



שאלון מה שלומך?

תלמידות ותלמידים יקרים,

לצוות החינוכי בבית הספר חשוב להבין מה שלומכם בעקבות המצב, כדי שנוכל לדעת למה אתם זקוקים. לפניכם שאלון קצר ובו רשימה של משפטים. ליד כל משפט יש לסמן את התשובה המתאימה לך ביותר. המשפטים מנוסחים בלשון זכר, אך פונים לתלמידות ולתלמידים. השאלון אנונימי ואף אחד לא יכול לדעת מי ענה עליו.

במידה רבה מאוד	במידה רבה	במידה בינונית	במידה מועטה	כלל לא	חשוב על תחושותיך בימים האחרונים וסמן את התשובה המתאימה לך ביותר:
5	4	3	2	1	1. אני בקשר עם החברים שלי
5	4	3	2	1	2. צוות בית הספר מתעניין בשלומי
5	4	3	2	1	3. אני חושש להיות לבד
5	4	3	2	1	4. קשה לי להתרכז בדברים שאני בדרך כלל עושה בקלות (למשל משחק, קריאה, למידה)
5	4	3	2	1	5. אני מרגיש עצבני ולא רגוע
5	4	3	2	1	6. צוות בית הספר עוזר לי להתמודד כשקשה לי בתקופה זו
5	4	3	2	1	7. אני מצליח להעסיק את עצמי במהלך היום
5	4	3	2	1	8. אני יודע למי לפנות ולספר מה אני מרגיש (למשל חבר, בני משפחה, מורה, יועצת, מוקד סיוע)
5	4	3	2	1	9. למידה ושיעורים עם המורים מסייעים לי להתמודד עם המצב
5	4	3	2	1	10. פעילות התנדבותית ועזרה לאחר יכולים לסייע לי להתמודד עם המצב

11. האם יש משהו שהמורים יכולים לעשות כדי לעזור לך להרגיש טוב יותר בימים אלו, אם כן - מה?

השאלון אנונימי, אך אם תרצה שהמורה תראה את תשובותיך ותשוחח איתך עליהן, בבקשה רשום את שמך מטה.

שם: _____