

## مقياس مهارة فعالية الحياة لطالبات الصف الأول المتوسط

### تعليمات الاجابة عن مقياس مهارات فعالية الحياة

متوسطة .....

اسم الطالب .....

الصف .....

الشعبة .....

### تعليمات

عزيزتي الطالبة: أن الفقرات التي بين يديك هي فقرات مقياس مهارات فعالية الحياة في مادة الاجتماعيات المطلوب منك تضيي علامة 7 في المربع امام الفقرة التي تجديها تناسبك دون ترك اي فقرة ..... امنياتي لكم بالنجاح.

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا
1				

ت	الفقرة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	لا تنطبق علي
1	لدي القدرة على اكتساب ثقة الآخرين.			
2	اتناول المشكلة بأكثر من جانب للوصول إلى حل مناسب			
3	احب ان اكون محور الانتباه في الصف.			
4	اشعر بالاطمئنان عند اتمام مهمة تفيد المجتمع.			
5	امتلك العديد من خصائص القيادة الفعالة.			
6	اسعى لا داء أية مهمة بأقصر وقت واقبل جهد			
7	اتحمس للاشتراك في الاعمال الخيرية			
8	أرغب دائما في قيادة زملائي في كافة المواقف.			
9	ابا در قبل زملائي لأداء المهام الموكلة لي			
10	امتلك امكانيات تفوق امكانيات زملائي			
11	اتسم بالهدوء كلما تطلب الأمر ذلك			
12	أؤمن بما احققه دائما			
13	لدي القدرة للتحكم بالوقت في اعداد واجباتي			
14	دائما ما ينفذ الوقت مني عند دخولي اختبار معين			
15	أفقد السيطرة على انفعالاتي في المواقف الصعبة			
16	ادرك اهمية الوقت في انجاز الاعمال المناطة لي			
17	لا أعتقد أن الشخص الحساس يتأثر بكلام الآخرين بسهولة.			
18	التزم بمواعيدي مع اصدقائي بالوقت المحدد			
19	لدي القدرة بتفسير انفعالات زميلاتي في المواقف الوجدانية			
20	اتمكن من معرفة سبب ابتعاد الآخرين علي			
21	اشعر بالمتابعة والاصرار عند اداء			

			المهام الموكلة لي	
22			ابتعد عن الجدل مع زملائي في الصف حول أي موضوع	
23			لا أمتلك القدرة على حل المشكلات التي تواجهني	
24			استطيع تغيير حالتي المزاجية متى شئت	
25			افتخر بالتجارات التي أحققها في مسيرتي الدراسية	
26			استعين بأراء الآخرين عندما أواجه صعوبة في حل مشكلة ما	
27			من المهم دائما المشاركة في المناسبات الاجتماعية	
28			أؤمن بأن المشاعر تجعل لحياتي معنى أو قيمة	
29			ليس لدي القدرة على مواجهة التحديات الصعبة في حياتي الدراسية	
30			أقدم أحيانا أفضل الحلول للمشكلات التي تواجهني	
31			أحرص على معرفة اصدقاء السوء	
32			لا أمتلك القدرة على طرح أكثر من فكرة تجاه ما يواجهني من مشكلات	