ የቃል ድር መስራት ፣ ማስታወሻ ማድረግ)	☐	☐	☐	☐
d) በክፍል ውስጥ ሀሳቦችን አስተዋጽኦአለሁ	☐	☐	☐	☐

ጉልበተኝነት

ጉልበተኝነት ማለት አንድ ወይም ከዚያ በላይ ሰዎች ሆን ብለው ሌላውን ሰው ደጋግመው ሲያሾፉ፣ ሲጎዱ ወይም ሲያበሳጩ ነው። አንድ ሰው ሆን ብሎ ከነገሮች ሲወጣም ጉልበተኝነት ነው።

25. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ በትምህርት ቤት ወይም በአውቶቡስ ውስጥ ጉልበተኛ ደርሶብዎታል?

☐ በጭራሽ

☐ ጥቂት ጊዜያት

- ☐ ብዙ ጊዜ
- ☐ በየቀኑ ማለት ይቻላል

26. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ትምህርት ቤት በማይኖሩበት ጊዜ ጉልበትዎን ደርሶብዎታል?

- ☐ በጭራሽ
- ☐ ጥቂት ጊዜያት
- ☐ ብዙ ጊዜ
- ☐ በየቀኑ ማለት ይቻላል

ጥያቄ 27 የሚታየው ጉልበትዎን እንደደረሰባቸው ለሚመለሱ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄ 25 እና 26)

27. ስለ ጉልበትዎን ለአዋቂ ሰው ነግረውታል?

እባክዎ የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ -

- ☐ ለአዋቂ ሰው አልነገርኳቸውም
- ☐ አስተማሪ
- ☐ ርዕሰ መምህር ወይም ምክትል ርዕሰ መምህር
- ☐ CYC (የልጅ እና ወጣቶች አማካሪ) / CYW (የልጅ እና ወጣቶች ሰራተኛ) / ማህበራዊ ሰራተኛ
- ☐ የመመሪያ አማካሪ
- ☐ በትምህርት ቤት ውስጥ ሌላ ሰራተኛ
- ☐ የቤተሰብ አባል
- ☐ የፖሊስ መኮንን
- ☐ ሌላ (እባክዎ ይግለጹ)

ጥያቄ 28 የሚታየው ስለ ጉልበትዎን ለአዋቂ ሰው እንደነገሯቸው ለመለሱ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄ 27)

28. አዋቂ(ዎች) ረድተውዎታል? (ለምሳሌ፣ ስለ ጉልበትዎን አነጋገሩህ፣ ጠቃሚ ምክሮችን ሰጥተውሃል፣ ትንሽ ብቸኝነት እንዲሰማህ ረድተሃል፣ ጉልበትዎን ለማስቆም ረድተሃል)

- ☐ አዎ
- ☐ አይ

ጥያቄ 29 ጉልበትዎን እንደደረሰባቸው ለመለሱ ተማሪዎች ብቻ ነው የሚታየው (ጥያቄ 25 እና 26)

29. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ በእነዚህ መንገዶች ጉልበትዎን ሆነዋል (የሚመለከተውን ሁሉ ይመልከቱ)

- ☐ አካላዊ ጥቃት (ለምሳሌ ተገፋ፣ መሰናከል ወይም መምታት)
- ☐ የቃል ጥቃት (ለምሳሌ፣ በተደጋጋሚ ማሾፍ፣ ስድብ ወይም ጎጂ ስሞች ተብሏል)
- ☐ የኤሌክትሮኒክስ / የሳይበር ጉልበትዎን (ለምሳሌ ፣ እንደ ቲክቶክ ፣ Snapchat እና እንደ ማህበራዊ ሚዲያ አማካኝነት ተሳለቀበት
ኢንስተግራም ወይም በጽሑፍ መልእክት)
- ☐ ሆን ተብሎ የአንተ የሆነ ነገር የሚጎዳ ሰው
- ☐ አንድ ሰው ሆን ብሎ እርስዎን ይተውዎታል ወይም ያገለልዎታል

30. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ዳደሩ ወይም የክፍል ዳደሩ ጉልበተኛ ሲደርስ አይተሃል?

☐ አዎ

☐ አይ

ጥያቄ 31 የሚታየው ዳደሩ ወይም የክፍል ዳደሩ ጉልበተኛ ሲደርስ ለማየት "አዎ" ብለው ለሚመለሱ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄ 30)

31. ጉልበተኝነት ሲከሰት ስታይ ምን አደረጋችሁ? እባክዎ የሚመለከታቸውን ሁሉ ያረጋግጡ።

- ☐ በዚህ ጉዳይ ላይ ምንም አላደረግኩም
- ☐ ስለ ጉዳዩ ለአንድ ትልቅ ሰው ነገርኳቸው
- ☐ የደረሰውን ሰው ረዳሁት
- ☐ ቆሜ ተመለከትኩ
- ☐ በጉልበተኝነት ውስጥ ተቀላቀልኩ
- ☐ የሚያቆመው ሰው አለኝ

ዳደሾችህ

32. እባክዎን ስለ ዳደሾችዎ የሚከተሉትን መግለጫዎች ይመልሱ።

	ውሸት	በአብዛኛ ውሸት	አንዳንድ ጊዜ እውነት / አንዳንድ ጊዜ ሐሰት	በአብዛኛ ውሸት እውነት	እውነት
ሀ) ብዙ ዳደሾች አሉኝ	☐	☐	☐	☐	☐
ለ) በእኔ ዕድሜ ከሌሎች ጋር በቀላሉ እስማማለሁ	☐	☐	☐	☐	☐
ሐ) ሌሎች በእኔ ዕድሜ ዳደሾቼ እንደሆን ይፈልጋሉ	☐	☐	☐	☐	☐
መ) እንደ እኔ ያሉ አብዛኛዎቹ ሌሎች በእኔ ዕድሜ	☐	☐	☐	☐	☐
ለ) ለእኔ የሚያስብ ቢያንስ አንድ ጥሩ ዳደሩ አለኝ	☐	☐	☐	☐	☐
ለ) እኔ እንደሆንኩ ይሰማኛል	☐	☐	☐	☐	☐

የእርስዎ ቤተሰብ

33. ወላጆችህ የተወለዱት በካናዳ ነው?

