



Republika e Kosovës
Republika Kosova – Republic of Kosovo
Qeveria - Vlada - Government

*Ministria e Arsimit, Shkencës, Teknologjisë dhe Inovacionit
Ministarstvo obrazovanja, nauke, tehnologije i inovacije
Ministry of Education, Science, Technology and Innovation*

PAKO BAZIKE E INSTRUMENTEVE PËR PSIKOLOGËT SHKOLLORË DHE PEDAGOËT



**PAKO BAZIKE E INSTRUMENTEVE
PËR PSIKOLOGËT SHKOLLORË
DHE PEDAGOGËT**

Falënderim

Ky material është zhvilluar dhe publikuar me mbështetjen e Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH në emër të Qeverisë Gjermane.

Përmbajtja e tekstit origjinal është përgjegjësi e Qendrës për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore (QHPSM) dhe jo domosdoshmërisht pasqyron opinionin zyrtar të Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH apo të Qeverisë Gjermane.

E drejta e autorit © 2021: Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore – QHPSM

Të gjitha të drejtat e rezervuara bazuar në Ligjin Nr. 04/L-065 për të Drejtat e Autorit dhe të Drejtat e Përafërta. Përveç citimit të fragmenteve të shkurtra, pjesët e këtij dokumenti nuk mund të riprodhohen apo transmetohen në çfarëdo forme apo përmes çfarëdo mjet elektronik, mekanik, fotokopjohen dhe inçizohen pa lejen paraprake të Qendrës për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore – QHPSM. Për më tepër, ky dokument është hartuar dhe do të përdoret vetëm për qëllime kërkimore, eksploruese në shërbim e dobi të pedagogëve dhe psikologëve shkollorë. Ndërsa, të drejtat për instrumentet individuale në pako ju takojnë autorëve të cituar.

Përmbajtja

Hyrje.....	6
Çrregullimet Klinike.....	11
Ankthi.....	12
Depresioni.....	21
Çrregullimet e të Nxënësve.....	27
Çrregullimet Neuro-Zhvillimore.....	39
Varësitë.....	55
Familja dhe Shoqëria.....	59
Përkrahja Sociale.....	60
Prindërimi.....	63
Zhvillimi Pozitiv i të Rinjve.....	76
Fuqitë Individuale	85
Empatia.....	86
Inteligjenca Emocionale.....	89
Kompetencat.....	95
Përparësitë dhe Vështirësitë.....	99
Vetërregullimi.....	103
Vetëvlerësimi.....	117
Mirëqenia Psikologjike & Fizike.....	119
Kënaqësia dhe Orientimi ndaj Jetës.....	120
Ndjenjat pozitive dhe negative.....	130
Shëndeti.....	160
Zhvillimi i Suksesshëm.....	166
Përvojat dhe Mendimet lidhur me Shkollën.....	175
Motivimi & Emocionet Akademike.....	176
Përceptimi për Shkollën.....	190
Përvojat Negative.....	195
Sjelljet e Nxënësve.....	207
Kontributi në Shoqëri.....	209
Leximi.....	210
Sjelljet Problematike.....	220
Përmbyllje.....	228
Legjenda/fjalorthi	229

Hyrje

Testet ose instrumentet vlerësuese psikologjike dhe pedagogjike në shkolla përdoren për të vlerësuar funksionet kognitive, emocionale, sjellore dhe sociale tek fëmijët, të cilat ndiqen nga ndërhyrje efektive dhe mund të rezultojë në arritshmëri më të lartë shkollore. Nëse problemet/sfidat dhe potencialet e ndryshme (psikologjike, emocionale, të sjelljes, sociale, njohëse, etj.) të fëmijëve mbeten të paidentifikuara, është rrezik që fëmijët të mos arrijnë potencialin e tyre të plotë në procesin e arsimit dhe kjo mund të ndikojë negativisht në zhvillimin e tyre të shëndetshëm. Për momentin, në Kosovë janë rreth 60 psikologë shkollore dhe 70 pedagogë të cilët nuk kanë një pako themelore të testeve/instrumenteve të tilla matëse.

Nëse psikologët dhe pedagogët janë të pajisur me instrumentet e nevojshme, kjo do të mundësonte:

- 1 një punë më e strukturuar;
- 2 identifikim më të saktë të vështirësive dhe potencialeve të fëmijëve;
- 3 vlerësim të punës individuale ose grupore të Shërbimeve Psikologjike dhe Pedagogjike në Shkolla;
- 4 krijimin e normave kombëtare për teste/instrumente të caktuara.

Prandaj, për të ndihmuar që të arrihen qëllimet e lartpërmendura, është implementuar ky projekt. Projekti "Pakoja bazike e instrumenteve dhe testeve për pedagogët dhe psikologët shkollore" është implementuar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore (QHPSM), duke nisur nga periudha 15 Korrik 2020 deri më 1 Mars 2021, është përkrahur financiarisht nga GIZ Kosova, si dhe është mbështetur nga Ministria e Arsimit dhe Shkencës – MASH, dhe Departamenti i Psikologjisë në Universitetin e Prishtinës. Ky projekt ka pasur për qëllim të përmirësojë dhe fuqizojë shërbimet profesionale psikologjike dhe pedagogjike në shkollat fillore dhe të mesme të ulta të Kosovës, duke identifikuar, përkthyer, dhe adaptuar testet vlerësuese dhe instrumentet kryesore psikologjike. Nga kjo pako bazike do të përfitojnë 60 psikologë shkollore dhe 70 pedagogë të cilët janë të punësuar në sistemin edukativ në Kosovë.

Kontribuesit në këtë projekt:

Prof. Asoc. Dr. Aliriza Arënlju,

Universiteti i Prishtinës, Fakulteti Filozofik, Departamenti i Psikologjisë

Ass. Dr. Fitim Uka,

Universiteti i Prishtinës, Fakulteti Filozofik, Departamenti i Psikologjisë

Ass. Dr. Natyra Agani,

Universiteti i Prishtinës, Fakulteti Filozofik, Departamenti i Psikologjisë

Dardana Fetahu, QHPSM

Diar Hajrizi, QHPSM

Shkurtë Bajgora, QHPSM

Fatime Rrahmani, QHPSM

Arian Musliu, QHPSM

Egzonë Bulliqi, QHPSM

Ardita Bahtiri, Msc. Psikologe Shkollore

Valdet Plakolli, Msc. Psikolog Shkollor

Albina Statovci, QHPSM

Shqipdona Zogjani, QHPSM

Vlerë Hyseni, QHPSM

Vjollcë Mustafa, QHPSM

Lirie Lokaj, GIZ Kosova

Rezearta Zhinipotoku-Behluli, GIZ Kosova

Lulavere Kadriu – Behluli, MASH

Besmira Thaqi, MASH

Falënderim nxënësve, prindërve, drejtorëve/drejtoreshave të shkollave, dhe stafit shkollor që kanë kontribuar në realizimin e këtij projekti, përmes pjesëmarrjes në plotësimin e pyetësoreve duke mundësuar mbledhjen e të dhënave. Ky dokument do të shërbejë në të mirë të çdo nxënësi duke bërë që dera e psikologut/es apo pedagogut/es të jetë përherë e hapur dhe profesionisti/ja të jetë në gatishmëri për ofrimin e shërbimeve sa më cilësore për nxënësit e Kosovës.

Kjo pako bazike e instrumenteve për pedagogët dhe psikologët shkollorë nuk do të mundësohej pa përkrahjen financiare të The Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH, mbështetjes së Ministrisë së Arsimit dhe Shkencës, ekspertizës së Departamentit të Psikologjisë si dhe stafit të Qendrës për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore për punën gjatë këtyre muajve me qëllim përmirësimin dhe avancimin e shërbimeve të shëndetit mendor në aspektin shkollor.

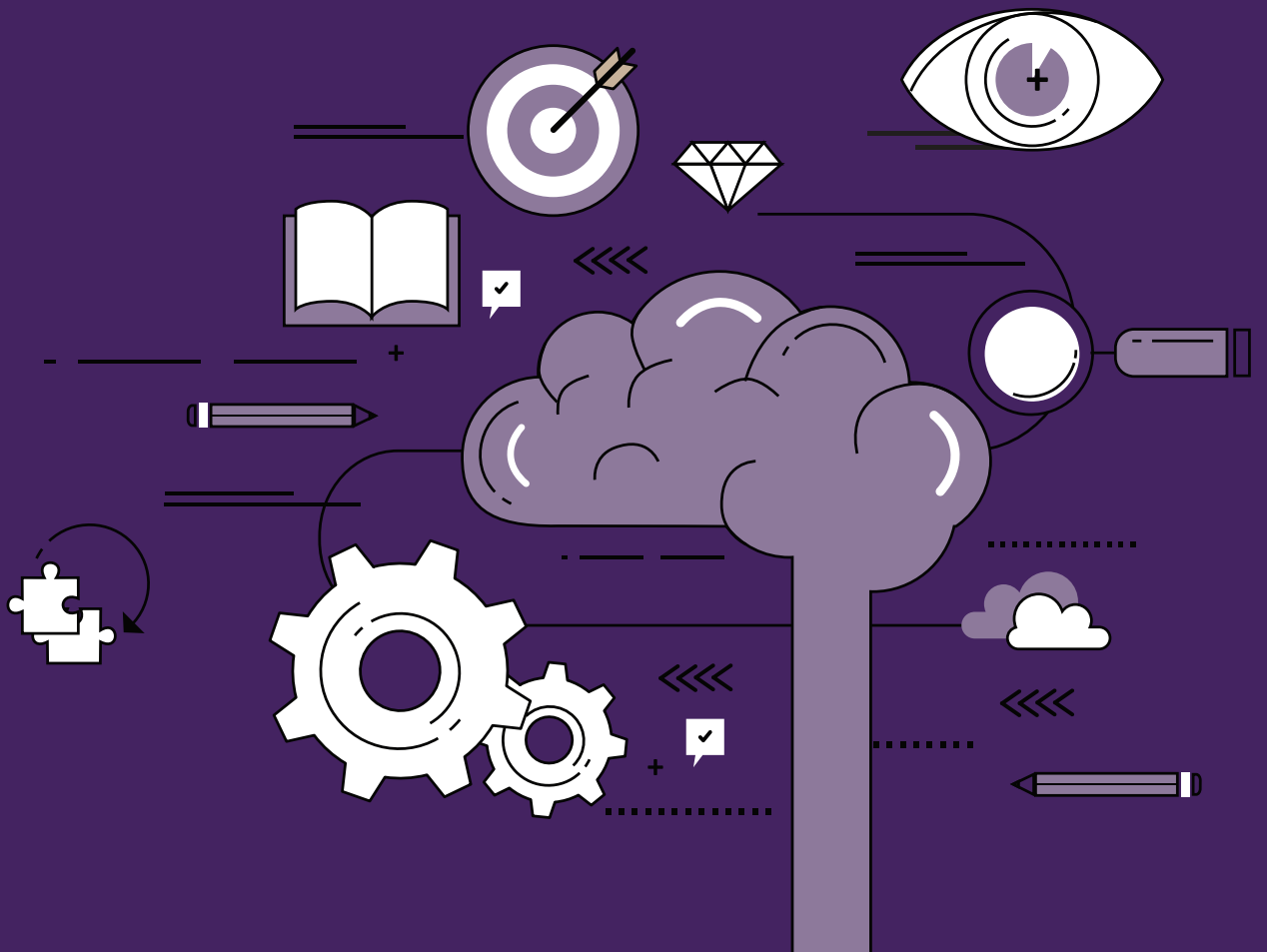
Më poshtë mund të gjeni pakon e cila përmban gjithsej 55 instrumente të ndara në 6 dimensione të përgjithshme për orientim më të lehtë. Secili instrument përmban informata lidhur me nën-dimensionet e tij, targetin dhe moshat në të cilat duhet të përdoret, informata për pikëzime, si dhe referenca të punimeve në shqip dhe të huaja.

Tabela përmbledhëse

Dimensioni i përgjithshëm	Dimensioni specifik	Instrumenti	Targeti dhe mosha
Çrregullimet Klinike	Ankthi	Shkalla e Ankthit të Fëmijëve nga Spence (Raporti i Fëmijëve)	Nxënësit 8-15
		Shkalla e Ankthit të Fëmijëve nga Spence (Raporti i Prindërve)	Prindërit e nxënësve 8-15
	Depresioni	Inventari i Depresionit nga Beck	Nxënësit +13
		Shkalla e Depresionit nga Goldberg	Nxënësit +13
	Çrregullimet Neuro-Zhvillimore	Listë kontrolli për fëmijët me Autizëm	Nxënësit 5-10
		Listë kontrolli për fëmijët me Çrregullim të përpunimit të informacionit shqisor	Nxënësit 5-10
		Listë kontrolli për fëmijët me Çrregullim të vëmendjes me/pa hiperaktivitet	Nxënësit 5-10
		Listë kontrolli për fëmijët me Hiperaktivitet	Nxënësit 5-10
	Çrregullimet e të Nxënit	Listë kontrolli për fëmijët me Disgrafi	Nxënësit 5-10
		Listë kontrolli për fëmijët me Diskalkuli	Nxënësit 5-10
		Listë kontrolli për fëmijët me Disleksi	Nxënësit 5-10
		Listë kontrolli për fëmijët me Dispraksi	Nxënësit 5-10
	Varësitë	Testi për Varësinë nga Interneti	Nxënësit 12-18
Familja dhe shoqëria	Përkrahja sociale	Shkalla Multidimensionale e Përkrahjes së Perceptuar Sociale	Nxënësit +13
	Prindërimi	Pyetësi i Stileve dhe Dimensioneve të Prindërimit	Prindërit e nxënësve 4-12
		Pyetësi i Stileve të Prindërimit	Prindërit e nxënësve 4-12
Zhvillimi Pozitiv i të Rinjve	Pyetësi i Aseteve Zhvillimore	Nxënësit +15	
Fuqitë individuale	Empatia	Pyetësi i Empatisë	Nxënësit 9-16
	Inteligjenca Emocionale	Inteligjenca Emocionale e Nxënësve	Nxënësit 11-15
	Kompetencat	Pyetësi i 5 Kompetencave të Zhvillimit Pozitiv të Rinjve	Nxënësit +15
	Përparësitë dhe Vështirësitë	Pyetësor mbi Fuqitë dhe Vështirësitë	Kujdestarët e fëmijëve 3-16
	Vetërregullimi	Detyra e Trokitjes me Laps	Nxënësit 4-5
		Koka-gishtërinjtë e këmbës-gjunjët-supet	Nxënësit 4-8
Vetëvlerësimi	Shkalla e Rosenberg për Vetë-vlerësimin	Nxënësit 9-12	

Mirëqenia Psikologjike & Fizike	Kënaqësia dhe Orientimi ndaj Jetës	Pyetësor për Lokusin e Kontrollit	Nxënësit +12
		Shkalla e Kënaqësisë me Jetën	Nxënësit 9-14
		Shkalla e matjes së Qëllimit në Jetë	Nxënësit +15
		Testi i Orientimit në Jetë	Nxënësit 13-19
	Ndjenjat pozitive dhe negative	Aktivitete të Shëndetshme	Nxënësit +15
		Pyetësor për Turpin	Nxënësit +13
		Pyetësori i Buss-Perry për Agresionin	Nxënësit +13
		Pyetësori i Mirënjohjes	Nxënësit +10
		Shkalla e Kessler për Distresin	Nxënësit +14
		Shkalla e Mindfulness	Nxënësit +15
		Shkalla e Përvojave Pozitive dhe Negative	Nxënësit +13
		Shkalla e Ruminimit në Zemërim	Nxënësit +10
		Shkalla për Afektin Pozitiv dhe Negativ	Nxënësit +7
		Shkalla Subjektive e Lumturisë	Nxënësit +15
	Shkalla UCLA mbi Vetminë	Nxënësit +12	
	Shëndeti	Test për matjen e nivelit të frustrimit	Nxënësit 4-7
		Lista e Kontrollit të Sjelljes së Shëndetit në Fëmijët e Moshës Shkollore	Nxënësit +15
		Pyetësori për Ankesat Somatike	Nxënësit +8
	Zhvillimi i Suksesshëm	Pyetësori i Përbushjes së Nevojave Bazike	Nxënësit +13
		Shkalla e Zhvillimit të Suksesshëm	Nxënësit +15
Përvojat dhe mendimet lidhur me shkollën	Motivimi & Emocionet Akadematike	Pyetësori për Emocionet e Arrijtes	Nxënësit +8
		Shkalla e motivimit akademik të nxënësve	Nxënësit +15
	Përceptimi për Shkollën	Shkalla e Perceptimit të Klimës Shkollore	Nxënësit 11-15
		Përshtypja e Përgjithshme për Sigurinë në Shkollë	Nxënësit 11-15
	Përvojat Negative	Pyetësori i Olweus për Ngaçimin	Nxënësit 11-15
		Shkalla Multidimensionale e Viktimizimit nga Bashkëmoshatarët	Nxënësit 11-16
Sjelljet e nxënësve	Kontributit në Shoqëri	Shkalla e Kontributit në Shoqëri	Nxënësit +15
	Leximi	Inventari i Besimit të Prindërve ndaj Leximit	Prindërit e nxënësve 4-5
		Pyetësori i Lexueshmërisë Aktive	Nxënësit +10
	Sjelljet Problematike	Shkalla e Sjelljeve të Rrezikshme	Nxënësit 15-18
		Inventari i Sjelljes së Fëmijes i Eyberg	Prindërit e fëmijëve 2-16

Çrregullimet Klinike



Ankthi

Shkalla e Ankthit të Fëmijëve nga Spence (Raportimi i prindit) Spence Children's Anxiety Scale (Parent's Report)

Shkalla e Ankthit të Fëmijëve nga Spence, pjesa e raportimit të prindërve (1994) është instrument vetëraportues, i përbërë nga 38 deklaratat, që për qëllim kanë matjen e ankthit të fëmijëve. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla katër pikëshe nga 1 ("kurrë") deri në 4 ("gjithmonë").

Nën-dimensionet:

Çrregullim paniku dhe agorafobia: 11, 15, 18, 20, 21, 22, 24, 25, 26

Ankth i Përgjithësuar: 1, 2, 3, 14, 16, 17

Ankthi i ndarjes: 4, 7, 10, 12, 13, 27

Fobia Sociale: 5, 6, 8, 9, 19, 23

Targeti dhe grup-mosha:

Prindërit e nxënësve 8-15 vjeçarë.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Sa më i lartë rezultati, aq më i lartë niveli i ankthit. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare.

Çrregullim paniku dhe agorafobia: 11.55

Ankth i Përgjithësuar: 10.14

Ankthi i ndarjes: 9.22

Fobia Sociale: 10.32

Pra, në rastin e dimension të parë, rezultati nën 11.55 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Spence, S. (1994). Spence Children's Anxiety Scale (Parent Report).

Marrë nga <https://www.scaswebsite.com/docs/scas.pdf>, ndërsa versioni shqip është përkthyer, përshtatur dhe administruar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore.

Shkalla e Ankthit të Fëmijëve nga Spence (Raportimi i prindit)

Më poshtë është një listë e deklaratave që përshkruajnë fëmijët. Për secilën deklaratë ju lutem të rrethoni atë që përshkruan fëmijën tuaj. Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

1 Fëmija im shqetësohet për gjëra

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

2 Kur fëmija im ka ndonjë problem, ankohet se ka një ndjenjë të çuditshme në stomakun e tij/saj

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

3 Fëmija im ankohet se ndihet i/e frikësuar

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

4 Fëmija im do të ndihej i/e frikësuar nëse do të ishte vetëm në shtëpi

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

5 Fëmija im ka frikë kur duhet të bëjë një test

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

6 Fëmija im ka frikë kur ai/ajo duhet të përdorë tualete publike ose banjo

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

7 Fëmija im shqetësohet se do të jetë larg nesh/meje

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

8 Fëmija im ndihet i frikësuar se ai/ajo do të duket si budalla para njerëzve

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

9 Fëmija im shqetësohet se nuk do t'ia dalë mbarë në shkollë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

10 Fëmija im shqetësohet se diçka e tmerrshme do t'i ndodhë dikujt në familjen tonë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

11 Fëmija im ankohet se papritmas ndihet sikur nuk mund të marrë frymë kur nuk ka asnjë arsye për këtë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

Më poshtë është një listë e deklaratave që përshkruajnë fëmijët. Për secilën deklaratë ju lutem të rrethoni atë që përshkruan fëmijën tuaj. Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

12 Fëmija im ka frikë nëse duhet të flejë vetë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

13 Fëmija im ka problem të shkojë në mëngjes në shkollë për shkak se ndihet i/e frikësuar

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

14 Kur fëmija im ka një problem, ai ose ajo ankohet për rrahjet të shpejta të zembrës

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

15 Fëmija im papritmas fillon të dridhet kur nuk ka asnjë arsye për këtë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

16 Fëmija im shqetësohet se diçka e keqe do t'i ndodhë atij/asaj

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

17 Kur fëmija im ka një problem, ai/ajo ndjen dridhje

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

18 Fëmija im ndihet i/e frikësuar nëse duhet të udhëtojë në makinë, në autobus ose në tren

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

19 Fëmija im shqetësohet se çfarë mendojnë njerëzit e tjerë për të

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

20 Fëmija im ka frikë të jetë në vende të mbushura me njerëz (si qendrat tregtare, kinema, sheshe lojërash)

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

21 Papritmas fëmija im ndihet i/e frikësuar pa ndonjë arsye

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

22 Fëmija im ankohet se papritmas i merren mendtë ose që do t'i bjerë të fikët, kur nuk ka asnjë arsye për këtë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

Më poshtë është një listë e deklaratave që përshkruajnë fëmijët. Për secilën deklaratë ju lutem të rrethoni atë që përshkruan fëmijën tuaj. Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

23 Fëmija im ndihet i/e frikësuar kur duhet të flasë para klasës

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

24 Fëmija im ankohet që papritmas zemra e tij/saj fillon të rrahë shumë shpejt pa ndonjë arsye

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

25 Fëmija im shqetësohet se ai/ajo papritmas do të ketë një ndjenjë që do të frikësohet kur nuk ka asgjë për të pasur frikë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

26 Fëmija im ka frikë të mos jetë në vende të vogla dhe të mbyllura, si tunele apo dhoma të ngushta

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

27 Fëmija im do të ndihej i/e frikësuar nëse brenda një nate do të duhej të qëndronte larg shtëpisë

1 Jo 2 Po

28 A ka ndonjë gjë tjetër që fëmija juaj me të vërtetë ka frikë?

Ju lutemi shkruani se çfarë është, dhe plotësoni se sa shpesh ai/ajo ka frikë nga kjo gjë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

Shkalla e Ankthit të Fëmijëve (Raportimi i Fëmijëve) Spence Children's Anxiety Scale (Children's Report)

Shkalla e Ankthit të Fëmijëve (Spence, 1994) është një pyetësor i krijuar për të identifikuar simptomat e çrregullimeve të ndryshme të ankthit tek fëmijët. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 4 pikëshe, nga 1 ("kurrë") deri 4 ("gjithmonë").

Nën-dimensionet:

Ankth i ndarjes: 5, 8, 12, 15, 16, 44

Fobi Sociale: 6, 7, 9, 10, 29, 35

Obsessive-Kompulsive: 14, 19, 27, 40, 41, 42

Panik/Agorafobia: 13, 21, 28, 30, 32, 34, 36, 37, 39

Frika nga dëmtimi fizik: 2, 18, 23, 25, 33

Ankth i Përgjithësuar: 1, 3, 4, 20, 22, 24

Pyetje pozitive për të reduktuar paragjykimin e përgjigjeve negative (fillers): 11, 17, 26, 31, 88

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 8-15 vjeçare.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Sa më i lartë rezultati, aq më i lartë niveli i ankthit. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare.

Ankth i ndarjes: 11.82

Fobi Sociale: 11.82

Obsessive-Kompulsive: 14.15

Panik/Agorafobia: 12.87

Frika nga dëmtimi fizik: 9.75

Ankth i Përgjithësuar: 11.91

Pyetje pozitive për të reduktuar paragjykimin e përgjigjeve negative (fillers): 19.27

Përshembull, në rastin e dimensionit të parë, rezultati nën 11.82 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Spence, S. (1994). Spence Children's Anxiety Scale.

Marrë nga <https://www.scaswebsite.com/docs/scas.pdf>, ndërsa versioni shqip është përkthyer, përshtatur dhe administruar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore.

Shkalla e Ankthit të Fëmijëve nga Spence (Raportimi i fëmijës)

Udhëzues për pjesëmarrës/e: Të lutem rrethoje opsionin i cila tregon se sa shpesh këto situata të ndodhin. Ju lutem vini re se nuk ka përgjigje gabim, ose të sakta.

1 Unë shqetësohem për gjëra
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

2 Unë frikësohem nga errësira
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

3 Kur kam një problem, e kam një ndjenjë të çuditshme në stomak
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

4 Unë ndjehem i/e frikësuar
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

5 Do të frikësohesha po të isha vetëm në shtëpi
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

6 Ndjehem i/e frikësuar kur duhet të bëjë një test
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

7 Ndjehem i/e frikësuar të përdorë tualetet publike
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

8 Shqetësohem të jem larg prindërve të mi
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

9 Frikësohem se mos dukem budalla para njerëzve
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

10 Shqetësohem se nuk do t'ia dalë mbarë në detyrat e mia shkollore
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

11 Unë jam i/e famshëm në mesin e fëmijëve të tjerë të moshës sime
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

12 Shqetësohem se diçka e tmerrshme do t'i ndodhë dikujt në familjen time
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

13 Papritmas ndjehem sikur nuk mund të marr frymë kur nuk ka asnjë arsye për këtë
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

Udhëzues për pjesëmarrës/e: Të lutem rrethoje opsionin i cila tregon se sa shpesh këto situata të ndodhin. Ju lutem vini re se nuk ka përgjigje gabim, ose të sakta.

14

Mua më duhet të kontrolloj nëse i kam bërë gjërat

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

15

Ndihem i/e frikësuar nëse më duhet të fle vetëm

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

16

Kam problem që të shkoj në shkollë në mëngjes sepse ndjehem në siklet ose i/e frikësuar

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

17

Unë jam i/e mirë në sporte

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

18

Unë jam i/e frikësuar nga qentë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

19

Nuk mund t'i largoj nga mendja mendimet e këqija

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

20

Kur kam një problem zemra ime rrah shumë shpejt

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

21

Papritmas filloj të dridhem kur s'ka një arsye për këtë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

22

Unë shqetësohem se diçka e keqe do t'më ndodhë mua

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

23

Kam frikë të shkoj te mjekët apo dentistët

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

24

Kur kam një problem, ndjej dridhje

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

25

Unë frikësohem nga vendet e larta dhe ashensorët

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

26

Unë jam një person i mirë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

27

Më duhet të mendoj për mendime të veçanta (si numra ose fjalë), që të mos i lë gjërat e këqija të ndodhin

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

Udhëzues për pjesëmarrës/e: Të lutem rrethoje opsionin i cila tregon se sa shpesh këto situata të ndodhin. Ju lutem vini re se nuk ka përgjigje gabim, ose të sakta.

- 28** Ndhem i/e frikësuar nëse duhet të udhëtoj me makinë, ose në një autobus apo tren
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 29** Unë shqetësohem se çfarë mendojnë njerëzit e tjerë për mua
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 30** Unë kam frikë të jem në vende të mbushura me njerëz (si qendrat tregtare, kinema, autobusë, sheshe lojërash)
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 31** Unë ndihem i/e lumtur
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 32** Papritmas ndjehem me të vërtetë i/e frikësuar pa ndonjë arsye fare
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 33** Unë frikësohem nga insektet dhe merimangat
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 34** Papritmas më merren mendtë ose më bie të fikët kur nuk ka asnjë arsye për këtë
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 35** Ndjehem i frikësuar nëse duhet të flas para klasës sime
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 36** Zemra ime papritmas fillon të rrahë shumë shpejt, pa ndonjë arsye
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 37** Shqetësohem se papritmas do të kem një ndjenjë që do të frikësohem kur nuk ka asgjë për të pasur frikë
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 38** Mua më pëlqen vetja ime
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 39** Kam frikë të jem në vende të vogla të mbyllura, si tunele apo dhoma të ngushta
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 40** Unë duhet të bëj disa gjëra pa pushim (si larja e duarve, ose vendosja e gjërave në një rend të caktuar)
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë
-
- 41** Më shqetësojnë fotografi ose mendime të këqija në mendjen time
1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

Udhëzues për pjesëmarrës/e: Të lutem rrethoje opsionin i cila tregon se sa shpesh këto situata të ndodhin. Ju lutem vini re se nuk ka përgjigje gabim, ose të sakta.

42 Unë duhet të bëj disa gjëra në mënyrën e duhur për të ndaluar ndodhjen e gjërave të këqija

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

43 Unë jam krenar/e për punën time në shkollë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

44 Do të ndihesha i/e frikësuar nëse do të duhej të qëndroja larg shtëpisë brenda natës

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

45 A ka diçka tjetër nga e cila vërtet keni frikë?

1 Jo 2 Po

46 Ju lutemi shkruani se çfarë është, dhe plotësoni se sa shpesh ai/ajo ka frikë nga kjo gjë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh 4 Gjithmonë

Depresioni

Inventari i Depresionit nga Beck Beck Depression Inventory (BDI)

Shkalla e Depresionit të Beck (Beck, 1961) është pyetësor vetë-raportues i përbërë nga gjithsej 21 grupe të deklaratave, që për qëllim kanë matjen e tendencës së individit për depresion.

Nën-dimensionet:

Kognitiv-Afektiv: 1-13

Somatik-Performancë: 14-21

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 13 vjeçare

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Kur llogariten pikët e testit, një vlerë nga 0 deri në 3 përcaktohen për secilën përgjigje, pastaj rezultati total llogaritet varësisht nga pikët e secilës përgjigje. Pra, më i lartë rezultati, aq më i lartë niveli i depresionit.

Depresion minimal: 0-9

Depresion jo të theksuar: 10-18

Depresion të moderuar: 19-29

Depresion të theksuar: 30-63

Shënim shtesë:

Në rast se pyetja 21 nuk aplikohet për respondentin/en, atëherë duhet të pikëzohet me 0 në mënyrë që të mos ndikojë në rezultatin final.

Referencat:

Beck, Ward, Mendelson, Mock, & Erbaugh, (1961). Beck Depression Inventory.

Marrë nga <http://www.incredibleyears.com/download/resources/pathfinders-information-measures-scoring.pdf>, ndërsa versioni është standardizuar nga Departamenti i Psikologjisë, Universiteti i Prishtinës.

