

সবলতা বা অসুবিধা নির্ণয়ক প্রশ্নমালা
(১১-১৭ বছরের ছেলেমেয়েদের জন্য)

S 11-17

প্রত্যেকটি প্রশ্নের জন্য সত্য নয়, কিছুটা সত্য বা নিশ্চিতভাবে সত্য ঘরে টিক চিহ্ন দাও। সবকটি প্রশ্নের উত্তর দিলে আমাদের যাচাই করতে সুবিধে হবে। গত ছয় মাসে অথবা স্কুলের এই বছরে প্রশ্নগুলো তোমার ওপর যেভাবে খাটে সেই ভিত্তিতে উত্তর দাও।

তোমার নাম.....

ছেলে/মেয়ে

জন্মতারিখ.....

	সত্য নয়	কিছুটা সত্য	নিশ্চিতভাবে সত্য
আমি অন্যদের অনুভূতিকে মূল্য দিই	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি অস্থির বোধ করি, বেশিক্ষণ চুপ করে থাকতে পারি না	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমার প্রায়ই মাথাধরা, পেটব্যথা বা বমি বমি ভাব হয়	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
সাধারণতঃ অন্য ছেলেমেয়েদের সাথে খাবার, খেলনা, পেন্সিল ইত্যাদি সহজেই ভাগাভাগি করে নিই	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি খুব রাগ হয়ে যাই, প্রায়ই মেজাজ খারাপ করি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি বেশ একা, সাধারণতঃ একা একা খেলি বা নিজের মধ্যে থাকি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
বড়রা আমাকে যা করতে বলে, সাধারণতঃ তা করি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি অনেক দুশ্চিন্তা করি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
কেউ ব্যথা পেলে, মন খারাপ করলে বা অসুস্থবোধ করলে সাহায্য করি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি সারাক্ষণ উসখুস করি বা গা-হাত মোড়ামুড়ি করি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমার অন্ততঃ একজন ভালো বন্ধু আছে	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি খুব মারামারি করি। আমি যা চাই অন্যদেরকে দিয়ে তা করিয়ে নিতে পারি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি প্রায়ই বিষণ্ণ, মনমরা ও কাঁদো কাঁদো থাকি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমার বয়সী ছেলেমেয়েরা সাধারণতঃ আমাকে পছন্দ করে	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি সহজেই অন্যমনস্ক হয়ে পড়ি, মনোযোগ ধরে রাখতে আমার কষ্ট হয়	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
অচেনা পরিবেশে আমি ঘাবড়ে যাই, সহজেই সাহস হারাই	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ছোটদের প্রতি আমার মায়া মমতা আছে	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি প্রায়ই মিথ্যে বলা বা ধাপ্পা দেবার দায়ে অভিযুক্ত হই	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
অন্য ছেলেমেয়েরা আমার পেছনে লাগে ও আমার ওপর গায়ের জোর দেখায়	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি অপরকে সাহায্য করতে প্রায়ই এগিয়ে যাই (বাবা-মা, শিক্ষক, অন্য ছেলেমেয়েদের)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি ভেবে চিন্তে কাজ করি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
বাড়ি, স্কুল বা অন্য জায়গা থেকে আমি না বলে অন্যের জিনিস নিয়ে থাকি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমার বয়সী ছেলেমেয়েদের চাইতে বড়দের সাথে ভালো মিশতে পারি	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি অনেক ভয় পাই, একটুতেই চমকে যাই	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
আমি কোন কাজ ধরলে শেষ করি, আমার মনোযোগ ভালো	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

তোমার অন্য কোন মন্তব্য বা বলার বিষয় আছে কি?

সব মিলিয়ে তুমি কি মনে কর যে, নিচের এক বা একাধিক ক্ষেত্রে তোমার অসুবিধে আছেঃ আবেগ, মনোযোগ, আচরণ বা অন্যদের সাথে মেলামেশায়?

না	হ্যাঁ, সামান্য অসুবিধে আছে	হ্যাঁ, বেশ অসুবিধে আছে	হ্যাঁ, গুরুতর অসুবিধে আছে
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

যদি তোমার উত্তর “হ্যাঁ” হয়, তাহলে এসব অসুবিধে সম্পর্কে নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাওঃ

- কত দিন থেকে এসব অসুবিধে আছে?

এক মাসের কম	১-৫ মাস	৫-১২ মাস	এক বছরের বেশি
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- এসব অসুবিধে কি তোমাকে এলোমেলো করে ফেলে বা কষ্ট দেয়?

মোটাই নয়	খুব সামান্য	বেশ অনেকটা	বড় রকমের
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- এসব অসুবিধে কি তোমার দৈনন্দিন জীবনের নিচের দেয় ক্ষেত্রগুলোতে ব্যাঘাত ঘটায়?

	মোটাই নয়	খুব সামান্য	বেশ অনেকটা	বড় রকমের
ঘরোয়া জীবনে	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
বন্ধুত্ব স্থাপন করতে	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ক্লাসের লেখাপড়ায়	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
অবসর বিনোদনে	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- এসব অসুবিধে কি তোমার চারপাশের সবার (পরিবারের লোকজন, বন্ধু, শিক্ষক বা আর কারোর) কষ্টের বা বিরক্তির কারণ?

মোটাই নয়	খুব সামান্য	বেশ অনেকটা	বড় রকমের
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

তোমার স্বাক্ষর

আজকের তারিখ