የ2025 የስቴት እና አካባቢያዊ የወጣቶች አስጊ ባህሪ የዳሰሳ ጥናት

ይህ የዳሰሳ ጥናት ትኩረቱን ያደረገው በጤና ባህሪያት ላይ ነው፡፡ በጤንነትዎ ላይ ተጽእኖ ሊያሳድሩ የሚችሉት ነገሮች ላይ እርስዎ ምን ሊያደርጉ እንደሚችሉ እንዲነግሩን በማሰብ ይህ ዳሰሳ ተዘጋጅቷል፡፡ እርስዎ የሚሰጡት መረጃ እንደ እርስዎ ላሉ ወጣቶች የጤና ትምህርት ለማሻሻል ጥቅም ላይ ይውላል፡፡

በዚህ የዳሰሳ ጥናት ላይ **ስምዎን አይጻፉ**፡፡ የሚሰጡት መልሶች በምስጢር የሚያዙ ይሆናል፡፡ የሚጽፉትን ነገር ማንም እርስዎ እንደጻፉት አያውቅም፡፡ በሚያደርጉት ነገር ላይ በመመስረት ለጥያቄዎች በትክክል ይመልሱ።

የዳሰሳ ጥናቱ የሚሞላ በፈቃደኝነት ነው፡፡ ለጥያቄዎች መልስ ቢሰጡም ባይሰጡም በዚህ ክፍል ውጤትዎ ላይ ምንም ተጽእኖ አይኖረውም፡፡ጥያቄን ለመመለስ ምቾት ካተሰማዎት ባዶውን ይተዉት፡፡

ስለ ቅድመ ታሪክዎ የሚጠይቁት ጥያቄዎች ይህንን የዳሰሳ ጥናት የሚያጠናቅቁ ተማሪዎችን አይነት ለመግለጽ ብቻ ያገለግላሉ፡፡ መረጃው የእርስዎን ስም ለማወቅ ጥቅም ላይ የሚውል አይሆንም፡፡ ምንም አይነት ስሞች በጭራሽ ሪፖርት አይደረጉም፡፡

እያንዳንዱን ጥያቄ ማንበብዎን እርግጠኛ ይሁኑ፡፡ ክቦቹን ሙሉ በሙሉ ያጥቁሩ፡፡ ሲጨርሱ የዳሰሳ ጥናቱን የሚሰጥዎትን ሰው መመሪያ ይከተሉ፡፡

ስለ እገዛዎ በጣም እናመሰግናለን!

መመሪያዎች

- #2 እርሳስ ብቻ ተጠቀም፡፡
- ጥቁር ምልክት አድርግ፡፡
- ምላሾችህን እንዲህ አድርገህ አጥቁር: ሀ ለ ● ሐ
- መልስህን ከቀየርክ የድሮ መልስህን ሙሉ በሙሉ አጥፋ፡፡

1. እድሜህ ስንት ነው?
   ሀ. 12 አመት ወይም ከዚያ በታች
   ለ. 13 አመት
   ሐ. 14 አመት
   መ. 15 አመት
   ሠ. 16 አመት
   ረ. 17 አመት
   ሰ. 18 አመት ወይም ከዛ በላይ

2. ጾታህ ምንድነው?
   ሀ. ሴት
   ለ. ወንድ
   ሐ. ሁለትዮሽ ያልሆነ
   መ. እዚህ ያልተዘረዘረ ጾታ
   ሠ. ላለመናገር እመርጣለሁ

3. ስንተኛ ክፍል ነህ?
   ሀ. 9ኛ ክፍል
   ለ. 10ኛ ክፍል
   ሐ. 11ኛ ክፍል
   መ. 12ኛ ክፍል
   ሠ. ክፍል የሌለው ወይም ሌላ

4. ዘርህ እና/ወይም ጎሳህ ምንድነው? **(አንድ ወይም ከዚያ በላይ መልስ ምረጥ።)**
   ሀ. አሜሪካዊ ህንዳዊ ወይም የአላስካ ተወላጅ
   ለ. ኤስያዊ
   ሐ. ጥቁር ወይም አፍሪካዊ አሜሪካዊ
   መ. ስፓኒሽ ወይም ላቲኖ
   ሠ. መካከለኛው ምስራቅ ወይም ሰሜን አፍሪካ
   ረ. የሀዋይ ተወላጅ ወይም ሌላ የፓሲፊክ ደሴት ተወላጅ
   ሰ. ነጭ

5. ጫማ ሳታደርግ ቁመትህ ምን ያህል ነው?
መመሪያ፡- ቁመትህን በሚመለከተው ባዶ ክብ ውስጥ አጥቁር፡፡ ከእያንዳንዱ ቁጥር በታች ያለውን ተዛማጅ ክብ አጥቁር፡፡

ምሳሌ

ቁመት	
ጫማ/ፊት	**ኢንች**
5	***7***
③	⓪
④	①
●	②
⑥	③
⑦	④
	⑤
	⑥
	●
	⑧
	⑨
	⑩
	⑪

6. ጫማ ሳታደርግ ክብደትህ ምን ያህል ነው?
መመሪያ፡- ክብደትህን በሚመለከተው ባዶ ክብ ውስጥ አጥቁር፡፡ ከእያንዳንዱ ቁጥር በታች ያለውን ተዛማጅ ክብ አጥቁር፡፡

ምሳሌ

ክብደት		
ፓውንድ		
1	***5***	***2***
⓪	⓪	⓪
●	①	①
②	②	●
③	③	③
	④	④
	●	⑤
	⑥	⑥
	⑦	⑦
	⑧	⑧
	⑨	⑨

የሚቀጥሉት 4 ጥያቄዎች ስለ ደህንነት ይጠይቃሉ።

7. በሌላ ሰው በሚነዳ መኪና ውስጥ **ስትጓዝ** የመቀመጫ ቀበቶ ምን ያህል ጊዜ ታደርጋለህ?
   ሀ. በጭራሽ
   ለ. አልፎ አልፎ
   ሐ. አንዳንድ ጊዜ
   መ. ብዙ ጊዜ
   ሠ. ሁልጊዜ

8. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ፣ **አልኮል በጠጣ ሰው በሚነዳ መኪና** ወይም ሌላ ተሽከርካሪ ስንት ጊዜ **ተጉዘሃል**?
   ሀ. 0 ጊዜ
   ለ. 1 ጊዜ
   ሐ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
   መ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
   ሠ. 6 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

9. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ፣ ስንት ጊዜ **አልኮል ጠጥተህ** መኪና ወይም ሌላ ተሽከርካሪ **ነድተሃል**?
   ሀ. 0 ጊዜ
   ለ. 1 ጊዜ
   ሐ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
   መ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
   ሠ. 6 ወይም ከዚያ ጊዜ በላይ ጊዜያት

10. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ፣ ስንት ጊዜ መኪና ወይም ሌላ ተሽከርካሪ እየነዳህ **አጭር የጽሁፍ መልእክት** ወይም **ኢ-ሜል** ጽፈሃል?
   ሀ. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ መኪና ወይም ሌላ ተሽከርካሪ አልነዳሁም።
   ለ. መኪና ወይም ሌላ ተሽከርካሪ ነድቻለሁ፣ ነገር ግን እየነዳሁ ሳለ የጽሑፍ መልእክት ወይም ኢ-ሜል አልጻፍኩም
   ሐ. 1 ወይም 2 ቀናት
   መ. ከ3 እስከ 5 ቀናት
   ሠ. ከ6 እስከ 9 ቀናት
   ረ. ከ10 እስከ 19 ቀናት
   ሰ. ከ20 እስከ 29 ቀናት
   ሸ. ሁሉም 30 ቀናት

የሚቀጥሉት 11 ጥያቄዎች ከጥቃት ጋር የተያያዙ ባህሪያትንና ልምዶችን ይጠይቃሉ፡፡

11. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ **በትምህርት ቤት ጊቢ ውስጥ** እንደ ሽጉጥ፣ ጩቤ ወይም ዱላ ያሉ **የጦር መሳሪያዎችን** ለስንት ቀናት ያህል ይዘሃል?
    ሀ. 0 ቀን
    ለ. 1 ቀን
    ሐ. 2 ወይም 3 ቀናት
    መ. 4 ወይም 5 ቀናት
    ሠ. ወይም ከዛ ጊዜ በላይ

12. **ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣** ስንት ቀን ሽጉጥ ይዘሃል? (ለአደን ወይም ለስፖርት ብቻ እንደ ኢላማ መተኮስ ጠመንጃ የተጠቀሙበት ጊዜን **አይቁጠሩ።**)
    ሀ. 0 ቀናት
    ለ. 1 ቀን
    ሐ. 2 ወይም 3 ቀናት
    መ. 4 ወይም 5 ቀናት
    ሠ. 6 ወይም ከዚያ በላይ ቀናት

13. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ፣ ወደ ትምህርት ቤት ስትሄድ ወይም ከትምህርት ቤት ስትመጣ ለደህንነትህ ስለሰጋህ ምን ያህል ጊዜ ከትምህርት ቤት **ቀርተሃል**?
    ሀ. 0 ቀናት
    ለ. 1 ቀን
    ሐ. 2 ወይም 3 ቀናት
    መ. 4 ወይም 5 ቀናት
    ሠ. 6 ወይም ከዚያ በላይ ቀናት

14. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ አንድ ሰው **በጦር መሳሪያ** እንደ ሽጉጥ፣ ጩቤ ወይም ዱላ በመሰለ **በትምህርት ቤት ጊቢ ውስጥ** ምን ያህል ጊዜ አስፈራርተውህ ወይም ጎድተውህ ያውቃል?
    ሀ. 0 ጊዜ
    ለ. 1 ጊዜ
    ሐ. 2 ወይም 3 ጊዚያት
    መ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
    ሠ. 6 ወይም 7 ጊዜያት
    ረ. 8 ወይም 9 ጊዜያት
    ሰ. 10 ወይም11 ጊዜያት
    ሸ. 12 ወይም ከዛ ጊዜያት በላይ

15. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ስንት ጊዜ **ተደባድበህ** ታውቃለህ?
   ሀ. 0 ጊዜያት
   ለ. 1 ጊዜ
   ሐ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
   መ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
   ሠ. 6 ወይም 7 ጊዜያት
   ረ. 8 ወይም 9 ጊዜያት
   ሰ. 10 ወይም11 ጊዜያት
   ሸ. 12 ጊዜያት ወይም ከዛ በላይ

16. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ **በትምህርት ቤት ጊቢ ውስጥ** ስንት ጊዜ **ተደባድበህ** ታውቃለህ?
   ሀ. 0 ጊዜ
   ለ. 1 ጊዜ
   ሐ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
   መ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
   ሠ. 6 ወይም 7 ጊዜያት
   ረ. 8 ወይም 9 ጊዜያት
   ሰ. 10 ወይም 11 ጊዜያት
   ሸ. 12 ጊዜያት ወይም ከዛ በላይ

17. ሰፈር ውስጥ አንድ ሰው አካላዊ ጥቃት ሲደርስበት፣ ሲደበደብ፣ ሲወጋ ወይም ሲተኮስበት አይተህ ታውቃለህ?
   ሀ. አዎ
   ለ. አይ

18. ያለፍላጎትህ የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንድትፈጽም ተገደህ ታውቃለህ?
   ሀ. አዎ
   ለ. አይ

19. ላለፉት12 ወራቶች ውስጥ፣ ምን ያህል ጊዜ የማትፈልገውን ወሲባዊ ድርጊቶችን እንድትፈጽም **ማንም ሰው** አስገድዶህ ያውቃል? (እንደ መሳም፣ መነካካት ወይም የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዲፈጸም ማስገደድ ያሉ ነገሮችን ያካትታሉ፡፡)
   ሀ. 0 ጊዜያት
   ለ. 1 ጊዜ
   ሐ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
   መ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
   ሠ. 6 ጊዜያት ወይም ከዛ በላይ

20. ባለፉት12 ወራቶች ውስጥ፣ **በፍቅር ጓደኛህ ወይም ተጣማሪህ** ምን ያህል ጊዜ የማትፈልገውን የወሲብ ድርጊት እንድትፈጽም ተደርገህ ታውቃለህ? (እንደ መሳም፣ መነካካት ወይም የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዲፈጸም ማስገደድ ያሉ ነገሮችን ያካትታሉ፡፡)

ሀ. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ከማንም ጋር የፍቅር ግንኙነት የለኝም ወይም ከማንም ጋር አልወጣሁም
ለ. 0 ጊዜያት
ሐ. 1 ጊዜ
መ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
ሠ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
ረ. 6 ጊዜያት ወይም ከዛ በላይ

21. ባለፉት 2 ወራት ውስጥ፣ **በፍቅር ጓደኛህ ወይም ተጣማሪህ** ምን ያህል ጊዜ አካላዊ ጉዳት ደርሶብህ ያውቃል? (እንደ መደብደብ፣ ከሆነ ነገር ጋራ ማጋጨት፣ በሆነ ነገር ወይም መሳሪያ ጉዳት ማድረስ የመሳሰሉትን ቁጠር፡፡)

ሀ. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ከማንም ጋር የፍቅር ግንኙነት የለኝም ወይም ከማንም ጋር አልወጣሁም
ለ. 0 ጊዜያት
ሐ. 1 ጊዜ
መ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
ሠ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
ረ. 6 ጊዜያት ወይም ከዛ በላይ

የሚቀጥለው ጥያቄ በመጥፎ ወይም ኢፍትሃዊ በሆነ መንገድ እንደተስተናገድክ የተሰማህ ጊዜያትን ይጠይቃል።

22. በህይወትህ፣ በዘርህ ወይም በጎሳህ/ማንነትህ ምክንያት **በትምህርት ቤት** በመጥፎ ወይም ኢፍትሃዊ በሆነ መልኩ እንዳስተናገዱህ ምን ያህል ጊዜ ተሰምቶህ ያውቃል?