Iventari i Beck-ut për Depresion

Ky pyetësor përbëhet nga 21 grupe deklaratash. Ju lutemi lexoni çdo grup të deklaratave me kujdes dhe më pas zgjidhni një pohim në secilin grup, që përshkruan më së miri mënyrën se si jeni ndjerë gjatë dy javëve të fundit, përfshirë edhe ditën e sotme. Rretho numrin pranë deklaratës që ke zgjedhur. Nëse disa pohime në të njëjtin grup duket se vlejné po aq shumë për ju, rrethoni numrin më të lartë për atë grup. Sigurohuni që nuk zgjidhni më shumë se një pohim për asnjë grup.

- 1 0 Unë nuk ndjehem i/e pikëlluar.
 1 Unë ndjehem i/e pikëlluar
 2 Unë jam i/e trishtuar gjatë gjithë kohës dhe nuk mund t'a largoj.
 3 Jam aq i/e trishtuar dhe i/e palumtur sa nuk mund ta duroj

- 2 0 Unë nuk jam veçanërisht i/e dekurajuar për të ardhmen.
 1 Ndihem i/e shkurajuar për të ardhmen.
 2 Ndjej se nuk kam asgjë për të pritur.
 3 Unë ndiej që e ardhmja është e pashpresë dhe se gjërat nuk mund të përmirësohen.

- 3 0 Unë nuk ndjehem si një i/e dështuar.
 1 Ndjej se kam dështuar më shumë sesa një person mesatar.
 2 Teksa reflektoj mbi jetën time, gjithçka që mund të shoh janë dështimet e shumta.
 3 Unë ndiej se jam një totalisht i/e dështuar si person

- 4 0 Unë marr po aq shumë kënaqësi nga gjërat, si më parë.
 1 Nuk i shijoj më gjërat si më parë.
 2 Unë nuk marr kënaqësi të vërtetë më nga asgjë.
 3 Jam i/e pakënaqur ose i/e mërzhitur për gjithçka.

- 5 0 Unë nuk ndihem posaçërisht fajtor/e.
 1 Ndihem fajtor/e një pjesë të mirë të kohës.
 2 Ndihem mjaft fajtor/e shumicën e kohës.
 3 Ndihem fajtor/e gjatë gjithë kohës.

- 6 0 Unë nuk ndiej se jam duke u ndëshkuar.
 1 Ndjej se mund të ndëshkohem.
 2 Unë pres të ndëshkohem.
 3 Unë ndiej se po ndëshkohem.

- 7 0 Unë nuk ndjehem i/e zhgënjyer në veten time.
 1 Unë jam i/e zhgënjyer në veten time.
 2 Jam i/e neveritur nga vetja ime.
 3 Unë e urrej veten time.

- 8 0 Unë nuk ndiej se jam më keq se kushdo tjetër.
 1 Unë jam kritik ndaj vetvetes për dobësitë ose gabimet e mia.
 2 Unë fajësoj veten time gjatë gjithë kohës për gabimet e mia.
 3 Unë fajësoj veten time për gjithçka të keqe që ndodh.

- 9 0 Unë nuk kam mendime për të vrarë veten.
 1 Kam mendime për të vrarë veten, por nuk do të veproja.
 2 Do të doja të vrisja veten.
 3 Do të vrisja veten nëse do të kisha mundësinë.

-
- 10 Unë nuk qaj më shumë se zakonisht.
 Tani qaj më shumë se dikur.
 Tani qaj gjatë gjithë kohës.
 Dikur isha në gjendje të qaja, por tani nuk mund të qaj edhe pse dua
-
- 11 Unë nuk jam më i/e irrituar nga gjërat, sesa që kam qenë ndonjëherë.
 Tani jam pak më i/e irrituar se zakonisht.
 Jam mjaft i/e bezdisur ose i/e irrituar shumë.
 Ndihem i/e irrituar gjatë gjithë kohës.
-
- 12 Unë nuk e kam humbur interesin për njerëzit e tjerë.
 Unë jam më pak i/e interesuar për njerëzit e tjerë sesa më parë.
 Kam humbur pjesën më të madhe të interesit për njerëzit e tjerë.
 Unë kam humbur të gjithë interesimin për njerëzit e tjerë.
-
- 13 Unë marr vendime për aq mirë sa kam mundur ndonjëherë.
 Unë e shtyj marrjen e vendimeve më shumë sesa më parë.
 Unë kam më shumë vështirësi në marrjen e vendimeve më shumë sesa dikur.
 Nuk mund të marr më vendime fare.
-
- 14 Nuk i/e ndiej që dukem më keq, sesa dikur.
 Jam i/e shqetësuar se po dukem i moshuar ose jo tërheqës.
 Ndjej se ka ndryshime të përhershme në pamjen time që më bëjnë të dukem jo tërheqës/e.
 Unë e besoj se dukem i/e shëmtuar.
-
- 15 Unë mund të punoj po aq mirë, si më parë.
 Duhet një përpjekje ekstra për të filluar të bësh diçka.
 Unë duhet ta shtyj veten shumë fort për të bërë ndonjë gjë.
 Unë nuk mund të bëj asnjë punë.
-
- 16 Unë mund të fle po aq mirë sa zakonisht.
 Unë nuk fle aq mire sa më parë.
 Zgjothem 1-2 orë më herët se zakonisht dhe e kam të vështirë të rikthehem në gjumë.
 Zgjothem disa orë më herët sesa që zgjohesha më parë dhe nuk mund të kthehem më në gjumë
-
- 17 Unë nuk lodhem më shumë se zakonisht.
 Lodhem më lehtë se dikur.
 Lodhem duke bërë pothuajse çkado.
 Jam shumë i/e lodhur për të bërë ndonjë gjë.
-
- 18 Oreksi im nuk është më keq se zakonisht.
 Oreksi im nuk është aq i mirë sa ka qenë dikur.
 Oreksi im është shumë më keq tash.
 Unë nuk kam oreks fare tani.
-
- 19 Nuk kam humbur shumë peshë, madje aspak, kohëve të fundit.
 Unë kam humbur më shumë se 2 kilogramë.
 Unë kam humbur më shumë se 4 kilogramë.
 Unë kam humbur më shumë se 6 kilogramë.
-
- 20 Unë nuk jam më i/e shqetësuar për shëndetin tim se zakonisht.
 Unë jam i/e shqetësuar për problemet fizike si dhimbje, shqetësime në stomak ose kapsllëk.
 Jam shumë i/e shqetësuar për problemet fizike dhe është e vështirë të mendoj për gjëra të tjera.
 Jam aq i/e shqetësuar për problemet e mia fizike sa nuk mund të mendoj për asgjë tjetër.
-
- 21 Unë nuk kam vërejtur ndonjë ndryshim të fundit në interesin tim për seks.
 Unë jam më pak i/e interesuar në seks sesa që kam qenë dikur.
 Unë pothuajse nuk kam fare interes për seks.
 Kam humbur plotësisht interesin për seks.

Shkalla e Depresionit nga Goldberg Goldberg's Depression Scale

Shkalla e Depresionit nga Goldberg (1993) është pyetësor vetë-raportues që përbëhet nga 18 deklaratat që për qëllim kanë matjen e tendencave të individit për depresion. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla e Likertit duke filluar nga 0 ("aspak") në 5 ("tepër").

Nën-dimensionet:

Pikëllim dhe humbje e interesit për jetë: 15, 7, 8, 12, 17, 13, 16, 6, 4, 9, 18, 14

Zhgënjimi: 1, 2, 3

Paaftësia për të marrë vendime: 10, 5, 11

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 13 vjeçare.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesataret e dimensioneve janë si në vijim:

Pikëllim dhe humbje e interesit për jetë: 19.15

Zhgënjim: 6.46

Paaftësi për të marrë vendime: 5.24

Përshebull, në rastin e dimensionit të parë, rezultati nën 19.15 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Goldberg, I. (1993). Goldberg Depression Scale.

Marrë nga <http://www.amiform.com/web/documents-hypnotiques/goldberg-depression-questionnaire.pdf>, ndërsa versioni shqip është përkthyer, përshtatur dhe administruar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore.

Pyetësoni i Depresionit nga Goldberg

18 deklaratat më poshtë i referohen mënyrës se si jeni ndjerë dhe sjellur gjatë javës së kaluar. Ju lutem vlerësoni se sa shpesh ju ndodh secila nga ndjesitë e mëposhtme, ku 1=aspak, 2=pak, 3=pjesërisht, 4=mjaftushëm, 5=shumë dhe 6=tepër

1 Bëj çdo gjë ngadalë

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

2 E ardhmja ime më duket e pashpresë

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

3 E kam të vështirë të përqëndrohem kur lexoj

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

4 Kënaqësia dhe gëzimi janë larguar nga jeta ime

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

5 Kam vështirësi për të marrë vendime

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

6 Kam humbur interesimin për gjërat që kanë pasur shumë rëndësi për mua

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

7 Ndihem i/e trishtuar, i/e depresionuar dhe i/e palumtur.

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

8 Ndihem nervoz/e por nuk arrij të qetësohem

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

9 Ndihem i/e lodhur

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftushëm 4 Shumë 5 Tepër

18 deklaratat më poshtë i referohen mënyrës se si jeni ndjerë dhe sjellur gjatë javës së kaluar. Ju lutem vlerësoni se sa shpesh ju ndodh secila nga ndjesitë e mëposhtme, ku 1=aspak, 2=pak, 3=pjesërisht, 4=mjaftueshëm, 5=shumë dhe 6=tepër

10 E kam të vështirë të bëj edhe gjërat më të thjeshta

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

11 Ndhem në faj dhe meritoj të ndëshkohem

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

12 Ndhem si një dështak/e

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

13 Ndhem bosh, më shumë i/e vdekur sesa gjallë

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

14 Gjumi im është çrregulluar pak, shumë ose plotësisht

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

15 Mendoj të kryej vetëvrasje

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

16 Ndhem i/e bllokuar, si i/e kapur

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

17 Nuk vij në qejf as kur më ndodh diçka e bukur

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

18 Kam humbur ose kam shtuar peshë pa ndjekur dietë

0 Aspak 1 Pak 2 Pjesërisht 3 Mjaftueshëm 4 Shumë 5 Tepër

Çrregullimet e të Nxënimit

Listë kontrolli për fëmijët me Disgrafi

Lista e kontrollit për fëmijët me Disgrafi është një matje e cila heton prezencën e karakteristikave disgrafike tek nxënësit. Sjelljet e fëmijëve të përshkruara në pohimet duhet të vlerësohen me një shkallë dihotomike "Po" apo "Jo".

Nën-dimensionet:

Lista e kontrollit është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Të plotësohet nga prindërit, kujdestarët ligjorë, mësimmshënësist ose psikologu/ja e nxënësve të moshës 5 deri në 10 vjeç.

Udhezime për interpretimin e pikëve:

Nëse të fëmija vërehen më shumë se 5 nga pohimet e mëposhtme, fëmija ka gjasa të ketë disgrafi. Ai ka nevojë për program edukativ individual. Ai/Ajo duhet referuar te shërbimet psikologjike në shkollë për vlerësim të mëtejshëm.

Shënim shtesë:

Vini re se kjo listë e kontrollit nuk është mjet vendimtar për diagnozë.

Referencat:

Save the Children (2016). Lista Kontrolli për Çrregullimet Neurozhvillimore tek Fëmijët e Moshës 5-10 vjeç. Marrë nga <https://albania.savethechildren.net/sites/albania.savethechildren.net/files/library/Liste%20kontrolli%20per%20crregullimet%20neurozhvillimore%205%20-10%20vjec%20per%20mesues%20dhe%20prinder.pdf>

Listë kontrolli për fëmijët me Disgrafi

Ju lutem plotësoni "po" ose "jo" varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

1	Ka vështirësi të ndjekë me sy atë që shkruan	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
2	Ka vështirësi me hapësirën mes shkronjave, me qëndrimin brenda vijës gjatë shkrimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
3	Ka vështirësi me hapësirën mes shkronjave, me qëndrimin brenda vijës gjatë shkrimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
4	Hutohet nga shkronjat e ngjashme, të tilla si ' b, d, q, , dhe p 'ose', u, v, n, dhe m ' '.	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
5	Nuk kontrollon pozicionin e gishtave apo lëvizjen e tyre gjatë shkrimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
6	Është i/e ngathtë kur shkruan	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
7	E kap lapsin në mënyrë të çuditshme kur shkruan	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
8	Ka ton të ulët të muskujve të dorës dhe ton të shtuar të shpatullave kur shkruan	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
9	Ka vështirësi të përdorë lapsa me diametër të ndryshëm	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
10	Preferon të shkruajë me shkronja shtypi dhe jo me ato të shkrimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Listë kontrolli për fëmijët me Diskalkuli

Lista e kontrollit për fëmijët me Diskalkuli është një matje e cila heton prezencën e karakteristikave diskalkulike tek nxënësit. Sjelljet e fëmijëve të përshkruara në pohimet duhet të vlerësohen me një shkallë dihotomike "Po" apo "Jo".

Nën-dimensionet:

Lista e kontrollit është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Të plotësohet nga prindërit, kujdestarët ligjorë, mësime dhënësit ose psikologu/ja e nxënësve të moshës 5 deri në 10 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Nëse të fëmija vërehen 5 nga pohimet e mëposhtme, fëmija ka gjasa të ketë diskalkuli. Ai ka nevojë për program edukativ të veçantë në matematikë. Ai/ajo duhet referuar te shërbimet psikologjike në shkollë për vlerësim të mëtejshëm.

Nëse të fëmija vëzhgohen më pak se 5 nga karakteristikat e mëposhtme, mësuesi/ja përshtat metodat e mësimit me natyrën e të nxënësve të fëmijës. Ai/ajo bisedon me prindërit dhe e referon fëmijën te shërbimet psikologjike.

Shënim shtesë:

Vini re se kjo listë e kontrollit nuk është mjet vendimtar për diagnozë.

Referencat:

Save the Children (2016). Lista Kontrolli për Çrregullimet Neurozhvillimore tek Fëmijët e Moshës 5-10 vjeç. Marrë nga <https://albania.savethechildren.net/sites/albania.savethechildren.net/files/library/Liste%20kontrolli%20per%20crregullimet%20neurozhvillimore%205%20-10%20vjece%20per%20mesues%20dhe%20prinder.pdf>

Listë Kontrolli për Fëmijët me Diskalkuli

Ju lutem plotësoni “po” ose “jo” varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

1	Ka vështirësi me dëgjimin	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
2	Ka vështirësi për të kuptuar çfarë dëgjon me vesh	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
3	Ka mungesë vëmendjeje	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
4	Ka vështirësi të ndjekë informacionin verbal	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
5	Ka probleme me renditjen, organizimin e informacionit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
6	Ka probleme me kuptimin e koncepteve dhe simboleve	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
7	E ka të vështirë të krahasojë figurat, numrat	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
8	Has vështirësi kur numëron	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
9	Ngatërrohet në njohjen e numrave	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
10	Ka vështirësi të tregojë se çfarë përfaqëson një numër realisht	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
11	I harron numrat	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
12	Nuk arrin të klasifikojë në mënyrë logjike, sipas formës, madhësisë, ngjyrës	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
13	Nuk tregon dot numrin përfaqësues të një bashkësie	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
14	Nuk bën dallimin: më i vogël / më i madh	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
15	Nuk riprodhon dot të dhënat e një ushtrimi në matematikë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
16	Nuk zgjidh dot problemet në matematikë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
17	Nuk dallon dot njësitë me bazë 10: 10, 20, 30...	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
18	Nuk e mban mend radhën e veprimeve në matematikë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
19	Nuk përdor dot fjalët kyç në matematikë: mbledh, zbres, ndaj, shtoj	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
20	Nuk kupton brendinë e veprimeve kryesore në matematikë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

21	Nuk bën dot matje	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
22	Shmanget nga lojërat që kërkojnë takt për t'u zgjidhur	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
23	Nuk tregon dot kohën/orën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
24	Nuk planifikon dot kryerjen e detyrave në kohë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
25	Ka vështirësi për të vlerësuar koston / çmimin e një artikulli	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
26	Ka vështirësi në arsyetimin matematikor	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
27	Nuk kryen dot veprimet matematikore njëri pas tjetrit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
28	Nuk kupton dot sa kohë ka kaluar në një veprimtari	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
29	Ndesh vështirësi në kryerjen e veprimeve të njëpasnjëshme me mend (-, +, :)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
30	Ka vështirësi në zgjidhjen e një problemi me dy mënyra	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
31	Ka vështirësi me hartimin e problemit në matematikë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
32	Ka vështirësi në identifikimin e të dhënave kritike për zgjidhjen e një probleme	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Listë kontrolli për fëmijët me Disleksi

Lista e kontrollit për fëmijët me Disleksi është një matje e cila heton prezencën e karakteristikave disleksike tek nxënësit. Është një matje me pohime të cilat përshkruajnë të lexuarit dhe të folurit e nxënësve, të shkruarit e tyre si dhe aftësitë matematikore. Pohimet duhet të vlerësohen me një shkallë dihotomike "Po" apo "Jo".

Nën-dimensionet:

Leximi dhe e folura: 1-19

Shkrimi: 20-35

Matematika: 36-41

Targeti dhe grup-mosha:

Të plotësohet nga prindërit, kujdestarët ligjorë, mësimitdhënësit ose psikologu/ja e nxënësve të moshës 5 deri në 10 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Nëse tek fëmija vërehen 5 nga pohimet e mëposhtme, ka shumë gjasa që fëmija të ketë disleksi. Ai ka nevojë për program edukativ individual. Ai duhet referuar te shërbimet psikologjike në shkollë për vlerësim të mëtejshëm.

Nëse tek fëmija vëzhgohen më pak se 5 nga karakteristikat e mëposhtme, fëmija me gjasa nuk ka disleksi. Mësuesi konsultohet me prindin, e referon fëmijën tek psikologu dhe përshtat metodat e mësimitdhënies me stilin e të nxënësve të fëmijës.

Shënim shtesë:

Vini re se kjo listë e kontrollit nuk është mjet vendimtar për diagnozë.

Referencat:

Save the Children (2016). Lista Kontrolli për Çrregullimet Neurozhvillimore tek Fëmijët e Moshës 5-10 vjeç. Marrë nga <https://albania.savethechildren.net/sites/albania.savethechildren.net/files/library/Liste%20kontrolli%20per%20crregullimet%20neurozhvillimore%205%20-10%20vjec%20per%20mesues%20dhe%20prinder.pdf>

Listë Kontrolli për Fëmijët me Disleksi

Ju lutem plotësoni "po" ose "jo" varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

Leximi dhe e Folura

1	Ngatërron shpesh shkronjat në dukje të ngjashme: /d - b/; /u - n/, /m - n/	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
2	Ngatërron shpesh shkronjat e tingujve të ngjashëm: /v/, /f/, / th/	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
3	Ngatërron shpesh fjalët me rend të përmbysur: /tana-nata/	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
4	Ngatërron shpesh fjalë të ngjashme: /largoj, agoj/	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
5	Ngatërrohet në leximin e fjalëve të njohura më parë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
6	Ndërron vendin e fjalës së parë dhe të fundit të fjalisë: /topi goditi rrjetën/ : / rrjeta goditi topin/	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
7	Gabon kur lexon fjalë të shkurtra: /prej, për, nga, tek, për nga/	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
8	Ngatërron rendin e fjalëve në fjali	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
9	Ngatërron rendin e rreshtave në paragraf	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
10	Lexon pa gabime, por nuk e kupton atë që lexon	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
11	Ul zërin në fund të fjalës (nuk dëgjohet kur shqipton fundin e fjalës)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
12	Harron të lexojë fundin e fjalëve (mbaresat, prapashtesat)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
13	Harron të lexojë pjesë fjale, fjalie a paragrafë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
14	Harron udhëzimet e dhëna	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
15	Nuk njeh simbolet dhe përdorimin e tyre (/+/, /-/, /x/, /:/, /!/ , /?/)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
16	Humbet radhën e muajve të vitit, ditëve të javës, numrave	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

17	Nuk arrin të mësojë orën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
18	Ka probleme me menaxhimin e kohës	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
19	Harron rima/vjersha të thjeshta	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
Shkrimi			
20	Ngatërron dorën e majtë dhe të djathtë, nuk di cilën të përdorë kur fillon të shkruajë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
21	Shtrengon lapsin/stilolapsin fort	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
22	Humbet drejtimin e shkrimit (del nga rreshti, kutia)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
23	Humbet njëtrajtshmërinë e të shkruarit (shkrim i madh dhe i vogël)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
24	Harron shkronjat e mëdha të dorës dhe/ose i përdor gabim	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
25	Harron të shkruajë fundin e fjalës	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
26	Keqformon shkronjat dhe numrat	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
27	Injoron strukturën e faqes së shkruar (shkruan në margjina, cepa, anash fletës)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
28	Bën gabime kur kopjon nga tabela/libri	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
29	Ka "ditë të mira" dhe "ditë të këqija" me shkrimin	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
30	I shkruan shkronjat mbrapsht / i harron shkronjat	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
31	Nuk di ku të fillojë në një faqe të re	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
32	Ka probleme me orientimin majtas-djathtas	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
33	Ka vështirësi në plotësimin e vendeve bosh me fjalë e numra	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
34	Afron kokën shumë të fleta/ nxjerr gjuhën, shtrengohet kur shkruan	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
35	Gabon në pikësim	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Matematikë

- | | | | |
|----|--|-----------------------------|-----------------------------|
| 36 | Ka vështirësi të bëjë veprime aritmetike me mend | <input type="checkbox"/> Jo | <input type="checkbox"/> Po |
| 37 | Ka vështirësi në kthimin e numrave mbrapsht /12 : 21/ | <input type="checkbox"/> Jo | <input type="checkbox"/> Po |
| 38 | Ka probleme me shkrimin e numrave sipas rendit /63 : 36/ | <input type="checkbox"/> Jo | <input type="checkbox"/> Po |
| 39 | Ngatërron numrat | <input type="checkbox"/> Jo | <input type="checkbox"/> Po |
| 40 | Shikon numra që nuk janë në libër apo fletore | <input type="checkbox"/> Jo | <input type="checkbox"/> Po |
| 41 | Ka probleme me gjetjen e shumës/mbetjes me mend | <input type="checkbox"/> Jo | <input type="checkbox"/> Po |

Listë kontrolli për fëmijët me Dispraksi

Lista e kontrollit për fëmijët me Dispraksi është një matje e cila heton prezencën e karakteristikave dispraksike tek nxënësit. Sjelljet e fëmijëve të përshkruara në pohimet duhet të vlerësohen me një shkallë dihotomike "Po" apo "Jo".

Nën-dimensionet:

Lista e kontrollit është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Të plotësohet nga prindërit, kujdestarët ligjorë, mësimmhënësit ose psikologu/ja e nxënësve të moshës 5 deri në 10 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Nëse të fëmija vërehen më shumë se 5 nga pohimet e mëposhtme, fëmija ka gjasa të ketë dispraksi. Ai ka nevojë për program edukativ individual. Ai duhet referuar te shërbimet psikologjike në shkollë për vlerësim të mëtejshëm.

Nëse të fëmija vëzhgohen më pak se 4 nga karakteristikat e mëposhtme, duhet të përshtatni mënyrën e shfaqjes së fëmijës ndaj lëvizjes, duhet të qartësoni udhëzimet për detyrat dhe të monitoroni ecurinë e fëmijës.

Shënim shtesë:

Vini re se kjo listë e kontrollit nuk është mjet vendimtar për diagnozë.

Referencat:

Save the Children (2016). Lista Kontrolli për Çrregullimet Neurozhvillimore tek Fëmijët e Moshës 5-10 vjeç. Marrë nga <https://albania.savethechildren.net/sites/albania.savethechildren.net/files/library/Liste%20kontrolli%20per%20crregullimet%20neurozhvillimore%205%20-10%20vjec%20per%20mesues%20dhe%20prinder.pdf>

Listë Kontrolli për Fëmijët me Dispraksi

Ju lutem plotësoni "po" ose "jo" varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

1	Ka vështirësi për të mbajtur lugën, pirunin, lapsin, gërshtëret në duar	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
2	Ka vështirësi të kryejë veprimtari të ndryshme motorike	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
3	Ka vështirësi në automatizimin e lëvizjeve (mbërthimi i pullave pa i parë)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
4	Ka vështirësi në shkrimin e dorës	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
5	E ka të vështirë të ecë në korridoret e shkollës, klasës pa u përplasur	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
6	E ka të vështirë të bëjë punë të rëndomta fizike (të rregullojë krevatin)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
7	Ka koordinim të varfër të syrit me dorën dhe këmbën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
8	Ka vështirësi të ecë në sipërfaqe jo të lëmuara	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
9	Ka vështirësi në ngjitjen dhe zbritjen e shkallëve	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
10	Ka paaftësi në mësimin e lëvizjeve harmonike ritmike	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
11	Ka vështirësi të mësojë sekuenca lëvizjesh (valle)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
12	E ka të pamundur të riprodhojë lëvizje të mësuara më parë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
13	Ka kontroll të dobët mbi motorikën gros dhe fine	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
14	Përjeton ankth kur lëviz në një drejtim fiks (mbi një vijë, tra, urë)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
15	Ka vështirësi në veshjen e rrobave në dimër	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
16	Ka vështirësi të kontrollojë sendet personale: i derdh, i rrëzon, i thyen	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
17	Është i avashtë, pa humor të mirë dhe i zymtë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
18	Etiketohet në familje si rrëmujaxhi	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
19	Ka vështirësi të manipulojë pjesë të vogla si: lego, puzzles, peta, rruaza	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
20	Ka vështirësi me pullat, butonat, tokëzat dhe zinxhirët kur vishet	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Ju lutem plotësoni “po” ose “jo” varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

21	Nuk mëson dot të lidhë këpucët	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
22	Nuk ka sukses në lojërat me dorë (top, basketboll, piano)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
23	Nuk mëson dot të ngjyrosë duke qëndruar brenda vijave të figurës	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
24	Nuk prodhon e as nuk kopjon dot punime artistike	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
25	Ka vështirësi në përdorimin e gërshërëve	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
26	Është i ngathët me lapsin	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
27	Vonon të mësojë të shkruajë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
28	E ka shkrimin të madh e të pakujdesshëm	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
29	Shpesh shkrimi është i palexueshëm as nga nxënësi vetë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
30	Artikulon më gabime tinguj të ndryshëm	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
31	Ka iflluar të flasë me vonesë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
32	Ka shkrim dore të varfër: të palexueshëm, me hapësira të pabarabarta, mungesë uniformiteti të shkronjës, humbje të drejtimit të shkrimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
33	Nuk i mirëmban fletoret: i ka të grisura, të zhubrosura, me njolla, të fshira	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
34	Është i avashtë në punët më shkrim	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
35	Frustrohet kur ka detyrë me shkrim	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
36	Mënjanon orët e leximit, shkrimit dhe të vizatimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
37	Nuk kupton përmbajtjen e pjesëve të shkruara	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
38	Ka vështirësi të kapë fjalët/idetë kyçe në një pjesë leximi	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Çrregullimet Neuro-Zhvillimore

Listë kontrolli për fëmijët me Autizëm

Lista e kontrollit për fëmijët me Autizëm është një matje e cila heton prezencën e karakteristikave autistike tek nxënësit. Sjelljet, kognicioni dhe preferencat e fëmijëve të përshkuara në pohimet duhet të vlerësohen me një shkallë dihotomike "Po" apo "Jo".

Nën-dimensionet:

Lista e kontrollit është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Të plotësohet nga prindërit, kujdestarët ligjorë, mësime dhënësit ose psikologu/ja e nxënësve të moshës 5 deri në 10 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Nëse të fëmija vërehen më shumë se 5 nga karakteristikat e mëposhtme, fëmija ka gjasa të ketë autizëm. Mësuesi e referon tek shërbimet psikologjike në shkollë për vlerësim të mëtejshëm.

Nëse vëzhgohen më pak se 5 nga karakteristikat e mësipërme, mësuesi ndryshon metodat e mësim-dhënies, duke i përshtatur ato më shumë me stilin e të nxënësve të fëmijës.

Shënim shtesë:

Vini re se kjo listë e kontrollit nuk është mjet vendimtar për diagnozë.

Referencat:

Save the Children (2016). Lista Kontrolli për Çrregullimet Neurozhvillimore tek Fëmijët e Moshës 5-10 vjeç. Marrë nga <https://albania.savethechildren.net/sites/albania.savethechildren.net/files/library/Liste%20kontrolli%20per%20crregullimet%20neurozhvillimore%205%20-10%20vjec%20per%20mesues%20dhe%20prinder.pdf>

Listë Kontrolli për Fëmijët me Autizëm

Ju lutem plotësoni “po” ose “jo” varësisht nëse fëmija apo nxënësi/jajuaj shfaqë sjelljet në vijim:

Vini re: Këto karakteristika të fëmijës mund të raportohen që prej moshës 3 vjeç

1	Tenton të lëkundet, të kërcëjë pupthi, të ecë në majë të gishtave	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
2	Nuk ka interes për fëmijët e tjerë e as të shoqërohet me ta	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
3	Preferon të rrijë vetëm	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
4	Nuk i kupton lojërat “gjasme”	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
5	Nuk përdor gishtin tregues për të treguar nga vetja (pjesët e trupit) apo objektet pranë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
6	Nuk ka interes të eksplorojë mjedisin rrotull tij	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
7	Preferon lodra të vogla	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
8	Nuk shfaq kërshtëri(interses) për funksionimin e objekteve	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
9	Nuk ka kontakt me sy	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
10	Nuk toleron dot zhurmat (mbulon veshët me duar)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
11	Nuk i përgjigjet buzëqeshjes me buzëqeshje	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
12	Nuk imiton	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
13	Nuk përgjigjet kur e thërrasin në emër	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
14	Nuk ndjek me shikim objektet që i tregohen	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
15	Alternon ritmin gjatë ecjes	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
16	Nuk drejton shikimin nga gjërat kryesore në mjedis, apo andej nga shohin të tjerët	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

17	Bën lëvizje të pazakonshme të dorës, gishtit afër fytyrën së tij/saj	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
18	Nuk tërheq vëmendjen e prindit/mësueses në gjërat që bën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
19	Bën që prindi/mësuesja të dyshojnë se mos fëmija nuk dëgjon	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
20	Nuk kupton se çfarë i thuhet	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
21	I ngul sytë në asgjë ose i rrotullon pa qëllim	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
22	Nuk pyet	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
23	Nuk ankohet	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
24	Nuk kërkon ndihmë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Listë kontrolli për fëmijët me Çrregullim të përpunimit të informacionit shqisor

Lista e kontrollit për fëmijët me Çrregullim të përpunimit të informacionit shqisor është një matje e cila mat sjelljet, kognicionin dhe preferencat e fëmijëve, të përshkruara në pohimet të cilat duhet të vlerësohen me një shkallë dihotomike "Po" apo "Jo".

