

إستطلاع رأي السلوكيات الخطرة لدى شباب المدارس المتوسطة لعام 2025

يتعلق إستطلاع الرأي هذا بالسلوك الصحي. وقد تم إعداده للتعرف على ممارساتك الصحية التي يُعتقد أنها قد تؤثر على صحتك. المعلومات التي ستوفرها ستستخدم لتحسين التنقيف والوعي الصحي لأقرانك الشباب.

يرجى عدم كتابة اسمك على استطلاع الرأي. ستبقى إجاباتك سرية، ولن يعرف أحد ما الذي ستكتبه. يُرجى الإجابة على الاسئلة بناءً على ممارساتك الفعلية.

إكمال الاستطلاع طوعي. لن تؤثر إجاباتك على هذه الاسئلة او امتناعك عن الإجابة على درجتك في هذا الفصل. إذا لم تشعر بالراحة في الرد على سؤال معين، فما عليك سوى تركه فارغاً.

الاسئلة المتعلقة بخلفيتك الاجتماعية ستستخدم فقط لفهم وتوصيف أنواع التلاميذ المشاركين في الاستطلاع، ولن تُستخدم هذه المعلومات لمعرفة اسمك. لن يتم الإعلان عن أي أسماء على الإطلاق.

تأكد من قراءة كل سؤال بعناية. قم بملء الاشكال البيضوية بالكامل. عند الانتهاء من الاستطلاع، اتبع تعليمات الشخص الذي يقدمه لك.

شكراً جزيلاً لمساعدتكم

التعليمات

- قم باستخدام قلم رصاص #2 فقط.
- اجعل العلامات غامقة.
- اجب بهذه الطريقة: A B ● D
- ان قمت بتغيير اجابتك، قم بمحو الإجابة السابقة بالكامل.

1. كم تبلغ من العمر؟

- A. 10 سنوات أو أصغر
- B. 11 سنة
- C. 12 سنة
- D. 13 سنة
- E. 14 سنة
- F. 15 سنة
- G. 16 سنة أو أكبر

2. ما هو جنسك؟

- انثى
- ذكر
- غير ثنائي الجنس (اللاثنائية الجندرية)
- جنس آخر غير مدرج هنا
- أفضل عدم الإجابة

3. في أي مرحلة دراسية انت؟

- A. المرحلة السادسة
- B. المرحلة السابعة
- C. المرحلة الثامنة
- D. مرحلة غير مصنفة او مرحلة اخرى

4. ما هو عرقك و/او مجموعتك الإثنية؟ (اختر اجابة واحدة او أكثر)

- A. الهنود الامريكيون او من سكان الاسكا الأصليين
- B. آسيوي
- C. اسود او امريكي من أصل افريقي
- D. اسباني او لاتيني
- E. شرق أوسطي او شمال أفريقي
- F. سكان هاواي الأصليين او سكان جزر المحيط الهادئ
- G. ابيض

الاسئلة الأربعة التالية تتعلق بالسلامة.

5. عند ركوب الدراجة الهوائية، كم عدد المرات التي ترتدي فيها خوذة؟

- A. لا اركب الدراجة الهوائية
- B. لا ارتدي خوذة ابداً
- C. ارتدي خوذة نادراً
- D. ارتدي خوذة احياناً
- E. ارتدي خوذة في أغلب الاحيان

F. ارتدي خوذة دائماً

6. عندما تمارس التزلج (سواء باستخدام أحذية التزلج أو لوح التزلج)، كم عدد المرات التي ترتدي فيها خوذة؟

- A. لا ارتدي خوذة أبداً
- B. لا ارتدي خوذة نادراً
- C. ارتدي خوذة نادراً
- D. ارتدي خوذة أحياناً
- E. ارتدي خوذة في أغلب الأحيان
- F. ارتدي خوذة دائماً

7. كم مرة ترتدي فيها حزام الأمان عند ركوبك السيارة؟

- A. أبداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. في أغلب الأحيان
- E. دائماً

8. هل سبق لك أن ركبت سيارة يقودها شخص تناول الكحول؟

- A. نعم
- B. كلا
- C. غير متأكد

السؤالان التاليان يتعلقان بالسلوكيات والتجارب ذات الصلة بالعنف.

