

المسح الصحي العالمي المرتكز على تلامذة المدارس

لبنان -2016

ان محور هذه الدراسة هو صحتك لذا نسأل عن معرفتك و مواقفك و التصرفات التي تقوم بها والتي قد تؤثر عليها.

ان عدد كبير من التلامذة على كل الأراضي اللبنانية يشاركون بهذه الدراسة، كما وان تلامذة في بلدان اخرى حول العالم ينفذونها.

ان المعلومات التي ستقدمها سوف تستخدم لتطوير البرامج الصحية المتعلقة بالشباب الذين في عمرك والمعلومات التي تتعلق بك شخصيا ستبقى سرية ولن يسمح لأحد بالاطلاع عليها وانما ستستخدم فقط لأهداف هذا المسح. والمطلوب فقط هو الاجابة عن ماذا تعرف بالفعل، وكيف تتصرف فعليا، كما وانه ليس هناك أجوبة صحيحة وأخرى غير صحيحة .

ان المشاركة بهذا المسح هي طوعية ولن تتأثر علاماتك في الصف اذا أجبت عن الأسئلة او لم تجب . اذا اردت عدم الإجابة عن اي سؤال اترك مكان الإجابة فارغا.

اتبع تعليمات المشرف على تنفيذ هذا المسح :

1- لا تذكر اسمك على وثيقة الأسئلة ولا على بطاقة الاجابة .

2- تأكد من قراءة كل سؤال بدقة

3- ضع اجاباتك على الورقة المخصصة خلال الوقت المحدد.

4- استعمل القلم الذي اعطي لك للإجابة على بطاقة الاجابة

5- املا خانات الإجابات هكذا ● وليس هكذا 



مثال

سؤال :

1. هل يعيش السمك في الماء:

A. نعم

B. لا

على بطاقة الإجابة:

1. ● ○ (B) (C) (D) (E) (F) (G) H

نحن نشكرك ونقدر لك هذه المشاركة

1. كم عمرك؟

- A. 11 سنة أو أقل
- B. 12 سنة
- C. 13 سنة
- D. 14 سنة
- E. 15 سنة
- F. 16 سنة
- G. 17 سنة
- H. 18 سنة أو أكثر

2. هل انت ذكر ام انثى؟

- A. ذكر
- B. انثى

3. في أي صف انت؟

- A. السابع الأساسي
- B. الثامن الأساسي
- C. التاسع الأساسي
- D. اول ثانوي
- E. ثاني ثانوي
- F. ثالث ثانوي

4. ما هي جنسيتك؟

- A. لبناني
- B. سوري
- C. فلسطيني
- D. غيره

تستفسر الأسئلة الخمسة التالية عن طولك ووزنك وشعورك بالجوع .

5. كم يبلغ طولك بدون ارتداء حذاءك؟ إكتب طولك في المستطيل المظلل في أعلى الجدول، ثم إملا الأشكال البيضاوية تحت كل رقم. مثال: اذا كان طولك 153 سم، اكتب الرقم واملا الدوائر كالتالي:

الطول (سم)		
1	5	3
①	①	①
●	①	①
②	②	②
	③	●
	④	④
	●	⑤
	⑥	⑥
	⑦	⑦
	⑧	⑧
	⑨	⑨
⑨	لا أعرف	

6. كم يبلغ وزنك بدون ارتداء حذائك؟ اكتب وزنك في المستطيل المظلل في أعلى الجدول، ثم املأ الأشكال البيضاوية تحت كل رقم. مثال: اذا كان وزنك 52 كيلوغرام (كجم)، اكتب الرقم واملأ الدوائر كالتالي:

الوزن (كجم)		
0	5	2
●	①	①
①	①	①
②	②	●
	③	③
	④	④
	●	⑤
	⑥	⑥
	⑦	⑦
	⑧	⑧
	⑨	⑨
⑨	لا أعرف	

7. كيف تصف وزنك مقارنة مع الفتيان / الفتيات في عمرك؟

- A. أقل كثيراً من الوزن المناسب
- B. أقل قليلاً من الوزن المناسب
- C. مقارب للوزن المناسب
- D. أكثر قليلاً من الوزن المناسب
- E. أكثر كثيراً من الوزن المناسب

8. خلال الثلاثين يوماً الماضية، هل تناولت اي نوع من الأدوية المخففة للوزن مثال: الحبوب، البودرة أو السوائل، للتخفيف أو لعدم زيادة وزنك؟

- A. نعم
- B. لا

9. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم عدد المرات التي شعرت فيها بالجوع لعدم وجود طعام كافٍ في منزلك؟

- A. أبداً ولا مرة
- B. نادراً (قليلاً جداً)
- C. أحياناً (في بعض الأوقات)
- D. في أكثر الأحيان
- E. دائماً

الأسئلة الخمسة التالية تسأل عن أنواع المأكولات والمشروبات التي يمكن ان تتناولها.

10. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرة تقريباً في اليوم الواحد تناولت فاكهة مثل التفاح والموز والبرتقال؟

- A. لم أتناول الفواكه خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. أقل من مرة واحدة في اليوم (اي ليس يومياً)
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. 3 مرات في اليوم
- F. 4 مرات في اليوم
- G. 5 مرات في اليوم أو أكثر

11. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرة تقريباً في اليوم الواحد تناولت الخضار، مثل السلطات والسبانخ والبادنجان والبندورة والخيار؟

- A. لم أتناول الخضروات خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. أقل من مرة واحدة في اليوم (اي ليس يومياً)
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. 3 مرات في اليوم
- F. 4 مرات في اليوم
- G. 5 مرات في اليوم أو أكثر

12. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرة تقريباً في اليوم الواحد تناولت المشروبات الغازية مثل بيبسي أو كوكا كولا أو فانتا أو سفن أب؟ (لا تشمل المشروبات الغازية الدايت)

- A. لم أتناول المشروبات الغازية (مثل بيبسي أو كوكا كولا أو فانتا أو سفن أب) خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. أقل من مرة واحدة في اليوم (اي ليس يومياً)
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. 3 مرات في اليوم
- F. 4 مرات في اليوم
- G. 5 مرات في اليوم أو أكثر

13. خلال السبعة أيام الماضية، ما هو عدد الأيام التي تناولت فيها طعامك من مطعم يقدم وجبات سريعة مثل الهمبرغر والشاورما والفلافل والمعجنات مثل البيتزا والمناقيش وغيرها... الخ (سواء طلبت توصيله الى البيت او ذهبت الى المطعم)؟

- A. ولا يوم
- B. يوم واحد
- C. يومان
- D. 3 أيام
- E. 4 أيام
- F. 5 أيام
- G. 6 أيام
- H. 7 أيام

14. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل علمك احد عن فوائد التغذية الصحية في أي من الحصص المدرسية؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا اعرف

الأسئلة الأربعة التالية تستفسر عن ممارساتك المتعلقة بتنظيف أسنانك ويديك.

15. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم عدد المرات في اليوم التي نظفت فيها أسنانك ؟

- A. لم أنظف أسناني أو أفرکہا بالفرشاة خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. أقل من مرة واحدة في اليوم
- C. مرة واحدة في اليوم
- D. مرتين في اليوم
- E. 3 مرات في اليوم
- F. 4 مرات في اليوم أو أكثر

16. خلال الثلاثين يوماً الماضية، هل غسلت يديك قبل الأكل؟

- A. أبدا
- B. نادراً (قليلاً جداً)
- C. أحياناً (في بعض الأوقات)
- D. في أكثر الأحيان
- E. دائماً

17. خلال الثلاثين يوماً الماضية، هل غسلت يديك بعد استعمال المرحاض أو الحمام؟

- A. أبدا
- B. نادراً (قليلاً جداً)
- C. أحياناً (في بعض الأوقات)
- D. في أكثر الأحيان
- E. دائماً

18. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم استعملت الصابون عندما غسلت يداك؟

- A. أبدا
- B. نادراً (قليلاً جداً)
- C. أحياناً (في بعض الأوقات)
- D. في أكثر الأحيان
- E. دائماً

19. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، هل علمك احد عن أهمية غسل اليدين بالماء والصابون في أي من الحصص المدرسية ؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

السؤال التالي يسأل عن صحة الفم والأسنان

20. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، ما كان السبب الرئيسي لزيارتك لطبيب الأسنان؟

- A. لم يعاين أسناني أي طبيب في الأشهر الاثني عشر الماضية
- B. كان لدي مشكلة في أسناني ولتني
- C. لمتابعة علاج بدأته في زيارة سابقة
- D. خلال الكشف المدرسي على الأسنان
- E. للكشف على أسناني خارج المدرسة
- F. سبب آخر
- G. لا اعرف

السؤالان التاليان يسألانك عن الاعتداءات الجسدية. الاعتداء الجسدي يحدث عندما يقوم شخص أو أكثر بضرب أو جرح شخص آخر عمداً بواسطة اليدين أو باستخدام سلاح (عصا، أو سكين، أو حجر، أو مسدس، أو حجر أو أي من الأدوات الحادة أو المؤذية الأخرى) ولا يعتبر اعتداءً جسدياً عندما يختار اشخاص ان يتعاركوا لعباً أو مزحاً. امثلة عن الإعتداء الجسدي: الضرب، الدفع، النكز المؤذي، شد الشعر أو قرص الأنف أو الأذنين.

21. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، كم عدد المرات التي تعرضت فيها للإعتداء الجسدي؟

- A. ولا مرة
- B. مرة واحدة
- C. من 2 الى 3 مرات
- D. من 4 الى 5 مرات
- E. من 6 الى 7 مرات
- F. من 8 الى 9 مرات
- G. من 10 الى 11 مرة
- H. 12 مرة أو أكثر

22. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، هل صدف ان قام أحد المعلمين بضربك ،أو صفحك أو الإعتداء عليك جسدياً عمداً؟

- A. نعم
- B. لا

السؤال التالي هو حول العراك الجسدي. نعني بالعراك الجسدي عندما يقرر شخصان أو أكثر أن يتعاركا.

23. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، كم عدد المرات التي تعاركت فيها جسدياً؟

- A. ولا مرة
- B. مرة واحدة
- C. من 2 الى 3 مرات
- D. من 4 الى 5 مرات
- E. من 6 الى 7 مرات
- F. من 8 الى 9 مرات
- G. من 10 الى 11 مرة
- H. 12 مرة أو أكثر

الأسئلة الثلاثة التالية تسألك عن أخطر إصابة حدثت لك. تعتبر الإصابة خطيرة عندما تعطلك يوماً كاملاً على الأقل عن انشطتك المعتادة (مثل الحركة أو الذهاب إلى المدرسة) أو عندما تحتاج إلى علاج من قبل طبيب أو ممرضة.

24. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، كم عدد المرات التي أصبت فيها بإصابات خطيرة؟

- A. ولا مرة
- B. مرة واحدة
- C. من 2 إلى 3 مرات
- D. من 4 إلى 5 مرات
- E. من 6 إلى 7 مرات
- F. من 8 إلى 9 مرات
- G. من 10 إلى 11 مرة
- H. 12 مرة أو أكثر

25. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، ما كانت أخطر الإصابات التي حدثت لك؟

- A. لم تحدث لي إصابة خطيرة خلال الاثني عشر شهراً الماضية
- B. أصبت بكسر في إحدى العظام أو بخلع في أحد المفاصل
- C. أصبت بجرح أو طعنة بأداة حادة
- D. أصبت بارتجاج أو إصابة أخرى في الرأس والعنق، أو أغمي علي، أو لم أستطع التنفس
- E. أصبت بطلق ناري أو مواد متفجرة
- F. أصبت بحروق شديدة
- G. فقدت قدماً أو ساقاً أو ذراعاً أو جزءاً منها
- H. حدث لي شيء آخر

26. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، ماذا كنت تفعل عندما حدثت لك أشد الإصابات خطورة؟

- A. لم تحدث لي إصابة خطيرة خلال الاثني عشر شهراً الماضية
- B. كنت أركب أو أقود سيارة أو مركبة أخرى ذات محرك
- C. وقعت
- D. شيء ما وقع علي أو أصابني
- E. لقد هوجمت أو تم الاعتداء علي أو تعاركت مع احدهم
- F. كنت محاصراً بالنيران أو قريب جداً من اللهب أو من شيء ساخن جداً
- G. تنشقت أو بلعت مواد مؤذية
- H. شيء آخر تسبب في الإصابة

الأسئلة الأربعة التالية هي حول الاستقواء. يحدث الاستقواء، التهديد، أو الملاحقة عندما يقوم شخص أو مجموعة من الأشخاص بقصد الإيذاء وبشكل متكرر بقول كلام أو إيصال رسائل مكتوبة مهددة أو مؤذية أو عندما يقوم بأعمال مهددة أو مؤذية جسدياً لشخص آخر.

27. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم عدد الأيام التي تعرضت فيها للإستقواء؟

- A. ولا مرة
- B. من يوم إلى اثنين
- C. من 3 إلى 5 أيام
- D. من 6 إلى 9 أيام
- E. من 10 إلى 19 يوماً
- F. من 20 إلى 29 يوماً
- G. 30 يوماً بكاملها

28. خلال الثلاثين يوماً الماضية، ما هو نوع الإستقواء الذي تعرضت له في أغلب الأحيان؟

- A. لم أتعرض للإستقواء خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. تعرضت للضرب – للدفع (للدفع) - للحبس في مكان مغلق
- C. تعرضت للسخرية بسبب انتمائي المناطقي/اصلي العائلي/ انتمائي السياسي
- D. تعرضت للسخرية بسبب ديني أو طائفتي
- E. تعرضت للسخرية بتعليقات جنسية (مزحات أو حركات بذيئة)
- F. تم استثنائي من الأنشطة عمدا وتم اهمالي كلياً
- G. تعرضت للسخرية بسبب مذهبي
- H. تعرضت للإستقواء بطرق أخرى