Nën-dimensionet:

Lista e kontrollit është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Të plotësohet nga prindërit, kujdestarët ligjorë, mësime dhënësit ose psikologu/ja e nxënësve të moshës 5 deri në 10 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Nëse tek fëmija vërehen më shumë se 5 nga tiparet e mëposhtme, fëmija ka gjasa të ketë vështirësi të përpunimit të informacionit që merr përes një apo disa shqisave. Ai mund të ketë nevojë për program edukativ individual. Mësuesi/prindi e referon në shërbimin psikologjik shkollor për vlerësim të mëtejshëm.

Nëse tek fëmija vëzhgohen më pak se 5 nga karakteristikat e mëposhtme, mësuesi/ja përshtat metodat e mësime dhënies me stilin e të nxënësve të fëmijës.

Shënim shtesë:

Vini re se kjo listë e kontrollit nuk është mjet vendimtar për diagnozë.

Referencat:

Save the Children (2016). Lista Kontrolli për Çrregullimet Neurozhvillimore tek Fëmijët e Moshës 5-10 vjeç. Marrë nga <https://albania.savethechildren.net/sites/albania.savethechildren.net/files/library/Liste%20kontrolli%20per%20crregullimet%20neurozhvillimore%205%20-10%20vjec%20per%20mesues%20dhe%20prinder.pdf>

Listë Kontrolli për Fëmijët me Çrregullim të Përpunimit të Informacionit Shqisor

Ju lutem plotësoni "po" ose "jo" varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

1	Refuzon të shkojë në kinema, koncert, vizita, market se nuk duron dot zhurmën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
2	Shpërqendrohet nga tinguj si tik-taket e orës, zhurma e frigoriferit, apo neonit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
3	Ka frikë nga zhurmat e forta si: tharësja e flokëve, fshesa e korrentit, lehja e qenit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
4	Nuk toleron rrëmujën/zhurmen: kërkon që të tjerët të mbajnë qetësi	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
5	Mbyll veshët ndaj zhurmave të forta e të paparashikueshme	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
6	Preferon volum të lartë të muzikës apo TV	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
7	Nuk përgjigjet kur e thërrasin në emër	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
8	Konfuz në të kuptuarin e origjinës së tingullit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
9	Flet me zë të lartë me vete kur bën detyrat	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
10	Pyet shpesh "çfarë?"	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
11	Ka vështirësi për të treguar ku e prekin nëse nuk shikon vendin	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
12	Në familje dhe në shkollë e etiketojnë "rrëmujaxhi"	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
13	Ka frikë nga errësira	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
14	Fut sende në gojë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
15	Ka vështirësi në përdorimin e koncepteve fizike si: masa, forma, temperatura dhe koha	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
16	Shmang lojën me litar, paralele, lisharës ose me patina	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
17	Preferon detyra sedentare	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
18	I përzihet në makinë, ashensor, shkallë lëvizëse	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
19	Ka frikë nga lartësia dhe shkëputja e këmbëve nga toka	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
20	Qan kur i hedhin ujë në kokë (kur lahet, në pishinë)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Ju lutem plotësoni “po” ose “jo” varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

21	Trembet nëse dikush e shtyn apo e merr hopa	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
22	Dëshiron shumë të vërtitet dhe kërkon lëvizjen e vrullshme	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
23	Ka dëshirë të qëndrojë përballë erës së fortë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
24	Mund të rrotullohet për orë të tëra dhe nuk i përzihet	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
25	Hipën mbi tavolina e mobilje	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
26	Adhuron lartësitë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
27	Gjithmonë hidhet në vend të ecjes normale dhe kërkon të kapërcejë sende nëse janë përtokë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
28	Tund kokën, trupin, ose këmbët gjatë të qëndruarit ulur	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
29	Është aventurier/e	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
30	Reagon negativisht ndaj erërave që nuk i pëlqejnë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
31	Iu vë në dukje të tjerëve erën e trupit, parfumit, ushqimit të tyre	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
32	Refuzon të hajë për shkak të erës së ushqimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
33	Irritohet nga era e parfumit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
34	Mërzitet nga era e shokëve/shoqeve në klasë ose era e ushqimit të tyre	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
35	Refuzon të shkojë në shtëpitë e të afërmeve për shkak të erës që kanë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
36	Qëndron me dikë se i pëlqen era e tij/saj	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
37	Ka vështirësi në dallimin e erërave	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
38	Mund të helmohet pasi nuk konstaton erën e keqe të ushqimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
39	Përdorim të tepruar të nuhatjes së objekteve apo individëve	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
40	Nuk arrin të shohë gjithë pamjen, por sheh vetëm detajet	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
41	Nuk gjen dot me lehtësi sendet kur janë mbi njëri tjetrin	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Ju lutem plotësoni "po" ose "jo" varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

42	Ka vështirësi të ndjekë objektet me sy	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
43	Nuk dallon dot ngjyrat, format dhe largësitë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
44	Ngatërron të majtën me të djathtën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
45	Ankohet se shikon dyfish	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
46	Lodhet shpejt kur punon me figura	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
47	Nuk arrin të vendosë dot një formë në një mozaik	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
48	Ka probleme me perceptimin në 3 përmasa	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
49	Është i/e ndjeshme ndaj dritës së fortë, mbyll sytë, qan dhe ankohet për dhimbje koke	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
50	Fërkon sytë shpesh	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
51	Shmang kontaktin me sy dhe parapëlqen të luajë në mjedis të errët	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
52	Vonon të mësojë shkronjat	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
53	Fletoret i mban rrëmujë, i ka të paplotësuara dhe me shkarravina	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
54	Ka vështirësi për të kujtuar format e shkronjave dhe numrave	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
55	I shkruan shkronjat dhe numrat së prapthi	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
56	Nuk krijon hapësira të barabarta ndërmjet shkronjave dhe fjalëve	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
57	Harron shkronjat në fjalë dhe fjalët në fjali	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
58	Bën gabime kur kopjon	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
59	Bën gabime në lexim	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
60	Nuk dallon gabimet në punën që bën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
61	Ka vështirësi në përgatitjen dhe organizimin e punës me shkrim	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
62	Ngatërron shkronjat e ngjashme si (b dhe d, p dhe q)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Ju lutem plotësoni “po” ose “jo” varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

63	Ka vështirësi për të njohur dhe kujtuar fjalët e zakonshme	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
64	Shpesh humbet vendin kur është duke lexuar	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
65	Ngatërron fjalët e ngjashme dhe të kundërta	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
66	Nuk rendit dot kërkesat në zgjidhjen e një probleme në matematikë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
67	Ka vështirësi në memorizimin e fakteve matematikore	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
68	Nuk mëson dot tabelën e shumëzimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
69	Harron formulat	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
70	Ka vështirësi për të interpretuar grafikët, tabelat, hartat dhe diagramet	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
71	Ka vështirësi në përballimin e niveleve më të larta të koncepteve matematikore	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
72	Ngatërron të majtën me të djathtën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
73	Ka vështirësi për të vlerësuar kohën, për të qenë në orar	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
74	Ka vështirësi të mësojë drejtimin/rrugën për në një vend të ri	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
75	Ka vështirësi të llogarisë shpejtësinë dhe largësinë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
76	Ka vështirësi të shkojë te “pika kryesore”; ngec në të dhëna dytësore	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
77	Nuk i kupton gjendjet shpirtërore dhe ndjenjat e të tjerëve	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
78	Nuk ka aftësi organizuese	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
79	Shpesh i humbet sendet personale	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
80	Nuk i dallon objektet edhe kur i ka në një vend të dukshëm	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
81	Nuk i preferon gjëgjëzat apo lojën “kukamfshefthi”	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
82	Ka vështirësi të ndërtojë strategji për të fituar një lojë, sepse nuk kupton qëllimin	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Listë kontrolli për fëmijët me Çrregullim të vëmendjes me/pa hiperaktivitet

Listë kontrolli për fëmijët me Çrregullim të vëmendjes me/pa hiperaktivitet është një matje e cila mat sjelljet, kognicionin dhe preferencat e fëmijëve, të përshkruara në pohimet të cilat duhet të vlerësohen me njëri nga opsionet, si: "Asnjëherë", "Ndonjëherë", "Shpesh" apo "Shumë shpesh".

Nën-dimensionet:

Lista e kontrollit është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Të plotësohet nga prindërit, kujdestarët ligjorë, mësime dhënësit ose psikologu/ja e nxënësve të moshës 5 deri në 10 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Nëse më shumë se 5 prej pohimeve të mësipërme vërehen "Shumë shpesh" dhe/ose "Shpesh", fëmija ka gjasa të ketë çrregullim të vëmendjes me ose pa hiperaktivitet. Mësuesi e referon fëmijën për vlerësim të mëtejshëm tek shërbimi psikologjik shkollor.

Nëse 5 prej pohimeve të mësipërme vërehen "Ndonjëherë" mësuesi ndryshon metodologjinë e mësime dhënies, duke e përshtatur atë me nevojat e fëmijës dhe e rekomandon në shërbimet sociale shkollore për të vlerësuar gjendjen familjare të fëmijës.

Shënim shtesë:

Vini re se kjo listë e kontrollit nuk është mjet vendimtar për diagnozë.

Referencat:

Save the Children (2016). Lista Kontrolli për Çrregullimet Neurozhvillimore tek Fëmijët e Moshës 5-10 vjeç. Marrë nga <https://albania.savethechildren.net/sites/albania.savethechildren.net/files/library/Liste%20kontrolli%20per%20crregullimet%20neurozhvillimore%205%20-10%20vjec%20per%20mesues%20dhe%20prinder.pdf>

Listë kontrolli për fëmijët me Çrregullim të vëmendjes me/pa hiperaktivitet

Ju lutem plotësoni "asnjëherë", "ndonjëherë", "shpesh" ose "shumë shpesh" varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

1 Nuk u kushton vëmendje detajeve

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

2 Ka vështirësi të ruajë vëmendjen në detyra apo veprimtari të ndryshme

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

3 Duket sikur nuk dëgjon kur i flet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

4 Nuk i ndjek udhëzimet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

5 Bën gabime nga pakujdesia

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

6 Nuk arrin të përfundojë detyrat dhe punët

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

7 Ka vështirësi në mikro-organizimin punës

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

8 Shmangët, nuk i pëlqen, apo nuk ka dëshirë të angazhohet në detyra të cilat kërkojnë përpjekje të qëndrueshme mendore (të tilla, si: detyrat e shtëpisë)

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

9 Humbet gjërat e nevojshme për detyrat ose veprimtari (lodrat, detyrat, lapsat, librat, fletoret ose mjetet)

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

Ju lutem plotësoni “asnjëherë”, “ndonjëherë”, “shpesh” ose “shumë shpesh” varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

10 Hutohet me lehtësi nga stimujt e jashtëm

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

11 Etiketohet nga të afërmit dhe shokët si “harraq”

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

12 Nuk përqendrohet në detyrat që i kupton mirë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

13 Nuk fokusohet në punët që i duhen

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

14 Ka vështirësi të presë radhën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

15 Nervozohet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

16 Ç'organizohet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

17 Nuk i dorëzon detyrat edhe kur i ka përfunduar

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

18 Nuk e bën “hesap kokën” (futet në telashe shpejt)

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

19 Nuk e kupton si i ikën koha

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

Ju lutem plotësoni “asnjëherë”, “ndonjëherë”, “shpesh” ose “shumë shpesh” varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

20 Ka prirje të heshtë për problemet e veta

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

21 Nuk përshtat reagimin me situatën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

22 Të tjerët e etiketojnë si “kokëfortë”

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

23 Nxehet shpejt dhe bëhet i/e dhunshëm

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

24 E ka të vështirësi të ndryshojë veprimtari

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

25 E tepron me fokusimin në një veprimtari

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

26 Ka shkrim të palexueshëm e plot gabime

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

27 Ka vështirësi në detyrat e gjuhës dhe / ose matematikës

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

28 Është ngacmues/e

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

29 Është ansioz/e, nervoz/e, i/e shqetësuar

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

Ju lutem plotësoni "asnjëherë", "ndonjëherë", "shpesh" ose "shumë shpesh" varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

30 Është i/e fiksuar pas disa mendimeve ose frikërave

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

31 Shfaq episode të shkurtra irritimi disa herë në ditë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

32 Shfaq episode të shkurtra trishtimi disa herë në ditë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

33 Është i/e fiksuar pas ritualit/rendit të të bërit të gjërave

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

34 Ka tike: bën lëvizje përsëritëse ose zhurma ritmike

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

35 Ka kontakt të varfër me sy

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

36 Nuk i ruan kontaktet shoqërore

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

37 Ka interesa dhe ndërveprime të kufizuara

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

38 Ka ndjeshmëri të pazakontë ndaj tingujve, prekjës, erërave apo shijes

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

39 Ka vështirësi në koordinim

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

Ju lutem plotësoni “asnjëherë”, “ndonjëherë”, “shpesh” ose “shumë shpesh” varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

40 U jep përgjigje pyetjeve para se t'i ketë dëgjuar ato

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

41 Nuk pret radhën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

42 Ndërpret ose ngacmon të tjerët

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Shpesh 4 Shumë shpesh

Listë kontrolli për fëmijët me Hiperaktivitet

Lista e kontrollit për fëmijët me Hiperaktivitet është një matje e cila mat sjelljet e fëmijëve, të përshkruara në pohimet të cilat duhet të vlerësohen me një shkallë dihotomike "Po" apo "Jo".

Nën-dimensionet:

Lista e kontrollit është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Të plotësohet nga prindërit, kujdestarët ligjorë, mësime të mësimdhënësve ose psikologu/ja e nxënësve të moshës 5 deri në 10 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Nëse tek fëmija vëzhgohen më shumë se 5 karakteristika nga lista e pohimeve të mëposhtme, ka gjasa që fëmija të ketë hiperaktivitet. Mësime të mësimdhënësve/ja e referon tek shërbimi psikologjik në shkollë për vlerësim të mëtejshëm.

Nëse tek fëmija vëzhgohen më pak se 5 karakteristika nga lista e pohimeve të mësipërme, mësuesi/ja modifikon mënyrën e mësime të mësimdhënësve, duke e përshtatur atë me stilin e të nxënësve të fëmijës.

Shënim shtesë:

Vini re se kjo listë e kontrollit nuk është mjet vendimtar për diagnozë.

Referencat:

Save the Children (2016). Lista Kontrolli për Çrregullimet Neurozhvillimore tek Fëmijët e Moshës 5-10 vjeç. Marrë nga <https://albania.savethechildren.net/sites/albania.savethechildren.net/files/library/Liste%20kontrolli%20per%20crregullimet%20neurozhvillimore%205%20-10%20vjec%20per%20mesues%20dhe%20prinder.pdf>

Listë kontrolli për fëmijët me Hiperaktivitet

Ju lutem plotësoni "po" ose "jo" varësisht nëse fëmija apo nxënësi/ja juaj shfaqë sjelljet në vijim:

1	Është gjithmonë në lëvizje të paqëllimtë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
2	Nuk rri dot ulur	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
3	Kur është ulur, lëviz këmbët, luan duart, prek sende pa qenë nevoja	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
4	Rrëzon pa dashje thuajse gjithçka përtokë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
5	Shpesh nuk ia del pa derdhur një gotë uji, qumështi	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
6	Ka probleme me përdorimin e lugës, thikës dhe pirunit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
7	Përplaset kur ecën më njerëz, mure, shtylla, dyer	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
8	Pengohet në pragje, shkallë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
9	Pengohet e rrëzohet pa ndonjë arsye të dukshme	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
10	Ngjitet dhe zbret shkallët duke u mbajtur, kërcyer, pa pritur të alternojë këmbët	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
11	Ka vështirësi të qëndrojë me një këmbë me sy të mbyllur	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
12	Ka vështirësi të lidhë lidhëset e këpucëve	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
13	Ka vështirësi të mbërthejë pullat	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
14	Ka probleme me tregimin e orës	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
15	Ka vështirësi në ruajtjen e rreshtit/radhës: shpesh e humb atë	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
16	Kur shkruan, e kap lapsin shumë fort	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
17	Kur shkruan, ndryshon duart: herë të djathtën e herë të majtën	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
18	Ndryshon drejtimin dhe formën e shkrimit	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
19	Nuk ruan drejtimin sipas vijave kur shkruan	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
20	Shkruan edhe në margjinat e faqes	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
21	Gabon kur kopjon figura gjeometrike (rreth, katror, trekëndësh...)	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po
22	Gabon kur kopjon diçka nga tabela	<input type="checkbox"/> Jo	<input type="checkbox"/> Po

Varësitë

Testi për Varësinë nga Interneti Internet Addiction Test (IAT)

Pyetësi për varësinë nga interneti apo IAT (Internet Addiction Test) është krijuar nga Kimberly Young (2016) për përdoruesit e Internetit të cilët përdorin këtë teknologji në baza të shpeshta. Pyetësi me 20 deklaratat mat karakteristikat dhe sjelljet që lidhen me përdorimin e internetit që përfshijnë komplusivitetin, ikjen (shmangien në botën e internetit) dhe varësinë. Pyetjet vlerësojnë gjithashtu problemet që lidhen me përdorimin e varësisë në funksionimin personal, profesional dhe shoqëror. Secila deklaratë vlerësohet me shkallën 6 pikëshe, nga 0 ("asnjëherë") deri 5 ("gjithmonë").

Nën-dimensionet:

Dukshmëria: 10, 12, 13, 15, 19

Përdorim i tepërt: 1, 2, 14, 18, 20

Neglizhim i punës: 6, 8, 9

Pritshmëria: 7, 11

Mungesë e kontrollës: 5, 6, 17

Neglizhim i jetës sociale: 3, 4

Targeti dhe grupmosha:

Nxënësit e moshës 12-18 vjeçare

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati i përgjithshëm është shuma e vlerësimeve të dhëna nga respondentit/ja për 20 pyetjet. Rezultati maksimal është 100 pikë. Vlerat totale të rezultateve të IAT-së, me rezultatin më të lartë përfaqësojnë nivelin më të lartë të ashpërsisë së përdorimit të internetit dhe varësisë. Rezultatet totale që variojnë nga 0 në 30 pikë konsiderohen se pasqyrojnë një nivel normal të përdorimit të Internetit; rezultatet nga 31 në 49 tregojnë praninë e një niveli të butë të varësisë nga interneti; 50 deri 79 pasqyrojnë praninë e një niveli të moderuar; dhe rezultatet prej 80 deri 100 tregojnë një varësi të madhe nga interneti.

Referencat:

Agaj, D. (2016). Niveli i varësisë nga Interneti. Roli i karakteristikave të përdoruesve në shpjegimin e varësisë nga interneti tek adoleshentët në Shqipëri. Disertacion i doktoratës. Marrë nga <http://www.doktoratura.unitir.edu.al/tag/desara-agaj/?lang=e>

Young, K. (1998). Internet Addiction Test (IAT).

Marrë nga <https://cyberpsy.ru/wp-content/uploads/2018/02/iat-manual.pdf>

Pyetësor mbi Varësinë nga Interneti

Ky pyetësor përbëhet nga 20 deklaratat. Pasi të lexoni me kujdes secilën, bazuar në shkallën 5 pikëshe Likert, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (0, 1, 2, 3, 4 ose 5) e cila ju përshkruan më së miri. Sigurohuni t'i lexoni me kujdes të gjitha deklaratat përpara se t'i bëni zgjedhjen tuaj

1 Sa shpesh ju ndodh që të qëndroni online më shumë se sa kishit planifikuar

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

2 Sa shpesh ju ndodh të neglizhoni punët e përditshme për të qëndruar më shumë online

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

3 Sa shpesh ju ndodh të preferoni kënaqësinë që ju jep interneti në krahasim me kontaktet sociale në jetën e përditshme

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

4 Sa shpesh ju ndodh të krijoni miqësi me përdorues të tjerë në internet

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

5 Sa shpesh personat e tjerë ankohen për sasinë e kohës që ju kaloni në internet

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

6 Sa shpesh rezultatet e shkollës ndikohen negativisht për shkak të sasisë së madhe të kohës së kaluar në internet

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

7 Sa shpesh ju ndodh të kontrolloni internetin përpara se të bëni diçka tjetër që e keni planifikuar

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

8 Sa shpesh produktiviteti juaj ulet për shkak të përdorimit të internetit

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

9 Sa shpesh ju ndodh të vetëmbroheni kur dikush ju pyet se çfarë bëni online

0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 10** Sa shpesh ju ndodh të zëvendësoni mendimet shqetësuese të jetës së përditshme me mendime qetësuese për internetin
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 11** Sa shpesh ju ndodh të prisni me padurim për të hyrë në internet
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 12** Sa shpesh mendoni që jeta pa internet do të ishte e mërzitshme, boshe dhe e trishtuar
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 13** Sa shpesh ju ndodh të nevikoseni nëse dikush ju ndërpret kur jeni në internet
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 14** Sa shpesh humbisni gjumin për shkak të qëndrimit në orët e vona në internet
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 15** Sa shpesh ju ndodh të keni mendjen te interneti dhe të imagjinoni sikur jeni online
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 16** Sa shpesh ju ndodh tëi thoni vetes "vetëm edhe pak minuta" kur jeni online
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 17** Sa herë keni tentuar të kaloni më pak kohë në internet, por nuk ia keni arritur
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 18** Sa shpesh ju ndodh të fshihni kohën e kaluar në internet
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 19** Sa shpesh ju ndodh të kaloni më shumë kohë online se sa të dilni me të tjerët?
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë
-
- 20** Sa shpesh ju ndodh të ndiheni i mërziur kur nuk jeni online, ndjenjë e cila largohet menjëherë sapo hyni në internet
- 0 Asnjëherë 1 Rrallë 2 Ndonjëherë 3 Vazhdimisht 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Familja dhe Shoqëria



Përkrahja Sociale

Shkalla Multidimensionale e Perkrhjes së Perceptuar Sociale The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)

Shkalla Multidimensionale e Perkrhjes së Perceptuar Sociale (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, 1988) është një matje e vetë-raportuar që vlerëson perceptimin e mbështetjes sociale nga tre burime specifike: familja, miqtë dhe njerëzit e tjerë të rëndësishëm. Ky instrument përbëhet nga 12 deklaratat, pra është i shkurtër, me zbatim dhe përdorim të lehtë, i cili është i favorshëm kur subjekti ka pak kohë ose kur duhet të administrohen disa matje të ndryshme. Deklaratat duhet të vlerësohen nga nxënësit me numrat 1 ("Fuqimisht nuk pajtohem") deri në 7 ("Fuqimisht pajtohem").

Nën-dimensionet:

Mbështetja nga familja: 1, 2, 5, 10

Mbështetja nga shoqëria: 3, 4, 8, 11

Mbështetja nga persona të tjerë të rëndësishëm: 6, 7, 9, 12

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 13 vjeçare.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati i përgjithshëm llogaritet duke përmbledhur rezultatet për të gjithë deklaratat. Rangu i mundshëm i pikëve është në mes 12 dhe 84, aq më i lartë rezultati – aq më e lartë mbështetja sociale e perceptuar. Për më tepër, 3 nënshkallët e ndara mund të përdoren duke përmbledhur përgjigjet nga pikat në secilën prej tre dimensioneve. Rangu i mundshëm i pikëve për një nën-shkallë/dimension është midis 4 dhe 28.

Referencat:

Metaj Macula, A. (2017). Inteligjenca Emocionale dhe Ndërlidhja e saj me Interaksionin Social. Temë doktorate. https://www.doktoratura.unitir.edu.al/wp-content/uploads/2018/03/Tema_Albulena-Metaj-Macula-Finale.pdf

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. Marrë nga https://www.researchgate.net/publication/240290845_The_Multidimensional_Scale_of_Perceived_Social_Support

Shkalla Multidimensionale e Përkrahjes së Perceptuar Sociale

Lexoni secilin pohim me kujdes dhe ju lutem tregoni se si ndiheni për secilin pohim, ku 1 = fuqimisht nuk pajtohem, 2 = nuk pajtohem, 3 = pjesërisht nuk pajtohem, 4 = jam neutral (i/e pavendosur), 5 = pjesërisht pajtohem, 6 = pajtohem, dhe 7 = fuqimisht pajtohem.

1 Ekziston një person i veçantë që më rri afër kur unë kam nevojë

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

2 Ekziston një person i veçantë me të cilin/cilën mund t'i ndajë gëzimet dhe hidhërimet e mia

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

3 Familja ime mundohet të më ndihmojë me të vërtetë.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

4 Familja ime më jep ndihmën emocionale dhe përkrahjen që më nevojitet.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

5 Unë e kam një person të veçantë që është burim kryesor i qetësisë, rehatisë sime.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

6 Shoqëria ime vërtetë mundohet të më ndihmojë shumë.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

Lexoni secilin pohim me kujdes dhe ju lutem tregoni se si ndiheni për secilin pohim, ku 1 = fuqimisht nuk pajtohem, 2 = nuk pajtohem, 3 = pjesërisht nuk pajtohem, 4 = jam neutral (i/e pavendosur), 5 = pjesërisht pajtohem, 6 = pajtohem, dhe 7 = fuqimisht pajtohem.

7 Unë mund të llogarisë në shoqërinë time kur gjërat nuk shkojnë siç duhet.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

8 Unë mund të flas për problemet e mia me familjen.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

9 Unë kam shokë/shoqe me të cilët mund ta ndajë gëzimin dhe pikëllimin.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

10 Ekziston një person i veçantë në jetën time që kujdeset për ndjenjat e mia.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

11 Familja ime është e gatshme që të më ndihmojë të marrë vendime.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

12 Unë mund të flas për problemet e mia me shokët/shoqet.

- 1 Fuqimisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
 4 Jam neutral (i/e pavendosur) 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem
 7 Fuqimisht pajtohem

Prindërimi

Pyetësi i Stileve dhe Dimensioneve të Prindërimit

Pyetësi i Stileve dhe Dimensioneve të Prindërimit (Mandelco, Olsen & Hart, 1995), është instrument vetë-raportues i krijuar për të matur stilet dhe dimensionet e prindërimit. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla e Likertit duke filluar nga 1 ("kurrë") në 5 ("gjithmonë").

Nën-dimensionet:

Stili autoritativ i prindërimit: 7, 14, 18, 22, 31, 48, 51, 55, 60

Stili autoritarian i prindërimit: 2, 6, 10, 13, 17, 19, 23, 26, 28, 32, 37, 40, 43, 44, 47, 50, 54, 56, 59, 61

Stili lejues i prindërimit: 4, 8, 11, 15, 20, 24, 30, 34, 36, 38, 41, 45, 49, 52, 57

Targeti dhe grup-mosha:

Prindërit e nxënësve 4-12 vjeçarë

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Sa më i lartë rezultati, aq më i lartë niveli i atij dimensionit. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesataret e dimensioneve janë si në vijim:

Stili autoritativ i prindërimit: 36.62

Stili autoritarian i prindërimit: 44.10

Stili lejues i prindërimit: 38.29

Përshembull, në rastin e dimensionit të parë, rezultati nën 36.62 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Robinson, C., Roper, S-O., Hart, C., Mandelco, B. (2001). The Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSDQ). Marrë nga https://www.researchgate.net/publication/284239814_The_Parenting_Styles_and_Dimensions_Questionnaire_PSDQ, ndërsa versioni shqip është përkthyer, përshtatur dhe administruar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore.

Pyetësi i Stileve dhe Dimensioneve të Prindërimit

Duke menduar për fëmijën tuaj, ju lutem të lexoni me kudes deklaratat dhe duke u bazuar në shkallën 5 pikëshe zgjidhni përgjigjen e cila ju përshkruan më së miri marrëdhënien tuaj me të.

1 Unë e inkurajoj fëmijën të flasë për vështirësitë ose problemet e tij/saj

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

2 Unë përdor më shumë ndëshkimin se sa arsyetimin për të udhëzuar fëmijën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

3 Unë ua di emrat shokëve/shoqeve të fëmijës

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

4 Unë e kam të vështirë të disiplinoj fëmijën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

5 Unë e lavdëroj fëmijën kur sillet mire

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

6 Unë luaj dhe argëtohem me fëmijën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

7 Unë përmbahem të mos qortoj dhe kritikoj edhe kur fëmija vepron në kundërshtim me dëshirën tone

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

8 Unë tregoj keqardhje kur fëmija është i lënduar ose i frustruar

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

9 Unë e ndëshkoj fëmijën duke i hequr privilegjet që gëzon, pa i shpjeguar arsyet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Duke menduar për fëmijën tuaj, ju lutem të lexoni me kudes deklaratat dhe duke u bazuar në shkallën 5 pikëshe zgjidhni përgjigjen e cila ju përshkruan më së miri marrëdhënien tuaj me të.

10 Unë e llastoj fëmijën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

11 Unë e ngushëlloj dhe e mirëkuptoj kur fëmija është i mërzhitur

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

12 Unë i bërtas sa herë që fëmija silllet keq

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

13 Unë i sillem butë ose e toleroj fëmijën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

14 Unë e lejoj fëmijën që të bezdisë dikë tjetër

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

15 Unë i tregoj fëmijës çfarë presim nga sjellja e tij përpara se ai të përfshihet në një aktivitet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

16 Unë e qortoj dhe e kritikoj fëmijën që ai të bëhet më i mirë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

17 Unë jam i/e duruar me fëmijën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

18 Unë e kap dhe e tërheq fëmijën kur nuk bindet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

19 Unë i them fëmijës se do ta ndëshkoj dhe nuk e bëj në të vërtetë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Duke menduar për fëmijën tuaj, ju lutem të lexoni me kudes deklaratat dhe duke u bazuar në shkallën 5 pikëshe zgjidhni përgjigjen e cila ju përshkruan më së miri marrëdhënien tuaj me të.

20 Unë jam i/e vëmendshëm/e ndaj ndjenjave dhe emocioneve të fëmijës

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

21 Unë e lejoj fëmijën të japë mendimin e vet për rregullat e familjes

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

22 Unë debatoj me fëmijën tim

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

23 Unë tregoj vetëbesim në aftësitë e mia prindëruese

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

24 Unë i shpjegoj fëmijës arsyet se pse duhet t'i bindet rregullave

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

25 Unë shqetësohem më shumë për ndjenjat e mia se sa për ndjenjat e fëmijës

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

26 Unë i them fëmijës se ne i vlerësojmë përpjekjet ose arritjet e tij

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

27 Unë e ndëshkoj duke e mbyllur fëmijën diku vetëm pa i dhënë shpjegime

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

28 Unë e ndihmoj fëmijën të kuptojë ndikimin e sjelljes së vet, duke e inkurajuar që të flasë për pasojat e këtyre sjelljeve

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Duke menduar për fëmijën tuaj, ju lutem të lexoni me kudes deklaratat dhe duke u bazuar në shkallën 5 pikëshe zgjidhni përgjigjen e cila ju përshkruan më së miri marrëdhënien tuaj me të.

