

سروې:
همدا اوس ته څنگه يې؟

سلام!

خوبښ يم، چې ته شتون لري!

موږ په علاقې سره غواړو د ښوونځي ژوند بهتره کړو، له همدې امله غواړو چه پوه شو، چې ته څنگه يې.

- دا سروې په خپله خوبښه او بې نومه ده.
- ته اړ نه يې چې خپل نوم ورکړي.
- داسې څه هيڅ ډول ناسم جوابونه او ناسمې پوښتنې نشته دي.
- بس داسې ځواب ورکړه، څنگه چې ته فکر کوي.
- پايلې مونږ په گډه سره په پای کې ارزوو.
- مننه، چې برخه مو واخيسته!

راځئ چې پيل يې
کړو...

ته څو کلن يې؟ کلن .

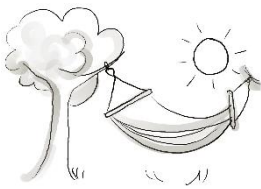
په ښه يې کړئ.



☐ ښځينه ☐ نارينه ☐ بل ☐ مشخص نه دی

د وروستيو اونيو په هکله فکر وکړه:
په مجموع کې څنگه يې؟

☐ ډېر ښه نه	☐ درميانه	☐ ښه	☐ ډېر ښه
------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------	---------------------------------



1. په خپل وزگار وخت کې څه کوي؟

☐	☐	☐	☐	☐	(الف)
نه غواړم ځواب ورکړم.	زه هېڅ نه پوهېږم چې څنگه مې وزگار وخت تېر کړم.	زه لږې نظريې لرم.	زه يو څو نظريې لرم.	زه په دې هکله يو څو نظريې لرم چې په خپل وزگار وخت کې څه وکړم.	
	☆	☆☆	☆☆☆	☆☆☆☆	

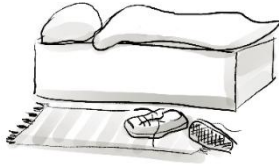
☐	☐	☐	☐	☐	(ب)
نه غواړم ځواب ورکړم.	زه له ملګرو سره بيخي نه وينم. ☆	زه ډېر کم وخت له ملګرو سره وينم. ☆☆	زه ځينې وختونه له ملګرو سره وينم. ☆☆☆	زه اکثره له ملګرو سره وينم. ☆☆☆☆	



2. روغتيا مو څنگه ده؟

☐	☐	☐	☐	☐	(الف)
نه غواړم ځواب ورکړم.	زه ډېر وخت ځان ناجوړ احساس کووم. ☆	زه بعضي وخت ځان مريض احساس کووم. ☆☆	زه اکثره ځان روغ احساس کووم. ☆☆☆☆	زه بيخي ښه احساس کووم. ☆☆☆☆	

☐	☐	☐	☐	☐	(ب)
نه غواړم ځواب ورکړم.	زه ډېرې اندېښنې کوم. ☆	زه اکثره وخت له ځان سره اندېښنې کووم. ☆☆	زه ځينې وختونه له ځان سره اندېښنې کووم. ☆☆☆	زه له ځان سره اندېښنې کووم. ☆☆☆☆	



3. په کور کې دې وخت څنگه تیرېږي؟

☐	☐	☐	☐	☐
نه غواړم ځواب ورکړم.	ډېری وختونه په کور کې اوسېدل ستونزمن دي.	کله نا کله په کور کې وخت په سختۍ تېرېږي.	ډېری وختونه په کور کې هر څه سم روان وي.	په کور کې هر څه ډېر ښه روان دي.
	☆	☆☆	☆☆☆	☆☆☆☆

(الف)

☐	☐	☐	☐	☐
نه غواړم ځواب ورکړم.	زه په کور کې خپلو کارونو ته هیڅ رسیده کې کولی نشم.	زه په کور کې خپلو کارونو ته ډېر لږ وخت رسیده کې کولی شم.	زه معمولاً په کور کې هر څه ته ښه رسیده کې کولی شم.	زه په کور کې هر څه ته په اړامې سره رسیده کې کولی شم.
	☆	☆☆	☆☆☆	☆☆☆☆

(ب)



4. په ښوونځي کې هر څه څنگه روان دي؟

☐	☐	☐	☐	☐
نه غواړم ځواب ورکړم.	زه ښوونځي ته تګ بیخي نه خوښوم.	ښوونځي ته مې تګ ډېر نه خوښېږي.	زه ښوونځي ته معمولاً په خوښه ځم.	زه ښوونځي ته ډېر په خوښه ځم.
	☆	☆☆	☆☆☆	☆☆☆☆

(الف)

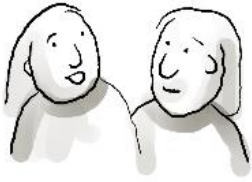
☐	☐	☐	☐	☐
نه غواړم ځواب ورکړم.	په ښوونځي کې هر څوک د خپل ځان په کیسه کې دی.	مونږ په ښوونځي کې یو بل ته کمه پاملرنه کوو.	مونږ معمولاً په ښوونځي کې پر یو بل نظر لرو.	مونږ په ښوونځي کې د دې خیال ساتو چې هر څوک ښه پر مخ روان وي.
	☆	☆☆	☆☆☆	☆☆☆☆

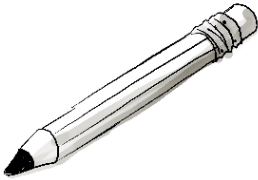
(ب)

☐	☐	☐	☐	☐
نه غواړم ځواب ورکړم.	معمولاً زده کړه راته سخته وي.	ځینې وختونه راته زده کړه سخته وي.	زده کړه زما لپاره معمولاً اسانه ده.	زده کړه زما لپاره ډېره اسانه ده.
	☆	☆☆	☆☆☆	☆☆☆☆

(ج)

په ښوونځي کې د خپلو ستونزو په هکله خبرې کولی شم.



✓	✗
☐ هو. د خپلو ستونزو په هکله له لاندې کسانو سره خبرې کووم: ☐ سلاکاره ښوونکې يا سلاکار ښوونکي ☐ ملگری يا ملگری ☐ د ټولګي ښوونکي يا ښوونکې ☐ د زده کوونکو شورا ☐ د ښوونځي ټولنيز کار کوونکي يا کارکوونکې ☐ نور 	☐ نه. ☐ زه نه پوهېږم چې له چا سره خبرې کولی شم. ☐ نه غواړم له هېچا سره د خپلو ستونزو په هکله خبرې وکړم. 

نور داسې څه شته چې غواړئ شریک یې کړي؟

.....

.....

ښوونځی څنگه کولی شي چه له تا سره مرسته وکړي ؟

.....

.....