29. خلال الثلاثين يوماً الماضية، ما هو نوع الإستقواء الذي عرضت غيرك له، سواء كنت وحدك أو كجزء من مجموعة؟

- A. لم أعرض أحد للإستقواء خلال الثلاثين يوماً الماضية
- B. عرضت أحد للضرب – للدفع (للدفع) - للحبس في مكان مغلق
- C. عرضت أحد للسخرية بسبب انتمائي المناطقي/اصلي العائلي/ انتمائي السياسي
- D. عرضت أحد للسخرية بسبب ديني أو طائفتي
- E. عرضت أحد للسخرية بتعليقات جنسية (مزحات أو حركات بذيئة)
- F. استثنيت أحد الأولاد من الأنشطة عمدا وأهملتهم كلياً
- G. عرضت أحد للسخرية بسبب مذهبه
- H. عرضت أحد للإستقواء بطرق أخرى

30. خلال الثلاثين يوماً الماضية، ما مدى تعرضك للسخرية أو أطلق عليك أسماء مهينة؟

- A. أبداً
- B. نادراً (قليلاً جداً)
- C. أحياناً (في بعض الأوقات)
- D. في أكثر الأحيان
- E. دائماً

السؤال التالي يسأل عن استخدام حزام الأمان

31. خلال الثلاثين يوماً الماضية، ما مدى استخدامك لحزام الأمان عند ركوبك سيارة أو مركبة آلية أخرى يقودها شخص آخر؟

- A. لم أركب في سيارة أو مركبة آلية يقودها شخص آخر
- B. أبداً ولا مرة
- C. نادراً (قليلاً جداً)
- D. أحياناً (في بعض الأوقات)
- E. في أكثر الأحيان
- F. دائماً

تدور الأسئلة السبعة التالية حول صداقاتك ومشاعرك.

32. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل شعرت بالوحدة ؟

- A. أبدا
- B. نادرا (قليلاً جداً)
- C. احيانا (في بعض الأوقات)
- D. في اكثر الاحيان
- E. دائما

33. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل شعرت بالقلق حيال شيء ما لدرجة انك لم تستطع النوم في الليل؟

- A. أبدا
- B. نادرا (قليلاً جداً)
- C. احيانا (في بعض الأوقات)
- D. في اكثر الاحيان
- E. دائما

34. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل فكّرت جدّياً في الانتحار؟

- A. نعم
- B. لا

35. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل اعددت خطّة لمحاولة انتحار؟

- A. نعم
- B. لا

36. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، ما هو عدد المرات التي حاولت فيها فعليا الإنتحار؟

- A. أبدا ولا مرة
- B. مرة واحدة
- C. من 2 الى 3 مرات
- D. من 4 الى 5 مرات
- E. 6 مرات أو أكثر

37. كم عدد الأصدقاء المقربين لديك؟

- A. 0
- B. 1
- C. 2
- D. 3 أو أكثر

38. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، مع من تحدثت أكثر الأحيان عن مشكلة نفسية كنت تواجهها؟ (اختر جوابا واحدا)

- A. لم يكن لدي مشكلة نفسية خلال ال 12 شهرا الماضية
- B. لم أتحدث إلى أي شخص عن مشكلة نفسية كنت أعاني منها خلال ال 12 شهرا الماضية
- C. اصدقائي
- D. أهلي
- E. رجال الدين
- F. عامل اجتماعي، طبيب نفسي أو معالج نفسي
- G. طبيب أو ممرض(ة)
- H. غيره

الأسئلة العشرة التالية تسأل حول استخدام السجائر والتبغ

39. كم كان عمرك عندما حاولت تدخين السجائر للمرة الأولى؟

- A. لم أدخن السجائر أبداً
- B. 7 سنوات أو أقل
- C. 8-9 سنوات
- D. 10-11 سنة
- E. 12-13 سنة
- F. 14-15 سنة
- G. 16-17 سنة
- H. 18 سنة أو أكثر

40. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم يوماً دخنت فيه السجائر؟

- A. لم أدخن السجائر في أي يوم يوم خلال الشهر الماضي
- B. يوم أو يومين
- C. 3 إلى 5 أيام
- D. 6 إلى 9 أيام
- E. 10 إلى 19 يوماً
- F. 20 إلى 29 يوماً
- G. 30 يوماً بكاملها

41. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل حاولت الإقلاع عن تدخين السجارة؟

- A. لم أدخن السجارة أبداً
- B. لم أدخن السجارة في السنة الماضية
- C. نعم
- D. لا

42. خلال الأيام السبعة الماضية، كم يوم دخن أحد سيجارة بحضورك؟

- A. لم يدخن أحد في أي يوم
- B. يوم أو يومان
- C. 3 أو 4 أيام
- D. 5 أو 6 أيام
- E. 7 أيام بكاملها