29 Unë kam frikë se ndëshkimi i fëmijës për sjellje të këqija do ta bëjë atë të mos i pëlqejë prindërit e vet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

30 Unë marr në konsideratë dëshirat e fëmijës përpara se t'i kërkoj të bëjë diçka

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

31 Unë shpërthej në zemërim ndaj fëmijës

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

32 Unë jam i/e ndërgjegjshëm/e për problemet ose shqetësimet e fëmijës sonë në kopsht

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

33 Unë paralajmëroj se do ta ndëshkoj fëmijën më shpesh se sa e ndëshkoj në të vërtetë atë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

34 Unë ia shpreh dashurinë fëmijës duke e përqaftuar, puthur dhe mbajtur në krahë atë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

35 Unë nuk i marr parasysh sjelljet e këqija të fëmijës

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

36 Unë zbatoj një ndëshkim, pasi fëmija ka kryer një sjellje të keqe

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

37 Unë i kërkoj falje fëmijës kur bëj ndonjë gabim si prind

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

38 Unë i them fëmijës çfarë të bëjë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Duke menduar për fëmijën tuaj, ju lutem të lexoni me kudes deklaratat dhe duke u bazuar në shkallën 5 pikëshe zgjidhni përgjigjen e cila ju përshkruan më së miri marrëdhënien tuaj me të.

39 Unë e lë të lirë fëmijën në rrëmujën që ai/ajo bën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

40 Unë diskutoj dhe arsyetoj me fëmijën kur ai/ajo sillet keq

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

41 Unë nuk bie dakord me fëmijën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

42 Unë e lejoj fëmijën të ndërpresë të tjerët kur flasin

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

43 Unë kaloj kohë të afërt dhe vetëm për vetëm me fëmijën

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

44 Kur dy fëmijë zihen, unë fillimisht i ndëshkoj ata dhe më pas i pyes se çfarë ndodhi

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

45 Unë e inkurajoj fëmijën të shprehet lirshëm edhe kur nuk pajtohet me ato çka ne prindërit kërkojmë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

46 Unë e korruptoj me shpërblime fëmijën që të marr pëlqimin e tij/saj për diçka

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

47 Kur dy fëmijë zihen, unë fillimisht i ndëshkoj ata dhe më pas i pyes se çfarë ndodhi

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

48 Unë e inkurajoj fëmijën të shprehet lirshëm edhe kur nuk pajtohet me ato çka ne prindërit kërkojmë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Duke menduar për fëmijën tuaj, ju lutem të lexoni me kudes deklaratat dhe duke u bazuar në shkallën 5 pikëshe zgjidhni përgjigjen e cila ju përshkruan më së miri marrëdhënien tuaj me të.

49 Unë e shpërblej fëmijën që të më dëgjojë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

50 Unë qortoj dhe kritikoj kur sjella e fëmijës nuk përputhet me pritshmëritë tona

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

51 Unë respektoj mendimet e fëmijës duke e inkurajuar që t'i shprehë lirshëm ato

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

52 Unë vendos rregulla të mirëpërcaktuara dhe strikte për fëmijën tonë

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

53 Unë i shpjegoj fëmijës se si ndihem për sjelljen e mirë ose të keqe të tij/saj

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

54 Unë përdor paralajmërimet si ndëshkim pa ndonjë justifikim

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

55 Unë i marr në konsideratë preferencat e fëmijës tonë kur bëj plane për familjen

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

56 Kur fëmija më kërkon arsye se pse duhet t'i bindet asaj që i kërkoi, unë i përgjigjem: "Sepse unë jam prindi yt dhe unë dua që ti të bësh këtë gjë."

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

57 Unë jam i pasigurt si të reagoj ndaj sjelljes së keqe të fëmijës

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

58 Unë ia shpjegoj fëmijës pasojat e sjelljes së vet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Duke menduar për fëmijën tuaj, ju lutem të lexoni me kudes deklaratat dhe duke u bazuar në shkallën 5 pikëshe zgjidhni përgjigjen e cila ju përshkruan më së miri marrëdhënien tuaj me të.

59 Unë e detyroj fëmijën të bëjë disa gjëra

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

60 Unë e drejtoj sjelljen e keqe të fëmijës drejt një aktiviteti më të pranueshëm

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

61 Unë e shtyej fëmijën kur ai/ajo nuk bindet

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

62 Unë theksoj arsyet e rregullave që vendos

1 Asnjëherë 2 Ndonjëherë 3 Thuajse gjysmën e kohës 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Pyetësi i Stileve të Prindërimit

Pyetësi i Stileve të Prindërimit (Robinson, Mandelco, Olsen, & Hart, 1995) është një instrument matës vetë-raportues, i përbërë nga 30 deklaratat me qëllim të matjes së stileve autoritare, autoritare dhe lejuese të prindërve. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 6 pikëshe nga 1 ("kurrë") deri në 6 ("gjithmonë").

Nën-dimensionet:

Stili i prindërimit autoritativ: 1-13

Stili i prindërimit autoritarian: 14-26

Stili i prindërimit lejues: 27-30

Targeti dhe grup-mosha:

Prindërit e nxënësve 4 - 12 vjeçarë

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesataret e dimensioneve janë si në vijim:

Autoritative: 5.58

Autoritatrian: 3.46

Lejues: 2.75

Pra, në rastin e dimensionit të parë, rezultati nën 5.58 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Shënim shtesë

Në fund të secilit seksion të numërohen rezultatet dhe të pjestohet gjithsej me numrin e pyetjeve në atë seksion për të gjetur mesataren për atë nën-dimension. Rezultati më i lartë i llogaritur nga të gjitha nën-dimensionet tregon stilin më të preferuar të prindërimit.

Referencat:

Robinson, C. C., Mandelco, B., Olsen, S. F., & Hart, C. H. (1995). Authoritative, authoritarian, and permissive parenting practices: Development of a new measure. *Psychological Reports, 77*(3, Pt 1), 819-830. Marrë nga <https://psycnet.apa.org/record/1996-29198-001> ndërsa versioni shqip është përkthyer, përshtatur dhe administruar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore.

Pyetësoni i Stileve të Prindërimit

Ju lutemi vlerësoni sa shpesh angazhoheni në praktika të ndryshme të prindërimit, të renditura më poshtë. Rezultatet variojnë nga "Kurrë" në "Gjithmonë" në shkallë prej 6 pikësh. Në fund të secilës pjesë, shtoni rezultatet dhe ndani atë me numrin e pyetjeve në atë pjesë.

1 Unë i përgjigjem ndjenjave dhe nevojave të fëmijës tim

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

2 Unë i marr parasysh dëshirat e fëmijës tim para se t'i kërkoj të bëjë diçka

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

3 Unë i shpjegoj fëmijës tim se si ndihem për sjelljen e tij/saj të mirë/të keqe

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

4 Unë e inkurajoj fëmijën tim të flasë për ndjenjat dhe problemet e tij/saj

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

5 Unë e inkurajoj fëmijën tim që të "flasë atë që ka në mend" lirisht, edhe nëse ai/ajo nuk pajtohet me mua

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

6 Unë shpjegoj arsyet prapa pritjeve të mia

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

7 Unë siguroj rehati dhe mirëkuptim kur fëmija im është i mërzitur:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

8 Unë e komplimentoj fëmijën tim

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

9 Unë i konsideroj preferencat e fëmijës tim kur bëj plane për familjen (p.sh., fundjavat larg dhe pushimet)

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

Ju lutemi vlerësoni sa shpesh angazhoheni në praktika të ndryshme të prindërimit, të renditura më poshtë. Rezultatet variojnë nga "Kurrë" në "Gjithmonë" në shkallë prej 6 pikësh. Në fund të secilës pjesë, shtoni rezultatet dhe ndani atë me numrin e pyetjeve në atë pjesë.

10 Unë respektoj mendimin e fëmijës tim dhe e inkurajoj atë të shprehë ato:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

11 Unë e trajtoj fëmijën tim si një anëtar të barabartë të familjes

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

12 Unë i siguroj fëmijës tim arsye për pritjet që kam për të:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

13 Kaloj kohë të përbashkët dhe të ngrohtë me fëmijën tim:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

Pikëzimi: Rezultati total _____ / 13 = _____

14 Kur fëmija im më pyet pse ai / ajo duhet të bëjë diçka unë i them / asaj është sepse unë thashë kështu, unë jam prindi yt, ose sepse kjo është ajo që unë dua

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

15 Unë e ndëshkoj fëmijën tim duke i hequr privilegje (p.sh., TV, lojëra, duke vizituar miqtë):

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

16 Unë bërtas kur nuk e pranoj sjelljen e fëmijës tim:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

17 Shpërthej në zemërim ndaj fëmijës tim

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

18 Unë e ndëshkoj fëmijën tim me shuplakë kur nuk më pëlqen ajo që ai/ajo bën ose thotë:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

Ju lutemi vlerësoni sa shpesh angazhoheni në praktika të ndryshme të prindërimit, të renditura më poshtë. Rezultatet variojnë nga "Kurrë" në "Gjithmonë" në shkallë prej 6 pikësh. Në fund të secilës pjesë, shtoni rezultatet dhe ndani atë me numrin e pyetjeve në atë pjesë.

19 Unë përdor kritika për ta bërë fëmijën tim të përmirësojë sjelljen e tij/saj:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

20 Unë i përdor kërcënimet si një formë ndëshkimi me pak ose aspak justifikim

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

21 Unë e ndëshkoj fëmijën tim me shprehje emocionale (p.sh. puthjet dhe përqafimet)

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

22 Unë kritikoj hapur fëmijën tim kur sjellja e tij / saj nuk i përmbush pritjet e mia:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

23 Unë e gjej veten duke luftuar të përpiqem të ndryshoj mënyrën se si fëmija im mendon ose ndihet për gjërat:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

24 Ndjej nevojën për të treguar problemet e kaluara të sjelljes së fëmijës tim për t'u siguruar që ai/ajo nuk do t'i bëjë përsëri:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

25 Unë ia përkujtoj fëmijës tim se unë jam prindi i tij/saj:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

26 Unë i përkujtoj fëmijës tim të gjitha gjërat që po bëj dhe kam bërë për të.

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

Pikëzimi: Rezultati total _____ / 13 = _____

Ju lutemi vlerësoni sa shpesh angazhoheni në praktika të ndryshme të prindërimit, të renditura më poshtë. Rezultatet variojnë nga "Kurrë" në "Gjithmonë" në shkallë prej 6 pikësh. Në fund të secilës pjesë, shtoni rezultatet dhe ndani atë me numrin e pyetjeve në atë pjesë.

27 E kam të vështirë të disiplinoj fëmijën tim:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

28 Unë ja fal fëmijës tim kur ai/ajo shkakton një trazirë për diçka:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

29 Unë e llastoj fëmijën tim

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

30 Unë injoroj sjelljen e keqe të fëmijës tim:

1 Kurrë 2 Shumë rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Shumë shpesh 6 Gjithmonë

Pikëzimi: Rezultati total _____ / 4 = _____

Zhvillimi Pozitiv i të Rinjve

Pyetësi i Aseteve Zhvillimore Developmental Assets Questionnaire

Pyetësi i Aseteve zhvillimore të të Rinjve është i përbërë nga 58 deklaratat, që kanë për qëllim të masin asetet zhvillimore të jashtme dhe të brendshme, duke u bazuar në kornizën teorike të Zhvillimit Pozitiv të të Rinjve krijuar nga Lerner et al. 2005. Për të vlerësuar deklaratat, përdoret shkalla 4 pikëshe e Likert, nga 1 ("kurrë ose rrallë") deri 4 ("ekstremisht ose pothuajse gjithmonë"). Shkalla ndahet në dy nënshkallë, asetet e jashtme dhe brendshme, ndërsa këto dy të fundit ndahen në 5 nënshkallë të tjera.

Nën-dimensionet:

Asetet e jashtme:

Mbështetja: 1-7

Fuqizimi: 8-13

Pritjet/kufizimet: 14-22

Përdorimi konstruktiv i kohës: 23-26a

Asetet e brendshme:

Përkushtimi ndaj të mësuarit: 27-33

Vlerat pozitive: 34-44a

Kompetencat sociale: 45-52

Identiteti pozitiv: 53-58a

Targeti dhe grupmosha:

Nxënësit e moshës 15 deri 18 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Sa më i lartë rezultati, aq më i lartë niveli i atij dimensionit. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesataret e dimensioneve janë si vijon:

Asetet e Jashtme

Mbështetja: 21.96

Fuqizimi: 19.12

Pritjet/kufizimet: 29.71

Përdorimi konstruktiv i kohës: 8.85

Asetet e Brendshme

Përkushtimi ndaj të mësuarit: 20.58

Vlerat pozitive: 37.97

Kompetencat sociale: 27.34

Identiteti pozitiv: 20.45

Përshembull, në rastin e dimensionit të "mbështetjes", rezultati nën 21.96 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Lerner, R. M. (2017). Commentary: Studying and Testing the Positive Youth Development Model: A Tale of Two Approaches. *Child Development*, 88(4), 1183-1185. Marrë nga <https://srcd.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/cdev.12875>

Pivec, T., Kozina, A., Wium, N., Uka, F. (2020). Are the 5C of Positive Youth Development related to risky behaviors: Analysis across countries. Marrë nga https://www.researchgate.net/profile/Ana_Kozina/publication/348325751_POSITIVE_YOUTH_DEVELOPMENT_PERSPECTIVE_THE_INTERPLAY_BETWEEN_THE_5CS_AND_ANXIETY/links/5ff80be8299bf140887d90f2/POSITIVE-YOUTH-DEVELOPMENT-PERSPECTIVE-THE-INTERPLAY-BETWEEN-THE-5CS-AND-ANXIETY.pdf#page=223

Pyetësoni për Asetet e Jashtme dhe të Brendshme

Më poshtë paraqitet një listë e pohimeve pozitive që mund të keni për veten tuaj, familjen, miqtë, lagjen, departamentin / shkollën dhe komunitetin. Për çdo pohim që ju përshkruan tani ose brenda 6 muajve të fundit, tregoni se cili opsion është i vërtetë.

1 Unë kam një familje që më jep dashuri dhe mbështetje.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

2 Unë kërkoj këshilla nga prindërit e mi.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

3 Unë kam mbështetje edhe nga të rritur të tjerë, përveç prindërve të mi.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

4 Unë kam fqinj të mirë, të cilët kujdesen për mua.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

5 Shkolla ime kujdeset për nxënësit dhe i inkurajon ata.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

6 Prindërit/kujdestarët më ndihmojnë që të jem i/e suksesshëm/me.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

7 Prindërit/kujdestarët e mi gjejnë mënyra të përshtatshme për të më folur rreth çështjeve të ndryshme.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

Më poshtë paraqitet një listë e pohimeve pozitive që mund të keni për veten tuaj, familjen, miqtë, lagjen, departamentin / shkollën dhe komunitetin. Për çdo pohim që ju përshkruan tani ose brenda 6 muajve të fundit, tregoni se cili opsion është i vërtetë.

8 Unë ndihem i/e vlerësuar dhe i/e respektuar nga të tjerët.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

9 Mua më jepen role dhe përgjegjësi.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

10 Unë përfshihem në detyrat dhe vendimet familjare

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

11 Unë ndihem i/e qetë dhe i/e sigurt në shkollë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

12 Unë kam një lagje të sigurt.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

13 Unë ndihem i/e sigurt dhe i/e mbrojtur në shtëpi.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

14 Familja ime është në dijeni se ku ndodhem dhe se çfarë bëj.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

15 Shkolla ime iu jep nxënësve rregulla të qarta.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

Më poshtë paraqitet një listë e pohimeve pozitive që mund të keni për veten tuaj, familjen, miqtë, lagjen, departamentin / shkollën dhe komunitetin. Për çdo pohim që ju përshkruan tani ose brenda 6 muajve të fundit, tregoni se cili opsion është i vërtetë.

16 Unë kam fqinj që kujdesen për mua.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

17 Unë rretohemi nga të rritur që shërbejnë si modele pozitive.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

18 Unë kam miq që janë shembuj të mirë për mua.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

19 Mësimdhënësit e mi më nxisin për arritje dhe zhvillim.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

20 Unë kam një familje që më orienton drejt rregullave të qarta.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

21 Shkolla ku unë bëj pjesë i zbaton rregullat në mënyrë të drejtë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

22 Prindërit e mi më orientojnë sesi t'ia dalë mbarë në shkollë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

23 Unë jam i/e përfshirë në aktivitete kreative të tilla si muzikë, teatër apo artet e tjera.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

Më poshtë paraqitet një listë e pohimeve pozitive që mund të keni për veten tuaj, familjen, miqtë, lagjen, departamentin / shkollën dhe komunitetin. Për çdo pohim që ju përshkruan tani ose brenda 6 muajve të fundit, tregoni se cili opsion është i vërtetë.

24 Unë jam i/e përfshirë në sporte, klube ose grupe të tjera.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

25 Unë jam i/e përfshirë në grupet e kishave, xhamive apo grupeve të tjera fetare, një herë ose më shumë në javë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

26a Unë shpenzoj kohë cilësore me prindërit, ndërsa bëjmë gjëra së bashku.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

26b Unë dal për kafe me shokët/shoqet, dy ose më shumë herë në javë, edhe kur nuk ka ndonjë "rast apo arsye të veçantë".

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

28 Unë ndjej kënaqësi nga të mësuarit.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

29 Unë po përpiqem që të mësoj gjëra të reja.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

30 Jam i/e inkurajuar që të provoj gjëra që mund të jenë të dobishme për mua.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

Më poshtë paraqitet një listë e pohimeve pozitive që mund të keni për veten tuaj, familjen, miqtë, lagjen, departamentin / shkollën dhe komunitetin. Për çdo pohim që ju përshkruan tani ose brenda 6 muajve të fundit, tregoni se cili opsion është i vërtetë.

31 Unë i bëj detyrat e shtëpisë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

32 Unë kujdesem për shkollën/ universitetin.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

33 Mua më pëlqen të lexoj dhe të jem i/ e lexuar.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

34 Unë mendoj se është e rëndësishme që të ndihmosh njerëzit e tjerë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

35 Unë tregoj të vërtetën, edhe në ato raste kur nuk është e thjeshtë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

36 Unë mbaj përgjegjësi për atë që bëj.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

37 Unë iu tregoj njerëzve të tjerë atë që besoj.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

38 Unë i them jo duhanit, alkoolit dhe drogave të tjera.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

Më poshtë paraqitet një listë e pohimeve pozitive që mund të keni për veten tuaj, familjen, miqtë, lagjen, departamentin / shkollën dhe komunitetin. Për çdo pohim që ju përshkruan tani ose brenda 6 muajve të fundit, tregoni se cili opsion është i vërtetë.

39 Unë jam duke ndihmuar që ta bëj shkollën, lagjen dhe qytetin tim një vend më të mirë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

40 Unë jam duke zhvilluar shprehi të shëndetshme.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

41 Unë inkurajohem që të ndihmoj të tjerët.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

42 Unë përpiqem të ndihmoj në zgjidhjen e problemeve globale si uria apo sëmundjet.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

43 Unë kam respekt për njerëzit e tjerë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

44a Unë jam duke ndihmuar që ta bëj shkollën, lagjen dhe qytetin tim një vend më të mirë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

44b Unë besoj se të gjithë duhet të trajtohen në mënyrë të barabartë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

Më poshtë paraqitet një listë e pohimeve pozitive që mund të keni për veten tuaj, familjen, miqtë, lagjen, departamentin / shkollën dhe komunitetin. Për çdo pohim që ju përshkruan tani ose brenda 6 muajve të fundit, tregoni se cili opsion është i vërtetë.

44c Unë mbaj qëndrim për besimet e mia.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

45 Unë i planifikoj gjërat më përpara dhe bëj zgjedhje të duhura.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

46 Unë ndërtoj marrëdhënie shoqërore me njerëzit e tjerë

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

47 I pranoj njerëzit që janë ndryshe nga unë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

48 Unë qëndroj larg nga ndikimet e këqija.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

49 Unë jam i/e aftë të zgjidh konflikte, pa u dëmtuar askush

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

50 Unë jam i/e ndjeshëm/me ndaj nevojave dhe ndjenjave të tjerëve.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

51 Unë i shpreh ndjenjat e mia në mënyra të përshtatshme.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

Më poshtë paraqitet një listë e pohimeve pozitive që mund të keni për veten tuaj, familjen, miqtë, lagjen, departamentin / shkollën dhe komunitetin. Për çdo pohim që ju përshkruan tani ose brenda 6 muajve të fundit, tregoni se cili opsion është i vërtetë.

52 Unë iu them jo gjërave të pashëndetshme dhe të rrezikshme.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

53 Unë ndiej që kam kontroll mbi jetën dhe të ardhmen time.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

54 Unë ndihem mirë me veten time.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

55 Unë ndihem mirë për të ardhmen time.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

56 Unë arrij që të përballem me zhgënjimet.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

57 Unë gjej mënyra të përshtatshme për tu përballur me gjërat e vështira në jetën time.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

58a Mendoj se cili është qëllimi im në jetë.

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

58b Unë ndiej se "jeta ime ka një qëllim".

- 1 Kurrë ose rrallë 2 Disi ose ndonjëherë
3 Shumë ose shpesh 4 Ekstremisht ose pothuajse gjithmonë

Fuqitë Individuale



Empatia

Pyetësori i Empatisë Empathy Questionnaire (EmQue-CA)

Pyetësori i empatisë për fëmijë dhe adoleshentë (EmQue-CA) përbëhet nga 27 deklaratave me qëllim të vlerësimit aftësinë e empatisë. Deklaratat në këtë pyetësor janë përshkrimet e reagimeve ndaj një konteksti të caktuar shoqëror dhe për t'i vlerësuar përdoret shkalla 5 pikëshe e Likert, nga 1 ("jo e vërtetë") deri 3 ("e vërtetë deri në një fare mase").

Nën-dimensionet:

Empatia afektive: 1, 4, 7, 10, 13, 16, 18

Empatia njohëse/kognitive: 2, 5, 8, 11

Motivimi prosocial: 3, 6, 9, 12, 15, 17

Targeti dhe grupmosha:

Nxënësit e moshës 9-16 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Sa më i lartë rezultati, aq më i lartë niveli i empatisë. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesataret e dimensioneve janë si në vijim:

Empatia afektive: 16.67

Empatia kognitive: 11.23

Motivimi Prosocial: 16.59

Përshembull, në rastin e dimensionit të parë, rezultati nën 16.67 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Meuwese, R., Cillessen, A. H. N., & Güroğlu, B. (2016). Friends in high places: A dyadic perspective on peer status as predictor of friendship quality and the mediating role of empathy and prosocial behavior. *Social Development, 26*(3), 503-519. Marrë nga https://www.researchgate.net/publication/309147077_Friends_in_high_places_A_dyadic_perspective_on_peer_status_as_predictor_of_friendship_quality_and_the_mediating_role_of_empathy_and_prosocial_behavior, ndërsa versioni në shqip është përkthyer dhe përshtatur nga një grup studiuesish të psikologjisë.

Pyetësoni i Empatisë (EmQue-CA)

Më poshtë është një listë e deklaratave. Për secilën deklaratë ju lutem të rrethoni atë që është e vërtetë për ju, Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

- 1** Nëse nëna ime është e lumtur, edhe unë ndihem i/e lumtur
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-
- 2** Unë e vërej nëse një shok/shoqe është i/e turpëruar kur ka bërë diçka gabim
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-
- 3** Nëse një shok/shoqe i imi/imja është i/e pikëlluar, unë dua t'a ngushëllojë
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-
- 4** Unë ndihem shumë keq kur dy persona grinden
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-
- 5** Kur një shok/shoqe është i/e zemëruar, unë zakonisht e di pse
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-
- 6** Unë do të doja të ndihmoja kur një shok/ shoqe zemërohet
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-
- 7** Nëse një shok/shoqe është i/e pikëlluar, edhe unë ndihem i/e pikëlluar
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-
- 8** Unë kuptoj se një shok/shoqe është krenar/e kur ai/ajo ka bërë diçka të mirë
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-
- 9** Nëse një shok/shoqe po grindet me dikë, unë tentoj të ndihmojë
- 1 Jo e vërtetë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë
-

Më poshtë është një listë e deklaratave. Për secilën deklaratë ju lutem të rrethoni atë që është e vërtetë për ju, Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

10 Nëse një shok/ shoqe është duke qeshur, edhe unë filloj të qeshë

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

11 Nëse një shok/shoqe është i/e pikëlluar, unë kryesisht e kuptoj pse

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

12 Unë dua që gjithkush të ndihet mirë

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

13 Kur një shok/shoqe qan, edhe unë qaj

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

14 Nëse një shok/shoqe po qan, unë shpesh e kuptoj se çfarë ka ndodhur

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

15 Nëse një shok/shoqe është i/e pikëlluar, unë dua të bëj diçka për t'a disponuar atë

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

16 Nëse dikush në familje time është i/e pikëlluar, unë ndihem shumë keq

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

17 Mua më pelqen kur i jap dhuratë një shokut/shoqeje

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

18 Kur një shok/shoqe është i/e mërzitur, edhe unë ndihem i/e mërzitur

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

19 Unë kuptoj dhe vlerësoj perspektivën dhe mendimin e të tjerëve

1 Jo e vëretë 2 E vërtetë deri në një fare mase 3 E vërtetë

Inteligjenca Emocionale

Inteligjenca Emocionale e Nxënësve Emotional Intelligence of School Children

Inteligjenca Emocionale e Nxënësve (Raghavan & Panboli, 2018) është një instrument i cili përmban 27 deklarata që masin pesë dimensione të inteligjencës emocionale. Deklaratat janë vlerësuar me një shkallë nga 1 (nuk pajtohem aspak) deri në 5 (pajtohem plotësisht).

Nën-dimensionet:

Vetë-vetëdija: 1, 4, 5, 11, 16, 21

Aftësitë vetë-rregulluese: 2, 7, 17, 22, 12

Motivimi: 3, 8, 13, 18, 23

Empatia: 4, 9, 14, 19

Aftësitë sociale: 5, 10, 15, 26, 27, 24

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 11-15 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Për të pikëzuar këtë instrument, të gjitha pikët e pyetësorit duhet të mblidhen, ku pikë më të larta indikojnë Inteligjencë Emocionale më të lartë.

Pyetësori preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësori nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Hajrizi, D., Bujari, D., Rrahmani, F., Bajgora, Sh., & Stankoviç, Z. (2020). Efekti i të lexuarit në mirëqenien psikologjike dhe inteligjencën emocionale të fëmijëve të Kosovës. ETEA & QHPSM & CSAY.

Marrë nga https://issuu.com/etea/docs/raporti_hulumtues-_efekti_i_te_lexuarit_ne_mireqen

Raghavan, N., & Panboli, S. (2018). Measuring emotional intelligence of school children – A pilot study. International Journal of Research in Humanities, Arts and Literature 6, (1), 207– 218. Marrë nga <http://oaji.net/articles/2017/488-1517641649.pdf>

Inteligjenca Emocionale e Nxënësve

Më poshtë është një listë e deklaratave, ju lutem na ndihmoni duke rrethuar atë me të cilën pajtoheni më së shumti, për secilën deklaratë. Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

1 Unë mund të identifikoj shkaqet e ndjenjave të mia fizike

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

2 Unë mund të kontrolloj zemërimin tim

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

3 Unë motivoj veten duke imagjinuar një rezultat të mirë për punën që jam duke bërë

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

4 Unë mund të vërej se si të tjerët po ndihen nga toni i zërit të tyre

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

5 Unë ndihmoj të tjerët për t'u ndjerë më mirë kur ata po ndihen keq

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

6 Unë jam i/e aftë të bëj vendime të duhura në situata të vështira

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

7 Mendohem të largoj frikën e panevojshme ndaj gjërave

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

Më poshtë është një listë e deklaratave, ju lutem na ndihmoni duke rrethuar atë me të cilën pajtoheni më së shumti, për secilën deklaratë. Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

8 Unë pres që do të punoj mirë në shumicën e gjërave që bëj

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

9 Unë mund të vërej se si po ndihen të tjerët edhe kur i shikoj ata

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

10 Unë kam dëshirë të ndaj dijen time me të tjerët

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

11 Unë kam vetëbesim për t'u përballur me sfida

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

12 Unë mbaj premtimet

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

13 Çfarëdo pune që bëj, e bëj me gjithë zemër

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

14 Kur dikush më tregon për një ngjarje të rëndësishme në jetën e tyre, unë ndihem se pothuajse më ka ndodhur edhe mua ai rast

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

Më poshtë është një listë e deklaratave, ju lutem na ndihmoni duke rrethuar atë me të cilën pajtoheni më së shumti, për secilën deklaratë. Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

15 Unë komplimentoj (lavdëroj) të tjerët kur ata bëjnë diçka mirë

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

16 Unë e di pse ndryshojnë ndjenjat e mia

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

17 Unë di se kur të flas për problemet e mia personale me të tjerët

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

18 Unë bëj gjëra që me të vërtetë dua të bëj

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

19 Duke shiqur fytyrat e të tjerëve, unë vërej emocionet që njerëzit janë duke ndjerë

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

20 Unë kaloj mirë me bashkëmoshatarë dhe të tjerët

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

21 Unë mund të kuptoj fuqitë dhe dobësitë e mia

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

Më poshtë është një listë e deklaratave, ju lutem na ndihmoni duke rrethuar atë me të cilën pajtoheni më së shumti, për secilën deklaratë. Ju lutemi të përgjigjeni në të gjitha deklaratat.

22 Unë marr detyrat me sportivet (me relaks), edhe kur ato janë të pasuksesshme

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

23 Kur unë dështoj, e tejkaloj dështimin lehtësisht me pozitivitet

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

24 Unë kam dëshirë të ndaj ndjenjat e mia me të tjerët

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

25 Unë evitoj veset e këqia kur jam në stres

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

26 Unë ndihmoj të tjerët që janë në situata të vështira

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

27 Unë kuptoj dhe vlerësoj perspektivën dhe mendimin e të tjerëve

- 1 Nuk pajtohem aspak 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem mesatarisht
4 Pajtohem 5 Pajtohem plotësisht

Kompetencat

5 Kompetencat e Zhvillimit Pozitiv të të Rinjve 5 C's of Positive Youth Development

Pyetësi për matjen e Pesë (5) Kompetencave të Zhvillimit Pozitiv të të Rinjve (Lerner, 2005) ka për qëllim të kuptuarit nëse të rinjtë kanë të zhvilluar ndjenën e kompetencës, besimin, karakterin, kujdesin dhe marrëdhëniet apo lidhjet me të tjerët. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 5 pikëshe e Likert nga 1 ("aspak dakord") deri në 5 ("shumë dakord").