- ☐ ሁለቱም ወላጆች የተወለዱት በካናዳ ነው
- ☐ አንድ ወላጅ የተወለደው በካናዳ ነው
- ☐ ሁለቱም ወላጆች በካናዳ አልተወለዱም
- ☐ አላውቅም

34. ከዚህ በታች ያለው መሰላል የካናዳ ማህበረሰብ እንዴት እንደተዋቀረ ያሳያል። በደረጃው አናት ላይ ብዙ ገንዘብ እና ከፍተኛ ትምህርት ያላቸው ሰዎች አሉ። ከታች ትንሽ ገንዘብ እና አነስተኛ ትምህርት ያላቸው ሰዎች አሉ።

አሁን ስለ ቤተሰብዎ ያስቡ. እባክዎ ቤተሰብዎ በዚህ መሰላል ላይ የት እንደሚሆኑ የሚያስቡትን በተሻለ ሁኔታ የሚያሳይ ቁጥር ይምረጡ።

☐ 10

☐ 09

☐ 08

☐ 07

☐ 06

☐ 05

☐ 04

☐ 03

☐ 02

☐ 01

☐ አላውቅም

☐ መልስ ላለመስጠት እመርጣለሁ



10 ○

ብዙ ገንዘብ እና ትምህርት
ያላቸው ሰዎች

09 ○

08 ○

07 ○

06 ○

አማካይ ገንዘብ እና ትምህርት
ያላቸው ሰዎች

05 ○

04 ○

03 ○

02 ○

01 ○

አነስተኛ ገንዘብ እና ትምህርት
ያላቸው ሰዎች

35. ለእያንዳንዳቸው ለሚከተሉት መግለጫዎች፣ ባለፉት 12 ወራት ውስጥ የእርስዎ ወላጅ(ዎች)፣ የእንጀራ ወላጅ(ዎች)፣ አሳዳጊ ወላጅ(ዎች) ወይም አሳዳጊ(ዎች) በአንተ ላይ እርምጃ የወሰዱበትን መንገድ በተሻለ ሁኔታ የሚገልጽ ምርጫን ይጠቀሙ።

	በጭራሽ	አልፎ አልፎ	አንዳንድ ጊዜ	ብዙ ጊዜ	ሁልጊዜ
a) ወላጆቼ/አሳዳጊዎቼ ሃሳቤን እና አስተያየቶቼን ያዳምጣሉ					
b) እኔና ወላጆቼ/አሳዳጊዎቼ በአንድ ነገር ላይ ባልስማማንበት ጊዜ ችግርን አብረን እንፈታለን					
c) ወላጆቼ/አሳዳጊዎቼ አድናቆት እንዳለኝ ያረጋግጣሉ					
d) ከቤተሰቤ ጋር በቤት ውስጥ ጥሩ ጊዜ አሳልፋለሁ					

e) ወላጆች/አሳዳጊዎች ስለምሰራቸው መልካም ነገሮች ይናገራሉ					
--	--	--	--	--	--

ጤና

36. በአጠቃላይ አካላዊ ጤናዎን እንዴት ይገመግማሉ? (ሰውነትዎ ምን ያህል ጤናማ ነው?)

- ☐ እጅግ በጣም ጥሩ
- ☐ በጣም ጥሩ
- ☐ ጥሩ
- ☐ ፍትሃዊ
- ☐ ደካማ

37. በአጠቃላይ በየቀኑ ምን ያህል ጊዜ ፍራፍሬዎችን እና አትክልቶችን ይበላሉ?

- ☐ በቀን ከአንድ ጊዜ ያነሰ
- ☐ በቀን አንድ ጊዜ
- ☐ በቀን ሁለት ጊዜ
- ☐ በቀን 3 ጊዜ
- ☐ በቀን 4 ጊዜ
- ☐ በቀን 5 ጊዜ
- ☐ በቀን 6 ጊዜ
- ☐ በቀን 7 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜ

38. **በተለመደው የትምህርት ሳምንት** (ከሰኞ እስከ አርብ) በቤት ውስጥ፣ ወደ ትምህርት ቤት በሚወስደው መንገድ ወይም ከትምህርት ቤት በፊት ምን ያህል ጊዜ ቁርስ (ከአንድ ብርጫቆ ወተት ወይም የፍራፍሬ ጭማቂ በላይ) ይበሉ ነበር?