ሀ. በጭራሽ
ለ. አልፎ አልፎ
ሐ. አንዳንድ ጊዜ
መ. ብዙ ጊዜ
ሠ. ሁልጊዜ

የሚቀጥሉት 2 ጥያቄዎች ስለ ጉልበተኝነት (bully) ይጠይቃሉ፡፡ ጉልበተኝነት ማለት 1 ወይም ከዚያ በላይ ተማሪዎች ሌላ ተማሪን ደጋግመው ሲያሾፉ፣ ሲያስፈራሩ፣ ወሬ ሲያሰራጩ፣ ሲደበድቡ፣ ሲገፉ ወይም ሲጎዱ ነው፡፡ 2 ተመሳሳይ ጥንካሬ ወይም ጉልበት ያላቸው ተማሪዎች ሲጨቃጨቁ ወይም ሲጣሉ ወይም ሲቀላለዱ ጉልበተኝነት አይባልም፡፡

23. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ **በትምህርት ቤት ግቢ** ውስጥ የጉልበተኝነት ጥቃት ደርሶብህ ያውቃል?
ሀ. አዎ
ለ. አይ

24. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ **በኤሌክትሮኒክ** መንገድ የጉልበተኝነት ጥቃት ተፈጽሞብሃል? (በጽሑፍ፣ በኢንስታግራም፣ በፌስቡክ ወይም በሌላ ማህበራዊ ሚዲያ የሚደርስ የጉልበተኝነት ጥቃት ይቆጠራል፡፡)
ሀ. አዎ
ለ. አይ

የሚቀጥለው ጥያቄ ሆን ብሎ ስለ ራስ መጉዳትን ይጠይቃል።

25. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ መሞትን ሳትፈልግ ሆን ብለህ ራስህን ለመጉዳት ለምሳሌ እንደ ራስህን መቁረጥ ወይም ማቃጠል የመሳሰሉት ነገሮች ምን ያህል ጊዜ አድርገህ ታውቃለህ?
   ሀ. 0 ጊዜያት
   ለ. 1 ጊዜ
   ሐ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
   መ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
   ሠ. 6 ወይም ከዛ በላይ ጊዜያት

የሚቀጥሉት 5 ጥያቄዎች ስለ የሀዘን ስሜቶችና ራስን ስለ ማጥፋት ይጠይቃሉ፡፡ አንዳንድ ጊዜ ሰዎች ስለ ወደፊቱ ጊዜ በጣም ስለሚጨነቁ እራሳቸውን ለማጥፋት መሞከር ማለትም የራሳቸውን ሕይወት ለማጥፋት አንዳንድ እርምጃዎችን ሊወስዱ ይችላሉ፡፡

26. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ በየቀኑ ማለት ይቻላል **ለሁለት ሳምንታት ወይም ከዚያ በላይ ለሚሆኑ ተከታታይ ጊዜያት** በጣም ሀዘን ወይም ተስፋ የመቁረጥ ስሜት ተሰምቶህ አንዳንድ የተለመዱ ተግባራትን ማከናወን አቁመሃል?
   ሀ. አዎ
   ለ. አይ

27. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ራስህ ለማጥፋት **አምርረህ** አስበህበት ታውቃለህ?
   ሀ. አዎ
   ለ. አይ

28. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ራስህን ማጥፋት እንዴት እንደምትሞክር እቅድ አውጥተሃል?
   ሀ. አዎ
   ለ. አይ

29. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ ምን ያህል ጊዜ ራስህን ለማጥፋት ሞክረሃል?
   ሀ. 0 ጊዜያት
   ለ. 1 ጊዜ
   ሐ. 2 ወይም 3 ጊዜያት
   መ. 4 ወይም 5 ጊዜያት
   ሠ. 6 ወይም ከዛ በላይ ጊዜያት

30. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ **የራስህን ሕይወት የማጥፋት ሙከራ ካደረግክ፣** በዶክተር ወይም ነርስ መታከም የነበረበት ጉዳት፣ መመረዝ ወይም ከመጠን በላይ መውሰድን (overdose) ችግሮችን አስከትሏል?
   ሀ. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ **ራስን የመግደል ሙከራ አላደረግኩም**
   ለ. አዎ
   ሐ. አይ

የሚቀጥሉት 5 ጥያቄዎች ስለ ሲጋራ ማጨስ ይጠይቃሉ፡፡

31. ሲጋራ አጭሰህ አንድ ፓፍም ቢሆን ታውቃለህ?
    ሀ. አዎ
    ለ. አይ

32. ለመጀመሪያ ጊዜ ሲጋራ ስታጨስ፣አንድ ወይም ሁለት ፓፍ እንኳን ቢሆን፣ ስንት አመትህ ነበር?
    ሀ. አንድ ወይም ሁለጥ ፓፍም እንኳ ቢሆን ሲራጋ አጭሼ አላውቅም
    ለ. 8 አመት ወይም ከዛ በታች
    ሐ. 9 ወይም 10 አመት
    መ. 11 ወይም 12 አመት
    ሠ. 13 ወይም 14 አመት
    ረ. 15 ወይም 16 አመት
    ሰ. 17 አመት ወይም ከዚያ በላይ

33. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ ስንት ቀናት ሲጋራ አጭሰሃል?
    ሀ. 0 ቀን
    ለ. ከ1 ወይም 2 ቀን
    ሐ. ከ3 እስከ 5 ቀናት
    መ. ከ6 እስከ 9 ቀናት
    ሠ. ከ10 እስከ 19 ቀናት
    ረ. ከ20 እስከ 29 ቀናት
    ሰ. ከ30 ቀናትን በሙሉ

34. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ፣ ባጨስክባቸው ቀናት፣ **በቀን** ስንት ሲጋራ ታጨስ ነበር?
    ሀ. ባለፍት 3o ቀናት ውስጥ ምንም ሲጋራ አላጨስኩም
    ለ. በቀን ከ1 ሲጋራ በታች
    ሐ. በቀን ከ1 ሲጋራ
    መ. በቀን ከ2 እስከ 5 ሲጋራ
    ሠ. በቀን ከ6 እስከ 10 ሲጋራ
    ረ. በቀን ከ11 እስከ 20 ሲጋራ
    ሰ. በቀን ከ 20 ሲጋራ በላይ

የሚቀጥሉት 3 ጥያቄዎች እንደ ጁል፣ ቪዩዝ፣ ኤንጆይ፣ኤልፍ፣ ባር ወይም ኤስኮ ባርስ የመሳሰሉ ስለ ኤሌክትሮኒክስ ቬፐር ምርቶች ላይ ጥያቄዎችን ያቀርባሉ፡፡ የኤሌክትሮኒክስ ቬፐር ምርቶች ኢ-ሲጋራዎች፣ ቬፐስ፣ ሞድስ፣ ኢ-ሲግስ፣ ኢ-ሁካስ ወይም ቬፐ ፔንስን ያካትታሉ፡፡

35. ኤሌክትሮኒክስ ቬፐር ምርቶች ተጠቅመህ ታውቃለህ?
    ሀ. አዎ
    ለ. አይ

36. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ የኤሌክትሮኒክስ ቬፐር ምርትን ለስንት ቀናት ተጠቅመሃል?