43. خلال الثلاثين يوماً الماضية، هل جربت أي نوع آخر من أنواع التبغ غير السجائر، مثل النرجيلة؟

- A. لم أدخن النرجيلة في أي يوم خلال الشهر الماضي
- B. يوم أو يومين
- C. 3 إلى 5 أيام
- D. 6 إلى 9 أيام
- E. 10 إلى 19 يوماً
- F. 20 إلى 29 يوماً
- G. 30 يوماً بكاملها

44. كم كان عمرك عندما حاولت تدخين النرجيلة للمرة الأولى؟

- A. لم أدخن النرجيلة أبداً
- B. 7 سنوات أو أقل
- C. 8-9 سنوات
- D. 10-11 سنة
- E. 12-13 سنة
- F. 14-15 سنة
- G. 16-17 سنة
- H. 18 سنة أو أكثر

45. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم يوماً دخنت فيه مدوخ (MEDWAKH)؟

- A. لم أدخن مدوخ في أي يوم خلال الشهر الماضي
- B. يوم أو يومين
- C. 3 إلى 5 أيام
- D. 6 إلى 9 أيام
- E. 10 إلى 19 يوماً
- F. 20 إلى 29 يوماً
- G. 30 يوماً بكاملها

46. من من والديك أو أولياء لأمرك يستخدمون أي نوع من أنواع التبغ؟

- A. لا أحد
- B. والدي أو ولي أمري (ذكر)
- C. والدتي أو ولية أمري (أنثى)
- D. كلاهما
- E. لا اعرف

47. هل تعتقد بأن تدخين السجارة يضر بصحتك؟

- A. لا بدون شك
- B. أظن لا
- C. أظن نعم
- D. نعم بدون شك

48. هل تعتقد بأن تدخين النرجيلة يضر بصحتك؟

- A. لا بدون شك
- B. أظن لا
- C. أظن نعم
- D. نعم بدون شك

نسألك في الأسئلة الثمانية التالية عن تناول الكحول مثل البيرة، والعرق والويسكي والنبذ والفودكا، والعصائر التي تحتوي على (الكحول، Smirnoff Ice ، Bacardi Breezer ، XLL، BUZZ الخ). ملاحظة: لا يشمل تناول الكحوليات شرب بضع رشقات من الخمر في الطقوس الدينية مثل المناولة في الكنيسة، كما نعتي بكأس واحد أي كوب واحد من أي من هذه المشروبات.

49. كم كان عمرك عندما تناولت اول مشروب كحولي (كاس واحد على الأقل) ؟

- A. لم اتناول أبدا كأسا من الكحول
- B. 7 سنوات أو أقل
- C. من 8 الى 9 سنوات
- D. من 10 الى 11 سنة
- E. من 12 الى 13 سنة
- F. من 14 الى 15 سنة
- G. من 16 الى 17 سنة
- H. 18 سنة أو أكثر

50. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم عدد الأيام التي تناولت فيها مشروب يحتوي على كحول (كأس على الأقل)؟

- A. ولا يوم
- B. من 1 الى 2 يوم
- C. من 3 الى 5 أيام
- D. من 6 الى 9 أيام
- E. من 10 الى 19 يوماً
- F. من 20 الى 29 يوماً
- G. 30 يوماً بكاملها

51. خلال الثلاثين يوماً الماضية، عندما تناولت الكحول، ما هو عدد الكؤوس التي تناولتها في اليوم الواحد؟

- A. لم اتناول اي كحول في الأيام الثلاثين الماضية
- B. اقل من كأس واحد
- C. كأس واحد
- D. كأسين
- E. 3 كؤوس
- F. 4 كؤوس
- G. 5 كؤوس او اكثر

52. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كيف كنت تحصل عادةً على الكحول التي كنت تتناولها؟ (اختر جواباً واحداً)

- A. لم اتناول اي كحول في الأيام الثلاثين الماضية
- B. اشتريتها من احد المتاجر، أو من بائع متجول
- C. اعطيت شخصاً آخر نقوداً كي يشتريها لي
- D. حصلت عليها من اصدقائي
- E. حصلت عليها من المنزل
- F. قمت بسرقتها
- G. حصلت عليها بطرق اخرى

53. في حال عرض عليك واحد من افضل اصدقائك الكحول، هل تتناوله؟

- A. أكيد لن اتناوله
- B. على الأرجح لن اتناوله (اتردد في تناوله)
- C. على الأرجح سأتناوله
- D. اكيد سأتناوله

السؤالان التاليان يتناولان حالة الثمالة (السكر). الترنح عند المشي وعدم القدرة على الكلام الصحيح والتقيؤ هي علامات جازمة عن الثمالة أي حالة السكر.