Nën- dimensionet:

Kompetenca: 1, 2, 3, 7, 8, dhe 9

Vetëbesimi: 4, 6, 10, 12, 13, dhe 14

Karakter: 5, 11, dhe 15-20

Kujdesi: 21-26

Marrëdhëniet/ lidhjet: 27-34

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 13 vjeçare

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër Kosovare. Mesataret e dimensioneve janë si në vijim:

Kompetenca: 20.63

Konfidenca: 24.50

Karakter: 32.00

Kujdesi: 25.69

Marrëdhëniet/lidhjet: 31.35

Përshembull, në rastin e dimension të parë, rezultati nën 20.63 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Benson, P. L., Scales, P. C., Hamilton, S. F., & Sesma, A. (2007). Positive Youth Development: Theory, Research, and Applications. Handbook of Child Psychology. Marrë nga <https://www.unitedwayglv.org/UnitedWay/media/PDFs/Positive-Youth-Development-Five-Cs-Survey.pdf>

Pivec, T., Kozina, A., Wium, N., Uka, F. (2020). Are the 5C of Positive Youth Development related to risky behaviors: Analysis across countries. Marrë nga https://www.researchgate.net/profile/Ana_Kozina/publication/348325751_POSITIVE_YOUTH_DEVELOPMENT_PERSPECTIVE_THE_INTERPLAY_BETWEEN_THE_5CS_AND_ANXIETY/links/5ff80be8299bf140887d90f2/POSITIVE-YOUTH-DEVELOPMENT-PERSPECTIVE-THE-INTERPLAY-BETWEEN-THE-5CS-AND-ANXIETY.pdf#page=223

Pesë Kompetencat e Zhvillimit Pozitiv të të Rinjve

Ky pyetësor përbëhet nga 34 deklaratë. Pasi ta keni lexuar me kujdes çdo deklaratë, bazuar në shkallën 5 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) e cila ju përshkruan më së miri.

1 Unë kam shumë shokë/shoqe.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

2 Unë kaloj shumë mirë në grupin e punës në shkollë/universitet.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

3 Unë jam më mirë sesa moshatarët e mi në sporte.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

4 Unë jam i/e lumtur me veten shumicën e kohës.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

5 Unë pothuajse asnjëherë nuk bëj gjëra që nuk duhet t'i bëj.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

6 Unë e pëlqej me të vërtetë mënyrën sesi dukem.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

7 Unë jam po aq i/e zgjuar sa bashkëmoshatarët e mi.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

8 Unë mund të performoj mirë në aktivitetet e reja sportive dhe atletike.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

9 Unë jam i/e famshme me bashkëmoshatarët e mi.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

Ky pyetësor përbëhet nga 34 deklaratata. Pasi ta keni lexuar me kujdes çdo deklaratë, bazuar në shkallën 5 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) e cila ju përshkruan më së miri.

10 Unë jam i/e bukur.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

11 Unë zakonisht veproj ashtu siç duhet të veproj.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

12 Unë jam shumë i/e lumtur që jam kështu siç jam.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

13 Mbi të gjitha, unë jam i/e kënaqur që jam vetvetja.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

14 Kur te rritem, jam i/e sigurtë që do kem një jetë të mirë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

15 Unë ndihmoj që ta bëj botën një vend më të mirë për të jetuar.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

16 Pranoj përgjegjësi për veprimet e mia kur bëj një gabim apo jam në telashe.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

17 Unë shpenzoj kohë dhe para që t'i ua bëj të tjerëve jetën më të bukur.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

18 Unë bëj atë që besoj se është e drejtë dhe nëse shokët e mi tallen me mua.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

19 E pëlqej shoqërinë e njerëzve të cilët kanë etni/kulturë të ndryshme nga unë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

Ky pyetësor përbëhet nga 34 deklaratat. Pasi ta keni lexuar me kujdes çdo deklaratë, bazuar në shkallën 5 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) e cila ju përshkruan më së miri.

20 Kam shumë njohuri rreth njerëzve që kanë etni/kulturë të ndryshme nga unë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

21 Kur shoh dikë që nuk po përparon, dëshiroj ta ndihmoj.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

22 Kur e shoh dikë që akuzohet padrejtësisht, më vjen keq për të.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

23 Kur unë shikoj një person tjetër i cili është i/e lënduar apo i/e mërzitur, unë ndihem keq për të.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

24 Shqetësohem kur dikujt i ndodh diçka e keqe.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

25 Më vjen keq për njerëzit që nuk i kanë ato që kam unë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

26 Mërzitem kur shikoj një njeri i cili nuk ka shokë apo shoqe.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

27 Unë ndihem shumë i/e inkurajuar nga shkolla.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

28 Unë jam një anëtar i/e dobishëm/me dhe i/e rëndësishëm /me në familje

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

29 Unë ndihem si një anëtar/e i/e rëndësishëm/me në komunitetin tim.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

Ky pyetësor përbëhet nga 34 deklaratata. Pasi ta keni lexuar me kujdes çdo deklaratë, bazuar në shkallën 5 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) e cila ju përshkruan më së miri.

30 Mësuesit në shkollë më nxisin që të shfaq më të mirën e asaj që unë mund të bëj.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

31 Unë bëj shumë biseda të mira me prindërit e mi

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

32 Të rriturit në qytetin/fshatin/ komunitetin tim, dëgjojnë atë që unë kam për të thënë

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

33 Shokët/shoqet e mi shqetësohen për mua

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

34 Unë ndjej që miqtë e mi janë të mirë

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

Përparësitë dhe Vështirësitë

Pyetësor mbi Fuqitë dhe Vështirësitë Strengths & Difficulties Questionnaires (SDQ)

Shkalla e matjes së Fuqive dhe Vështirësive (SDQ), është instrument vetë-raportues i përbërë nga 25 deklaratat, të cilat vlerësohen duke përdorur shkallën 3 pikëshe nga 0 ("jo e vërtetë") në 2 ("plotësisht e vërtetë"). Përveç 25 deklaratave, ekzistojnë edhe 6 pyetje shtesë të cilat shërbejnë për të eksploruar tutje në dimensionet e instrumentit.

Nën-dimensionet:

Simptomat emocionale: 2, 7, 11, 13, 20

Probleme të Sjelljes: 4, 6*, 10, 15, 18

Probleme të marrëdhënieve me bashkëmoshatarët: 5, 9*, 12*, 16, 19

Sjelljet prosociale: 1, 3, 8, 14, 17

Targeti dhe grup-mosha:

Prindërit, kujdestarët ligjorë ose mësuesit e fëmijëve të moshës 3-16 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Të gjitha deklaratat (përveç atyre të shënuara me yll) pikëzohen 0 për "jo e vërtetë", 1 për "disi e vërtetë" dhe 2 "plotësisht e vërtetë". Ndërsa për pesë deklaratat të shënuara me yll afër (*), pikëzohet në mënyrë të kundërt. Pra, 2 për "jo e vërtetë", 1 për "disi e vërtetë" dhe 0 për "plotësisht e vërtetë".

Deklaratat të shënuara me yll (*) janë: 6, 9, dhe 12.

Pikëzimi për simptomat emocionale, problemet e sjelljes, probleme të marrëdhënieve me bashkëmoshatarë varion prej 0 deri në 40 pikë. Rezultati për të pesë dimensionet gjenerohet duke mbledhur pikët të cilat variojnë nga 0 deri në 10.

Referencat:

Allkoja, B., Skendi, V., Dalani, M. & Alikaj, V. (2020). Çrregullimi i Hiperaktivitetit/Deficitit të Vëmendjes midis Fëmijëve të Shkollave Fillore të Tiranës - Të dhëna Epidemiologjike për Fëmijët Shqiptarë. Marrë nga <https://www.cambridge.org/core/journals/european-psychiatry/article/epa1152-attention-deficit-hyperactivity-disorder-between-children-of-tirana-elementary-schools-epidemiological-data-for-albanian-children/8587CF9-470416CD2A761041257D2F11B>

Goodman, R. (2005). Mentally Healthy Schools: The strengths and difficulties questionnaire (SDQ). Marrë nga: <https://www.mentallyhealthyschools.org.uk/resources/the-strengths-and-difficulties-questionnaire-sdq/>

Pyetësor mbi Përparësitë dhe Vështirësitë

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjëzoni në kutinë përkatëse për "jo e vërtetë", "disi e vërtetë" ose "plotësisht e vërtetë, përkitazi me atë se si është sillur realisht nxënësi/ja në gjashtë muajt e fundit ose gjatë këtij viti shkollor.

1 Merr në konsideratë merr parasysh ndjenjat e të tjerëve

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

2 Ankohet shpesh për dhimbje koke, dhimbje barku, ose se i vjen për të vjellë

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

3 I ndan gjërat lehtë me fëmijë të tjerë, për shembull lodra, ushqime

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

4 Inatoset shpesh, shpesh humb durimin

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

5 Preferon të rrijë vetëm se sa me të fëmijë të tjerë

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

6 Në përgjithësi është i/e sjellshëm(e), zakonisht bën çfarë i kërkojnë të rriturit*

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

7 Ka shumë shqetësime ose shpesh duket i/e shqetësuar

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

8 Ndhmon tjetrin nëse ai/ajo është i/e lënduar, i/e mërzhitur ose ndihet keq

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

9 Ka të paktën një shok apo shoqe të ngushtë*

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjëzoni në kutinë përkatëse për "jo e vërtetë", "disi e vërtetë" ose "plotësisht e vërtetë, përkitazi me atë se si është sillur realisht nxënësi/ja në gjashtë muajt e fundit ose gjatë këtij viti shkollor.

10 Shpesh zihet/ndeshet me të fëmijë të tjerë apo përdor dhunë fizike dhe/ose psikologjike ndaj tyre

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

11 Shpesh duket jo i/e lumtur, i/e depresuar apo me sy të lotuar

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

12 Në përgjithësi fëmijëve të tjerë iu pëlqen*

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

13 Nervoz/ i/e shqetësuar në situata të reja, humb shpejt vetëbesimin

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

14 I/e dashur me fëmijët më të vegjël

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

15 Shpeshherë gënjen apo bën hile

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

16 Të rinjtë e tjerë e ngacmojnë/tallen me të ose përdorin dhunë fizike dhe/ose psikologjike ndaj tij/saj

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

17 Shpeshherë u ofron ndihmë të tjerëve (prindërve, mësuesve, fëmijëve)

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

18 Vjedh gjëra nga shtëpia, shkolla, apo vende të tjera

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

19 Kalon më mirë me të rriturit sesa me të fëmijë të tjerë

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjzoni në kutinë përkatëse për "jo e vërtetë", "disi e vërtetë" ose "plotësisht e vërtetë, përkitazi me atë se si është sillur realisht nxënësi/ja në gjashtë muajt e fundit ose gjatë këtij viti shkollor.

20 Ka shumë gjëra që e trembin, frikësohet lehtësisht

0 Jo e vërtetë 1 Disi e vërtetë 2 Plotësisht e vërtetë

21 Në përgjithësi, a mendoni se ky/kjo nxënës/e ka vështirësi në një apo më shumë nga fushat e mëposhtme: emocionet, përqendrim/vëmendje, sjellje apo aftësi për tu shoqëruar me njerëz të tjerë?

1 Jo 2 Po, vështirësi të vogla 3 Po, vështirësi të qarta 4 Po, vështirësi të rënda

Nëse "Po" në pyetjen nr. 21, ju lutem përgjigjuni pyetjeve të mëposhtme për këto vështirësi

22 Për sa kohë kanë qenë të pranishme këto vështirësi?

1 Më pak se një muaj 2 1-5 muaj 3 6-12 muaj 4 Më shumë se një vit

23 Këto vështirësi, e shqetësojnë apo e mërzhitin këtë nxënës/e?

1 Jo aspak 2 Vetëm pak 3 Mesatarisht 4 Shumë

24 A ndërhyjnë këto vështirësi me jetën e përditshme të nxënësit/es në marrëdhëniet me shokët/shoqet e klasës?

1 Jo aspak 2 Vetëm pak 3 Mesatarisht 4 Shumë

25 A ndërhyjnë këto vështirësi me jetën e përditshme të nxënësit/es në mësimin në klasë?

1 Jo aspak 2 Vetëm pak 3 Mesatarisht 4 Shumë

26 A sjellin këto vështirësi ngarkesë/barrë emocionale për ju apo për klasën në përgjithësi?

1 Jo aspak 2 Vetëm pak 3 Mesatarisht 4 Shumë

Vetërregullimi

Detyra e Trokitjes me Laps Pencil Tapping Task

Detyra e Trokitjes me Laps është një deyrë që mat aftësitë inhibuese të fëmijëve. Në këtë deyrë, vlerësuesi dhe fëmija të dy kanë një laps në dorë. Fëmijët janë të udhëzuar që kur vlerësuesit të trokasin një herë me laps, fëmijët duhet të trokasin dy herë, ndërsa kur vlerësuesit të trokasin dy herë, fëmijët duhet të trokasin një herë.

Nën-dimensionet:

Kjo deyrë është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshave 4-5 vjeçare.

Referencat:

Diamond, A., & Taylor, C. (1996). Development of an aspect of executive control: Development of the ability to remember what is said and to "do as I say, not as I do." *Developmental Psychobiology*, 29, 315-334. Marrë nga <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8732806/>

Luria, A. R. (1966). *Higher cortical functions in man*. New York: Basic Books. Mund të gjeni në <https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4684-7741-2>

Uka, F., Gunzenhauser, C., Larsen, R. A., & von Suchodoletz, A. (2019). Exploring a bidirectional model of executive functions and fluid intelligence across early development. *Intelligence*, 75, 111-121. Marrë nga <https://nyuscholars.nyu.edu/en/publications/exploring-a-bidirectional-model-of-executive-functions-and-fluid->

Udhëzime për procedurën dhe interpretimin e pikëve:

Trokitja me laps

Merr dy lapsa jo të prehtë nga kutia.

Jepi një laps fëmijës.

Duke treguar lapsin dhe gishtërinjtë thuani: "Tash, për këtë lojë, kur unë trokas me laps një herë, ju trokisni me laps dy herë. Dhe, kur unë trokas me laps dy herë, ju trokisni me laps një herë, në rregull? Le ta provojmë."

Trokitja me laps – Prova e trokitjes

Përdor dorën me të cilën nuk shkruan për të trokitur lapsin dhe me tjetrën dorë mund të shkruash në fletën e rezultatit.

Provat e mësimit (përdor përgjigjet e mëposhtme për të lavdëruar apo korrigjuar fëmijën).

1. Trokit me laps një herë fëmija duhet të trokasë me laps dy herë
2. Trokit me laps dy herë fëmija duhet të trokasë me laps një herë.
3. Trokit me laps dy herë fëmija duhet të trokasë me laps një herë.

- Deri në gjashtë prova janë të lejueshme

-
- E saktë: Thuaj "Shumë mirë, e bëtë siç duhet. Ta provojmë sërish."
 - E pasaktë (Më pak apo më shumë trokitje me laps): Thuaj "Pothuajse, por kjo nuk është saktë. Kur unë trokas (një/dy) herë, ju duhet të trokisni me laps (dy/një) herë. Ta provojmë prapë. Unë trokas (një/dy) herë" (trokit me laps dhe trego gishtërinjtë) "dhe ju duhet të trokisni..." (prit derisa fëmiju të trokas me laps).
 - Nëse fëmiju troket saktë thuaj "Mirë. Ta provojmë prapë.". Kalo në provën tjetër.
 - Nëse prapë është jo e saktë thuaj: "Kështu" dhe kap dorën e fëmijës dhe trokit me laps numrin e saktë. Më pas kalo në provën tjetër.
-

Trokitja me laps – Provat e shënimit

Trego gishtat dhe trokit "Tash do ta bëjmë këtë për shumë herë. Mos harro, kur unë trokas me laps një herë, ti trokit dy herë; dhe kur unë trokas dy herë, ti trokit një herë."

Regjistro përgjigjet e fëmijës në fletën e rezultateve pas çdo tentimi me "0", "1" dhe "2". Mos shkruaj si e saktë apo e pasaktë deri në fund të vlerësimit.

Mos e përmirëso apo lavdëro fëmijën.

1) 2 trokitje	5) 1 trokitje	9) 2 trokitje	13) 1 trokitje
2) 1 trokitje	6) 2 trokitje	10) 1 trokitje	14) 2 trokitje
3) 1 trokitje	7) 1 trokitje	11) 2 trokitje	15) 2 trokitje
4) 2 trokitje	8) 2 trokitje	12) 1 trokitje	16) 1 trokitje

- Nëse fëmiju është i hutuar (habitur) dhe nuk troket: shëno "0" dhe thuaj "Të lutem, kushtoj vëmendje".
- Nëse fëmija troket në vazhdimësi pa ndalim, ndërpreje dhe thuaj "Në rregull", shënoje me "3" dhe vazhdo në provën tjetër.
- Nëse e ke të paqartë sa herë fëmija e ka trokitur lapsin, shënoje atë në fletën e kodimit

"Punë e mirë. Tash do të bëjmë diçka tjetër. Unë do t'i largoj lapsat".

Zgjat dorën për t'i marrë lapsin.

Trokitja me laps

Provat e praktikimit

Sa prova praktike janë kompletuar? _____

(kodo këtë në vazhdim)	J0	P0
A e ka bërë fëmija saktë provën e fundit?	0	1

Provat e shënimit

Shëno përgjigjet ë fëmijës pas çdo prove, por mos shëno e saktë/ e pasaktë deri në fund të vlerësimit. (shënim: shkruaj numrin "3" nëse fëmiju troket më shumë se 2 herë).

1. A C 2	Score _____	5. A C 1	Score _____	9. A C 2	Score _____	13. A C 1	Score _____
2. A C 1	Score _____	6. A C 2	Score _____	10. A C 1	Score _____	14. A C 2	Score _____
3. A C 1	Score _____	7. A C 1	Score _____	11. A C 2	Score _____	15. A C 2	Score _____
4. A C 2	Score _____	8. A C 2	Score _____	12. A C 1	Score _____	16. A C 1	Score _____

Shënimi: Shkruaj 1 pikë për çdo përgjigje të saktë; 0 pikë për çdo përgjigje të pasaktë.

Rezultati total (# të sakta): _____

(kodo secilën në vazhdim)	J0	P0
Menjëherë e kthen lapsin	0	1
Pozitiv / I përgjigjet ekzaminerit	0	1
Negativ/ Injoron ekzaminerin	0	1
Refuzon të kompletojë detyrën	0	1

Koka-Gishtërinjtë- Këmbët-Gjunjët-Supet Head-Shoulders-Knees-and-Toes (HSKT)

Në këtë detyrë, e cila kërkon kontroll frenues, vëmendje dhe memorie punues (megjithëse kontrolli frenues është fokusi kryesor) fëmijëve u kërkohet të luajnë një lojë në të cilën ata duhet të bëjnë të kundërtën e asaj që thotë eksperimentuesi. Eksperimentuesi udhëzon fëmijët të prekin kokën (ose gishtërinjtë e tyre të këmbëve), por në vend që të ndjekin komandën, fëmijët supozohet të bëjnë të kundërtën dhe të prekin gishtat e këmbëve.

Nën-dimensionet:

Kjo detyrë është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshave 4-8 vjeçare.

Referencat:

Ponitz, C. C., McClelland, M. M., Jewkes, A. M., Connor, C. M., Farris, C. L., & Morrison, F. J. (2008). Touch your toes! Developing a direct measure of behavioral regulation in early childhood. Marrë nga <https://asu.pure.elsevier.com/en/publications/touch-your-toes-developing-a-direct-measure-of-behavioral-regulat>

Uka, F., Gunzenhauser, C., Larsen, R. A., & von Suchodoletz, A. (2019). Exploring a bidirectional model of executive functions and fluid intelligence across early development. *Intelligence*, 75, 111–121. Marrë nga <https://nyuscholars.nyu.edu/en/publications/exploring-a-bidirectional-model-of-executive-functions-and-fluid->

Udhezime për procedurën dhe interpretimin e pikëve:

Pjesët I, II, dhe III

FORMA A – E zgjerua

Trokitja me laps

Këshilla: Pasi keni vendosur raport pozitiv me fëmijën, thuaji ose lexoji atij direktivat të markuara me BOLD me zë të lartë. Fjalët me SHKRONJA TË MËDHA duhet theksuar. Administrojeni detyrën ulur ose në këmbë: fëmija duhet të jetë në këmbë, rreth dy metra larg teje, gjatë detyrës. Administroje Pjesën e II-të nëse numri i pikëve në sektorin e testimit rezulton me 4 ose më shumë pikë. Administroje pjesën e III-të nëse numri i pikëve në seksionit e testimit rezulton me 4 ose më shumë.



Simboli i njeriut nënkupton se ju duhet ti realizoni lëvizjet për ti demonstruar lëvizjet e sakta fëmijës. Nëse fëmija e realizon lëvizjen e saktë (të kundërtën), shënojeni me "2". Nëse ata e korrigjojnë vetveten deri te përgjigja e saktë, shënojeni me "1". Nëse ata nuk prekin pjesët e dhura të trupit fare apo prekin pjesën e përmendur, shënojeni me "0".

Vetë-korrigjimi nënkupton kur fëmija bën ndonjë lëvizje të dukshme drejt një përgjigjeje të pasaktë, por e ndërron mendjen dhe realizon përgjigjen e saktë. Pauza për të menduar, mos-lëvizja, dhe pastaj përgjigja e saktë, nuk llogaritet si vetëkorrigjim – duhet të shënohet si e saktë.

PJESA I. HYRJE



Tani do të luajmë një lojë. Loja ka dy pjesë. E para, kopjo çfarë bëj unë. Preke kokën tënde

Preke kokën: prit që fëmija tani ta prek kokën e tij.



Mirë! Tani gishtat e këmbës.

Preki gishtat e tu: prit që fëmija ta bëjë të njëjtën.

Përsëriti të dy urdhrat me lëvizje prapë, apo deri sa fëmija t'ju imitojë saktë.

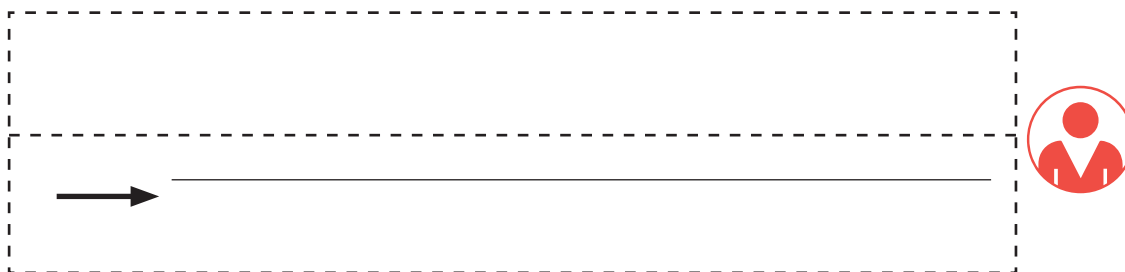
PJESA I. PRAKTIKA



Tani do të lazdrohemi pak dhe të bëjmë TË KUNDËRTËN e asaj që them unë. Kur të them PREKE KOKËN, NË VEND TË KËSAJ ti preki GISHTAT E KËMBËS. Kur unë them PREKI GISHTAT E KËMBËS, ti preke KOKËN. Kështu ti bën NDRYSHE nga ajo që them unë.

Nëse fëmija përgjigjet saktë: Ofro reagim pozitiv në secilin ushtrim kur fëmija jep përgjigje të saktë.

**Nëse fëmija përgjigjet jo saktë në ndonjë pikë gjatë pjesës praktike, ofro shpjegime shtesë deri në 3 herë para se të filloni pjesën praktike.



Mbajë në mend, kur unë them prek _____, ti prek _____, kështu ti bën NDRYSHE nga ajo që them unë. Le ta provojmë edhe një tjetër.

Numri i shpjegimeve shtesë: 0 1 2 3

	pasaktë	vetë-korrigjim	saktë
A1. Çka bën ti nëse të them "preke kokën"?	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
A2. Çka bën ti nëse të them "preki gishtat"?	0 (përveç kokës)	1	2 (gishtat)

Nëse fëmija verbalisht thotë "a mund të ma demonstrosh?"

Ok, le ti praktikojmë edhe disa tjera.

	Pasaktë	Vetëkorrektim	saktë
B1. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
B2. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
B3. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
B4. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)

Vazhdo te Pjesa I e seksionit të testimit. Mos shpjego më asnjë pjesë të detyrës. Mos ofro reagim gjatë pjesës testuese

PJESA I: TESTIMI

Ne do të vazhdojmë të luajmë, dhe ti do të vazhdosh ta bësh TË KUNDËRTËN.

	Pasaktë	Vetë-korrigjim	Saktë
1. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
2. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
3. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
4. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
5. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
6. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
7. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
8. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
9. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
10. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)

PIKËT TOTALE

NËSE FËMIJA SHËNON MË SHUMË SE 4 APO MË SHUMË PIKË, VAZHDO NË PJESËN II

NËSE FËMIJA SHËNON MË PAK SE 4 PIKË:

Faleminderit që luajte me mua sot!

PJESA II: HYRJE



Ok, ti e kuptove këtë pjesë, tani do ta shtojmë një tjetër. Tani duhet të prekësh supet dhe gjunjët. Së pari, preki supet.

Preki super: prit që fëmija të prek supet e tij.



Tani, preki gjunjët.

Preki gjunjët tu: prit që fëmija ti prek gjunjët e vet.
Përsëriti urdhrat me lëvizje prapë, apo deri sa fëmija t'ju imitojë saktë.

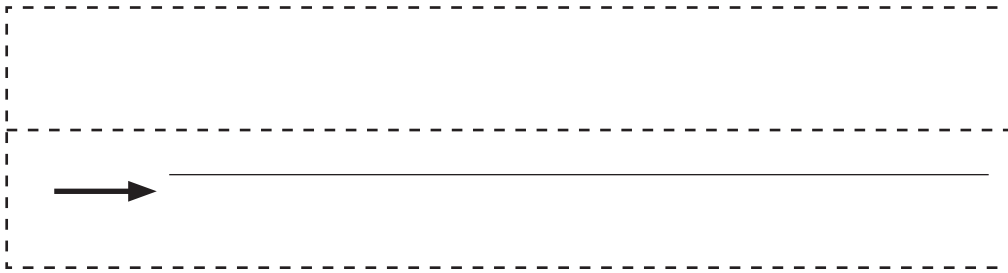
PJESA II: PRAKTIKA



Ok, do të lazhrohemi prapë. Ti vazhdo të bësh të kundërtën e asaj që them unë si më parë. Por, kësaj radhe preki gjunjët dhe supet. Kur të them preki GJUNJËT ti preki SUPET tua, dhe kur them preki SUPET, ti preki GJUNJËT.

Nëse fëmija përgjigjet saktë: Ofro reagim pozitiv në secilin ushtrim kur fëmija jep përgjigje të saktë.

**Nëse fëmija përgjigjet jo saktë në ndonjë pikë gjatë pjesës praktike, ofro shpjegime shtesë deri në 2 herë para se të filloni pjesën praktike.



Mbajë në mend, kur unë them prek _____, ti prek _____, kështu ti bën NDRYSHE nga ajo që them unë.

Numri i shpjegimeve shtesë: 0 1 2

	pasaktë	vetë-korrigjim	saktë
--	---------	----------------	-------

C1. Ç'farë bën ti kur unë them "preki gjunjët"	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
--	-------------------	---	-----------

Nëse fëmija verbalisht thotë "a mund të ma demonstrosh?"

	Pasaktë	Vetëkorrektim	saktë
D1. Preki gjunjët	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
D2. Preki supet	0 (përveç gjunjëve)	1	2 (gjunjët)
D3. Preki gjunjët	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
D4. Preki supet	0 (përveç gjunjëve)	1	2 (gjunjët)

Vazhdo te Pjesa II e seksionit të testimit. Mos shpjego më asnjë pjesë të detyrës. Mos ofro reagim gjatë pjesës testuese

Vazhdo te Pjesa II e seksionit të testimit. Mos shpjego më asnjë pjesë të detyrës. Mos ofro reagim gjatë pjesës testuese



Tani që i di te gjitha pjesët, ne do ti bashkojmë të gjitha. Ti do të vazhdosh të bësh të kundërtën e asaj që them unë, por nuk e din çfarë do të them.

Këto janë katër gjëra që mund ti them:

Nëse them preke KOKËN, ti preki GISHTAT E KËMBËS.

Nëse them preki GISHTAT E KËMBËS, ti preke KOKËN.

Nëse them preki GJUNJËT, ti preki SUPET.

Nëse them preki SUPET, ti preki GJUNJËT.

A je gati? Le ta provojmë?

PJESA II: TESTIMI

	Pasaktë	Vetë-korrigjim	Saktë
1. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
2. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
3. Preki gjunjët	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
4. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
5. Preki supet	0 (përveç gjunjëve)	1	2 (gjunjët)
6. Preke kokën	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
7. Preki gjunjët	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
8. Preki gjunjët	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
9. Preki supet	0 (përveç gjunjëve)	1	2 (gjunjët)
10. Preki gishtat e këmbës	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)

PIKËT TOTALE

NËSE FËMIJA SHËNON 4 OSE MË SHUMË PIKË,
VAZHDONI TE PJESA IIINËSE FËMIJA SHËNON MË
PAK SE 4 PIKË:

Faleminderit që luajte me mua sot!

PJESA III. HYRJE



Je duke ia dalë shumë mirë. E kemi edhe një pjesë! Tani do ti ndryshojmë rregullat e lojës.

Kur të them preke KOKËN, ti preki GJUNJËT.

Kur të them preki GJUNJËT, ti preke KOKËN.

Kur të them preki SUPET, ti preki GISHTAT E KËMBËS.

Dhe kur të them preki GISHTAT E KËMBËS, ti preki SUPET.

Ok? Le të ushtrojmë!

Nëse fëmija përgjigjet saktë: Ofro reagim pozitiv në secilin ushtrim kur fëmija jep përgjigje të saktë.

**Nëse fëmija përgjigjet jo saktë në ndonjë pikë gjatë pjesës praktike, ofro shpjegime shtesë deri në 2 herë para se të filloni pjesën praktike:

Mbaje në mend, i kemi ndërruar rregullat. "Preke kokën" do të thotë preki GJUNJËT – koka shkon me gjunjët tani. "Preki supet" do të thotë preki GISHTAT E KËMBËS – supet shkojnë me gishtat e këmbës.

Numri i shpjegimeve shtesë: 0 1 2

PJESA III. PRAKTIKA

	pasaktë	vetë-korrigjim	saktë
E1. Çfarë bën ti nëse them "preke kokën"?	0 (përveç gishtave)	1	2 (gjunjët)
E2. Çfarë bën ti nëse them "preki supet"?	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
Nëse fëmija verbalisht thotë "a mund të ma demonstrosh?"			
	Pasaktë	Vetëkorrektim	saktë
F1. Preke kokën	0 (përveç gjunjëve)	1	2 (gjunjët)
F2. Preki supet	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
F3. Preki gishtat e këmbëve	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
F4. Preki gjunjët	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)

Shumë mirë! Ti provojmë edhe disa.