ሀ. 0 ቀናት

ለ. ለ1 ወይም 2 ቀን

ሐ. ከ3 እስከ 5 ቀናት

መ. ከ6 እስከ 9 ቀናት

ሠ. ከ10 እስከ 19 ቀናት

ረ. ከ20 እስከ 29 ቀናት

ሰ. 30 ቀናቱን በሙሉ

37. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ የኤሌክትሮኒክስ ቬፐር ምርቶችን **ብዙ ጊዜ** የምታገኘው እንዴት ነበር? (**አንድ** ምላሽ ብቻ ምረጥ፡፡)

ሀ. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ ምንም አይነት የኤሌክትሮኒክስ ቬፐር ምርቶችን አልተጠቀምኩም

ለ. ከጓደኛ፣ ከቤተሰብ አባል ወይም ከሌላ ሰው አግኝቼ ወይም ገዝቼ

ሐ. እኔ ራሴ ከቬፐ ሱቅ ወይም ከትምባሆ ሱቅ ውስጥ ገዝቼ

መ. እኔ ራሴ ከአነስተኛ መደብር፣ ሱፐርማርኬት፣ የቅናሽ መደብር ወይም ነዳጅ ማደያ ገዝቼ

ሠ. እኔ ራሴ በአንድ የገበያ አዳራሽ ወይም የገበያ ማእከል ኪዮስክ ወይም የቁም መሸጫ ገዝቼ

ረ. ከኢንተርኔት ላይ እራሴን ገዝቼ፣ ለምሳሌ ከምርት ድረገጽ፣ ከቬፐ ሱቅ ድረገጽ ወይም እንደ ኢቤይ፣ አማዞን፣ ፌስቡክ የገበያ ቦታ ወይም ክሬግሊስት ካሉ ድረገጾች

ሰ. ከሱቅ ወይም ከሌላ ሰው ወስጄ

ሸ. በሌላ መንገድ አግኝቼ

የሚቀጥሉት 2 ጥያቄዎች ስለ ሌሎች የትምባሆ ምርቶች ይጠይቃሉ፡፡

38. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ፣ እንደ ኮፐንሃገን፣ ግሪዝሊ፣ ስኮአል፣ ካሜል ስኑስ፣ አን!፣ ZYN ወይም ቬሎ ኒኮቲን ያሉ **የሚታኘክ ትምባሆ፣ የሚሳብ፣ የሚነከር፣ በወረቀት የታሸገ ወይም የሚሟሟ የትምባሆ ምርቶችን** ለምን ያህል ቀናት ተጠቅመሃል? (ማንኛውንም የኤሌክትሮኒክስ ቬፐር ምርቶች **አይቆጠሩም**፡፡)

ሀ. 0 ቀናት

ለ. ለ1 ወይም 2 ቀን

ሐ. ከ3 እስከ 5 ቀናት

መ. ከ6 እስከ 9 ቀናት

ሠ. ከ10 እስከ 19 ቀናት

ረ. ከ20 እስከ 29 ቀናት

ሰ. 30 ቀናቱን በሙሉ

39. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ፣ ምን ያህል ቀናት **ሲጋርስ፣ሲጋሪሎስ** ኦር **ሊትል ሲጋርስ** እንደ ስዊሸር ስዊትስ፣ ሚድልስቶንስ (ብላክ እና ማይልድን ጨምሮ) ወይም ባክውድስ አጭሰሃል?

ሀ. 0 ቀናት

ለ. ለ1 ወይም 2 ቀን

ሐ. ከ3 እስከ 5 ቀናት

መ. ከ6 እስከ 9 ቀናት

ሠ. ከ10 እስከ 19 ቀናት

ረ. ከ20 እስከ 29 ቀናት

ሰ. 30 ቀናቱን በሙሉ

የሚቀጥሉት 4 ጥያቄዎች ስለ አልኮል መጠጥ ይጠይቃሉ፡፡ ይህ ቢራ፣ ወይን፣ ጣዕም ያለው አልኮል መጠጦችን ማለትም እንደ ራም፣ ጂን፣ ቮድካ ወይም ውስኪ ያሉ መጠጦችን መጠጣትን ያካትታል፡፡ ለእነዚህ ጥያቄዎች ሲባል ለሃይማኖታዊ አላማዎች ጥቂት የወይን ጠጅ መጎንጨትን እንደ አልኮል መጠጣት አይቆጠርም፡፡

40. በጥቂቱ ከመጎንጨት ውጭ፣ ለመጀመሪያ ጊዜ የአልኮል መጠጥ የጠጣሀው በስንት አመትህ ነው?
   ሀ. ከትንሽ መጎንጨት በስተቀር አልኮል ጠጥቼ አላውቅም
   ለ. 8 አመት ወይም ከዛ በታች
   ሐ. 9 ወይም 10 አመት
   መ. 11 ወይም 12 አመት
   ሠ. 13 ወይም 14 አመት
   ረ. 15 ወይም 16 አመት
   ሰ. 17 አመት ወይም ከዚያ በላይ

41. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ ቢያንስ አንድ የአልኮል መጠጥ ለስንት ቀናት ጠጥተሃል?
   ሀ. 0 ቀናት
   ለ. ለ1 ወይም 2 ቀናት
   ሐ. ከ3 እስከ 5 ቀናት
   መ. ከ6 እስከ 9 ቀናት
   ሠ. ከ10 እስከ 19 ቀናት
   ረ. ከ20 እስከ 29 ቀናት
   ሰ. 30 ቀናቱን በሙሉ

42. ባለፉት 30 ቀናት፣በሰዓታት ውስጥ በተከታታይ የጠጣሀው ከፍተኛው የአልኮል መጠጥ ቁጥር ምን ያህል ነው?
   ሀ. ባለፉት 30 ቀናት፣ ምንም የአልኮል መጠጥ አልጠጣሁም
   ለ. 1 ወይም 2 መጠጦች
   ሐ. 3 መጠጦች
   መ. 4 መጠጦች
   ሠ. 5 መጠጦች
   ረ. 6 ወይም 7 መጠጦች
   ሰ. 8 ወይም 9 መጠጦች
   ሸ. 10 ወይም ከዛ በላይ መጠጦች

43. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ **አብዛኛውን** ጊዜ የምትጠጣውን አልኮል ከየት አገኘሀው?
   ሀ. ባለፉት 30 ቀናት አልኮል አልጠጣሁም።
   ለ. እንደ መጠጥ መሸጫ ሱቅ፣ ኮንቪንየስ መደብር፣ ሱፐርማርኬት፣ የቅናሽ መደብር ወይም ነዳጅ ማደያ ባሉ ሱቅ ውስጥ ገዛሁት
   ሐ. ከምግብ ቤት፣ ባር ወይም ክለብ ገዛሁት
   መ. እንደ ኮንሰርት ወይም የስፖርት ዝግጅት ባሉ የህዝብ ዝግጅቶች ላይ ገዛሁት
   ሠ. ሌላ ሰው እንዲገዛልኝ ገንዘብ ሰጥቼ
   ረ. የሆነ ሰው ሰጠኝ
   ሰ. ከሱቅ ወይም ከቤተሰብ አባል ወሰድኩት
   ሸ. በሌላ መንገድ አገኘሁት