- ☐ ምንም
- ☐ ከ 1 እስከ 2 ቀናት
- ☐ ከ 3 እስከ 4 ቀናት
- ☐ ሁሉም 5 ቀኖች

39. **በላፉት 12 ወራት ውስጥ**፣ እርስዎ እና ሌሎች የቤተሰብ አባላት ተጨማሪ ለመግዛት ገንዘብ ከማግኘትዎ በፊት ምግብ ያልቃል ብለው ተጨንቀዋል

- ☐ ብዙውን ጊዜ እውነት
- ☐ አንዳንድ ጊዜ እውነት
- ☐ በጭራሽ እውነት አይደለም

40. እባኮችን ስለ መብላት እና ስለ ሰውነትዎ ምስል እንዲህን መግለጫዎች ይመልሱ -

	አይ	አዎ
a) ባለፉት 3 ወራት ውስጥ፣ ክብደትዎ እና/ወይም ቅርፅዎ እንደ ሰው ስለራስዎ እንዴት እንደሚያስቡ (ይፍረዱ) ላይ ተጽዕኖ አሳድሯል?	☐	☐
b) ባለፉት 6 ወራት ውስጥ፣ አንተ አለህ - በተከታታይ ቢያንስ 2 ምግቦችን ዘለሉ ወይም ምን ያህል እንደምትበላ ማቆም ወይም መቆጣጠር እንደማትችል ተሰማህ?	☐	☐

41. በተለመደው የትምህርት ቤት ምሽት ስንት ሰዓት ይተኛሉ? (ተቆልቋይ ዝርዝር)

የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ልብዎ በፍጥነት እንዲመታ፣ ላብ የሚያደርግ እና አንዳንድ ጊዜ ትንፋሽዎን እንዲያጡ የሚያደርግ ማንኛውም እንቅስቃሴ ነው። የአካል ብቃት እንቅስቃሴ በስፖርት፣ በትምህርት ቤት እንቅስቃሴዎች፣ በሚጨውቱበት ጊዜ ወይም ለመጓጓዣ ሊከናወን ይችላል። አንዳንድ የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ምሳሌዎች መሮጥ፣ ፈጣን የእግር ጉዞ፣ ሮለር ብሌዲንግ፣ ብስክሌት መንዳት፣ ዳንስ፣ ስኬትቦርዲንግ፣ ዋና፣ እግር ኳስ፣ ቅርጫት ኳስ እና እግር ኳስ ናቸው።

42. በተለመደው ሳምንት ውስጥ በቀን ቢያንስ ለ 1 ሰዓት ያህል የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ያደርጋሉ?

- ☐ 0 ቀናት
- ☐ 1 ቀን
- ☐ 2 ቀኖች
- ☐ 3 ቀኖች
- ☐ 4 ቀኖች
- ☐ 5 ቀኖች
- ☐ 6 ቀኖች
- ☐ 7 ቀኖች

43. ከትምህርት ሰአታት ውጭ፣ በአማካይ በቀን ስንት ሰዓት በስክሪኖች ላይ ታሳልፋለህ (ለምሳሌ የቪዲዮ ጫዋታዎችን መጫወት፣ ሞባይል ስልክ፣ ታብሌት ወይም ኮምፒውተር መጠቀም ወይም ቴሌቪዥን መመልከት)?

- ☐ በቀን ከ 1 ሰዓት በታች
- ☐ በቀን 1 ወይም 2 ሰዓታት
- ☐ በቀን 3 ወይም 4 ሰዓታት
- ☐ በቀን 5 ወይም 6 ሰዓታት
- ☐ በቀን 7 ወይም ከዚያ በላይ ሰዓታት

44. በተለመደው የትምህርት ሳምንት (ከሰኞ እስከ አርብ) ምን ያህል ጊዜ በእግር ወይም በመንኮራኩር (ለምሳሌ ብስክሌት፣ ስኬትቦርድ፣ ስኩተር) ወደ ትምህርት ቤት ወይም ወደ ትምህርት ቤት ይዳዛሉ?

- ☐ በሳምንት 1-2 ቀናት
- ☐ በሳምንት 3-4 ቀናት
- ☐ ሁሉም 5 ቀኖች

☐ መራመድ ወይም መንከራኩር እችል ነበር፣ ግን አልፎ አልፎ/በጭራሽ አላደርግም

☐ እኔ የትምህርት ቤት አውቶቡስ ተማሪ ስለሆንኩ አይደለም

ጥያቄ 45 የትምህርት ቤት አውቶቡስ ተማሪ በመሆናቸው አላደረጉም ብለው ከመለሱት በስተቀር ለሁሉም ሰው ይታያል (ጥያቄ 44)

45. እባኩን ወደ ትምህርት ቤት ወይም ወደ ትምህርት ቤት ለተለመደው ጉዞ በተሻለ ሁኔታ የሚመለከተውን መልስ ይምረጡ።

	በጥብቅ አልስማማም	በተወሰነ ደረጃ አልስማማም	በተወሰነ ደረጃ እስማማለሁ	በጥብቅ እስማማለሁ
ወደ ትምህርት ቤት ወይም ወደ ትምህርት ቤት እንድሄድ ወይም መንከራኩር የሚረዱኝ የእግረኛ መንገዶች፣ የእግረኛ መንገዶች ወይም የብስክሌት መስመሮች አሉ።	☐	☐	☐	☐
ወደ ትምህርት ቤት ስሄድ ወይም ስሄድ ከትራፊክ ደህንነት ይሰማኛል።	☐	☐	☐	☐
ወደ ትምህርት ቤት ለመሄድ ወይም ለመንዳት ረጅም ጊዜ ይወስዳል።	☐	☐	☐	☐
ወደ ትምህርት ቤት ወይም ወደ ትምህርት ቤት መሄድ ወይም መንከራኩር ያስደስተኛል።	☐	☐	☐	☐

የአየር ንብረት ለውጥ

46. ከእነዚህ ውስጥ ባለፉት ጥቂት ዓመታት ውስጥ በአካባቢያችሁ የትኛውን አስተውለሃል?

(የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ)

- ☐ ተጨማሪ እጅግ በጣም ሞቃት ቀናት ወይም የሙቀት ማስጠንቀቂያዎች
- ☐ ተጨማሪ የጎርፍ መጥለቅለቅ ወይም ከባድ ዝናብ
- ☐ ከጨካኝ ቃጠሎ መጥፎ የአየር ጥራት ወይም የሚያጨስ አየር
- ☐ ተጨማሪ መዝገሮች ወይም ትንሾች
- ☐ ወቅቶች "የተለመደ" አይደሉም
- ☐ ምንም አላስተዋልኩም
- ☐ እርግጠኛ አይደለሁም

47. የአየር ንብረት ለውጥን ለመዋጋት ምን ቀላል ያደርግልዎታል?

(የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ)

- ☐ የአየር ንብረት ለውጥን ለመረዳት ተጨማሪ መረጃ ቢኖረኝ ኖሮ

- ☐ እንደ ቁጠባ ልብስ መግዛት፣ የሀገር ውስጥ ምግብ መብላት ወይም እንደገና መጠቀም ያሉ ነገሮችን ለማድረግ ብዙ ገንዘብ ወይም ጊዜ ቢኖረኝ ኖሮ ነገሮች
- ☐ ቤተሰቦቼ ወይም ጓደኞቼም ለመርዳት የበለጠ እየሰሩ ከሆነ
- ☐ አካባቢን የሚንከባከቡ ቡድኖችን ለመቀላቀል ብዙ እድሎች ቢኖሩኝ ኖሮ
- ☐ ለመርዳት አስቀድሜ ነገሮችን እያደረግኩ ነው
- ☐ በዚህ ጉዳይ ላይ ምንም ማድረግ አልፈልግም

ማህበራዊ ሚዲያ

"ማህበራዊ ሚዲያ" የሚለው ቃል የሚያመለክተው የማህበራዊ አውታረ መረብ ጣቢያዎችን (እንደ ኢንስታግራም፣ ቲክቶክ፣ ኤክስ/ትዊተር፣ ፌስቡክ፣ ወዘተ) እና ፈጣን መልእክተኞችን (እንደ Snapchat፣ WhatsApp፣ Facebook messenger ያሉ)።

48. በቀን ስንት ሰዓት በማህበራዊ ሚዲያ ጣቢያዎች ወይም መተግበሪያዎች ላይ በመለጠፍ ወይም በማሰስ ያሳልፋሉ?
- ☐ በቀን ከ 1 ሰዓት በታች
 - ☐ በቀን 1 ሰዓት ያህል
 - ☐ በቀን 2 ሰዓታት
 - ☐ በቀን ከ 2 ሰዓታት በላይ
 - ☐ ማህበራዊ ሚዲያዎችን ይጠቀሙ ፣ ግን በየቀኑ አይደለም
 - ☐ ማህበራዊ ሚዲያዎችን በጭራሽ አይጠቀሙ

የቪዲዮ ጨዋታዎች

"የቪዲዮ ጨዋታዎች" የሚለው ቃል የሚያመለክተው በኮንሶል፣ በኮምፒውተር/ላፕቶፕ፣ በሞባይል መሳሪያ ወይም በቲቪ፣ በመስመር ላይ እና/ወይም ከመስመር ውጭ የሚጫወቱ ጨዋታዎችን ነው።

49. ብዙውን ጊዜ የቪዲዮ ጨዋታዎችን በመጫወት በቀን ስንት ሰዓት ያሳልፋሉ?
- ☐ በቀን ከ 1 ሰዓት በታች
 - ☐ በቀን 1 ሰዓት ያህል
 - ☐ በቀን 2 ሰዓታት
 - ☐ በቀን ከ 2 ሰዓታት በላይ
 - ☐ የቪዲዮ ጨዋታዎችን ይጫወቱ ፣ ግን በየቀኑ አይደለም
 - ☐ የቪዲዮ ጨዋታዎችን በጭራሽ አይጫወቱ

ጥያቄ 49 የሚታየው የቪዲዮ ጨዋታዎችን እንደሚጫወቱ ለሚመለሱ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄዎች 48)

50. በቪዲዮ ጨዋታዎች ውስጥ ከእነዚህ ነገሮች ውስጥ በአንዱ ላይ ገንዘብ ያጠፋሉ?
- (የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ)
- ☐ ቆዳዎች ወይም እቃዎች (ለምሳሌ አልባሳት፣ መለዋወጫዎች፣ ስሜት ገላጭ ምስሎች)
 - ☐ የዘረፋ ሳጥኖች ወይም ሚስጥራዊ እቃዎች (ምን እንደሚያገኙ አታውቁም)
 - ☐ ቁምፊዎችን ወይም እቃዎችን ለመክፈት ይጎትታል ወይም ይሸከረከራል
 - ☐ የጨዋታ ማለፊያዎች ወይም የውጊያ ማለፊያዎች
 - ☐ የጨዋታ ገንዘብ (ለምሳሌ፣ V-Bucks፣ Robux፣ Primogems)