Vazhdo te Pjesa III e seksionit të testimit. Mos shpjego më asnjë pjesë të detyrës. Mos ofro reagim gjatë pjesës testuese.

PJESA III. TESTIMI

	Pasaktë	Vetë-korrigjim	Saktë
1. Preki supet	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
2. Preke kokën	0 (përveç gjunjëve)	1	2 (gjunjët)
3. Preki gjunjët	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
4. Preki gishtat e këmbëve	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
5. Preki gishtat e këmbëve	0 (përveç supeve)	1	2 (supet)
6. Preki gjunjët	0 (përveç kokës)	1	2 (koka)
7. Preki supet	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)
8. Preke kokën	0 (përveç gjunjëve)	1	2 (gjunjët)
9. Preke kokën	0 (përveç gjunjëve)	1	2 (gjunjët)
10. Preki supet	0 (përveç gishtave)	1	2 (gishtat)

PIKËT TOTALE

Faleminderit që luajte me mua sot!

Për të kalkuluar Pikët Totale: Mblidhi "PIKËT TOTALE" nga secili seksion i testimit. Pikët maksimale janë 60.

Vetëvlerësimi

Shkalla e Rosenberg për Vetë-vlerësimin Rosenberg Self-Esteem Scale

Shkalla e vetë-vlerësimin Rosenberg (Rosenberg, 1965), është instrument vetë-raportues i përbërë nga 10 deklaratat dhe përdoret për të matur vetëvlerësimin individual. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 4 pikëshe nga 1 ("plotësisht dakord") në 4 ("aspak dakord").

Nen-dimensionet

Pyetësoni është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 9-12 vjeçare.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Për të interpretuar këtë instrument, të gjitha deklaratat pikëzoni në këtë mënyrë: 1 për "aspak dakord", 2 për "nuk jam dakord", 3 për "jam dakord", 4 për "plotësisht dakord". Përveç deklaratave të shënuara me yll (*), 2, 5, 6, 8 dhe 9. Këto deklaratat të pikëzohen si në vijim: 4 për "aspak dakord", 3 për "nuk jam dakord", 2 për "jam dakord", 1 për "plotësisht dakord".

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Sa më i lartë rezultati, aq më i lartë niveli i vetëvlerësimin. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve të instrumentit me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 30.19. Pra, në rast se rezultati është nën 30.19 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 1-44. Marrë nga <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>

Kelmendi, K., Hyseni-Duraku, Z., & Jemini-Gashi, L. (2018). Associations of psychological distress, sleep, and self-esteem among Kosovar adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, (23), 4. Marrë nga <https://doi.org/10.1080/02673843.2018.1450272>

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton

University Press. Marrë nga https://fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/Self_Measures_for_Self-Esteem_ROSENBERG_SELF-ESTEEM.pdf

Shkalla e Vetëvlerësimit të Rosenberg

Ky pyetësor përbëhet nga 10 deklaratat. Pasi ta keni lexuar me kujdes deklaratën, bazuar në shkallën 4 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4) me të cilën dakordoheni më së shumti.

1 Në përgjithësi jam i/e kënaqur me veten

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

2 Ndonjëherë mendoj që nuk jam aspak i/e mirë*

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

3 Ndjej që kam një sërë cilësish të mira

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

4 Jam në gjendje t'i bëj gjërat, po aq mirë sa pjesa më e madhe e njerëzve

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

5 Ndjej që nuk kam shumë gjëra për të cilat të ndihem krenar/e*

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

6 Me raste ndihem i/e padobishëm/me*

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

7 Ndjej që jam një person i vlefshëm, të paktën në një nivel të barabartë me të tjerët.

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

8 Do të dëshiroja të kisha më tepër respekt për veten*

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

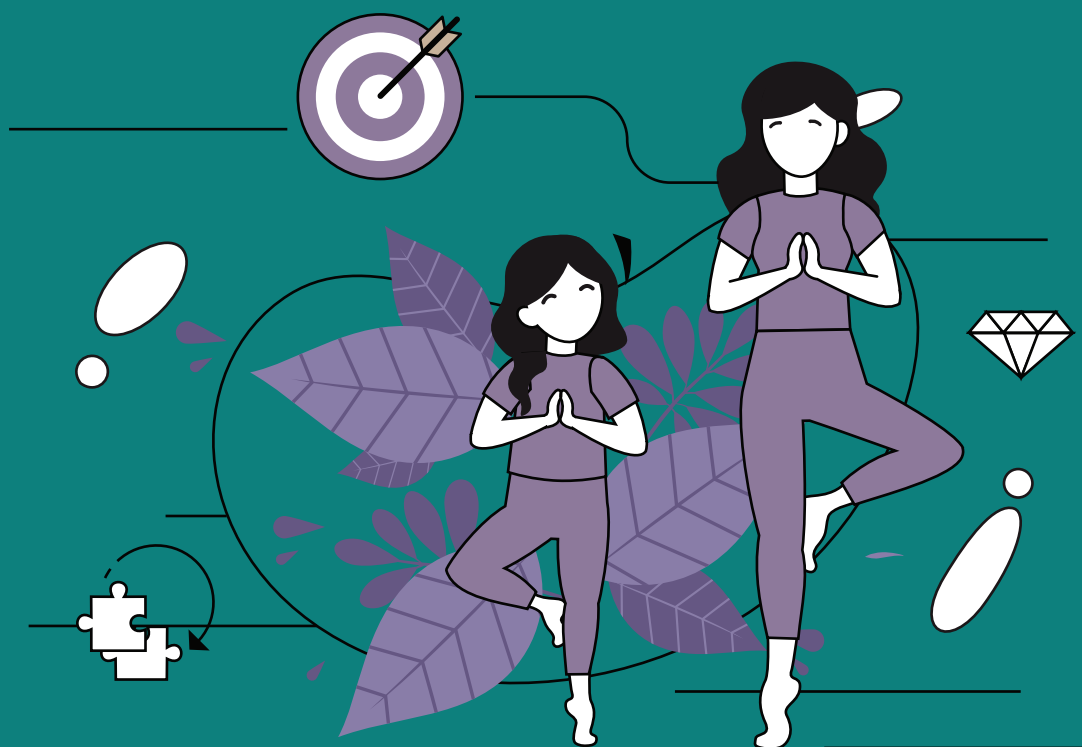
9 Si përfundim jam i/e prirur të ndihem si dështak/e*

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

10 Kam qëndrim pozitiv ndaj vetes

1 Aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Jam dakord 4 Plotësisht dakord

Mirëqenia Psikologjike & Fizike



Kënaqësia dhe Orientimi ndaj Jetës

Pyetësor për lokusin e kontrollit

Pyetësori i lokusit të kontrollit nga Levenson (1973), është instrument vetë raportues i përbërë nga 24 deklaratat që për qëllim kanë matjen e nivelit të besimit që dikush ka se sa ka kontrollë mbi jetën e tij/saj. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 5 pikëshe, nga 1 "aspak dakord" deri 5 "shumë dakord".

Nën-dimensionet:

Lokusi i brendshëm i kontrollit: 1, 4, 5, 9, 18, 19, 21, 23

Fuqizimin e tjerëve: 3, 8, 11, 13, 15, 17, 20, 22

Fati/gjasat: 2, 6, 7, 10, 12, 14, 16, 24

Targeti dhe grupmosha:

Të vlerësohet nga psikologu/ja për moshën, preferohet të administrohet tek nxënësit +12 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Totali i përgjigjeve për deklaratat e renditura për secilën nga tre pjesët e shkallës; shtohet +24 në secilin prej tre nën-dimensioneve.

Lokusi i Brendshëm i Kontrollit: Gjithsej përgjigjet për deklaratat 1, 4, 5, 9, 18, 19, 21 dhe 23; pastaj shtohet +24.

Rezultati: _____

Fuqizimi i të tjerëve: Totali i përgjigjeve për deklaratat 3, 8, 11, 13, 15, 17, 20 dhe 22; pastaj shtohet +24.

Rezultati: _____

Fati/Gjasat: Totali i përgjigjeve për deklaratat 2, 6, 7, 10, 12, 14, 16 dhe 24; pastaj shtohet +24.

Rezultati: _____

Rezultatet duhet të jenë midis 0 dhe 48. Një vlerësim i lartë në shkallën e Lokusit të Brendshëm të Kontrollit tregon se personi ka një lokus të fortë kontrolli të brendshëm. Një lokus i brendshëm kontrolli mund të jetë i dobishëm për ndryshim të suksesshëm të sjelljes. Pikët e larta në shkallën "Fuqizimi i të tjerëve" ose në "Fati/gjasat" tregojnë një lokus të fortë të jashtëm të kontrollit. Pikët e larta në shkallën e të Fuqizimit të tjerëve, konsiderohet se këta persona mendojnë se fati i tyre kontrollohet nga njerëz të tjerë; ndërsa pikët e larta në nën-dimensionin e fatit/gjasës tregon se personi beson se fati i tij/saj kontrollohet rastësisht.

Referencat:

Agaj, D. (2016). Niveli i varësisë nga Interneti. Roli i karakteristikave të përdoruesve në shpjegimin e varësisë nga interneti tek adoleshentët në Shqipëri. Disertacion i doktoratës. Marrë nga <http://www.doktoratura.unitir.edu.al/tag/desara-agaj/?lang=en>

Levenson, H. (1973). Multidimensional locus of control in psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 41(3), 397–404.

Presson, P. K., Clark, S. C., & Benassi, V. A. (1997). The Levenson locus of control scales: Confirmatory factor analyses and evaluation. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 25(1), 93–103. Marrë nga <https://www.ingentaconnect.com/content/sbp/sbp/1997/00000025/00000001/art00007>

Pyetësoni për lokusin e kontrollit

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjzoni në kutinë përkatëse për “aspak dakord”, “jo dakord” ose “deri diku dakord”, përkritazi me atë se si vlerësoni ju për veten.

1 Nëse bëhëm një lider/e, kjo varet nga aftësitë e mia

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

2 Në një fare mase jeta ime kontrollohet nga ngjarje rastësore

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

3 Unë e ndjej sikur ajo çfarë ndodh në jetën time është në më të shumtën e rasteve e përcaktuar nga njerëz të fuqishëm

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

4 Nëse më ndodh apo jo një aksident me makinë, në më të shumtën e rasteve kjo varët nga fakti se sa shofer/e i/e mirë jam unë

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

5 Kur unë bëj plane, jam pothuajse i/e sigurtë që i realizoj ato

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

6 Shpesh nuk ka asnjë gjasë për të mbrojtur interesat e mia personale nga fati i keq

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

7 Kur unë arrij atë çfarë dua kjo ndodh zakonisht sepse jam me fat

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

8 Pavarësisht se mund të kem aftësi lidërshipi, mua nuk më jepen ato pa rënë dakord më parë me strukturat autoritare se sa kompetent/e mund të jem unë

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjëzoni në kutinë përkatëse për “aspak dakord”, “jo dakord” ose “deri diku dakord”, përkitazi me atë se si vlerësoni ju për veten.

9 Numri e shokëve/shoqeve që kam varet se sa person i mirë jam

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

10 Shpesh mendoj se ajo çfarë është shkruar për të ndodh do të ndodh

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

11 Kryesisht, jeta ime kontrollohet nga të tjerë të fuqishëm

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

12 Nëse unë përfshihem ose jo në një aksident me makinë kjo është çështje fati

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

13 Njerëzit si puna ime kanë pak shanse të bëjnë atë që duan, kur përballen me atë që pjesa më e madhe e grupit dëshiron

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

14 Unë asnjëherë nuk bëj plane afatgjata sepse shumë gjëra ndryshojnë për mirë apo për keq

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

15 Unë për të marrë atë çfarë dua, duhet t'ia kërkoj njerëzve sipër meje

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

16 Nëse bëhem apo jo një lider/e kjo varet nga të qenit në kohën e duhur dhe në vendin e duhur

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjzoni në kutinë përkatëse për "aspak dakord", "jo dakord" ose "deri diku dakord", përkitazi me atë se si vlerësoni ju për veten.

- 17** Nëse njerëzit e rëndësishëm nuk do të më pëlqenin mua, unë me siguri nuk do të kisha bërë shumë miq

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

- 18** Unë kam në dorë të përcaktoj se çfarë do të ndodh në jetën time

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

- 19** Në përgjithësi jam në gjendje të mbroj interesat e mia personale

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

- 20** Nëse unë përfshihem ose jo në një aksident me makinë, kjo varet kryesisht nga shoferet e tjerë

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

- 21** Kur unë marr atë që dua, kjo është sepse unë kam punuar shumë për të

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

- 22** Me qëllim planet e mia të funksionojnë, unë sigurohem që ata të përshtaten me dëshirat e njerëzve që kanë fuqi mbi mua

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

- 23** Jeta ime varet nga ajo çfarë unë bëj

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

- 24** Kryesisht është çështje fati nëse unë kam ose jo shumë miq

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Deri diku jo dakord 4 Dakord 5 Shumë dakord

Kënaqësia me jetën

Satisfaction with Life Scale (SWLS)

Shkalla e kënaqësisë me jetën (Diener et al., 1985) është instrument vetë-raportimi i përbërë nga 5 deklaratat që synon të vlerësojnë kënaqësinë e përgjithshme me jetën. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 7 pikëshe e Likert nga 1 ("aspak dakord") në 7 ("shumë dakord").

Nën-dimensionet

Pyetësi është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 9-14 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Diapazoni i mundshëm i rezultateve është 5-35, me një rezultat 20 që përfaqëson një pikë neutrale në shkallë. Rezultatet ndërmjet 5-9 tregojnë se nxënësi është jashtëzakonisht i pakënaqur me jetën, ndërsa rezultatet midis 31-35 tregojnë se nxënësi është jashtëzakonisht i kënaqur me jetën.

Shënime shtesë:

Vini re se "cut off scores" të kësaj shkalle nuk janë të bazuara në mostër me normë kosovare.

Referencat:

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (2010) The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. Marrë nga: https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Pivec, T., Kozina, A., Wiium, N., & Uka, F. (2020). *Psychology Applications & Developments VI*, pp 194-203. Marrë nga: https://www.researchgate.net/publication/348575082_Are_the_5Cs_of_Positive_Youth_Development_Related_to_Risky_Behaviours_Analysis_Across_Countries

Shkalla e Kënaqësisë me Jetën

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjzoni në kutinë përkatëse për aspak dakord” deri në “dakord” përkitazi me atë se si ju jeni ndjerë realisht rreth jetës tuaj këto ditë.

1 Në shumicën e fushave, jeta ime është afër ideale.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Pak jo dakord
4 Neutral 5 Pak dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

2 Kushtet e jetës sime janë perfekte

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Pak jo dakord
4 Neutral 5 Pak dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

3 Unë jam i/e kënaqur me jetën time.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Pak jo dakord
4 Neutral 5 Pak dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

4 Deri më tani, kam arritur gjërat e rëndësishme që i dua në jetë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Pak jo dakord
4 Neutral 5 Pak dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

5 Sikur ta jetoja jetën sërish nga fillimi, nuk do të ndryshoja gati asgjë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Pak jo dakord
4 Neutral 5 Pak dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

Shkalla e matjes së Qëllimit në Jetë

Pyetëtori i qëllimit në jetë është përpiluar nga Hill, Edmonds, Peterson, Luyckx & Andrews (2015), për të matur perspektivën e adoleshentëve dhe të rriturve lidhur me qëllimin në jetë. Ky pyetësor përmban 4 deklaratave dhe vlerësohet me shkallën Likert duke filluar nga 1- Aspak dakord, 2- Jo dakord, 3- Neutral, 4- Dakord, 5- Shumë dakord.

Nën-dimensionet:

Pyetëtori është uni-dimensional.

Targeti dhe grupmosha:

Nxënësit e moshës 15-18 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve të instrumentit me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 17.13. Pra, në rast se rezultati është nën 17.13 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Hill, P. L., Edmonds, G. W., Peterson, M., Luyckx, K., & Andrews, J. A. (2015). Purpose in life in emerging adulthood: Development and validation of a new brief measure. *The Journal of Positive Psychology*, 11(3), 237-245. Marrë nga <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17439760.2015.1048817>

Pivec, T., Kozina, A., Wiium, N., Uka, F. (2020). Are the 5C of Positive Youth Development related to risky behaviors: Analysis across countries. Marrë nga https://www.researchgate.net/profile/Ana_Kozina/publication/348325751_POSITIVE_YOUTH_DEVELOPMENT_PERSPECTIVE_THE_INTERPLAY_BETWEEN_THE_5CS_AND_ANXIETY/links/5ff80be8299bf140887d90f2/POSITIVE-YOUTH-DEVELOPMENT-PERSPECTIVE-THE-INTERPLAY-BETWEEN-THE-5CS-AND-ANXIETY.pdf#page=223

Shkalla e Matjes së Qëllimit në Jetë

Ky pyetësor përbëhet nga 4 deklaratata. Pasi ta keni lexuar me kujdes deklaratën, bazuar në shkallën 5 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) për të cilën ju dakordoheni më së shumti.

1 Unë kam një drejtim në jetë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

2 Planet e mia për të ardhmen përputhen me interes e vërteta dhe vlerat e mia.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

3 Unë e di se cilin drejtim po ndjek në jetën time.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

4 Jeta ime është e drejtuar na një set i qartë angazhimesh.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

Testi i Orientimit në Jetë Life-Orientation Test

Testi i Orientimit në Jetë (Scheier, Carver & Bridges, 1994) është instrument vetëraportues i përbërë nga 10 deklaratat, me qëllim të të masë nivelin e optimizmit tek një person. Për të vlerësuar deklaratat është përdorur shkalla 5 pikëshe prej 1 ("jam shumë dakord) deri në 5 ("nuk jam aspak dakord").

Nën-dimensionet:

Optimizmi: 1, 4, 10

Pesimizmi: 3, 7, 9

Deklarata mbushëse (filler items) - 2, 5, 6, 8

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 13-19 vjeç.

Udhezime për interpretimin e pikëve:

Deklaratat 2, 5, 6 dhe 8 janë mbushëse (fillers). Përgjigjet ndaj pyetjeve të plotësuara duhet të kodohen në mënyrë që vlerat e larta të nënkuptojnë optimizëm ose pesimizëm. Pra, ose të rikodohen deklaratat 3, 7, 8 në anën pozitive (që pikë më të larta të nënkuptojnë optimizëm më të madh); ose të rikodohen deklaratat 1, 4, 10 në anën negative (që pikë më të larta të nënkuptojnë pesimizëm më të madh).

Referencat:

Pivec, T., Kozina, A., Wium, N., & Uka, F. (2020). Psychology Applications & Developments VI, pp 194-203. Marrë nga: https://www.researchgate.net/publication/348575082_Are_the_5Cs_of_Positive_Youth_Development_Related_to_Risky_Behaviours_Analysis_Across_Countries

Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078. Marrë nga: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>

Testi i Orientimit në Jetë

Ju lutem të jeni sa më të sinqertë dhe të saktë gjatë dhënies së përgjigjeve. Mundohuni që përgjigjja juaj ndaj një pohimi të mos i ndikojë përgjigjet në pohimet e tjera. Nuk ka përgjigje "të sakta" apo "të pasakta". Përgjigjuni duke u bazuar në ndjenjat tuaja dhe jo në bazë të asaj se si do ishin përgjigjur shumica e njerëzve

- 1 Në rastet kur ndihem i/e pasigurt, unë zakonisht pres të kem performancën më të mirë.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 2 Është e lehtë për mua të qetësoj veten.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 3 Nëse diçka nuk do të shkojë mirë tek unë, ajo gjë do të ndodhë.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 4 Jam gjithmonë optimist/e për të ardhmen time.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 5 Unë kënaqem shumë me shokët/shoqet.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 6 Është shumë e rëndësishme për mua që ta mbaj veten të angazhuar.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 7 Unë rrallë pres që gjërat të realizohen sipas mënyrës time.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 8 Nuk mërzitem shumë lehtë.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 9 Unë rrallë pres që mua të më ndodhin gjëra të mira.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

- 10 Në përgjithësi, unë pres që të më ndodhin më shumë gjëra të mira se sa të këqija.
1 Nuk jam aspak dakord 2 Nuk jam dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Jam shumë dakord

Ndjenjat pozitive dhe negative

Pyetësor për turpin

Pyetësori për turpin (Chak & Leung, 2004) është një pyetësor që përbëhet nga 20 deklaratat të cilat matin ndjenjën e frikës të fëmijëve për të takuar njerëz dhe paretin në prezencën e tyre. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 4 pikëshe e Likert nga 1 ("aspak dakord) deri në 5 (shumë dakord).

Nën-dimensionet:

Pyetësori është uni-dimensional.

Targeti dhe grupmosha:

Nxënësit mbi moshën 13 vjeçare.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Sa më shumë pikë që të shënojë pjesëmarrësi në këtë pyetësor, aq më i lartë paraqitet niveli i tij/saj i turpit. Rezultatet mbi 52 tregojnë një nivel të lartë të turpit. Rezultatet nën 32 tregojnë një nivel të ulët të turpit. Rezultatet midis 32 dhe 52 tregojnë një **nivel të moderuar të turpit**.

Shënime shtesë:

Vini re se "cut off scores" të kësaj shkalle nuk janë të bazuara në mostër me normë kosovare.

Referencat:

Agaj, D. (2016). Niveli i varësisë nga Interneti. Roli i karakteristikave të përdoruesve në shpjegimin e varësisë nga interneti tek adoleshentët në Shqipëri. Disertacion i doktoratës. Marrë nga <http://www.doktoratura.unitir.edu.al/tag/desara-agaj/?lang=en>

Chak, K., & Leung, L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *Cyberpsychology & behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 7(5), 559–570.

Cheek, J.M., & Melichor, L.A. (1985). Measuring the Three Components of Shyness. 20-Item Shyness Scale. Marrë nga http://academics.wellesley.edu/Psychology/Cheek/howshy20_text.html,

Pyetësor për Turpin

Ky pyetësor përbëhet nga 20 deklarata. Pasi ta keni lexuar me kujdes deklaratën, ju lutem zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) me të cilën dakordoheni më së shumti

- 1** Unë ndihem i/e tendosur kur jam me njerëz që nuk i njoh mirë
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 2** Gjatë bisedave me të njohur të rinj, unë jam i/e shqetësuar se mos them diçka të pamenduar
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 3** Unë kam vështirësi për t'u shoqëruar me të tjerët
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 4** Unë nuk e kam vështirë të pyes njerëz të panjohur për informacion
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 5** Unë shpesh nuk ndihem rehat në festa apo takime të tjera sociale
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 6** Kur jam në një grup njerëzish e kam të vështirë të mendoj për gjërat e duhura që duhet të them
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 7** Unë ndihem i/e relaksuar edhe në situata sociale jofamiljare
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 8** E kam të vështirë të sillem natyrshëm kur takoj njerëz të rinj
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 9** Unë ndihem në vështirësi kur jam i/e rrethuar nga njerëz të huaj
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord
-
- 10** Unë kam besim tek aftësitë e mia sociale
- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

Ky pyetësor përbëhet nga 20 deklaratata. Pasi ta keni lexuar me kujdes deklaratën, ju lutem zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) me të cilën dakordoheni më së shumti

11 Unë ndihem nervoz/e kur flas me dike në pozita autoritare

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

12 Shpesh e kam vështirë t'i shoh njerëzit në sy

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

13 Çfarëdo pune që bëj, e bëj me gjithë zemër

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

14 Unë shpesh kam dyshime nëse njerëzit e tjerë pëlqejnë të shoqërohen me mua

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

15 Nganjëherë takimi më njerëz të rinj më jep shqetësime fizike (rrahje të forta zemre, shqetësime në stomak, skuqje në fytyrë, etj)

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

16 Nuk e kam të vështirë të komunikoj me njerëz që nuk i njoh

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

17 Unë shpesh shqetësohem rreth faktit se si do ta kaloj me të njohurit e rinj

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

18 Unë jam i/e ndrojtur kur takoj njerëz të gjinisë tjetër

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

19 Nuk më duhet shumë kohë për të kapërcyer ndrojtjen time në një situatë të re

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

20 Unë ndihem i/e rezervuar në situata sociale

1 Aspak dakord 2 Jo darkod 3 Neutral 4 Dakord 5 Shumë dakord

Pyetësi i Buss-Perry për Agresionin The Buss-Perry Aggression Questionnaire (BP-AQ)

Pyetësi i Agresionit (BP-AQ) i zhvilluar nga Buss dhe Perry (1992) është i përbërë nga 29 deklaratat, që për qëllim kanë matjen e agresionit. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla pesë pikëshe nga "nuk përshtatet me mua aspak" deri në "përshtatet me mua tepër shumë".

Nën-dimensionet:

Zemërimi: 1, 9*, 12, 18, 19, 23, 28

Agresioni Fizik: 2, 5, 8, 11, 13, 16*, 22, 25, 29

Armiqësia: 3, 7, 10, 15, 17, 20, 24, 26

Agresioni Verbal: 4, 6, 14, 21, 27

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 13 vjeçare.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Për të interpretuar këtë instrument, të gjitha deklaratat pikëzoni në këtë mënyrë: 1 për "aspak si unë", 2 për "disi jo si unë", 3 për "neutral", 4 për "deri diku si unë", 5 për "shumë si unë". Përveç deklaratës 3 dhe 6 (*), ku deklaratat duhet të kodohen mbrapsht, pra: 5 për "aspak si unë", 4 për "disi jo si unë", 3 për "neutral", 2 për "deri diku si unë" dhe 1 për "shumë si unë".

Pyetësi preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësi nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Buss, A.H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 452-459. Marrë nga <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1403624/>, ndërsa ndërsa versioni shqip është përkthyer, përshtatur dhe administruar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore.

Pyetësoni për Agresionin

Ky pyetësor përbëhet nga 29 deklaratat. Pasi ta keni lexuar me kujdes deklaratën, bazuar në shkallën 4 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) e cila ju përshkruan më së miri.

1 Disa nga miqtë e mi mendojnë se unë jam gjaknxehtë

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

2 Nëse do të duhet të përdor dhunë për të mbrojtur të drejtat e mia, do ta bëj

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

3 Kur njerëzit janë veçanërisht të mirë me mua, unë pyes veten se çfarë duan ata.

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

4 Unë u them miqve të mi hapur kur nuk jam dakord me ta

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

5 Jam nervozuar aq shumë sa që kam thyer gjëra

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

6 Nuk mund të mos futem në argumente kur njerëzit nuk pajtohen me mua

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

7 Nganjëherë mendoj se pse jam kaq negativ/e ndaj gjërave të ndryshme

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

8 Kohë pas kohe nuk mund të kontrolloj dëshirën për të goditur një person tjetër

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

9 Unë jam një person me një temperament të qetë. *

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

Ky pyetësor përbëhet nga 29 deklaratat. Pasi ta keni lexuar me kujdes deklaratën, bazuar në shkallën 4 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) e cila ju përshkruan më së miri.

10 Unë shfaq dyshime ndaj të huajve miqësorë.

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

11 Unë kam kërcënuar njerëz që njoh

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

12 Shpërthej shpejt por më kalon shpejt

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

13 Nëse provokohem mjaftueshëm, unë mund të godas një person tjetër

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

14 Kur njerëzit më bezdisin, unë mund t'u them se çfarë mendoj për ta.

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

15 Unë ndonjëherë mbushem shumë me xheloz

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

16 Nuk mund të mendoj për arsye të mjaftueshme për të lënduar një person tjetër*

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

17 Nganjëherë mendoj se trajtohem padrejtësisht nga jeta

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

18 E kam problem të kontrolloj temperamentin tim

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

19 Kur zhgënjehem, unë shfaq irritimin tim

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

Ky pyetësor përbëhet nga 29 deklaratata. Pasi ta keni lexuar me kujdes deklaratën, bazuar në shkallën 4 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4 ose 5) e cila ju përshkruan më së miri.

20 Unë ndonjëherë ndi hem se njerëzit janë duke më qeshur prapa shpinës.

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

21 Shpesh e gjej veten duke mos qenë dakord me njerëzit

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

22 Nëse dikush më godet, e godas edhe unë

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

23 Ndonjëherë ndjehem si një kuti pluhuri gati për të shpërthyer

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

24 Njerëzit e tjerë gjithmonë duket se përfitojnë

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

25 Ka njerëz që më shtyjnë aq larg sa përfundon në përlëshje

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

26 Unë e di se "shokët dhe shoqet e mia" flasin prapa shpinës për mua.

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

27 Miqtë e mi thonë që jam disi argumentues/e.

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

28 Nganjëherë shpërthej keq pa pasur asnjë arsye

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

29 Unë futem në përlëshje pak më shpesh se një person mesatar

1 Aspak si unë 2 Disi jo si unë 3 Neutral 4 Deri diku si unë 5 Shumë si unë

Pyetësi i Mirënjohjes

The Gratitude Questionnaire-Six Item Form (GQ-6)

Pyetësi i Mirënjohjes (McCullough, Emmons & Tsang, 2002) është pyetësor vetë-raportues me 6 deklaratat, i krijuar për të matur prirjen për të përjetuar mirënjohje në jetën e përditshme. Për të vlerësuar deklaratat është përdorur shkalla 7 pikëshe e Likert nga 1 ("nuk pajtohem plotësisht") deri në 7 ("pajtohem plotësisht").

Nën-dimensionet:

Pyetësi është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 10 vjeçare

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Për të interpretuar këtë instrument, pikëzoni deklaratat 1, 2, 4 dhe 5 në këtë mënyrë: 1 për "absolutisht nuk pajtohem", 2 për "nuk pajtohem", 3 për "pjesërisht nuk pajtohem", 4 për "neutral", 5 për "pjesërisht pajtohem", 6 për "pajtohem" dhe 7 për "plotësisht pajtohem".

Ndërsa pasi që deklaratat duhet të kodohen mbrapsht, 3 dhe 6 pikëzoni 1 për "plotësisht pajtohem", 2 për "pajtohem", 3 për "pjesërisht pajtohem", 4 për "neutral", 5 për "pjesërisht nuk pajtohem", 6 për "nuk pajtohem" dhe 7 "absolutisht nuk pajtohem".

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 27.56. Pra, në rast se rezultati është nën 27.56 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>

Pivec, T., Kozina, A., Wiium, N., & Uka, F. (2020). Psychology Applications & Developments VI, pp 194–203. Marrë nga: https://www.researchgate.net/publication/348575082_Are_the_5Cs_of_Positive_Youth_Development_Related_to_Risky_Behaviours_Analysis_Across_Countries

Pyetësi i Mirënjohjes

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjëzoni në kutinë përkatëse për "absolutisht nuk pajtohem" deri në "plotësisht pajtohem" përkitazi me atë se si ndiheni.