የሚቀጥሉት 3 ጥያቄዎች ስለ ማሪዋና አጠቃቀም ይጠይቃሉ፡፡ ማሪዋና ፖት ወይም ዊድ በመባልም ይጠራል፡፡ ለእነዚህ ጥያቄዎች ሲባል፣ እንደ ማሪዋና ከተመሳሳይ ተክል የሚመጡትን ነገር ግን ብቻቸውን ሲወሰዱ ሰመመን/ጡዘት ውስጥ የማይከቱት የCBD-ብቻ ወይም የሄምፕ ምርቶችን አይቆጠሩም፡፡

44. በህይወት ዘመንህ ማሪዋናን ስንት ጊዜ ተጠቅመሃል?
   ሀ. በህይወት ዘመንህ ማሪዋናን ስንት ጊዜ ተጠቅመሃል
   ለ. 0 ጊዜያት
   ሐ. 1 ወይም 2 ጊዜያት
   መ. ከ3 እስከ 9 ጊዜያት
   ሠ. ከ10 እስከ 19 ጊዜያት
   ረ. ከ20 እስከ 39 ጊዜያት
   ሰ. ከ 40 እስከ 99 ጊዜያት
   ሸ. 100 ወይም ከዛ በላይ ጊዜ

45. ለመጀመሪያ ጊዜ ማሪዋናን ስትቀምስ እድሜህ ስንት ነበር?
   ሀ. ማሪዋና ቀምሼ አላውቅም
   ለ. 8 አመት ወይም ከዛ በታች
   ሐ. 9 ወይም 10 አመት
   መ. 11 ወይም 12 አመት
   ሠ. 13 ወይም 14 አመት
   ረ. 15 ወይም 16 አመት
   ሰ. 17 አመት ወይም ከዚያ በላይ

46. ባለፉት 30 ቀናት፣ ለምን ያህል ጊዜ ማሪዋና ተጠቅመሃል?
   ሀ. 0 ጊዜያት
   ለ. 1 ወይም 2 ጊዜ
   ሐ. ከ3 እስከ 9 ጊዜያት
   መ. ከ10 እስከ 19 ጊዜያት
   ሠ. ከ20 እስከ 39 ጊዜያት
   ረ. ከ40 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

የሚቀጥለው ጥያቄ ስለ በሐኪም ትእዛዝ የሚሰጡ የህመም ማስታገሻ መድሃኒት ያለ ሐኪም ማዘዣ ወይም ሐኪም እንድትጠቀም ከነገረህ በተለየ መልኩ መጠቀምህን ይጠይቃል። ይህንን ጥያቄ ስትመልስ እንደ codeine፣ Vicodin፣ OxyContin፣ Hydrocodone እና Percocet ያሉ መድኃኒቶችን ይቁጠሩ።

47. በህይወትህ ውስጥ፣ ያለ ሐኪም ትእዛዝ **በሐኪም ትእዛዝ የሚሰጡ የህመም ማስታገሻ መድሃኒት** ያለ ሐኪም ማዘዣ ወይም ሐኪም እንድትጠቀም ከነገረህ በተለየ መልኩ ወስደሃል?
   ሀ. 0 ጊዜያት
   ለ. 1 ወይም 2 ጊዜያት
   ሐ. ከ3 እስከ 9 ጊዜያት
   መ. ከ10 እስከ 19 ጊዜያት
   ሠ. ከ20 እስከ 39 ጊዜያት
   ረ. ከ40 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

የሚቀጥሉት 6 ጥያቄዎች ስለ ሌሎች መድሃኒቶች ይጠይቃሉ።

48. በህይወትህ ውስጥ፣ ምን ያህል ጊዜ **ማንኛውም** የcocaine ዓይነቶች እንደ ዱቄት፣ crack ወይም freebase የመሳሰሉት ምን ያህል ግዜ ተጠቅመሃል?
- ሀ. 0 ጊዜያት
- ለ. 1 ወይም 2 ጊዜያት
- ሐ. ከ3 እስከ 9 ጊዜያት
- መ. ከ10 እስከ 19 ጊዜያት
- ሠ. ከ20 እስከ 39 ጊዜያት
- ረ. ከ40 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

49. በህይወትህ ውስጥ፣ ሰመመን/ጡዘት ውስጥ ለመግባት ብለህ ምን ያህል ጊዜ ማጣበቂያ ፣ የaerosol ስፐረይ መያዣ ወይም የቀለም ወይም ስፐረይ አሽትተሃል?
- ሀ. 0 ጊዜያት
- ለ. 1 ወይም 2 ጊዜ
- ሐ. ከ3 እስከ 9 ጊዜያት
- መ. ከ10 እስከ 19 ጊዜያት
- ሠ. ከ20 እስከ 39 ጊዜያት
- ረ. ከ40 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

50. በህይወትህ ውስጥ፣ ለምን ያህል ጊዜ **heroin** (smack፣junk ወይም China White በመባልም ይታወቃል) ተጠቅመሃል?
- ሀ. 0 ጊዜያት
- ለ. 1 ወይም 2 ጊዜያት
- ሐ. ከ3 እስከ 9 ጊዜያት
- መ. ከ10 እስከ 19 ጊዜያት
- ሠ. ከ20 እስከ 39 ጊዜያት
- ረ. ከ40 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

51. በህይወትህ ውስጥ፣ ለምን ያህል ጊዜ **methamphetamines** (speed፣ crystal meth፣ crank፣ ice፣ ወይም meth በመባልም ይታወቃል) ተጠቅመሃል?
- ሀ. 0 ጊዜያት
- ለ. 1 ወይም 2 ጊዜያት
- ሐ. ከ3 እስከ 9 ጊዜያት
- መ. ከ10 እስከ 19 ጊዜያት
- ሠ. ከ20 እስከ 39 ጊዜያት
- ረ. ከ40 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

52. በህይወትህ ውስጥ፣ ለምን ያህል ጊዜ **ecstasy** (MDMA ወይም Moll በመባልም ይታወቃል) ተጠቅመሃል?
- ሀ. 0 ጊዜያት
- ለ. 1 ወይም 2 ጊዜያት
- ሐ. ከ3 እስከ 9 ጊዜያት
- መ. ከ10 እስከ 19 ጊዜያት
- ሠ. ከ20 እስከ 39 ጊዜያት
- ረ. ከ40 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

53. በህይወትህ ውስጥ፣ ለምን ያህል ጊዜ **ህገ ወጥ** የሆነ መድሃኒት በመርፌ እራስህን ወግተሃል?
- ሀ. 0 ጊዜያት
- ለ. 2 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

የሚቀጥሉት 8 ጥያቄዎች ስለ ወሲባዊ ባህሪያትን በተመለከተ ይጠይቃሉ፡፡

54. የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽመህ ታውቃለህ?
- ሀ. አዎ
- ለ. አይ

55. ለመጀመሪያ ጊዜ የግብረ ስጋ ግንኙነት ስትፈጽም እድሜህ ስንት ነበር?
- ሀ. የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም
- ለ. 11 አመት ወይም ከዛ በታች
- ሐ. 12 አመት
- መ. 13 አመት
- ሠ. 14 አመት
- ረ. 15 አመት
- ሰ. 16 አመት
- ሸ. 17 አመት ወይም ከዚያ በላይ