9. هل سبق لك أن شاركت في شجار أو عراك جسدي؟

- A. نعم
- B. كلا

10. هل سبق لك وأن شاهدت شخصاً يتعرض الى الإعتداء الجسدي، أو الضرب، أو الطعن، أو إطلاق الرصاص في منطقتك السكنية؟

- A. نعم
- B. كلا

السؤال التالي يستفسر عن عدد المرات التي شعرت فيها أنك عوملت بسوء أو بعدم إنصاف.

11. خلال حياتك، كم مرة شعرت أنك عوملت بسوء أو بعدم إنصاف في المدرسة بسبب عرقك أو إنتمائك الإثني؟

- A. أبداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. معظم الأحيان
- E. دائماً

السؤالان التاليان يتناولان موضوع التنمر. يُعرّف التنمر على أنه قيام تلميذ أو أكثر بمضايقة أو تهديد تلميذ آخر، أو نشر شائعات عنه، أو ضربه، أو إيذائه بشكل متكرر ومستمر. لا يُعد التنمر قائماً إذا كان هناك جدال بين تلميذين متساويين في القوة، أو إذا تشاجرا أو تبادلوا المضايقات بطريقة ودية.

12. هل سبق لك وأن تعرضت الى التنمر في المدرسة؟

- A. نعم
B. كلا

13. هل سبق لك وأن تعرضت الى التنمر الإلكتروني؟ (قم بـشمل التنمر عبر الرسائل النصية، او على منصة انستغرام، او فيس بوك، او غيرها من وسائل التواصل الاجتماعي).

- A. نعم
B. كلا

السؤال التالي يتناول قيامك بإيذاء نفسك عمداً.

14. هل سبق لك وأن قمت عمداً بإيذاء نفسك دون نية الانتحار، مثل جرح أو حرق نفسك بشكل متعمد؟

- A. نعم
B. كلا

الأسئلة الثلاثة التالية تتعلق بمحاولات الانتحار. في بعض الأحيان، يشعر الأفراد باكتئاب شديد تجاه المستقبل، لدرجة أنهم قد يفكرون في محاولة الانتحار أو قتل أنفسهم.

15. هل سبق لك وأن فكرت جدياً في قتل نفسك؟

- A. نعم
B. كلا

16. هل سبق لك وأن وضعت خطة حول كيفية قتل نفسك؟

- A. نعم
B. كلا

17. هل سبق لك وأن حاولت قتل نفسك؟

- A. نعم
B. كلا

الاسئلة الأربعة التالية تتعلق بتدخين السجائر.

18. هل سبق لك وأن دخنت السجائر، حتى وإن كان ذلك مجرد أخذ نفس واحد أو نفسين؟

- A. نعم
B. كلا

19. كم كان عمرك عندما دخنت السجارة لأول مرة، حتى وإن كان ذلك مجرد أخذ نفس واحد أو نفسين؟

- A. لم أأخذ سجارة قط، حتى وإن كان ذلك مجرد أخذ نفس واحد أو نفسين
- B. ثمان سنوات أو أصغر
- C. 9 سنوات
- D. 10 سنوات
- E. 11 سنة
- F. 12 سنة
- G. 13 سنة أو أكبر

20. خلال الثلاثون يوماً الماضية، كم عدد الايام التي دخنت فيها السجائر؟

- A. 0 يوم
- B. يوم أو يومان
- C. 3-5 ايام
- D. 6-9 ايام
- E. 10-19 يوم
- F. 20-29 يوم
- G. الثلاثون يوماً كلها

21. خلال الثلاثون يوماً الماضية، في الايام التي دخنت فيها، كم سجارة دخنت في اليوم؟

- A. لم اقم بتدخين السجائر خلال الثلاثون يوماً الماضية
- B. اقل من سجارة واحدة في اليوم
- C. سجارة واحدة في اليوم
- D. 2 الى 5 سجائر في اليوم
- E. 6 الى 10 سجائر في اليوم
- F. 11 الى 20 سجارة في اليوم
- G. أكثر من 20 سجارة في اليوم

السؤالان التاليان يتناولان منتجات التدخين الالكترونية مثل (JUUL, Vuse, NJOY, Elf Bar, Esco Bars). تشمل منتجات التدخين الالكترونية كل من السجائر الالكترونية، والـ vapes، والـ mods، والسجائر الالكترونية، والشيشة الإلكترونية أو اقلام الـ vape.