1 Unë kam shumë gjëra në jetë për të cilat jam mirënjohës/e.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

2 Nëse do të më duhej të lista çdo gjë për të cilën jam mirënjohës/e, do të ishte një listë e gjatë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

3 Kur e shoh botën rreth meje, nuk shoh shumë gjëra për të cilat mund të jem mirënjohës/e*

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

4 Iu jam mirënjohës/e shumë njerëzve të ndryshëm

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

5 Sa më shumë që kalojnë vitet unë bëhem më i/e aftë të vlerësoj njerëzit, ngjarjet dhe situatat që më kanë shoqëruar gjatë jetës sime.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

6 Duhet të kalojë shumë kohë përpara sesa unë të ndihem mirënjohës/e kundrejt dikujt apo diçkaje*

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

Shkalla e Kessler për Distresin Kessler Psychological Distress Scale (K-10)

Shkalla e Kessler për Distresin (Kessler, 2003) është instrument vetë-raportues i përbërë nga 10 deklaratat, i cili ka për qëllim matjen e distresit, tek individët me depresion dhe ankth, për një perudhë kohore prej 4 javësh para administrimit të testit. Për të vlerësuar deklaratat pëdoret shkalla 5 pikëshe, nga 1 ("gjatë gjithë kohës") deri 5 ("asnjëherë").

Nën-dimensionet:

Pyetësi është uni-dimensional.

Udhezime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit mund të variojë nga 10 deri në 50. Sa më pak pikë në test, aq më i lartë distresi psikologjik. Nëse më shumë ose barabartë me 22 pikë, atëherë nënkuptojmë se është indikator i distresit klinik.

Shënime shtesë:

Vini re se "cut off scores" të kësaj shkalle nuk janë të bazuara në mostër me normë kosovare.

Referencat:

Arënlju, A., & Bërxulli, D. (2020). Rapid assessment: Psychological distress among students in Kosovo during the COVID 19 pandemic. Marrë nga https://www.researchgate.net/profile/Aliriza_Arenliu/publication/340262171_Rapid_assessment_Psychological_distress_among_students_in_Kosovo_during_the_COVID_19_pandemic/links/5e807910299bf1a91b867fe6/Rapid-assessment-Psychological-distress-among-students-in-Kosovo-during-the-COVID-19-pandemic.pdf

Kessler, R. C., Barker, P. R., Colpe, L. J., Epstein, J. F., Gfroerer, J. C., Hiripi, E., Howes, M.J., Normand, S.L., Manderscheid, R. W., Walters, E. E., Zaslavsky, A. M. (2003). Screening for serious mental illness in the general population. *Arch Gen Psychiatry*, 60(2), 184-9. Marrë nga <https://www.midss.org/content/k-6-distress-scale-interviewer-administered>.

Shkalla e Kessler për Distresin

Pyetjet në vijim ju pyesin se si jeni ndjerë në 30 ditët e fundit. Për çdo pyetje, rumbullakosni numrin që më së miri e përshkruan se keni pasur atë ndjenjë.

Gjatë 30 ditëve të fundit sa shpesh jeni ndjerë...

- 1 ...të lodhur pa ndonjë arsye të mirë?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 2 ...nervoz?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 3 ...aq nervioz sa nuk ju ka qetësuar asgjë?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 4 ...të pashpresë?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 5 ...të paretshëm/ në siklet?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 6 ...aq të paretshëm/ në siklet sa që nuk keni mundur të qëndroni në një vend?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 7 ...të dëshpëruar/ të pashpresë/ të depresionuar?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 8 ...aq të dëshpëruar/ të pashpresë/ të depresionuar sa që asgjë nuk ka mundur t'ju gëzojë?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 9 ...që gjithçka që ka qenë e mundimshme?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

- 10 ...të pavlerë/ të padobishëm?
1 Anjëherë 2 Rrallë herë 3 Kohë pas kohe 4 Shumicën e kohës 5 Gjatë gjithë kohës

Shkalla e Mindfulness Mindfulness Scale

Shkalla e Mindfulness (Pirson, Michael & Langer, 2015) është instrument vetëraportues që përbëhet nga 14 deklaratat, me qëllim të matjes së eksplorimit, ideve të reja, kreativitetit dhe vetëdijës së nxënësit/es. Për të vlerësuar deklaratat, përdoret shkalla 7 pikëshe e Likert, nga 1 ("aspak dakord") deri në 7 ("shumë dakord").

Nën-dimensionet:

Kërkimi i risive: 1, 7, 8, 10, 13

Angazhimi: 4*, 5*, 9*, 12*

Prodhimi i risive: 2, 3, 6, 11*, 14*

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 15-18 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Për të interpretuar këtë instrument, të gjitha deklaratat pikëzoni në këtë mënyrë: 1 për "aspak dakord", 2 për "jo dakord", 3 për "diku jo dakord", 4 për "neutral", 5 për "disi dakord", 6 për "dakord" dhe 7 për "shumë dakord". Përveç deklaratave të shënuara me yll (*), 4, 5, 9, 12, 13, dhe 14. Këto deklaratat duhet të kodohen mbrapsht, pra: 7 për "aspak dakord", 6 për "jo dakord", 5 për "diku jo dakord", 4 për "neutral", 3 për "disi dakord", 2 për "dakord" dhe 1 për "shumë dakord".

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 27.56. Pra, në rast se rezultati është nën 27.56 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Pirson, M., Langer, E. J., Bodner, T., & Zilcha, S. (2012). The Development and Validation of the Langer Mindfulness Scale - Enabling a Socio-Cognitive Perspective of Mindfulness in Organizational Contexts. Marrë nga https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2158921, ndërsa versioni shqip është përkthyer, përshtatur dhe administruar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore.

Pirson, Michael & Langer, E. (2015). Developing the Langer Mindfulness Scale. *Academy of Management Proceedings*. 2015. 11308-11308.

Shkalla Mindfulness

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, shenjëzoni në kutinë përkatëse për "aspak dakord" deri "shumë dakord, përkitazi me atë se si vlerësoni ju për veten.

1 Më pëlqen të eksploroj gjëra

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

2 Unë mendoj/kam disa ide të reja.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

3 Unë jap kontribute të reja.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

4 Unë rrallë vë re se çfarë po bëjnë të tjerët.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

5 Unë shmang bisedat provokuese.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

6 Unë jam shumë kreativ/e.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

7 Unë jam shumë kurioz/e.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

8 Unë përpiqem të mendoj rreth mënyrave të reja për të realizuar gjërat.

- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

9 Unë rrallë jam i/e vetëdijshëm/me ndaj ndryshimeve.*

- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

10 Mua më pëlqen që të sfidohem intelektualisht.

- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

11 E kam të lehtë që të krijoj ide të reja dhe efektive.*

- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

12 Unë rrallë jam i/e vëmendshme ndaj zhvillimeve të reja.*

- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

13 Më pëlqen që të kuptoj sesi funksionojnë gjërat.

- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

14 Unë nuk kam mendime origjinale.*

- 1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Diku jo dakord
4 Neutral 5 Disi dakord 6 Dakord 7 Shumë dakord

Shkalla e Përvojave Pozitive dhe Negative Scale of Positive and Negative Experience (SPANE)

Shkalla e Përvojave Pozitive dhe Negative (Diener, 2009) është instrument vetë-raportues me 11 deklaratat që përqendrohen në matjen e frekuencës së përvojave pozitive dhe negative të një individi për katër javët e fundit. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 5 pikëshe, prej 1 "shumë rrallë ose kurrë" deri në 5 "shumë shpesh ose gjithmonë".

Nën-dimensionet:

Përvojat pozitive: 1, 3, 5, 7, 10, 11

Përvojat negative: 2, 4, 6, 8, 9

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 13 vjeçare.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Për të interpretuar instrumentin, për dimensionin e përvojave pozitive dhe negative, deklaratat pikëzohen dhe rezultati mund të variojë nga 6 (minimum) deri në 30 (maksimumi).

Pas kalkulimit, rezultati i ndjenjave negative zbritet nga rezultati i ndjenjave pozitive, shuma pas këtij ndryshimi mund të variojë nga -24 (më së pakti përvojë pozitive) deri në 24 (më së shumti përvojë pozitive). Pra, një nxënës/e me rezultat prej 24 raporton se ai/ajo rrallë ose kurrë nuk përjeton ndonjë nga ndjenjat negative, dhe shumë shpesh ose gjithmonë i ka të gjitha ndjenjat pozitive.

Shënime shtesë:

Vini re se cut off scores të kësaj shkalle nuk janë të bazuara në mostër me normë kosovare.

Referencat:

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 39, 247-266. Marrë nga: https://ink.library.smu.edu.sg/cgi/viewcontent.cgi?article=1739&context=soss_research

Pivec, T., Kozina, A., Wiium, N., & Uka, F. (2020). *Psychology Applications & Developments VI*, pp 194-203. Marrë nga: https://www.researchgate.net/publication/348575082_Are_the_5Cs_of_Positive_Youth_Development_Related_to_Risky_Behaviours_Analysis_Across_Countries

Shkalla e Përvojave Pozitive dhe Negative

Ju lutem mendoni rreth asaj se çfarë keni bërë apo përjetuar gjatë 4 javëve të fundit. Pastaj shenjëzoni se sa shpesh keni përjetuar secilën nga ndjesitë e mëposhtme, duke përdorur shkallën e paraqitur në vijim. Për secilën ndjenjë, zgjedhni një numër nga 1 deri në 5.

Gjatë katër javëve të fundit unë kam përjetuar ndjenja:

1	Pozitive	1 <input type="checkbox"/> Shumë rrallë apo kurrë	2 <input type="checkbox"/> Rrallë	3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë	4 <input type="checkbox"/> Shpesh
		5 <input type="checkbox"/> Shumë shpesh apo gjithmonë			
2	Negative	1 <input type="checkbox"/> Shumë rrallë apo kurrë	2 <input type="checkbox"/> Rrallë	3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë	4 <input type="checkbox"/> Shpesh
		5 <input type="checkbox"/> Shumë shpesh apo gjithmonë			
3	Mira	1 <input type="checkbox"/> Shumë rrallë apo kurrë	2 <input type="checkbox"/> Rrallë	3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë	4 <input type="checkbox"/> Shpesh
		5 <input type="checkbox"/> Shumë shpesh apo gjithmonë			
4	Këqija	1 <input type="checkbox"/> Shumë rrallë apo kurrë	2 <input type="checkbox"/> Rrallë	3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë	4 <input type="checkbox"/> Shpesh
		5 <input type="checkbox"/> Shumë shpesh apo gjithmonë			
5	Të këndshme	1 <input type="checkbox"/> Shumë rrallë apo kurrë	2 <input type="checkbox"/> Rrallë	3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë	4 <input type="checkbox"/> Shpesh
		5 <input type="checkbox"/> Shumë shpesh apo gjithmonë			
6	Të pa këndshme	1 <input type="checkbox"/> Shumë rrallë apo kurrë	2 <input type="checkbox"/> Rrallë	3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë	4 <input type="checkbox"/> Shpesh
		5 <input type="checkbox"/> Shumë shpesh apo gjithmonë			
7	Të lumtura	1 <input type="checkbox"/> Shumë rrallë apo kurrë	2 <input type="checkbox"/> Rrallë	3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë	4 <input type="checkbox"/> Shpesh
		5 <input type="checkbox"/> Shumë shpesh apo gjithmonë			

Ju lutem mendoni rreth asaj se çfarë keni bërë apo përjetuar gjatë 4 javëve të fundit. Pastaj shenjzoni se sa shpesh keni përjetuar secilën nga ndjesitë e mëposhtme, duke përdorur shkallën e paraqitur në vijim. Për secilën ndjenjë, zgjedhni një numër nga 1 deri në 5.

Gjatë katër javëve të fundit unë kam përjetuar ndjenja:

8 Të trishtueshme

1 Shumë rrallë apo kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh
5 Shumë shpesh apo gjithmonë

9 Të frikshme

1 Shumë rrallë apo kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh
5 Shumë shpesh apo gjithmonë

10 Të gëzuara

1 Shumë rrallë apo kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh
5 Shumë shpesh apo gjithmonë

11 Nervozë

1 Shumë rrallë apo kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh
5 Shumë shpesh apo gjithmonë

12 Kënaqësie

1 Shumë rrallë apo kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh
5 Shumë shpesh apo gjithmonë

Shkalla e Ruminimit në Zemërim Anger Rumination Scale (ARS)

Pyetësi mbi ruminimin në zemërim (ARS; Sukhodolsky et al., 2001) është një pyetësor vetë-raportues që përbëhet nga gjithsej 19 pyetje, i cili ka për qëllim të masë tendencën e individit për tu përqendruar në disponime zemërimi, të kujtuarit e përvojave të zemërimin në të kaluarën, dhe për të menduar për shkaqet dhe pasojat e episodeve të zemërimin. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla e Likertit duke filluar nga 1 ("Pothuajse kurrë") në 4 ("pothuajse gjithmonë").

Nën-dimensionet:

Mendimet e Zemëruara: 7, 8, 9, 17, 18, 19.

Mendimet për Hakmarrje: 10, 11, 12, 16.

Kujtime të Zemëruara: 4, 6, 13, 15.

Të Kuptuarit e Shkaqeve: 1, 2, 3, 5, 14.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 10 vjeçare

Udhezime për interpretimin e pikëve:

Rezultatet e mundshme në Mendimet e zemëruara variojnë nga 6 në 42 ku rezultatet më të larta tregojnë më shumë Mendime të zemëruara. Nën-shkallët Mendimet e hakmarrjes dhe të Kuptimit të shkaqeve tregojnë rezultateve që shkojnë nga 4 në 28, ku rezultatet më të larta tregojnë më shumë "Mendime për hakmarrje" dhe "më shumë kohë kalon duke u përpjekur për të kuptuar shkaqet". Rezultatet e mundshme në nën-shkallën e Kujtimeve të zemëruara variojnë nga 5 në 35, me rezultate më të larta që tregojnë më shumë kujtime të zemëruara. Të gjitha deklaratat janë shprehur në mënyrë që rezultati më i lartë të korrespondojë me nivele më të mëdha të Ruminimit të zemërimin. Nuk ka deklarata me kodim të kundërt dhe rezultati total është shuma e të gjithë deklaratave.

Referencat:

Hoxha, S. (2019). Marrëdhënia në mes të Ruminimit në Zemërim dhe Agresionit tek Nxënësit e Shkollave Fillore. Tezë Masteri.

Sukhodolsky, D., Golub, A. & Cromwell, E. N. (2000). Development and validation of the Anger Rumination Scale. *Personality and Individual Differences*. 31. Marrë nga https://www.researchgate.net/publication/222356762_Development_and_validation_of_the_Anger_Rumination_Scale

Shkalla e Ruminimit në Zemërim (Anger Rumination Scale-ARS)

Në këtë pjesë të pyetësorit, ju lutem vlerësoni se sa shpesh ju ndodh secila nga situatat e mëposhtme, ku 1 = pothuajse kurrë, 2 = rrallë, 3 = shpesh, dhe 4 = pothuajse gjithmonë

1 Unë mendoj shumë për përvojat e kaluara të zemërimit

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

2 Unë i bluaj në mendje (tjerri) padrejtësitë që janë bërë ndaj meje

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

3 Unë vazhdoj të mendoj për ngjarjet që më kanë zemëruar për një kohë të gjatë

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

4 Ka kohë që kam fantazi (ëndrra ditore) për hakmarrje edhe pasi që konflikti ka përfunduar

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

5 Unë mendoj për disa ngjarje nga koha e kaluar të cilat më zemërojnë ende

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

6 Unë e kam të vështirë t'ua fal njerëzve të cilët më kanë lënduar

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

7 Kur përfundon ndonjë fjalosje, unë vazhdoj të përlehem me këtë person në imagjinatën time

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

8 Kujtimet e të qenit i acaruar/hidhëruar më shfaqen në mendjen time para se të bie në gjumë

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

9 Kurdo që përjetoj zemërim, unë vazhdimisht mendoj për këtë për një kohë të gjatë

1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

- 10** Ka pasur periudha kur kam menduar tërë kohën për ndonjë konflikt që kam pasur më herët
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 11** Unë i analizoj ngjarjet që më zemërojnë
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 12** Unë mendoj për arsyet pse njerëzit më trajtojnë keq
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 13** Unë kam ëndrra ditore dhe fantazi të natyrës së dhunshme
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 14** Unë ndjem i/e zemëruar për shumë gjëra në jetën time
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 15** Kur dikush më bën të ndjem i/e zemëruar, nuk mendoj vazhdimisht se si t'ia kthejë atij personi
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 16** Kur dikush më provokon, unë vazhdoj ta pyes veten pse më ka ndodhur kjo mua
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 17** Edhe kujtimet e bezdisjeve të vogla më shqetësojnë për një kohë të gjatë
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 18** Kur diçka më zemëron, i kthehem kësaj çështjeje disa here në mendjen time
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë
-
- 19** Unë e ripërpunoj një episod zemërimi në mendjen time pasi që ka ndodhur
- 1 Pothuajse kurrë 2 Rrallë 3 Shpesh 4 Pothuajse gjithmonë

Shkalla për Afektin Pozitiv dhe Negativ Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)

Shkalla për Afektin Pozitiv dhe Negativ (1996) është instrument vetëraportues, i përbërë nga 20 deklaratat në formën e emocioneve, që për qëllim kanë matjen e afektit pozitiv dhe negativ të kujdo që e plotëson këtë pyetësor. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla pesë pikëshe nga 1 = "aspak" deri në 5 = "në ekstrem".

Instrumenti vlerëson afektin pozitiv dhe negativ në përgjithësi, por mund të adaptohet në situata të caktuara duke ndërruar formën e parashtrimit të pyetjeve më poshtë. Kjo mund të jetë p.sh. sot, gjatë ditëve të kaluar, gjatë muajit të kaluar, etj.

Nën-dimensionet:

Afeksi Pozitiv: 1, 3, 5, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 19.

Afeksi Negativ: 2, 4, 6, 7, 8, 11, 13, 15, 18, 20.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit 7 vjeç e tutje

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të 10 deklaratave të secilit nën-dimension. Sa më i lartë rezultati, aq më i lartë afeksi pozitiv apo negativ.

Referencat:

Krohne, HW, Egloff, B., Kohlmann, CW, & Tausch, A. (1996). Investigations with a German version of the "positive and negative affect schedule" (PANAS). *Diagnostica Gottingen*, 42, 139-156. Marrë nga https://www.researchgate.net/profile/Boris-Egloff/publication/228079340_Untersuchungen_mit_einer_deutschen_Version_der_Positive_and_Negative_Affect_Schedule_PANAS/links/549969580cf21eb3df60cb28/Untersuchungen-mit-ein-er-deutschen-Version-der-Positive-and-Negative-Affect-Schedule-PANAS.pdf

Musliu, A. (2018). Teknikat moderne të mësimdhënies në raport me zvarritjen dhe emocionet akademike, af-tësitë vet-rregulluese të të mësuarit dhe ndikimi në performancën akademike. Tezë Bachelori.

Shkalla për Afektin Pozitiv dhe Negativ

Më poshtë gjeni një numër të fjalëve që përshkruajnë ndjenjat dhe emocionet e juaja në përgjithësi. Lexojeni secilën fjalë dhe shënoni numrin që përket me përgjigjen tuaj afër secilës fjalë. Në shkallën e matjes më poshtë, gjeni vlerësimin që përket me secilin numër.

1 I/e interesuar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

2 I/e stresuar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

3 I/e emocionuar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

4 I/e mërzitur

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

5 I/e fuqishëm

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

6 Fajtor

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

7 I/e frikësuar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

8 Armiqësor

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

9 Entuziast

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

Më poshtë gjeni një numër të fjalëve që përshkruajnë ndjenjat dhe emocionet e juaja në përgjithësi. Lexojeni secilën fjalë dhe shënoni numrin që përket me përgjigjen tuaj afër secilës fjalë. Në shkallën e matjes më poshtë, gjeni vlerësimin që përket me secilin numër.

10

Krenar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

11

I/e irrituar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

12

I/e alarmuar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

13

I/e turpëruar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

14

I/e inspiruar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

15

I/e shqetësuar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

16

I/e determinuar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

17

I/e vëmendshëm

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

18

I/e paqetë

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

19

Aktiv

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

20

I/e frikësuar

1 Aspak 2 Shumë pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Në ekstrem

Shkalla Subjektive e lumturisë Subjective Happiness Scale (SHS)

Shkalla Subjektive e Lumturisë (Lyubomirsky & Lepper, 1999) është një instrument matës me 4 deklaratave që për qëllim ka matjen e lumturisë së përgjithshme të një individi. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 7 pikëshe e Likert nga 1 ("aspak i/e lumtur") në 7 (shumë i/e lumtur).

Nën-dimensionet:

Pyetësi është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 15 vjeçare

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve të instrumentit me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 19.83. Pra, në rast se rezultati është nën 19.83 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155. Marrë nga <http://sonjalyubomirsky.com/wp-content/themes/sonjalyubomirsky/papers/LL1999.pdf>

Pivec, T., Kozina, A., Wium, N., & Uka, F. (2020). Psychology Applications & Developments VI, pp 194-203. Marrë nga: https://www.researchgate.net/publication/348575082_Are_the_5Cs_of_Positive_Youth_Development_Related_to_Risky_Behaviours_Analysis_Across_Countries

Shkalla Subjektive e Lumturisë

Për secilën nga deklaratat e mëposhtme, ju lutem rrumbullakosni një numër që ju mendoni se iu përshkruan më shumë ju.

1 Në përgjithësi, unë e konsideroj veten:

(Jo të lumtur) 1 2 3 4 5 6 7 (Shumë të lumtur)

2 Në krahasim me shumicën e bashkëmoshatarëve të mi unë e konsideroj veten

(Pak i lumtur) 1 2 3 4 5 6 7 (Më i lumtur)

3 Disa njerëz janë në përgjithësi shumë të lumtur. Ata e shijojnë jetën, pavarësisht se çfarë po iu ndodh dhe përpiqen që të nxjerrin anën më të mirë të çdo gjëje. Deri në çfarë mase iu përshkruajnë ju këto karakteristika?

(Jo të lumtur) 1 2 3 4 5 6 7 (Shumë të lumtur)

4 Disa njerëz në përgjithësi nuk janë shumë të lumtur. Edhe pse nuk janë të dëshpëruar, ata nuk janë aq të lumtur sa duhet të jenë në të vërtetë

(Aspak si unë) 1 2 3 4 5 6 7 (Shumë si unë)

Shkalla UCLA mbi Vetminë UCLA Loneliness Scale

Shkalla UCLA mbi Vetminë është një matje me 20 deklaratë e krijuar për të matur ndjenjat subjektive të vetmisë, si dhe ndjenjat e izolimit shoqëror. Pjesëmarrësit vlerësojnë secilën deklaratë me Shpesh ("Unë shpesh ndihem kështu"), Nganjëherë ("Unë nganjëherë ndihem kështu"), Rrallë ("Unë rrallë ndihem kështu"), dhe Kurrë ("Unë kurrë nuk ndihem kështu").

Nën-dimensionet:

Pyetësi është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 12-21 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultatet e shkallës duhet të llogariten duke mbledhur përgjigjet në deklaratë, ku rezultatet më të larta tregojnë më shumë vetmi. Rezultati mund të variojë nga 20 deri 80. Ky instrument nuk përmban deklarata që kërkojnë të kodohen në të kundërtën.

Referencat:

Agaj, D. (2016). Niveli i Varësisë nga Interneti – Roli i Karakteristikave të Përdoruesve në Shpjegimin e Varësisë nga Interneti tek Adoleshentët në Shqipëri. Tezë doktorate. Marrë nga <http://www.doktoratura.unitir.edu.al/wp-content/uploads/2016/07/DESARA-AGAJ.pdf>

Russell, D., Peplau, L.A. & Cutrona, C.E. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.

Shkalla e Vetmisë (UCLA Loneliness Scale)

Ky pyetësor përbëhet nga 20 deklaratat. Pasi ta keni dëgjuar/lexuar me kujdes deklaratën, bazuar në shkallën 4 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4) e cila ju përshkruan më së miri

1 Unë nuk jam i/e kënaqur kur i bëj gjërat vetëm

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

2 Unë nuk kam asnjë njeri me kë të flas

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

3 Unë nuk mund ta toleroj të qenit kaq vetëm

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

4 Mua më mungon shoqëria

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

5 Ndihem sikur askush nuk më kupton

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

6 Shpesh e gjej veten duke pritur që njerëzit të më shkruajnë apo telefonojnë

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

7 Nuk kam asnjë njeri që mund t'i drejtohem

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

8 Unë nuk jam më i/e afërt me asnjë njeri

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

9 Unë nuk i ndaj idetë dhe interesat e mia me njerëzit përreth meje

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

10

Unë ndihem i/e braktisur

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

11

Unë ndihem krejtësisht i/e vetmuar

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

12

Unë nuk jam në gjendje për të komunikuar dhe për të qenë në nivelin e atyre përreth meje

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

13

Marrëdhëniet e mia sociale janë sipërfaqësore

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

14

Unë kam shumë nevojë për shoqëri

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

15

Askush nuk më njih mirë në të vërtetë

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

16

Unë ndihem i/e izoluar nga të tjerët

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

17

Nuk jam i/e kënaqur nga të qenit kaq i/e tërhequr

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

18

Unë e kam vështirë të zë shokë/shoqe

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

19

Ndhem i/e përjashtuar dhe i/e veçuar nga të tjerët

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

20

Njerëzit janë rreth meje, por jo me mua

1 Shpesh 2 Ndonjëherë 3 Rrallë 4 Asnjëherë

Test për matjen e nivelit të frustrimit (detyra frustruese)

Detyra Frustruese është test i vetë-krijuar nga Dr. Fitim Uka, me qëllim të testimit të aftësisë së vetëpërbajtjes dhe nivelit të frustrimit të nxënësve, përmes një loje të thjeshtë me renditjen e blloqeve të drurit.

Nën-dimensionet:

Kjo detyrë është uni-dimensionale.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 4-7 vjeç

Udhëzime për interpretimin e instrumentit:

Testi të interpretohet nga psikologu/ja varësisht prej asaj nëse nxënësi ka arritur të mos frustrohet ose frustruohet prej faktit që nuk ka arritur të ndërtojë kalanë me kohë.

Referencat:

Suchodoletz, A., Uka, F., & Larsen, R. (2015). Self-Regulation Across Different Contexts: Findings in Young Albanian Children. *Early Education and Development* 26(5):1-18. Marrë nga https://www.researchgate.net/publication/277594946_Self-Regulation_Across_Different_Contexts_Findings_in_Young_Albanian_Children

Detyra Frustruese

Mjetet e nevojshme	Bloqet e druri (60-70) dhe kohë matësi
Koha për përfundim	3 minuta
Hapi 1	
<p>Njofto fëmijën me lojën, duke e ftuar të luajë me blloqet e drurit, dhe të sigurohu që fëmija e kupton si duhet detyrën e ndërtimit të kalasë. Fëmija duhet të njoftohet se ka 3 minuta kohë për të ndërtuar kalanë me blloqe druri.</p> <p><i>"Unë kam disa blloqe lodra prej druri që të tregoj. Eja të ndërtojmë së bashku një kala të madhe deri në qiell. Do ta bëjmë me rend, unë vendos një bllok, pastaj ti, e kështu me radhë".</i></p> <p><i>"Shih. Këtu është ora. Na duhen tre minuta për të ndërtuar një kala sa më të madhe që është e mundshme. Prit deri sa të them se është radha jote për të filluar. OK. Le të fillojmë."</i></p>	
Hapi 2	
<p>Fillo kohën, merr bllokun e parë dhe fillo të ndërtosh kalanë bllok pas blloku (me rend). Pas 45 sekondash, godit tavolinën "rastësisht" dhe rrëzo kështjellën.</p> <p><i>"Oh jo, kalaja është rrëzuar. Çfarë zhgënjimi! Tani na duhet të fillojmë nga fillimi prapë. A mundesh të vazhdosh të lutem. Por, mos harro, kalaja duhet të ndërtohet para se të bije zilja. Unë duhet që të bëjë diçka tjetër për një minutë".</i></p>	
Hapi 3	
<p>Nëse fëmija nuk fillon së ndërtuari kalanë vetë, përkujtoi fëmijës detyrën e tij/saj: Mos harro, ti duhet të fillosh ta ndërtosh kalanë, sepse ne kemi kohë vetëm deri sa të bije zilja.</p> <p>Nëse fëmija nuk vazhdon të ndërtojë kalanë lëre. Mos insisto, por mos fol dhe vazhdo ta injorosh atë. Përkujtoj fëmijës kur të afrohet se "Jam i zënë me punën time. Ti duhet të punosh në këtë vetë".</p>	
Hapi 4	
<p>Kur kohë matësi tingëllon, thuaj "Koha mbaroi". Ti duhet të ndalosh tani, ani pse nuk e ke përfunduar detyrën". Vazhdo me punën tënde për një minutë tjetër pasi që zilja të bije. "Jam i zënë me punën time. Ti duhet të presësh një sekondë".</p>	
Hapi 5	
<p>Nëse fëmija e injoron udhëzimin tënd dhe vazhdon që të ndërtojë kalanë, përkujtoi fëmijës që ai/ajo duhet të ndalet dhe të vendosë duart e tij/saj në gjunjë.</p> <p>Pas një minute, thuaj "Mbarova me punën time. Tani le të mundo kemi dhe ta ndërtojmë kalanë së bashku dhe ndihmo fëmijën në këtë detyrë."</p> <p><i>Sigurohu që fëmija nuk do ta përfundojë këtë detyrë brenda 3 minutave. Kjo është detyra frustruese! Nëse fëmija fillon të qajë në çdo minutë, detyra duhet menjëherë të ndërprehet dhe fëmija duhet të ndihmohet që të qetësohet.</i></p>	

Shëndeti

Aktivite të Shëndetshme Healthy Activities

Ky pyetësor është pjesë e Zhvillimit Pozitiv të të Rinjëve (Positive Youth Development – PYD) dhe konsiston në 8 pyetje. Ky pyetësor mat angazhimin në aktivitete fizike, të ushqyerit e shëndetshëm, shmangien e sjelljeve të rrezikshme, si dhe kursimin e parave. Pyetësori ka përgjigjet “Po” ose “Jo”.

Nën-dimensionet:

Pyetësori është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshave 15 deri 18 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Sa më të larta pikët në këtë instrument, aq më i madh angazhimi në sjellje të shëndetshme. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 13.48. Pra, në rast se rezultati është nën 13.48 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Pivec, T., Kozina, A., Wium, N., & Uka, F. (2020). Psychology Applications & Developments VI, pp 194–203. Marrë nga: https://www.researchgate.net/publication/348575082_Are_the_5Cs_of_Positive_Youth_Development_Related_to_Risky_Behaviours_Analysis_Across_Countries

Wium, N. (2014). Positive Youth Development – PYD. Marrë nga <https://www.researchgate.net/project/The-PYD-cross-national-project>

Pyetësoni i Aktiviteteve të Shëndetshme

Ju lutem të përgjigjeni duke zgjedhur përgjigjen "po" ose "jo" varësisht prej asaj se a është e vërtetë për ju deklarata përkatëse.