- ☐ ማሻሻያዎች ወይም የኃይል ማመንጫዎች
- ☐ ሌላ (እባክዎ ይግለጹ)
- ☐ በቪዲዮ ጨዋታዎች ውስጥ ገንዘብ አላጠፋም

የአዕምሮ ጤንነት

እባክዎን ከእነዚህ ጥያቄዎች መካከል አንዳንዶቹ በተፈጥሮ ውስጥ ስሜታዊ መሆናቸውን ልብ ይበሉ። መልስ መስጠት የማትፈልገውን ማንኛውንም ጥያቄ መዝለል ትችላላህ። እባክዎን የዳሰሳ ጥናቱ ስም-አልባ መሆኑን ያስታውሱ እና ስለዚህ ድጋፍ ከፈለጉ፣ እባክዎን በትምህርት ቤትዎ በኩል የሚገኙ ተንከባካቢ ጎልማሶችን እና የድጋፍ አገልግሎቶችን ያግኙ። በዳሰሳ ጥናቱ መጨረሻ ላይ ማውረድ የሚችሏቸው የማህበረሰብ ድጋፍ አገልግሎቶች ዝርዝርም አለ።

51. የእርስዎን እንዴት ይገልጹታል -

	ደካማ	ፍትሃዊ	ጥሩ	በጣም ጥሩ	እጅግ በጣም ጥሩ
a) የአዕምሮ ጤንነት	☐	☐	☐	☐	☐
b) ደስታ	☐	☐	☐	☐	☐

52. እባክዎ እርስዎን በተሻለ ሁኔታ የሚገልጽ ሳጥን ላይ ምልክት ያድርጉ።

	በጭራሽ	አልፎ አልፎ	አንዳንድ ጊዜ	ብዙ ጊዜ	ሁልጊዜ
a) ችግሮችን/ችግሮችን በአዎንታዊ መልኩ አሸንፋለሁ	☐	☐	☐	☐	☐
b) ብስጭት በአዎንታዊ መልኩ እቋቋማለሁ	☐	☐	☐	☐	☐
c) ስለራሴ ጥሩ ስሜት ይሰማኛል	☐	☐	☐	☐	☐
d) እኔ የምመለከትበትን መንገድ ወድጄዋለሁ	☐	☐	☐	☐	☐
e) በራሴ እኮራለሁ	☐	☐	☐	☐	☐
f) ሕይወቴን እንደምቆጣጠር ይሰማኛል	☐	☐	☐	☐	☐
g) ስለወደፊቴ ተስፋ አለኝ	☐	☐	☐	☐	☐

53. በአጠቃላይ፣ ምን ያህል ጊዜ ይሰማዎታል -

	በጭራሽ	አልፎ አልፎ	አንዳንድ ጊዜ	ብዙ ጊዜ	ሁልጊዜ
a) አሳዛኝ	☐	☐	☐	☐	☐
b) ብቸኝነት	☐	☐	☐	☐	☐
c) የመንፈስ ጭንቀት	☐	☐	☐	☐	☐

d) ተጨንቆ	☐	☐	☐	☐	☐
e) የተናደደ	☐	☐	☐	☐	☐
f) ከመጠን በላይ መጨናነቅ (ለምሳሌ ፡ በህይወትዎ ውስጥ በጣም ብዙ ችግሮች እንዳጋጧሙዎት)	☐	☐	☐	☐	☐

54. **ባለፉት 12 ወራት** ውስጥ ምን ያህል ጊዜ ታግለዋል -

	በጭራሽ	አልፎ አልፎ	አንዳንድ ጊዜ	ብዙ ጊዜ	ሁልጊዜ
a) ትኩረት ወይም ትኩረት	☐	☐	☐	☐	☐
b) ከእኩዮች ግፊት	☐	☐	☐	☐	☐
c) በቤት ውስጥ እና በትምህርት ቤት ውስጥ ሚናዎቹን ማመጣጠን	☐	☐	☐	☐	☐
d) ስለ ውጤቶች ወይም ፈተናዎች ከባድ ጭንቀት	☐	☐	☐	☐	☐

55. **ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፡**

	አይ	አዎ
c) እራስዎን ለመጉዳት ይሰማዎት	☐	☐
d) ራስን ማጥፋትን አስቡበት	☐	☐
e) እራስዎን ይጎዱ (ለምሳሌ መቁረጥ፣ ማቃጠል)	☐	☐
f) ራስን ለማጥፋት ይሞክሩ	☐	☐

56. እርስዎ ወይም ሌላ ሰው ከፈለጉ በችግሮች (ለምሳሌ የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም፣ ራስን መጉዳት፣ የቤተሰብ ጉዳዮች፣ ወዘተ) እርዳታ የት ማግኘት እንደሚችሉ ያውቃሉ?

☐ አዎ

☐ አይ

57. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ለአእምሮ ጤና ጉዳዮች (በስሜት፣ በባህሪያት ላይ ያሉ ችግሮች) የባለሙያ እርዳታ (እንደ ዶክተር፣ አማካሪ ወይም ሌላ የአእምሮ ጤና ሰራተኛ) እንደሚያስፈልግዎ የተሰማዎት ጊዜ ነበር፣ ነገር ግን እርዳታ አልፈለጉም?