22. هل سبق وجربت احدى منتجات التدخين الالكترونية؟

- A. نعم
- B. كلا

23. خلال الثلاثون يوماً الماضية، كم عدد الأيام التي استخدمت فيها احدى منتجات التدخين الالكترونية؟

- A. 0 يوم
- B. يوم أو يومان
- C. 3-5 ايام
- D. 6-9 ايام
- E. 10-19 يوم
- F. 20-29 يوم

G. الثلاثون يوماً كلها

يتناول السؤالان التاليان منتجات التبغ الأخرى.

24. خلال الثلاثون يوماً الماضية، كم عدد الأيام التي استخدمت فيها تبغ المضغ، أو النشق، أو الغمس، أو المص، أو تلك القابلة للذوبان، أو أكياس النيكوتين؟ مثال على هذه المنتجات: (Copenhagen, Grizzly, Skoal, Camel, Snus,) (on!, Zyn, Velo). (يرجى عدم شمول منتجات التدخين الإلكتروني في اجابتك).

- A. 0 يوم
- B. يوم أو يومان
- C. 3-5 أيام
- D. 6-9 أيام
- E. 10-19 يوم
- F. 20-29 يوم
- G. الثلاثون يوماً كلها

25. خلال الثلاثون يوماً الماضية، كم عدد الأيام التي دخنت فيها السيجار أو السيجاريلو (cigarillo) أو السيجار الصغير (little cigars) مثل (Swisher Sweets, Middleton's) بما في ذلك (Black & Mild) أو (Backwoods)؟

- A. 0 يوم
- B. يوم أو يومان
- C. 3-5 أيام
- D. 6-9 أيام
- E. 10-19 يوم
- F. 20-29 يوم
- G. الثلاثون يوماً كلها

السؤالان التاليان يتعلقان بتناول الكحول، ويشمل ذلك شرب البيرة والنبيذ والمشروبات الكحولية ذات النكهة، بالإضافة إلى المشروبات الكحولية الأخرى مثل الروم (rum) والجن (gin) والفودكا (vodka) والويسكي (whiskey). عند الإجابة على هذه الأسئلة، يُستثنى من تناول الكحول، شرب رشقات قليلة من النبيذ لأسباب دينية.

26. هل سبق أن شربت مشروباً كحولياً؟ أكثر من رشقات قليلة؟

- A. نعم
- B. كلا

27. كم كان عمرك عندما تناولت أول مشروب كحولي، شرط أن يكون أكثر من مجرد عدد قليل من الرشقات؟

- A. لم يسبق لي أن تناولت مشروباً كحولياً باستثناء عدد قليل من الرشقات
- B. 8 سنوات أو أصغر
- C. 9 سنوات
- D. 10 سنوات
- E. 11 سنة
- F. 12 سنة
- G. 13 سنة أو أكبر

السؤالان التاليان يتناولان تعاطي الماريجوانا (Marijuana)، والتي تُعرف أيضاً بالحشيش (weed) أو (pot). يُرجى ملاحظة أنه لا ينبغي شمول أي منتجات CBD أو المنتجات الأخرى التي تُستخرج من نفس نبات الماريجوانا ولكنها لا تسبب النشوة عند استخدامها بمفردها في إجابتك.

28. هل سبق لك وتعاطيت الماريجوانا؟

- A. نعم
- B. كلا

29. كم كان عمرك عندما تعاطيت الماريجوانا لأول مرة؟

- A. لم أتعاطي الماريجوانا قط
- B. 8 سنوات أو أصغر
- C. 9 سنوات
- D. 10 سنوات
- E. 11 سنوات
- F. 12 سنوات
- G. 13 سنوات أو أكبر

يتناول السؤال التالي استخدام الأدوية التي تعالج الألم والتي تصرف بوصفة طبية دون أن يصفها لك طبيب أو بطريقة مختلفة عما وصفها لك الطبيب، مثل: Codeine, Vicodin, Oxycontin, Hydrocodone, Percocet.

30. هل سبق لك أن تناولت دواءً يصرف بوصفة طبية دون أن يكون قد وصفه لك الطبيب أو بطريقة مختلفة عما وصفها لك؟

- A. نعم
- B. كلا

السؤالان التاليان يتناولان تعاطي المخدرات.