56. በህይወትህ ውስጥ፣ ከስንት ሰዎች ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽመሃል?
- ሀ. የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም
- ለ. 1 ሰው ጋር
- ሐ. 2 ሰዎች ጋር
- መ. 3 ሰዎች ጋር
- ሠ. 4 ሰዎች ጋር
- ረ. 5 ሰዎች ጋር
- ሰ. 6 ወይም ከዚያ በላይ ሰዎች ጋር

57. ባለፉት 3 ወራት ውስጥ፣ ከስንት ሰው ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽመሃል?
- ሀ. የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም
- ለ. የግብረ ሥጋ ግኑኝነት የፈጸምኩ ቢሆንም በባለፉት 3 ወራት ግን አይደለም
- ሐ. 1 ሰው ጋር
- መ. 2 ሰዎች ጋር
- ሠ. 3 ሰዎች ጋር
- ረ. 4 ሰዎች ጋር
- ሰ. 5 ሰዎች ጋር
- ሸ. 6 ወይም ከዚያ በላይ ሰዎች ጋር

58. **ለመጨረሻ ጊዜ** የግብረ ስጋ ግንኙነት ስትፈጽም አልኮል ከጠጣህ ወይም እጽ ከወሰድክ በኋላ ነው?
   ሀ. የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም
   ለ. አዎ
   ሐ. አይ

59. **ለመጨረሻ ጊዜ** የግብረ ስጋ ግንኙነት ስትፈጽም አንተ ወይም ተጣማሪህ ኮንዶም አድርጋችሁ ነበር?
   ሀ. የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም
   ለ. አዎ
   ሐ. አይ

60. **ለመጨረሻ ጊዜ** ከተቃራኒ ጾታ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ስትፈጽም አንተ ወይም የግብረስጋ ግንኙነት ተጣማሪህ **እርግዝናን ለመከላከል** ምን **አይነት** ዘዴ ተጠቅማችኋል? (**አንድ** ምላሽ ብቻ ምረጥ፡፡)
   ሀ. ከተቃራኒ ጾታ ጓደኛዬ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም
   ለ. እርግዝናን ለመከላከል ምንም ዓይነት ዘዴ አልተጠቀምንም
   ሐ. የወሊድ መከላከያ ክኒኖች (እንደ ፕላን ቢ ወይም " morning after " ክኒን የመሳሰሉ የድንገተኛ የወሊድ መከላከያዎች **አይቆጠሩም**፡፡)
   መ. ኮንዶሞች
   ሠ. IUD (እንደ ሚሬና ወይም ፓራጋርድ) ወይም ኢንፕላንት (እንደ ኢምፕላኖን ወይም ኔክስፕላኖን ያሉ)
   ረ. ሻት (እንደ ዴፖ-ፕሮቬራ ያለ)፣ ፓች (እንደ ኦርቶ ኤቭራ ያለ)፣ ወይም የወሊድ መቆጣጠሪያ ሪንግ (እንደ ኑቫሪንግ ያለ)
   ሰ. ማስወጣት ወይም ሌላ ዘዴ
   ሸ. እርግጠኛ አይደለሁም

61. በህይወትህ ውስጥ፣ ከማን ጋር ነው የግብረ ሥጋ ግንኙነት የፈጽምከው?
   ሀ. የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም
   ለ. ሴቶች
   ሐ. ወንዶች
   መ. ሴቶች እና ወንዶች

የሚቀጥሉት 2 ጥያቄዎች ስለ ጾታና ጾታዊ ማንነትህ ይጠይቃሉ፡፡

62. ከሚከተሉት ውስጥ አንተን በደንብ ሊገልጽህ የሚችለው የትኛው ነው?
   ሀ. በተቃራኒ ጾታ መሳብ (ቀጥተኛ)
   ለ. ግብረሰዶማዊ/ት
   ሐ. ከወንድና ከሴት ግብረስጋ ግንኙነት የሚያደርግ
   መ. ጾታዊ ማንነቴን በሌላ መንገድ እገልጻለሁ
   ሠ. ስለ ጾታዊ ማንነቴ እርግጠኛ አይደለሁም (በጥያቄ ላይ ያለ)
   ረ. ይህ ጥያቄ ምን እንደሚጠይቅ አላውቅም

63. አንዳንድ ሰዎች ሲወለዱ የነበራቸው ጾታ እና እራሳቸውን የሚያዩበት ወይም የሚሰማቸው ጾታ ጋር የማይገጣጠም ሲሆን ትራንስጀንደር ነን በማለት ይገልጻሉ። ትራንስጀንደር ነህ?

ሀ. አይ፣ እኔ ትራንስጀንደር አይደለሁም።
ለ. አዎ፣ እኔ ትራንስጀንደር ነኝ።
ሐ. ትራንስጀንደር እንደሆንኩኝ እና እንዳልሆንኩኝ እርግጠኛ አይደለሁም።
መ. ጥያቄው ምን እንደሆነ አልገባኝም።

የሚቀጥሉት 2 ጥያቄዎች ስለ የሰውነት ክብደት ይጠይቃሉ።

64. ክብደትህን እንዴት ትገልጸዋለህ?

ሀ. በጣም ዝቅተኛ የሆነ ክብደት
ለ. ዝቅተኛ የሆነ ክብደት
ሐ. ትክክለኛው ክብደት
መ. ትንሽ ከመጠን በላይ ክብደት
ሠ. በጣም ከመጠን በላይ ክብደት

65. ስለ ክብደትህ ከሚከቱት መካከል የትኛው ለማድረግ እያሰብክ ነው?

ሀ. ክብደት **ለመቀነስ**
ለ. ክብደት **ለመጨመር**
ሐ. ባለሁበት ክብደት **ለመቆየት**
መ. በዚህ ጊዜ ስለ ክብደቴ **ምን ለማድረግ እያሰብኩ አይደለም**

የሚቀጥሉት 7 ጥያቄዎች ባለፉት 7 ቀናት ውስጥ ስለ በላህው ምግብ ወይም ስለጠጣህው መጠጥ ይጠይቃሉ፡፡ ከእንቅልፍህ ከተነሳህበት ጊዜ አንስቶ እስከ መኝታህ ድረስ የተመገብካቸውን ምግቦች እንዲሁም የመክሰስ ምግቦችን አስብ፡፡ በቤት፣ በትምህርት ቤት፣ በሬስቶራንቶች ወይም በማንኛውም ቦታ የበላህውን ምግብ መካተታቸውን አረጋግጥ፡፡

66. ባለፉት 7 ቀናት ውስጥ ምን ያህል ጊዜ **ፍራፍሬ** በልተሃል? (የፍራፍሬ ጭማቂ **አትቁጠር**።)