54. في حياتك كلها، كم عدد المرات التي اكرتت فيها من شرب الكحول، حتى اصبحت ثملاً (سكران)؟

- A. لم اتناول ولا مرة كحولا في حياتي
- B. ثملت مرة او مرتين
- C. ثملت من 3 الى 9 مرات
- D. 10 مرات او اكثر

55. في حياتك كلها، كم عدد المرات التي تورطت فيها في مشاكل مع عائلتك او الأصدقاء، او تغيبت فيها عن المدرسة، او تشاجرت فيها مع احد، نتيجة تناولك الكحول؟

- A. تناولت كحول و لكن لم أتورط في مشاكل
- B. تورطت في المشاكل نتيجة تناولي الكحول مرة او مرتين
- C. تورطت في المشاكل نتيجة تناولي الكحول من 3 الى 9 مرات
- D. 10 مرات او اكثر

56. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل علمك احد عن مخاطر تناول الكحول في أي من الحصص المدرسية ؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

تدور الأسئلة الثمانية التالية حول موضوع المخدرات التي تشمل الحشيشة Marijuana، انفيتامين Amphetamines الكوكايين، المستنشقات، الهيروين، الاكستازي Ecstasy، وكافة الأدوية المهدنة والمنشطة للأعصاب دون وصفة طبية.

57. كم كان عمرك عندما تناولت أي نوع من المخدرات لأول مرة ؟

- A. لم اتناول المخدرات ابدا
- B. 7 سنوات أو أقل
- C. 8 أو 9 سنوات
- D. 10 أو 11 سنة
- E. 12 أو 13 سنة
- F. 14 أو 15 سنة
- G. 16 أو 17 سنة
- H. 18 سنة أو أكثر

58. في حياتك ما هو عدد المرات التي تناولت فيها الحشيشة (marijuana) ؟

- A. لم اتناول الحشيشة ابدا
- B. مرة او مرتين
- C. من 3 الى 9 مرات
- D. من 10 الى 19 مرة
- E. 20 مرة او اكثر

59. خلال الثلاثين يوماً الماضية، ما هو عدد المرات التي تناولت فيها الحشيشة (marijuana) ؟

- A. لم اتناول الحشيشة ابدا
- B. مرة او مرتين
- C. من 3 الى 9 مرات
- D. من 10 الى 19 مرة
- E. 20 مرة او اكثر

60. في حياتك ما هو عدد المرات التي تناولت فيها الأمفيتامينات أو الميثامفيتامين؟
(Captagon, MDMA (Ecstasy), Adderall, Ritalin, Concerta, Ephedrine, Bupropion, or Pseudoephedrine)

- A. لم اتناول الأمفيتامينات أو الميثامفيتامين ابدا
- B. مرة او مرتين
- C. من 3 الى 9 مرات
- D. من 10 الى 19 مرة
- E. 20 مرة او اكثر

61. خلال الثلاثين يوماً الماضية، هل كان لديك فرصة لتجربة المخدرات (شخص قدمها لك أو كنت في صحبة أشخاص يستخدمون المخدرات)، حتى لو لم تقم بتجربتها ؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

62. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، أي من هذه الأدوية استخدمتها معظم الوقت بدون وصفة طبية من الطبيب؟ (اختر جوابا واحدا)

- A. لم استخدم الأدوية بدون وصفة طبية أو بشكل مختلف عن وصفة الطبيب خلال ال 12 شهرا الماضية.
- B. المهدئات / الحبوب المنومة (مثل Xanax®، Rivotril / Rivo®، Lexotanil / Lexo®، Valium®، Inductal®، Stilnox® Dormicum® أو غيرها)
- C. مسكنات الألم (مثل Vicodin®، Tramal®، Dolosal®، Antalvic®، Solpadeine®، Morphine® أو غيرها)
- D. المنشطات (مثل Ritalin®، Concerta® أو غيرها)
- E. المضادة للاكتئاب (مثل Prozac®، Zoloft®، Seroxat®، Cipralex®، Effexor®، أو غيرها)
- F. غيرها

63. خلال الأشهر الاثني عشر الماضية، كيف حصلت في معظم على الأدوية التي استخدمتها بدون وصفة طبية من الطبيب أو بشكل مختلف عن كيف قال لك الطبيب لاستخدامه؟

- A. لم أكن استخدم دواء بدون وصفة طبية من الطبيب أو بشكل مختلف عن كيف قال لي الطبيب لاستخدامها خلال الأشهر الاثني عشر الماضية
- B. أخذته من خزانة تخزين الدواء في المنزل
- C. اعطاني إياه أحد أفراد الأسرة
- D. اعطاني إياه مجانا صديق مقرب
- E. اشتريته من أحد الأصدقاء
- F. اشتريته من صيدلية أعرفها من دون وصفة طبية
- G. طبيب صديق للعائلة أعطاه لي
- H. حصلت عليه بطريقة أخرى

64. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، هل علمك احد في المدرسة مخاطر تناول أو تعاطي المخدرات؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

الأسئلة الأحد عشر التالية تسألك عن مواضيع التربية المتعلقة بالصحة الإنجابية وهي تشمل التحولات خلال المراهقة، البلوغ، الصحة والنظافة الشخصية في المراهقة، الحمل، الأمراض المنقولة جنسياً مثل مرض السيدا/الإيدز والوقاية منها بما فيها من تقييم المخاطر والقدرة على اتخاذ القرارات المناسبة.