31. هل سبق أن تعاطيت فيها أي شكل من أشكال الكوكايين (Cocaine) بما في ذلك (الكوكايين البودرة، والكراك، والفريبيز) (Cocaine powder, crack, freebase)؟

- A. نعم
- B. كلا

32. هل سبق أن استنشقت مادة الصمغ، أو محتويات علب الرذاذ، أو الاصباغ/الدهانات، أو البخاخات للشعور بالنشوة؟

- A. نعم
- B. كلا

الاسئلة الأربعة التالية تتعلق بالسلوك الجنسي.

33. هل سبق ومارست الجنس؟

- A. نعم
- B. كلا

34. كم كان عمرك عندما مارست الجنس لأول مرة؟

- A. لم يسبق لي ومارست الجنس
- B. 8 سنة أو أصغر
- C. 9 سنة
- D. 10 سنة
- E. 11 سنة
- F. 12 سنة
- G. 13 سنة أو أكبر

35. خلال حياتك، كم عدد الاشخاص الذين مارست الجنس معهم؟

- A. لم يسبق لي ومارست الجنس
- B. 1 شخص
- C. 2 شخص
- D. 3 اشخاص
- E. 4 اشخاص
- F. 5 اشخاص
- G. 6 اشخاص أو أكثر

36. في اخر مرة مارست فيها الجنس، هل استخدمت انت او شريكك الواقي الذكري (condom)؟

- A. لم يسبق لي ومارست الجنس
- B. نعم
- C. كلا

السؤالان التاليان يتناولان الوزن.

37. كيف تصف وزنك؟

- A. نقص الوزن الحاد
- B. نقص الوزن الطفيف
- C. قريب من الوزن المناسب
- D. زيادة الوزن الطفيف
- E. زيادة الوزن الحاد

38. ما الذي تحاول القيام به فيما يتعلق بوزنك؟

- A. فقدان الوزن
- B. إكتساب الوزن
- C. المحافظة على الوزن
- D. لا احاول القيام باي شيء فيما يتعلق بوزني.

السؤال التالي يتعلق بتناول وجبة الإفطار.

39. خلال الايام السبعة الماضية، كم عدد المرات التي تناولت فيها وجبة الافطار؟

- A. 0 يوم
- B. 1 يوم
- C. 2 يوم
- D. 3 يوم
- E. 4 يوم
- F. 5 يوم
- G. 6 يوم
- H. 7 يوم

تتناول الأسئلة الثلاث التالية النشاط البدني.

40. خلال الايام السبعة الماضية، كم عدد الأيام التي مارست فيها نشاطاً بدنياً لمدة اجمالية لا تقل عن 60 دقيقة في اليوم؟ (يرجى احتساب كل الوقت الذي قضيتَه في ممارسة اي نوع من النشاط البدني الذي تسبب بزيادة معدل ضربات القلب وصعوبة في التنفس لبعض الوقت).

- A. 0 يوم
- B. 1 يوم
- C. 2 يوم
- D. 3 يوم
- E. 4 يوم
- F. 5 يوم
- G. 6 يوم
- H. 7 يوم

41. كم عدد حصص التربية البدنية (PE) التي تشارك فيها في المدرسة خلال الاسبوع الدراسي العادي؟

- A. 0 يوم
- B. 1 يوم
- C. 2 يوم
- D. 3 يوم
- E. 4 يوم
- F. 5 يوم

42. خلال الاشهر الاثني عشر شهراً الماضية، كم عدد الفرق الرياضية التي شاركت فيها؟ (يرجى احتساب أي فرق رياضية تديرها مدرستك او المجاميع الاجتماعية).

- A. 0 فرق
- B. 1 فريق
- C. 2 فرق
- D. 3 فرق او أكثر

السؤال التالي يتناول الارتجاج الدماغى. يحدث الارتجاج الدماغى نتيجة تعرض الرأس الى ضربة او صدمة، وقد تشمل تأثيراته الصداع، او الارتباك او الشعور بالضبابية، او صعوبة التذكر او مشكلات فى التركيز، او القيء، او تغييم الرؤية، او فقدان الوعي.