ሀ. ላለፉት 7 ቀናት ውስጥ ፍራፍሬ አልበላሁም
ለ. ላለፉት 7 ቀናት ከ1 እስከ 3 ጊዜ
ሐ. ላለፉት 7 ቀናት ከ4 እስከ 6 ጊዜ
መ. በቀን 1 ጊዜ
ሠ. በቀን 2 ጊዜያት
ረ. በቀን 3 ጊዜያት
ሰ. በቀን 4 ወይም ከዛ በላይ ጊዜያት

67. ባለፉት 7 ቀናት ውስጥ እንደ ካሮት፣ ብሮኮሊ ወይም ድንች ያሉ ሌሎች አትክልቶችን ስንት ጊዜ በልተሃል? (አረንጓዴ ሰላጣ **አትቁጠር**፡፡)

ሀ. ላለፉት 7 ቀናት አትክልት አልበላሁም
ለ. ላለፉት 7 ቀናት ከ 1 እስከ 3 ጊዜ
ሐ. ላለፉት 7 ቀናት ከ 4 እስከ 6 ጊዜያት
መ. በቀን ለ 1 ጊዜ
ሠ. በቀን ለ 2 ጊዜያት
ረ. በቀን ለ 3 ጊዜያት
ሰ. በቀን 4 ወይም ከዛ በላይ ጊዜያት

68. ባለፉት 7 ቀናት ውስጥ፣ስንት ጊዜ **ድንች** በልተሃል? (ፍሬንች ፍራይስ፣ የተጠበሱ ድንቾች፣ ወይም የድንች ቺፕስ፣ **አትቁጠር።**)

ሀ. ላለፉት 7 ቀናት ድንች አልበላሁም
ለ. ላለፉት 7 ቀናት ከ 1 እስከ 3 ጊዜያት
ሐ. ላለፉት 7 ቀናት ከ 4 እስከ 6 ጊዜያት
መ. በቀን ለ 1 ጊዜ
ሠ. በቀን ለ 2 ጊዜያት
ረ. በቀን ለ 3 ጊዜያት
ሰ. በቀን 4 ወይም ከዛ በላይ ጊዜያት

69. ባለፉት 7 ቀናት ውስጥ፣ስንት ጊዜ **ካሮት** በልተሃል?

ሀ. ላለፉት 7 ቀናት ካሮት አልበላሁም
ለ. ላለፉት 7 ቀናት ከ 1 እስከ 3 ጊዜያት
ሐ. ላለፉት 7 ቀናት ከ 4 እስከ 6 ጊዜያት
መ. በቀን ለ 1 ጊዜ
ሠ. በቀን ለ 2 ጊዜያት
ረ. በቀን ለ 3 ጊዜያት
ሰ. በቀን 4 ወይም ከዛ በላይ ጊዜያት

70. ባለፉት 7 ቀናት ውስጥ፣ስንት ጊዜ ሌሎች **አትክልቶችን** በልተሃል? (ሰላጣ፣ ድንች ወይም ካሮት **አትቁጠር።**)

ሀ. ላለፉት 7 ቀናት ሌሎች አትክልቶች አልበላሁም
ለ. ላለፉት 7 ቀናት ከ1 እስከ 3 ጊዜያት
ሐ. ላለፉት 7 ቀናት ከ4 እስከ 6 ጊዜያት
መ. በቀን ለ 1 ጊዜ
ሠ. በቀን ለ 2 ጊዜያት
ረ. በቀን ለ 3 ጊዜያት
ሰ. በቀን 4 ወይም ከዛ በላይ ጊዜያት

71. ባለፉት 7 ቀናት ውስጥ፣ ስንት ጊዜ እንደ ኮካ፣ ፔፕሲ ወይም ስፕራይት ያሉ **የጣሳ፣ የጠርሙስ ወይም የብርጭቆ ሶዳ ወይም ፖፕ** ያሉ መጠጦችን ጠጥተሃል? (ከስኳር ነጻ ሶዳ ወይም ከስኳር ነጻ ፖፕ **አትቁጠር፡፡**)

ሀ. ላለፉት 7 ቀናት ሶዳ ወይም ፖፕ አልበላሁም
ለ. ላለፉት 7 ቀናት ከ1 እስከ 3 ጊዜያት
ሐ. ላለፉት 7 ቀናት ከ4 እስከ 6 ጊዜያት
መ. በቀን ለ1 ጊዜ
ሠ. በቀን ለ2 ጊዜያት
ረ. በቀን ለ3 ጊዜያት
ሰ. በቀን 4 ወይም ከዛ በላይ ጊዜያት

72. ባለፉት 7 ቀናት ውስጥ፣ ስንት ቀናት **ቁርስ** በልተሃል?

ሀ. 0 ቀናቶች
ለ. ለ1 ቀን
ሐ. ለ2 ቀናቶች
መ. ለ3 ቀናቶች
ሠ. ለ4 ቀናቶች
ረ. ለ5 ቀናቶች
ሰ. ለ6 ቀናቶች
ሸ. ለ7 ቀናቶች

የሚቀጥሉት 3 ጥያቄዎች ስለ አካላዊ እንቅስቃሴ ስለመደረግ ይጠይቃሉ፡፡

73. ላለፉት 7 ቀናት በአጠቃላይ **በቀን ውስጥ ቢያንስ ለ 60 ደቂቃ** ምን ያህል ንቁ የሆነ አካላዊ እንቅስቃሴ ታደርጋለህ? (የልብ ምትን የሚጨምርና አንዳንድ ጊዜ በሃይል እንድትተነፍስ የሚያደርግ በማንኛውም አይነት የአካል ብቃት እንቅስቃሴ የምታሳልፈውን ጊዜ ሁሉ ያጠቃልላል፡፡)

ሀ. 0 ቀናት
ለ. ለ1 ቀን
ሐ. ለ2 ቀናቶች
መ. ለ3 ቀናቶች
ሠ. ለ4 ቀናቶች
ረ. ለ5 ቀናቶች
ሰ. ለ6 ቀናቶች
ሸ. ለ7 ቀናቶች

74. በትምህርት ቤት ውስጥ፣ በሳምንት በአማካኝ ለምን ያህል ጊዜ የአካል እንቅስቃሴ ትምህርት (PE) ክፍል ትማራለህ?

ሀ. 0 ቀናት
ለ. ለ1 ቀን
ሐ. ለ2 ቀናቶች
መ. ለ3 ቀናቶች
ሠ. ለ4 ቀናቶች
ረ. ለ5 ቀናቶች

75. ባለፉት 12 ወራት፣ምን ያህል የስፖርት ክለቦች ውስጥ (ማንኛውም በትምህርት ቤትህ ወይም በማህበረሰብ የሚተዳደሩ ቡዱኖችን ቁጠር።)

ሀ. 0 ቡዱኖች
ለ. 1 ቡዱን
ሐ. 2 ቡዱኖች
መ. 3 ቡዱኖች

የሚቀጥለው ጥያቄ ስለ መናጋት (concussions) ይጠይቃል። መናጋት ማለት በጭንቅላቱ ላይ መምታት ወይም መወዛወዝ እንደ ራስ ምታት፣ መፍዘዝ፣ መደንዘዝ ወይም ግራ መጋባት፣ የማስታወስ ወይም የማተኮር መቸገር፣ ማስታወክ፣ የእይታ ብዥታ፣ ወይም መውደቅ የመሳሰሉ ችግሮችን ሲያስከትል ነው።

76. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ **ስፖርት በመጫወትህ ወይም በአካል እንቅስቃሴ ምክንያቶች** ምን ያህል ጊዜ መናጋት አጋጥሞሃል?
   - ሀ. 0 ጊዜያት
   - ለ. 1 ጊዜ
   - ሐ. 2 ጊዜያት
   - መ. 3 ጊዜያት
   - ሠ. 4 ወይም ከዚያ በላይ ጊዜያት

የሚቀጥለው ጥያቄ እንደ ኢንስታግራም፣ ቲክቶክ፣ Snapchat፣ እና X (ቀደም ሲል ትዊተር በመባል የሚታወቀው) ስለማህበራዊ ሚዲያዎች ይጠይቃል።

77. ማህበራዊ አውታረ መረቦችን ምን ያህል ጊዜ ትጠቀማለህ?
   - ሀ. ማህበራዊ ሚዲያ አልጠቀምም።
   - ለ. በወር ጥቂት ጊዜ
   - ሐ. በሳምንት አንድ ጊዜ ገደማ
   - መ. በሳምንት ጥቂት ጊዜ
   - ሐ. በቀን አንድ ጊዜ ገደማ
   - ሠ. በቀን ውስጥ ብዙ ጊዜ
   - ረ. ለአንድ ሰዓት ጊዜ ገደማ
   - ሰ. ከአንድ ሰዓት ጊዜ በላይ

የሚቀጥሉት 9 ጥያቄዎች ስለ ሌሎች ጤና ነክ ጉዳዮች ይጠይቃሉ።

78. የኤችአይቪ (HIV)፣ ኤድስ የሚያመጣውን ቫይረስ ፣ ምርመራ አድርገህ ታውቃለህ? (ደም ስትለግስ የሚደረጉ ምርመራዎችን **አትቁጠር**።)
   - ሀ. አዎ
   - ለ. አይ
   - ሐ. እርግጠኛ አይደለሁም

79. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ (STI) እንደ ክላሚዲያ ወይም ጨብጥ ያለ ከኤችአይቪ ውጪ ላለው ኢንፌክሽን ተመርምረሃል?
   - ሀ. አዎ
   - ለ. አይ
   - ሐ. እርግጠኛ አይደለሁም

80. ለመጨረሻ ጊዜ የጥርስ ሀኪምን ለምርመራ፣ ለጥርስ ጽዳት ወይም ለሌላ የጥርስ ህክምና የሄድከው መቼ ነበር?
- ሀ. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ
- ለ. ከ12 እስከ 24 ወራት በፊት
- ሐ. ከ24 ወራት በፊት
- መ. በጭራሽ
- ሠ. እርግጠኛ አይደለሁም

81. ባለፉት 30 ቀናት ውስጥ የአእምሮ ጤንነትዎ ጥሩ ያልነበረበት ጊዜ ነበር? (ጤናማ ያልሆነ የአእምሮ ጤንነት ጭንቀትንና ድብርትን ያጠቃልላል።)
- ሀ. በጭራሽ
- ለ. አልፎ አልፎ
- ሐ. አንዳንድ ጊዜ
- መ. ብዙ ጊዜ
- ሠ. ሁልጊዜ

82. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ሀዘን፣ ባዶነት፣ ተስፋ መቁረጥ፣ ንዴት ወይም ጭንቀት ሲሰማዎ፣ የሚያስፈልገህ አይነት እርዳታ ምን ያህል ጊዜ አግኝተሃል?
- ሀ. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ በነዚህ ስሜቶች ረገድ በአንዱም እገዛ አላስፈለገኝም።
- ለ. በጭራሽ
- ሐ. አልፎ አልፎ
- መ. አንዳንድ ጊዜ
- ሠ. ብዙ ጊዜ
- ረ. ሁል ጊዜ

83. በትምህርት ቤት ወቅት ምሽት፣ በአማካይ ለስንት ሰዓት ትተኛለህ?
- ሀ. 4 ወይም ከዚያ በታች ሰዓታት
- ለ. 5 ሰዓታት
- ሐ. 6 ሰዓታት
- መ. 7 ሰዓታት
- ሠ. 8 ሰዓታት
- ረ. 9 ሰዓታት
- ሰ. 10 ወይም ከዚያ በላይ ሰዓታት

84. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ አብዛኛውን ጊዜ የምትተኛው የት ነበር?
- ሀ. በወላጆቼ ወይም በአሳዳጊዬ ቤት ውስጥ
- ለ. ቤት ቤቴን ለቅቄ መውጣት ስላለብኝ ወይም ወላጆቼ ወይም አሳዳጊዬ መኖሪያ ቤት መግዛት ስለማይችሉ፣ በጓደኛ፣ በቤተሰብ አባል ወይም በሌላ ሰው ቤት
- ሐ. በመጠለያ ወይም በድንገተኛ መኖሪያ ቤት ውስጥ
- መ. ሞቴል ወይም ሆቴል ውስጥ
- ሠ. መኪና፣ ፓርክ፣ ካምፕ ወይም በሌላ የሕዝብ ቦታ
- ረ. የምተኛበት የተለመደ ቦታ የለኝም
- ሰ. ሌላ ቦታ

85. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ተጨማሪ ምግብ ለመግዛት የሚያስችል ገንዘብ ከማግኘታቸው በፊት፣ ምግብ ያልቅብናል ብለው ቤተሰብህ ምን ያህል ጊዜ ተጨንቀው ነበር?

ሀ. በጭራሽ
ለ. አልፎ አልፎ
ሐ. አንዳንድ ጊዜ
መ. ብዙ ጊዜ
ሠ. ሁልጊዜ

86. ባለፉት 12 ወራት ውስጥ፣ ቤተሰብህ የገዙትን ምግብ አልቆ እና ተጨማሪ ለመግዛት ገንዘብ ስላልነበራቸው ምን ያህል ጊዜ ሳይገዙ ቀርተዋል?

ሀ. በጭራሽ
ለ. አልፎ አልፎ
ሐ. አንዳንድ ጊዜ
መ. ብዙ ጊዜ
ሠ. ሁልጊዜ

87. በየትኛው ትምህርት ቤት ነው የምትማረው? ከአንድ በላይ ትምህርት ቤት ውስጥ የምትማር ከሆነ፣ ብዙ ጊዜ የምትማርበትን ትምህርት ቤት ምረጥ።

አርሊንግተን ኮሚዩኒቲ የሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
አርሊንግተን ቴክ
ዶርዚ ሀም መካከለኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ጋንስተን መካከለኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ኤች-ቢ ውድላውን
ኬንሞር መካከለኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ላንግስተን ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ስዋንሰን መካከለኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ቶማስ ጄፈርሰን መካከለኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ዌክፊልድ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ዋሽንግተን-ሊብርቲ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ዊልያምስበርግ መካከለኛ ደረጃ ትምህርት ቤት
ዮርክታውን ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት

የዳሰሳ ጥናቱ እዚህ ላይ ያበቃል።

ስለ እገዛዎ በጣም እናመሰግናለን!