65. برأيك متى يجب ان تبدأ التربية حول الصحة الإنجابية ؟

- A. قبل سن البلوغ
- B. عند سن البلوغ
- C. عند التحضير للزواج
- D. عند الزواج
- E. لا اعرف

66. هل تؤيد ان تتم مناقشة مواضيع الصحة الإنجابية خلال الحصص المدرسية؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا اعرف

67. هل تفضّل ان تتم مناقشة مواضيع الصحة الانجابيّة عندما يكون التلامذة مقسّمين في مجموعات "للشبان فقط" او "للبنات فقط" (اي غير مختلطة) او خلال مجموعات مختلطة؟

- A. افضل ان تتم المناقشة خلال مجموعات للشبان او للشابات فقط
- B. افضل ان تتم المناقشة خلال مجموعات مختلطة
- C. لا أعرف

68. هل سمعت من قبل عن مرض الإيدز أو مرض السيدا؟

- A. نعم
- B. لا

69. في أي من المصادر التالية تبحث معظم الأحيان عن معلومات حول التهاب السيدا أو مرض الإيدز ؟ (اختر جوابا واحدا)

- A. لا أبحث عن معلومات حول التهاب السيدا أو مرض الإيدز
- B. الأهل/ أولياء الأمر
- C. المعلمين / مدرسة
- D. أصدقاء / الأقران
- E. الإنترنت / وسائل الاعلام الاجتماعية
- F. مجلات
- G. تلفزيون / راديو
- H. مصادر أخرى

70. هل سبق لك ان تكلمت مع أهلك أو أولياء امرك عن فيروس أو مرض الإيدز /السيدا؟

- A. نعم
- B. لا

71. هل عندك اصدقاء أقاموا علاقة حميمة؟

- A. لا أحد
- B. عدد قليل منهم
- C. معظمهم
- D. جميعهم
- E. لا أعرف

72. كم كان عمرك عندما أقيمت أول علاقة حميمة؟

- A. لم أقم بأي علاقة حميمة
- B. 11 سنة أو أقل
- C. 12 سنة
- D. 13 سنة
- E. 14 سنة
- F. 15 سنه
- G. 16 أو 17 سنة
- H. 18 سنة أو أكثر

73. هل سبق وقلت لا لشخص أراد اقامة علاقة حميمة معك؟

- A. لا، لم أسئل
- B. نعم، لقد طلب مني، وكنت قادرا على قول لا
- C. نعم، لقد طلب مني ولم أكن قادرا على قول لا
- D. لا أعرف

74. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل علمك احد خلال الحصص المدرسية أو في أي من الأنشطة اللاصفية عن كيفية تجنب الإصابة بفيروس مرض السيدا/الإيدز؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

75. خلال الاثني عشر شهرا الماضية، هل علمك احد خلال الحصص المدرسية أو في أي من الأنشطة اللاصفية عن كيفية تجنب الحمل او الأمراض المنقولة جنسيا؟

- A. نعم
- B. لا
- C. لا أعرف

الأسئلة الثلاثة التالية تسأل عن النشاط البدني. النشاط البدني هو أي نشاط يرفع وتيرة نبضات قلبك ويجعلك تلهث. إن تنفيذ النشاط البدني يمكن ان يتم خلال حصص الرياضة، او اللعب مع الأصدقاء أو خلال المشي قدوما الى المدرسة أو خلال أي نشاط بدني خارج المدرسة. بعض الأمثلة عن النشاط البدني: الركض، الهرولة (المشي السريع)، ركوب دراجة، الرقص، لعب كرة القدم، لعب كرة السلة.

76. خلال السبعة أيام الماضية، ما هو عدد الأيام التي مارست فيها نشاطا رياضيا خارج المدرسة لمدة 60 دقيقة مثل: كرة الطائرة، كرة السلة، كرة القدم، الركض، الهرولة، السباحة، الرقص، الحركات الرياضية؟
إجمع الوقت الذي قضيته في أي نوع من النشاط الرياضي كل يوم.