43. خلال الاثنى عشر شهراً السابقة، كم مرة تعرضت لإرتجاج دماغى نتيجة مشاركتك فى رياضة او نشاط بدنى؟

- A. 0 مرات
- B. 1 مرة
- C. 2 مرات
- D. 3 مرات
- E. 4 مرات أو أكثر

يتعلق السؤال التالي بوسائل التواصل الاجتماعى مثل Instagram، وTikTok، وSnapchat، وX (المعروف سابقاً بتويتر Twitter).

44. ما مدى استخدامك لوسائل التواصل الاجتماعى؟

- A. لا استخدم وسائل التواصل الاجتماعى
- B. عدة مرات فى الشهر
- C. مرة فى الاسبوع
- D. عدة مرات فى الاسبوع
- E. مرة فى اليوم
- F. عدة مرات فى اليوم
- G. مرة فى الساعة
- H. أكثر من مرة فى الساعة

الاسئلة الستة التالية تتناول مواضيع ذات صلة بالصحة.

45. خلال الثلاثون يوماً الماضية كم مرة شعرت بأن صحتك النفسية سيئة؟ (يشمل الصحة النفسية السيئة الشعور بالتوتر والقلق والاكتئاب)

- A. ابداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. معظم الأحيان
- E. دائماً

46. خلال الاثنى عشر شهراً الماضية، كم مرة تلقيت المساعدة التى كنت بحاجة اليها عندما شعرت بالحزن، او الفراغ، أو اليأس، او الغضب، او التوتر؟

- A. لم أكن بحاجة الى تلقي المساعدة لأي من هذه المشاعر خلال الاثنى عشر شهراً الماضية
- B. ابداً
- C. نادراً
- D. أحياناً
- E. معظم الأحيان
- F. دائماً

47. كم عدد ساعات النوم التي تحصل عليها في ليلة مدرسية عادية؟

- 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

48. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، اين كنت تنام في العادة؟

- A. في منزل أحد والديّ أو الوصي علي
- B. في منزل أحد الأصدقاء أو الأقارب أو اي شخص آخر لأنني اضطررت الى مغادرة منزلي أو ان ولي امري أو الوصي علي لا يستطيع تكبد تكاليف السكن
- C. في ملجأ أو سكن الطوارئ
- D. في فندق أو نزل صغير
- E. في السيارة، أو الحديقة، أو المخيم، أو اي مكان عام آخر
- F. ليس لدي مكان معتاد للنوم
- G. اي مكان آخر

49. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، كم مرة شعرت اسرتك بالقلق من نفاذ الطعام قبل أن تتمكنوا من الحصول على المال لشراء المزيد؟

- A. أبداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. في أغلب الأحيان
- E. دائماً

50. خلال الاثني عشر شهراً الماضية، كم مرة نفذ الطعام الذي اشترته أسرتك ولم يكن لديهم المال الكافي لشراء المزيد؟

- A. أبداً
- B. نادراً
- C. أحياناً
- D. في أغلب الأحيان
- E. دائماً

51. ما اسم المدرسة التي تلتحق بها حالياً؟ إذا كنت ملتحقاً بأكثر من مدرسة، يرجى كتابة اسم المدرسة التي تقضي فيها معظم وقتك.

- مدرسة أرلينغتون كوميونتي الإعدادية (Arlington Community High School)
- مدرسة أرلينغتون تك (Arlington Tech)
- مدرسة دوروثي هام المتوسطة (Dorothy Hamm Middle School)

- مدرسة غنستن المتوسطة (Gunston Middle School)
- مدرسة هـ-ب ودلون (H-B Woodlawn)
- مدرسة كينمور المتوسطة (Kenmore Middle School)
- مدرسة لانغستن الإعدادية (Langston High School)
- مدرسة سوانسن المتوسطة (Swanson Middle School)
- مدرسة توماس جيفرسون المتوسطة (Thomas Jefferson Middle School)
- مدرسة ويكفيلد الإعدادية (Wakefield High School)
- مدرسة واشنطن-ليبرتي الإعدادية (Washington-Liberty High School)
- مدرسة وليامسبرغ المتوسطة (Williamsburg Middle School)
- مدرسة يوركتاون الإعدادية (Yorktown High School)

هذه نهاية استطلاع الرأي
شكراً جزيلاً لمساعدتكم