☐ አዎ

☐ አይ

ጥያቄ 58 እርዳታ አልጠየቁም ብለው ለመለሱ ተማሪዎች ብቻ ነው የሚታየው (ጥያቄ 57)

58. የባለሙያ እርዳታ ያልፈለጉባቸው ምክንያቶች ምንድን ናቸው? የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ።

☐ እኔ ራሴ ማስተዳደር እንደምችል አሰብኩ

☐ ለእርዳታ ወዴት እንደምሄድ አላውቅም ነበር

- ☐ በጭራሽ አልሄድኩም (ለምሳሌ ፣ በጣም ስራ በዝቅብኛል)
- ☐ ሞከርኩ ፣ ግን መጠበቁ በጣም ረጅም ነበር
- ☐ በጣም ብዙ ወጪ ሊያስከፍል ነበር
- ☐ እዚያ መድረስ ችግር ነበር
- ☐ ሌሎች ስለ እኔ ምን እንደሚያስቡ እፈራ ነበር
- ☐ ወላጆቼ(ዎች) አልተስማሙም
- ☐ ከላይ ያልተዘረዘረ ሌላ ምክንያት

59. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ከእነዚህ የአለም ችግሮች ውስጥ አንዳቸውም በአእምሮ ጤንነትዎ ላይ ተጽዕኖ አሳድረዋል?

(የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ)

- ☐ የአየር ንብረት ለውጥ (እንደ የተፈጥሮ አደጋዎች ፣ ከባድ የአየር ሁኔታ ወይም ስለወደፊት መጨነቅ)
- ☐ በሌሎች አገሮች ውስጥ ጦርነት (እንደ ዜና ማየት ወይም የተጎዳውን ሰው ማወቅ)
- ☐ የኮቪድ-19 ወረርሽኝ
- ☐ ሰዎች ሥራ ለማግኘት ወይም ለማቆየት ይችገራሉ
- ☐ ሌሎች የዓለም ችግሮች (እባክዎ ይግለጹ) _____
- ☐ ከእነዚህ ውስጥ አንዳቸውም ቢሆኑ በአእምሮ ጤንነቱ ላይ ተጽዕኖ አላሳደሩም

60. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ምን ያህል ጊዜ ገንዘብ ተወራርደሃል...

	ባለፉት 12 ወራት ውስጥ በጭራሽ	1 ወይም 2 ጊዜ	ከ 3 እስከ 5 ጊዜ	ከ 6 እስከ 8 ጊዜ	ከ 9 እስከ 11 ጊዜ	12 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት
... በመስመር ላይ የስፖርት ቁማር (እንደ የመስመር ላይ የስፖርት ሎተሪዎች፣ የመስመር ላይ የስፖርት ገንዳዎች ወይም የመስመር ላይ ምናባዊ ስፖርቶች)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... በማንኛውም ሌላ የመስመር ላይ ጨዋታ (እንደ የመስመር ላይ ቁማር፣ የመስመር ላይ ካሲኖ ጨዋታዎች ያሉ)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐
... በሌላ መንገድ (እንደ የካርድ ጨዋታዎች፣ ዳይስ፣ ሎተሪዎች፣ የጭረት ካርዶች፣ ወዘተ)?	☐	☐	☐	☐	☐	☐

ጥያቄ 61 የሚታየው በቁማር ላይ ገንዘብ እንዳላቸው ለመለሱ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄ 60)

61. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ...

	አዎ	አይ
--	----	----

... ቁማርን ለማቆም ወይም ለመቀነስ ሲሞክሩ ተበሳጭተዋል፣ ጭንቀት ወይም ብስጭት ተሰማዎት?	☐	☐
... ከቤተሰብዎ ወይም ከዳደሮችዎ ምን ያህል ቁማር እንደተጫወቱ ለመደበቅ ሞክረዋል?	☐	☐
... በቁማር ምክንያት አንድን ሰው ገንዘብ መጠየቅ ያስፈልጋል?	☐	☐

ሲጋራዎች፣ አልኮል እና ሌሎች መድሃኒቶች

62. በአሁኑ ጊዜ ምን ያህል ጊዜ ሲጋራ ያጨሳሉ?

- ☐ አላጨሰም
- ☐ በሳምንት ከአንድ ጊዜ ያነሰ
- ☐ ቢያንስ በሳምንት አንድ ጊዜ ግን በየቀኑ አይደለም
- ☐ በየቀኑ

63. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ምን ያህል ጊዜ ኢ-ሲጋራ (ሻፒንግ በመባልም ይታወቃል)?

- ☐ በጭራሽ
- ☐ በወር ከአንድ ጊዜ ያነሰ
- ☐ በወር አንድ ጊዜ
- ☐ በወር 2-3 ጊዜ
- ☐ በሳምንት አንድ ጊዜ
- ☐ በሳምንት ከአንድ ጊዜ በላይ
- ☐ በየቀኑ

64. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ቢራ፣ ወይን፣ መጠጥ ወይም ሌላ የአልኮል መጠጥ ጠጥተዋል?

- ☐ አዎ
- ☐ አይ

ጥያቄ 65 የሚታየው ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ለጠጡ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄ 64)

65. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ በአንድ ወቅት 5 ወይም ከዚያ በላይ የአልኮል መጠጦች ምን ያህል ጊዜ ጠጥተዋል?

- ☐ በጭራሽ
- ☐ በወር ከአንድ ጊዜ ያነሰ
- ☐ በወር አንድ ጊዜ
- ☐ በወር 2-3 ጊዜ

- ☐ በሳምንት አንድ ጊዜ
- ☐ በሳምንት ከአንድ ጊዜ በላይ

66. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ካናቢስ (ማሪዋና፣ አረም፣ ሳር፣ ድስት፣ ሃሺሽ፣ ሃሽ፣ ሃሽ ዘይት በመባልም ይታወቃል) ወይም የካናቢስ ምርቶችን (ለምሳሌ መሰባበር፣ መጠጦች፣ ሙጫዎች እና ሌሎች የሚባሉ) ምን ያህል ጊዜ ተጠቅመዋል?