- A. ولا يوم
- B. يوم واحد
- C. يومان
- D. 3 أيام
- E. 4 أيام
- F. 5 أيام
- G. 6 أيام
- H. 7 أيام

77. خلال السبعة أيام الماضية، ما هو عدد الأيام التي مشيت أو ركبت الدراجة من أو إلى المدرسة؟

- A. ولا يوم
- B. يوم واحد
- C. يومان
- D. 3 أيام
- E. 4 أيام
- F. 5 أيام
- G. 6 أيام
- H. 7 أيام

78. خلال هذا العام الدراسي، كم مرة تقريبا شاركت في حصة التربية البدنية في المدرسة كل اسبوع؟

- A. ولا يوم
- B. يوم واحد
- C. يومان
- D. 3 أيام
- E. 4 أيام
- F. 5 أيام أو أكثر

السؤال التالي يتعلق بالوقت الذي غالبا ما تمضيه في وضعية الجلوس عندما لا تكون في المدرسة أو عندما تنهي فروعك.

79. خلال يوم عادي، كم تمضي من الوقت تقريبا جالسا تشاهد التلفاز أو تلهو بألعاب الكمبيوتر، أو تتحدث مع الأصدقاء أو تفعل أي شيء آخر من الأنشطة التي لا تتطلب الحركة الجسدية مثل : لعب ورق، لعب طاولة، الألعاب الإلكترونية والهواتف الذكية، PlayStation، iPhone، iPad ؟

- A. أقل من ساعة واحدة في اليوم
- B. من ساعة الى ساعتين في اليوم
- C. من 3 ساعات الى 4 ساعات في اليوم
- D. من 5 ساعات الى 6 ساعات في اليوم
- E. من 7 ساعات الى 8 ساعات في اليوم
- F. أكثر من 8 ساعات في اليوم

السؤال التالي يسأل عن نمط نومك

80. خلال ليلة يوم مدرسي عادي، ما هو عدد ساعات نومك تقريبا ؟

- A. 4 ساعات أو أقل
- B. 5 ساعات
- C. 6 ساعات
- D. 7 ساعات
- E. 8 ساعات
- F. 9 ساعات
- G. 10 ساعات أو أكثر

الاسئلة الثمانية التالية تسأل عن امورك في المدرسة وفي المنزل.

81. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم يوم تقريباً تغيّبت عن الصف او عن المدرسة بدون موافقة الأهل؟

- A. ولا يوم
- B. من يوم الى يومين
- C. من 3 الى 5 أيام
- D. من 6 الى 9 أيام
- E. 10 أيام أو أكثر

82. خلال الثلاثين يوماً الماضية، الى اي مدى كان فيها تلامذة مدرستك لطفاء ومتعاونين معك؟

- A. أبدا لم يكونوا لطفاء او متعاونين
- B. نادرا (قليلاً جداً)
- C. احيانا (في بعض الأوقات)
- D. في اكثر الاحيان
- E. دائما

83. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرّة تقريباً قام والداك او أولياء امرك بالتأكد من انك قمت باداء واجباتك المدرسية؟

- A. أبدا ولا مرة
- B. نادرا (قليلاً جداً)
- C. احيانا (في بعض الأوقات)
- D. في اكثر الاحيان
- E. دائما

84. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرّة تقريباً شعرت بتفهم والديك او اولياء امرك لمشاكلك وهمومك؟

- A. أبدا ولا مرة
- B. نادرا (قليلاً جداً)
- C. احيانا (في بعض الأوقات)
- D. في اكثر الاحيان
- E. دائما

85. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرّة تقريباً كان يعرف والداك او أولياء أمرك حقيقة ماذا كنت تفعل في اوقات فراغك؟

- A. أبدا ولا مرة
- B. نادرا (قليلاً جداً)
- C. احيانا (في بعض الأوقات)
- D. في اكثر الاحيان
- E. دائما

86. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرّة تقريباً اطلع والداك او أولياء أمرك على الأشياء الخاصة بك دون موافقتك؟

- A. أبدا ولا مرة
- B. نادرا (قليلاً جداً)
- C. احيانا (في بعض الأوقات)
- D. في اكثر الاحيان
- E. دائما

87. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرّة تقريباً أخرجك والداك او اولياء امرك امام الجميع أو الأصدقاء؟

- A. أبداً ولا مرة
- B. نادراً (قليلاً جداً)
- C. أحياناً (في بعض الأوقات)
- D. في أكثر الأحيان
- E. دائماً

88. خلال الثلاثين يوماً الماضية، كم مرة تقريباً منحك والداك أو أولياء امرئ الاهتمام واستمعوا إليك؟

- A. أبداً ولا مرة
- B. نادراً (قليلاً جداً)
- C. أحياناً (في بعض الأوقات)
- D. في أكثر الأحيان
- E. دائماً