- ☐ በጭራሽ አልተጠቀምኩትም
- ☐ ከ 1 እስከ 2 ጊዜ
- ☐ ከ 3 እስከ 5 ጊዜ
- ☐ ከ 6 እስከ 9 ጊዜ
- ☐ ከ 10 እስከ 19 ጊዜ
- ☐ 20 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት
- ☐ እኔ ተጠቅሜበታለሁ ፣ ግን ባለፉት 12 ወራት ውስጥ አይደለም

ማስታገሻዎች ወይም ማረጋገጫዎች (ቤንዛዲያዜፒንስ ወይም "ቤንዘስ" በመባልም ይታወቃል) አንዳንድ ጊዜ ሰዎች እንዲተኙ፣ ጭንቀትን ለመቆጣጠር፣ ለማረጋገጥ ወይም ጡንቻዎቻቸውን ለማዝናናት በዶክተሮች የታዘዙ ናቸው።

67. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ያለ ማዘዣ ወይም ሐኪም እንዲወስዷቸው ሳይነግርዎት ምን ያህል ጊዜ ማስታገሻዎችን ወይም ትራንኪሊዘርን (እንደ Xanax (alprazolam)፣ Valium (diazepam)፣ Ativan (lorazepam) ወይም ሌሎች ቤንዛዲያዜፒንስ ያሉ] ይጠቀሙ ነበር?

- ☐ በጭራሽ አልተጠቀምኳቸውም
- ☐ ከ 1 እስከ 2 ጊዜ
- ☐ ከ 3 እስከ 5 ጊዜ
- ☐ ከ 6 እስከ 9 ጊዜ
- ☐ 10 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት
- ☐ እኔ ተጠቅሜባቸዋለሁ ፣ ግን ባለፉት 12 ወራት ውስጥ አይደለም

68. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ያለ ማዘዣ ወይም ሐኪም እንዲወስዱ ሳይነግርዎት በሐኪም የታዘዙ የህመም ማስታገሻ ክኒኖችን (ይህ ኦፒዮይድስን ጨምሮ) ምን ያህል ጊዜ ተጠቅመዋል?

በሐኪም የታዘዙ የህመም ማስታገሻ ክኒኖች የሚከተሉትን ያካትታሉ ፐርኮሴት፣ ፐርኮዳን፣ ታይሌኖል #3፣ ዲሞራል፣ ኦክሲኮዶን፣ ኮዴን፣ ፌንታኒል፣ ትራማዶል፣ ሞርፊን ወይም ሃይድሮሞርፎን (ዲላዲድ፣ ዲሊስ ወይም ዲ8 ተብሎም ይጠራል)።በሐኪም የታዘዙ የህመም ማስታገሻ ክኒኖች ማንም ሰው በመድኃኒት ቤት ውስጥ ሊገዛው የሚችለው መደበኛ ታይሌኖል፣ አድቪል ወይም አስፕሪን ማለት አይደለም።

- ☐ በጭራሽ አልተጠቀምኳቸውም
- ☐ ከ 1 እስከ 2 ጊዜ

- ☐ ከ 3 እስከ 5 ጊዜ
- ☐ ከ 6 እስከ 9 ጊዜ
- ☐ 10 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት
- ☐ እኔ ተጠቅሜባቸዋለሁ ፣ ግን ባለፉት 12 ወራት ውስጥ አይደለም

ጥያቄ 69 የሚታየው ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ያለ ማዘዣ የህመም ማስታገሻ ክረኖችን ለተጠቀሙ ተማሪዎች ብቻ ነው (ጥያቄ 68)።

69. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ያለ ማዘዣ የህመም ማስታገሻ ክረኖችን (ማንም ሰው በመድኃኒት ቤት ውስጥ ሊገዛው የሚችለውን መደበኛ ታይሌኖል፣ አድቪል ወይም አስፕሪን ማለታችን አይደለም) እንዴት አገኙ? (እባክዎ አንድ ብቻ ይምረጡ)

- ☐ በወንድም ወይም በእህት የተሰጠኝ
- ☐ ወዳጄ የሰጠኝ
- ☐ ከወላጆቼ አንዱ የሰጠኝ
- ☐ ከጓደኛ ገዝቷቸው
- ☐ ከሰማሁት ሰው ገዛኋቸው ፣ ግን በግል የማላውቀው ሰው
- ☐ በመስመር ላይ/በኢንተርኔት ገዝጧቸዋል
- ☐ ያለ ወላጆቼ ፈቃድ ከቤት ወሰድኳቸው
- ☐ በሌላ መንገድ አገኘኋቸው (እባክዎን _____ የት እንዳገኙት ይገሩን)
- ☐ አታስታውስ

70. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ እንደ ሮቢቱሲን ዲኤም፣ ቤኒሊን ዲኤም (ሮቦስ፣ ዴክስ፣ ዲኤክስኤም፣ ሲዙርፕ፣ ሸሮፕ፣ ዘንበል ወይም ሐምራዊ መጠጥ በመባልም ይታወቃል) ያሉ ሳል ወይም ጉንፋን ምን ያህል ጊዜ ተጠቅመዋል ?

- ☐ በጭራሽ አልተጠቀምኩትም
- ☐ ከ 1 እስከ 2 ጊዜ
- ☐ ከ 3 እስከ 5 ጊዜ
- ☐ ከ 6 እስከ 9 ጊዜ
- ☐ 10 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት
- ☐ እኔ ተጠቅሜበታለሁ ፣ ግን ባለፉት 12 ወራት ውስጥ አይደለም

71. **ባለፉት 12 ወራት ውስጥ** ከእነዚህ መድኃኒቶች ውስጥ አንዱን ሞክረዋል? (የሚመለከተውን ሁሉ ይምረጡ)

- ☐ በጭራሽ አልተጠቀምኳቸውም
- ☐ የኒኮቲን ቦርሳ (እንደ ዚን ወይም ሌላ የምርት ስም)
- ☐ Remoxadrine ("ድሬን", "ሬም", "ሞክስ" በመባልም ይታወቃል)

- ☐ Psilocybin ወይም mescaline ("አስማታዊ እንጉዳዮች", "እንጨቶች", "ሜስክ", ወዘተ በመባልም ይታወቃል)
- ☐ ኤልኤስዲ (ወይም "አሲድ")
- ☐ ኮኬይን ("ኮክ", "ንፋ", "በረዶ", "ዱቄት", "ማንኮራፋት", ወዘተ በመባልም ይታወቃል)
- ☐ ኤምዲኤምኤ ወይም "ኤክስታሲ" ("ሞሊ"፣ "ኢ"፣ "ኤክስ"፣ ወዘተ በመባልም ይታወቃል)
- ☐ ሜታምፌታሚን ወይም ክሪስታል ሜታምፌታሚን ("ፍጥነት"፣ "ክሪስታል ሜት"፣ "ክራንች"፣ "አይስ"፣ ወዘተ በመባልም ይታወቃል)
- ☐ ሄሮይን ("ዘ"፣ "junk"፣ "smack"፣ ወዘተ በመባልም ይታወቃል)
- ☐ ፊንታኒል ("ቻይና ነጭ", "አረንጓዴዎች", "ጥላ 80ዎቹ", "የውሸት አክሲጅ" በመባልም ይታወቃል)
- ☐ ሳልቪያ ("ሳሊ-ዲ"፣ "Magic Mint" ወዘተ በመባልም ይታወቃል)
- ☐ PCP ("መልአክ አቢራ"፣ "ሱፐርስ"፣ "የሮኬት ነዳጅ" ወዘተ በመባልም ይታወቃል)
- ☐ እኔ ተጠቅሜባችዋለሁ ፣ ግን ባለፉት 12 ወራት ውስጥ አይደለም

የወሲብ ጤና

ይህ ክፍል የሚታየው ከ9ኛ እስከ 12+ ክፍል ላሉ ተማሪዎች ብቻ ነው።

እባክዎን ከእነዚህ ጥያቄዎች መካከል አንዳንዶቹ በተፈጥሮ ውስጥ ስሜታዊ መሆናቸውን ልብ ይበሉ። መልስ መስጠት የማትፈልገውን ማንኛውንም ጥያቄ መዝለል ትችላለህ። እባክዎን የዳሰሳ ጥናቱ ስም-አልባ መሆኑን ያስታውሱ እና ስለዚህ ድጋፍ ከፈለጉ፣ እባክዎን በትምህርት ቤትዎ በኩል የሚገኙ ተንከባካቢ ጎልማሶችን እና የድጋፍ አገልግሎቶችን ያግኙ። በዳሰሳ ጥናቱ መጨረሻ ላይ ማውረድ የሚችሏቸው የማህበረሰብ ድጋፍ አገልግሎቶች ዝርዝርም አለ።

የግብረ ሥጋ ግንኙነት በፊንጢጣ፣ በአፍ ወይም በሴት ብልት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሊሆን ይችላል።

72. የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽመህ ታውቃለህ?

- ☐ አዎ
- ☐ አይ

ስምምነት ከባልደረባ(ዎች) ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም በፈቃደኝነት የሚደረግ አወንታዊ ስምምነት ነው። ሌላ ማንም ሰው የእርስዎን ፈቃድ ሊሰጥህ አይችልም፣ እና ፈቃድ መስጠት ማለት ንቁ፣ ንቃተ ህሊና፣ ጠንቃቃ እና ሆን ተብለህ፣ ያልተገደደ እና ያልተጨነ ውሳኔ ማድረግ ትችላለህ ማለት ነው። በማንኛውም ምክንያት ሀሳብዎን መቀየር እና ፈቃዱን መሰረዝ ይችላሉ።

73. በማይፈልጉበት ጊዜ ወይም ፈቃድዎን በማይሰጡበት ጊዜ የግብረ ሥጋ ግንኙነት አጋጥሞዎት ያውቃሉ? ወሲባዊ እንቅስቃሴ የግብረ ሥጋ ግንኙነትን ወይም በፊንጢጣ፣ በአፍ ወይም በሴት ብልት ወሲብን ሊያካትት ይችላል።

- ☐ አዎ

☐ አይ

☐ አታውቅም

የጤና እና የጤና ወጣቶች ዳሰሳ መጨረሻ ላይ ደርሰዋል!

ልምዶቻችሁን ለእኛ ለማካፈል ጊዜ ስለወሰዱ እናመሰግናለን። የሰጧቸው መልሶች ትምህርት ቤትዎን እና ማህበረሰብዎን ለማሻሻል ይረዳሉ።