1	Unë angazhohem në aktivitete fizike (të paktën 30 minuta) dy apo më shumë herë në javë.	1 <input type="checkbox"/> Jo	2 <input type="checkbox"/> Po
2	Unë ha të paktën një frut çdo ditë.	1 <input type="checkbox"/> Jo	2 <input type="checkbox"/> Po
3	Unë ha të paktën një vakt me perime çdo ditë.	1 <input type="checkbox"/> Jo	2 <input type="checkbox"/> Po
4	Unë jam i/e vëmendshme ndaj ushqimeve të shëndetshme dhe ushtrimeve.	1 <input type="checkbox"/> Jo	2 <input type="checkbox"/> Po
5	Unë kam qenë lider/e i një grupi ose organizimi në 12 muajt e fundit.	1 <input type="checkbox"/> Jo	2 <input type="checkbox"/> Po
6	Unë kursej para për gjëra speciale më tepër sesa ti shpenzoj ato për gjëra të pavlera.	1 <input type="checkbox"/> Jo	2 <input type="checkbox"/> Po
7	Në përgjithësi, unë nuk dorëzohem kur situatat vështirësohen.	1 <input type="checkbox"/> Jo	2 <input type="checkbox"/> Po
8	Në përgjithësi, unë shmang të bëj gjëra që janë të rrezikshme.	1 <input type="checkbox"/> Jo	2 <input type="checkbox"/> Po

Lista e Kontrollit të Sjelljes së Shëndetit në Fëmijët e Moshës Shkollore Health Behaviour in School-aged Children Symptom Checklist

Pyetësi për Sjelljet e Shëndetshme (HBSC-SCL) u krijua si një instrument matës jo-klinik për matjen e ankesave shëndetësore tek fëmijët e moshës shkollore. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 5 pikëshe nga 1 ("rreth çdo ditë") deri në 5 ("rrallë ose kurrë").

Nën-dimensionet:

Pyetësi është uni-dimensional.

Targeti dhe grupmosha:

Nxënësit e moshës 15-18 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Sa më i lartë rezultati aq më i shpeshtë përjetimi i simptomave të ndërlidhura me shëndetin. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e këtij instrumenti është 30.45. Pra, në rastin e dimensionit të parë, rezultati nën 11.82 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Garipey, G., McKinnon, B., Sentenac, M., & Elgar, F. J. (2015). Validity and Reliability of a Brief Symptom Checklist to Measure Psychological Health in School-Aged Children. *Child Indicators Research*, 9(2), 471-484. Marrë nga <https://link.springer.com/article/10.1007/s12187-015-9326-2>

Pivec, T., Kozina, A., Wiium, N., Uka, F. (2020). Are the 5C of Positive Youth Development related to risky behaviors: Analysis across countries. Marrë nga https://www.researchgate.net/profile/Ana_Kozina/publication/348325751_POSITIVE_YOUTH_DEVELOPMENT_PERSPECTIVE_THE_INTERPLAY_BETWEEN_THE_5CS_AND_ANXIETY/links/5ff80be8299bf140887d90f2/POSITIVE-YOUTH-DEVELOPMENT-PERSPECTIVE-THE-INTERPLAY-BETWEEN-THE-5CS-AND-ANXIETY.pdf#page=223

Lista e Kontrollit të Sjelljes së Shëndetit në Fëmijët e Moshës shkollore

Ju lutem të përgjigjeni duke zgjedhur përgjigjen (1, 2, 3 ose 4) në bazë të asaj se sa shpesh ndodh të keni simptomat në vijim

1 Dhimbje koke

- 1 Rrallë ose kurrë 2 Pothuajse çdo muaj 3 Pothuajse çdo javë
4 Më shumë se njëherë në javë 5 Pothuajse çdo ditë

2 Dhimbje stomaku

- 1 Rrallë ose kurrë 2 Pothuajse çdo muaj 3 Pothuajse çdo javë
4 Më shumë se njëherë në javë 5 Pothuajse çdo ditë

3 Dhimbje shpine

- 1 Rrallë ose kurrë 2 Pothuajse çdo muaj 3 Pothuajse çdo javë
4 Më shumë se njëherë në javë 5 Pothuajse çdo ditë

4 Ndihem dobët (me disponim të keq dhe pa energji)

- 1 Rrallë ose kurrë 2 Pothuajse çdo muaj 3 Pothuajse çdo javë
4 Më shumë se njëherë në javë 5 Pothuajse çdo ditë

5 Irritueshmëri

- 1 Rrallë ose kurrë 2 Pothuajse çdo muaj 3 Pothuajse çdo javë
4 Më shumë se njëherë në javë 5 Pothuajse çdo ditë

6 Nervozitet

- 1 Rrallë ose kurrë 2 Pothuajse çdo muaj 3 Pothuajse çdo javë
4 Më shumë se njëherë në javë 5 Pothuajse çdo ditë

7 Vështirësi për të fjetur

- 1 Rrallë ose kurrë 2 Pothuajse çdo muaj 3 Pothuajse çdo javë
4 Më shumë se njëherë në javë 5 Pothuajse çdo ditë

8 Hutim

- 1 Rrallë ose kurrë 2 Pothuajse çdo muaj 3 Pothuajse çdo javë
4 Më shumë se njëherë në javë 5 Pothuajse çdo ditë

Pyetësi për Ankesat Somatike Somatic Complaint List

Pyetësi për ankesat somatike (Jellesma et al. 2007) është pyetësor vetë-raportues i përbërë nga 11 deklaratat, i cili ka për qëllim identifikimin e fëmijëve dhe adoleshentëve që përjetojnë dhe ndjejnë dhimbje trupore. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 3-pikëshe nga 1 ("kurrë") deri në 3 ("shpesh") duke udhëzuar nxënësit të përgjigjen duke raportuar se si janë ndjerë 4 javët e fundit.

Nën-dimensionet:

Pyetësi është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 8 vjeçare

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Pyetësi preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësi nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Jellesma, F., Rieffe, C., Terwogt, MM. (2007). The Somatic Complaint List: Validation of a self-report questionnaire assessing somatic complaints in children. *Journal of Psychosomatic Research* 63(4):399-401. Marrë nga https://www.researchgate.net/publication/5940008_The_Somatic_Complaint_List_Validation_of_a_self-report_questionnaire_assessing_somatic_complaints_in_children, ndërsa versioni shqip është përkthyer, përshtatur dhe administruar nga Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore.

Pyetësoni për Ankesat Somatike

Ju lutem vlerësoni se sa shpesh jeni ndjerë si në vijim katër javët e fundit duke vlerësuar me: 1=pothuajse kurrë, 2=rallë, 3=shpesh, dhe 4=pothuajse gjithmonë

1 Unë jam ndjerë i/e trulllosur

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

2 Unë jam ndjerë i/e lodhur

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

3 Unë kam pasur dhimbje barku*

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

4 Unë jam ndjerë mirë dhe shëndetshëm

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

5 Unë kam ndjerë dhimbje në krahët dhe këmbët e mia

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

6 Unë e kam ndjerë trupin tim të dobët

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

7 Unë jam ndjerë mirë*

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

8 Unë kam pasur kokëdhimbje

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

9 Unë jam ndjerë i/e sëmurë

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

10 Unë kam ndjerë dridhje dhe ethe

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

11 Unë kam ndjerë se po më përzihet (vjellje)

1 Kurrë 2 Nganjëherë 3 Shpesh

Zhvillimi i Sukseshëm

Pyetësi i Përbushjes së Nevojave Bazike Basic Need Satisfaction Scale

Pyetësi i Përbushjes së Nevojave Bazike është një matje e vetë-raportuar që vlerëson shkallën se sa një njeri përcepton përbushje të secilës nga tri nevojat psikologjike. Deklaratat duhet të vlerësohen nga nxënësit me numrat 1 ("Aspak e vërtetë") deri në 7 ("Shumë e vërtetë").

Nën-dimensionet:

Autonomia: 1, 4*, 8, 11*, 14, 17, 20*

Lidhshmëria: 2, 6, 7*, 9, 12, 16*, 18*, 21

Kompetenca: 3*, 5, 10, 13, 15*, 19*

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 13 vjeçare

Udhezime për interpretimin e pikëve:

Së pari duhet të kodoni në të kundërt të gjitha ajtetmet që janë formuluar në një mënyrë negative (d.m.th., artikujt e shënuar më poshtë me *). Pasi të keni koduar ajtetmet në të kundërtën, rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Sa më i lartë rezultati, aq më i lartë niveli i plotësimit të nevojave. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare.

Autonomia: 32.39

Lidhshmëria: 37.73

Kompetenca: 26.47

Përshebull, në rastin e dimensionit të parë, rezultati nën 32.39 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Bajgora, Sh., Fetahu, D., Hajrizi, D., Haliti, G., Musliu, A. & Rrahmani, F. (2020). Vullnetarizmi, Punësueshmëria dhe Nevojat Themelore Psikologjike. Marrë nga <https://storage.googleapis.com/wzukusers/user31933516/documents/f64cde1e6b004242b42fbba008012bed/Raport-Layout.pdf>

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.

La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 367-384. Marrë nga <https://psycnet.apa.org/record/2000-05317-005>

Pyetësoni i Përmbushjes së Nevojave Bazike (Basic Need Satisfaction Scale):

Jemi të interesuar të dijmë se si ndiheni në përgjithësi për secilin nga pohimet e mëposhtme. Lexoni secilin pohim me kujdes! Ju lutem tregoni se si ndiheni për secilin pohim, duke vlerësuar pohimet nga numri 1 deri në 7; ku 1 = Aspak e vërtetë, 4 = Disi e vërtetë, dhe 7 = Shumë e vërtetë.

1 Unë ndihem i/e lirë të vendosi për vetën se si ta jetoj jetën time.

- 1 Aspak e vërtetë
 2
 3
 4 Disi e vërtetë
 5
 6
 7 Shumë e vërtetë

2 Unë me të vërtetë i pëlqej njerëzit me të cilët ndërveproj.

- 1 Aspak e vërtetë
 2
 3
 4 Disi e vërtetë
 5
 6
 7 Shumë e vërtetë

3 Unë shpesh nuk ndihem shumë kompetent/e.*

- 1 Aspak e vërtetë
 2
 3
 4 Disi e vërtetë
 5
 6
 7 Shumë e vërtetë

4 Unë ndihem nën presion në jetën time.*

- 1 Aspak e vërtetë
 2
 3
 4 Disi e vërtetë
 5
 6
 7 Shumë e vërtetë

Jemi të interesuar të dijmë se si ndiheni në përgjithësi për secilin nga pohimet e mëposhtme. Lexoni secilin pohim me kujdes! Ju lutem tregoni se si ndiheni për secilin pohim, duke vlerësuar pohimet nga numri 1 deri në 7; ku 1 = Aspak e vërtetë, 4 = Disi e vërtetë, dhe 7 = Shumë e vërtetë.

5

Njerëzit që unë i njoh më thonë se unë jam i/e mirë në atë çfarë bëj.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

6

Unë përshtatem me njerëzit me të cilët hy në kontakt.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

7

Unë mbyllem shumë në vetvete dhe nuk kam shumë kontakte shoqërore.*

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

8

Në përgjithësi, unë ndihem i/e lirë që të shpreh idetë dhe mendimet e mia.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

9

Unë i konsideroj shokë, personat me të cilët ndërveproj rregullisht.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

Jemi të interesuar të dijmë se si ndiheni në përgjithësi për secilin nga pohimet e mëposhtme. Lexoni secilin pohim me kujdes! Ju lutem tregoni se si ndiheni për secilin pohim, duke vlerësuar pohimet nga numri 1 deri në 7; ku 1 = Aspak e vërtetë, 4 = Disi e vërtetë, dhe 7 = Shumë e vërtetë.

10 Kohëve të fundit, unë kam qenë në gjendje të mësoj shkathtësi të reja interesante

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

11 Në jetën e përditshme, unë shpesh duhet të bëj atë që më thuhet.*

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

12 Njerëzit në jetën time kujdesen për mua.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

13 Shumicën e ditëve, unë ndiej një lloj arritje nga ajo se çfarë bëj.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

14 Njerëzit me të cilët ndërveproj çdo ditë priren të marrin në konsideratë ndjenjat e mia.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

Jemi të interesuar të dijmë se si ndiheni në përgjithësi për secilin nga pohimet e mëposhtme. Lexoni secilin pohim me kujdes! Ju lutem tregoni se si ndiheni për secilin pohim, duke vlerësuar pohimet nga numri 1 deri në 7; ku 1 = Aspak e vërtetë, 4 = Disi e vërtetë, dhe 7 = Shumë e vërtetë.

15 Në jetën time nuk kam shumë mundësi të shfaqë aftësitë e mia.*

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

16 Nuk ka shumë persona me të cilët jam i/e lidhur.*

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

17 Unë ndiej se mund të jem vetvetja në situatat e mia ditore.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

18 Personave, me të cilët ndërveproj rregullisht, nuk duket se iu pëlqej shumë.*

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

19 Shpesh, unë nuk ndihem shumë i/e aftë.*

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

Jemi të interesuar të dijmë se si ndiheni në përgjithësi për secilin nga pohimet e mëposhtme. Lexoni secilin pohim me kujdes! Ju lutem tregoni se si ndiheni për secilin pohim, duke vlerësuar pohimet nga numri 1 deri në 7; ku 1 = Aspak e vërtetë, 4 = Disi e vërtetë, dhe 7 = Shumë e vërtetë.

20

Nuk ka shumë mundësi që unë të vendosi për veten time se si të veproj në jetën e përditshme.*

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

21

Në përgjithësi, njerëzit janë shumë të shoqërueshëm me mua.

- 1 Aspak e vërtetë
- 2
- 3
- 4 Disi e vërtetë
- 5
- 6
- 7 Shumë e vërtetë

Shkalla e zhvillimit të suksesshëm Flourishing Scale

Shkalla e zhvillimit të suksesshëm (Diener, 2009) është një matje e shkurtër vetë raportuese me 8 deklaratata që për qëllim ka matjen e mirëqenies psikologjike dhe mënyrave të dobishme për të përmirësuar jetën përmes reflektimit. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 7 pikëshe e Likert prej 1 ("absolutisht nuk pajtohem") deri në 7 ("plotësisht pajtohem").

Nën-dimensionet

Pyetësi është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 12 vjeçare.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Të gjitha deklaratat pikëzohen 1 për "absolutisht nuk pajtohem", 2 për "nuk pajtohem", 3 për "pjesërisht nuk pajtohem", 4 për "neutral", 5 për "pjesërisht nuk pajtohem", 6 për "pajtohem" dhe 7 për "plotësisht pajtohem". Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 49.40. Pra, në rast se rezultati është nën 49.90 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 39, 247-266. Marrë nga: https://ink.library.smu.edu.sg/cgi/viewcontent.cgi?article=1739&context=soss_research

Pivec, T., Kozina, A., Wiium, N., Uka, F. (2020). Are the 5C of Positive Youth Development related to risky behaviors: Analysis across countries. Marrë nga https://www.researchgate.net/profile/Ana_Kozina/publication/348325751_POSITIVE_YOUTH_DEVELOPMENT_PERSPECTIVE_THE_INTERPLAY_BETWEEN_THE_5CS_AND_ANXIETY/links/5ff80be8299bf140887d90f2/POSITIVE-YOUTH-DEVELOPMENT-PERSPECTIVE-THE-INTERPLAY-BETWEEN-THE-5CS-AND-ANXIETY.pdf#page=223

Shkalla e Zhvillimit të Suksesshëm

Ky pyetësor përbëhet nga 8 deklaratë. Pasi ta keni lexuar me kujdes deklaratën, bazuar në shkallën 7 pikëshe, ju lutemi zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7) me të cilën pajtoheni më së shumti

1 Unë udhëhiqem në jetë nga qëllime me kuptim

- 1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

2 Raportet e mia sociale më japin përkrahje dhe përfitime

- 1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

3 Unë jam i/e përfshirë dhe i/e interesuar në aktivitetet e mira ditore

- 1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

4 Unë kontribuoj në mënyrë aktive në lumturinë dhe mirëqenien e tjerëve

- 1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

5 Unë jam kompetent/e dhe mund të kryej aktivitete të cilat janë të rëndësishme për mua

- 1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

6 Unë jam një person i/e mirë dhe jetoj një jetë të mirë

- 1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

7 Unë ndihem optimist/e për të ardhmen

- 1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

8 Njerëzit më respektojnë mua

- 1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Pjesërisht nuk pajtohem
4 Neutral 5 Pjesërisht pajtohem 6 Pajtohem 7 Plotësisht pajtohem

Përvojat dhe Mendimet lidhur me Shkollën



Motivimi & Emocionet Akademike

Pyetësori për Emocionet e Arritjes Achievement Emotions Questionnaire

Pyetësori për Emocionet e Arritjes (2011) është instrument vetëraportues, i përbërë nga 60 deklaratat mbi emocionet akademike në tre situata dhe tre momente të ndryshme. Situatat janë ligjeratat, mësimi, dhe provimi. Gjersa, momentet janë para, gjatë dhe pas secilës nga situatat. Qëllimi është vlerësimi i një sërë emocioneve akademike. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla pesë pikëshe nga 1 = "absolutisht nuk pajtohem" deri në 5 = "absolutisht pajtohem".

Instrumenti vlerëson emocionet akademike në përgjithësi, por mund të adaptohet për lëndë të caktuara duke ndërruar fjalën "në përgjithësi" me lëndën e caktuar si p.sh. matematikë, kimi, biologjim etj.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit 8 vjeç e tutje

Nën-dimensionet specifike dhe udhëzime për interpretimin e pikëve mund ti gjeni këtu:

R. Pekrun, T. Goetz & R. P. Perry. (2005). How can I apply and access the Academic Emotions Questionnaire by Pekrun et al.? Marrë nga Research Gate: https://www.researchgate.net/profile/Javier_Sanchez_Rosas/post/How-can-i-apply-and-access-the-Academic-Emotions-Questionnaire-by-Pekrun-et-al-2005/attachment/59d6351c79197b8077992b77/AS%3A383031052390406%401468333127197/download/2005+AEQ+Manual.pdf

Referencat:

Musliu, A. & Frenzel, A. (2020). Emocionet e Mësuesve: Standardizimi i Shkallës së Emocioneve të Mësuesve në Kosovë. Tezë Masteri.

Pekrun, R., Goetz, T., Frenzel, A. C., Barchfeld, P., & Perry, R. P. (2011). Measuring emotions in students' learning and performance: The Achievement Emotions Questionnaire (AEQ). *Contemporary educational psychology*, 36(1), 36–48. Marrë nga https://www.researchgate.net/publication/229366277_Measuring_emotions_in_students'_learning_and_performance_The_Achievement_Emotions_Questionnaire_AEQ

Ndjekja e mësimit në përgjithësi mund të nxisë ndjenja të ndryshme. Kjo pjesë e pyetësorit ka të bëjë me emocionet që mund të përjetoni kur ju ndiqni mësimit në përgjithësi. Para se të përgjigjeni në pyetjet në vazhdim, ju lutemi të rikujtoni emocionet e ndryshme që përjetoni kur ndiqni mësimit në përgjithësi. Lexoni secilën fjali me shumë kujdes dhe PËRGJIGJUNI DUKE SHFRYTËZUAR SHKALLËZIMIN E DHËNË (kliko numrin poshtë secilës deklaratë) pas çdo pohimi të dhënë.

PARA LIGJËRATËS

Pyetjet vijuese kanë të bëjnë me ndjenjat që mund të përjetoni **PARA** se të ndiqni mësimit në përgjithësi. Ju lutemi tregoni si ndjeheni zakonisht para se të fillon një mësimit në përgjithësi.

1 Mezi pres që të filloj mësimit në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

2 Kur mendoj për mësimit në përgjithësi bëhem nervoz.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

3 Kur mendoj për mësimit në përgjithësi ndjehem i dobët.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

4 Ky mësimit më tremb aq shumë sa që nuk do të doja të shkoja në shkollë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

GJATË LIGJËRATËS

Pyetjet në vazhdim kanë të bëjnë me ndjenjat që mund të përjetoni **GJATË** mësimit në përgjithësi. Ju lutem tregoni se si ndjeheni zakonisht gjatë mësimit në përgjithësi.

5 Mua më pëlqejnë mësimit në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

6 Nuk mund të koncentrohem sepse mërzitem shumë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

7 Merakosem nëse materiali do të jetë i vështirë për mua.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

8 Materiali në përgjithësi është shumë ngazëllyes sa që më pëlqejnë shumë mësimet.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

9 Ndjej nervozizëm gjatë mësimet në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

10 Kur them diçka në mësim, e vërej se fytyra ime skuqet.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

11 Mendoj se mësimet në përgjithësi janë të mërzitshme.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

12 Unë i pëlqej mësimet në përgjithësi aq shumë sa që jam shumë i motivuar të marrë pjesë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

13 Jam aq i zemëruar me mësimin në përgjithësi, sa që do të doja të ikja (largojem).

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

14 Jam aq i mërzitur sa që nuk mund të qëndrojë zgjuar.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

15 Zemërohem sepse materiali në përgjithësi është shumë i vështirë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

16 Kur them diçka në mësimet në përgjithësi, ndihem sikur po e turpëroj veten.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

17 Irritohem nga mësimet në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

PAS LIGJËRATËS

Pyetjet në vazhdim kanë të bëjnë me emocionet që mund të përjetoni **PASI** që keni ndjekur mësimin në përgjithësi. Ju lutem tregoni si ndjeheni zakonisht, pas mësimit në përgjithësi.

18 Mendoj se mund të ndjehem krenar me njohuritë e mija në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

19 Jam krenar me kontributin tim në mësimet në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

Të mësuarit dhe bërja e detyrave të dhëna në përgjithësi, mund të nxisin ndjenja të ndryshme. Kjo pjesë e pyetësorit ka të bëjë me emocionet që mund të përjetoni kur ju mësoni dhe bëni detyrave të dhëna në përgjithësi. Para se të përgjigjeni në pyetjet në vazhdim, ju lutemi të rikujtoni përvojat e zakonshme gjatë të mësuarit. Lexoni secilën fjali me shumë kujdes dhe PËRGJIGJUNI DUKE SHFRYTËZUAR SHKALLËZIMIN E DHËNË (kliko numrin në të djathtë) pas çdo pohimi të dhënë.

PARA MËSIMIT

Pyetjet vijuese kanë të bëjnë me ndjenjat që mund të përjetoni **PARA** se të mësoni apo bëni detyrat e dhëna në përgjithësi. Ju lutemi tregoni si ndjeheni zakonisht para se të filloni të mësoni apo bëni detyrat e dhëna në përgjithësi.

20 Vetëm të menduarit për detyrat e dhëna në përgjithësi më bën të ndjehem mërzitshëm.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

21 Frikësohem aq shumë nga detyrat e dhëna sa që nuk mund t'i fillojë fare.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

GJATË MËSIMIT

Pyetjet në vazhdim kanë të bëjnë me ndjenjat që mund të përjetoni **GJATË** të mësuarit apo kryerjes detyrat e dhëna në përgjithësi. Ju lutem tregoni se si ndjeheni zakonisht kur mësoni apo detyrat e dhëna në përgjithësi.

22 Kur i bëjë detyrat e dhëna në përgjithësi unë jam në disponim të mirë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

23 Unë fillojë të djersijë për shkak se jam i brengosur që nuk mund të kryejë detyrat e mija në kohë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

24 Detyrat e dhëna në përgjithësi më zemërojnë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

25 Mërzitem aq tepër, sa kam përshtypjen se nuk do të mësojë më fare.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

26 Jam në tension dhe nervoz.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

27 Kur i diskutojë detyrat e dhëna në përgjithësi me shokët/shoqet e klasës, unë shmangë kontaktin me sy.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

28 Unë jam i/e lumtur që e kuptojë materialin.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

29 Unë zemërohem sepse detyrat e dhëna në përgjithësi më marrin shumë kohë nga koha ime.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

30 Unë brengosem nëse do të jem ndonjëherë në gjendje që të kuptojë plotësisht materialin nga kjo lëndë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

31 Detyrat e dhëna në përgjithësi më mërzinis për vdekje.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

32 Unë jam shumë i/e motivuar sepse dua të jem krenarë me arritjet e miya në këtë lëndë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

33 Kur nuk kuptojë diçka në detyrat e dhëna në përgjithësi, nuk dua t'i tregoj për këtë askujt.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

34 Zemërohem tepër, sa që do të doja të hedhë në mbeturina detyrat e dhëna në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

35 Unë kënaqem duke kryer detyrat e dhëna në përgjithësi aq shumë, sa që jam i motivuar që të kryejë edhe detyra shtesë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

PAS MËSIMIT

Pyetjet në vazhdim kanë të bëjnë me emocionet që mund të përjetoni **PASI që keni mësuar apo keni kryer detyrat e dhëna në përgjithësi**. Ju lutem tregoni si ndjeheni zakonisht, pas mësimit apo detyrat e dhëna në përgjithësi.

36 Pas kryerjes së detyrave të dhëna në përgjithësi, unë krenohem me veten time.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

37 Unë turpërohem për njohurinë time në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

Testet dhe provimet nga përgjithësi mund të nxisin ndjenja të ndryshme. Kjo pjesë e pyetësorit ka të bëjë me emocionet që mund të përjetoni kur i nënshtroheni testimit apo provimit në përgjithësi. Para se të përgjigjeni në pyetjet në vazhdim, ju lutemi të rikujtoni përvojat e zakonshme kur keni test apo provim në përgjithësi. Lexoni secilën fjali me shumë kujdes dhe PËRGJIGJUNI DUKE SHFRYTËZUAR SHKALLËZIMIN E DHËNË (kliko numrin në të djathtë) pas çdo pohimi të dhënë.

PARA TESTIT APO PROVIMIT

Pyetjet vijuese kanë të bëjnë me ndjenjat që mund të përjetoni **PARA** testit apo provimit në përgjithësi. Ju lutemi tregoni si ndjeheni zakonisht para se të filloni testin apo provimin në përgjithësi.

38 Jam shumë nervoz.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

39 Duke qenë se unë synoj notë të mirë në përgjithësi, mësoj shumë për testin.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

40 Ndihem i molisur.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

41 Edhe para se t'i nënshtrohem testit, brengosem se mund të dështoj.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

42 Mbes duke menduar se nuk e kam kuptuar materialin.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

43 Kur kam një test nga kjo lëndë, më dhemb stomaku.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

44 Mbes duke menduar se kurrë nuk do të kem nota të mira në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

45 Jam aq i shqetësuar, sa që më parë nuk do të bëja fare testin apo provimin.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

GJATË TESTIT APO PROVIMIT

Pyetjet në vazhdim kanë të bëjnë me ndjenjat që mund të përjetoni **GJATË** testit apo provimit. Ju lutem tregoni se si ndjeheni zakonisht kur i nënshtroheni testit apo provimit në përgjithësi.

46 Mua më pëlqen të bëjë test në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

47 Kur bëjë test në përgjithësi, ndjehem në tension dhe nervoz.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

48 Më vjen inat që profesori shtron pyetje kaq të vështira.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

49 Gjatë testit në përgjithësi, ndihem i pashpresë.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

50 Më vjen turp që nuk mund t'i përgjigjem mirë pyetjeve që shtron profesori në përgjithësi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

51 Jam aq i shqetësuar, sa që nuk mund të koncentrohem.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

52 Do të preferoja të hiqja dorë nga testi apo provimi.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

53 Jam aq i shqetësuar sa që do të doja të grisja në copa testin.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

54 Mendoj se gjërat po shkojnë për mrekulli.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

55 Kur i nënshtrohem testit apo provimit në përgjithësi, shqetësohem se do të marrë notë të dobët.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

56 Nuk kam energji.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

57 Djersitem sepse performanca ime në testin apo provimin e përgjithësi më vë në siklet.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

PAS TESTIT APO PROVIMIT

Pyetjet në vazhdim kanë të bëjnë me emocionet që mund të përjetoni **PAS** testit apo provimit. Ju lutem tregoni si ndjeheni zakonisht, pas testit apo provimit të kësaj lënde.

58 Pas testit në përgjithësi ndihem krenar me veten time.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

59 Ndhim krenar sa mirë kam punuar në test.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

60 Pasi të kem kryer një test nga përgjithësi më vjen turp.

1 Absolutisht nuk pajtohem 2 Nuk pajtohem 3 Neutral 4 Pajtohem 5 Absolutisht pajtohem

Shkalla e motivimit akademik të nxënësve The Academic Motivation Scale

Pyetësi për shkallën e motivimit akademik të nxënësve (Vallerand, Pelletier, Blais, Briere, Senecal & Vallieres, 1992), përbëhet nga 28 deklaratat, qëllimi i të cilave është matja e motivimit të brendshëm dhe të jashtëm ndaj edukimit. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 7 pikëshe e Likert, nga 1 ("nuk përshtatet me mua") deri 7 ("më përshtatet plotësisht mua").

Nën-dimensionet:

Motivimi i brendshëm për të ditur: 2, 9, 16, 23

Motivimi i brendshëm drejt realizimit: 6, 13, 20, 27

Motivimi i brendshëm drejt përjetimit të stimulit: 4, 11, 18, 25

Rregullimi i motivimit të jashtëm: 1, 8, 15, 22

Pamotivimi: 5, 12, 19, 26

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 15 vjeçare (nxënësit e klasës së 9-të ose të shkollës së mesme të lartë)

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Pyetësi preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësi nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Vallerand, R.J., Blais, M.R., Brière, N.M., & Pelletier, L.G. (1992). Academic Motivation Scale. Educational and Psychological Measurement, (53) 52. Marrë nga https://www.lrcs.uqam.ca/wp-content/uploads/2017/08/HS-emes_en.pdf, ndërsa versioni shqip është standardizuar nga Departamenti i Psikologjisë, Universiteti i Prishtinës.

Shkalla e motivimit akademik të nxënësve

Duke menduar për shkollimin tuaj, ju lutem lexoni me kujdes deklaratat, dhe duke u bazuar në shkallën 7 pikëshe zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4, 5, 6, ose 7) e cila ju përshkruan më së miri

1 Sepse më nevojitet së paku diploma e shkollës së mesme që të gjejë një punë me pagesë të mirë më vonë.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

2 Sepse unë përjetoj kënaqësi kur mësojë gjëra të reja.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

3 Sepse mendoj se shkolla e mesme do të më ndihmojë për karrierën që do të zgjedh më vonë

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

4 Sepse me të vërtetë më pëlqen të vijë në shkollë

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

5 Singërisht nuk e di, në të vërtetë mendoje se jam duke humbur kohën time në shkollë.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

6 Për shkak të kënaqësisë që e marrë duke e sfiduar veten me studime/mësim.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

7 Që të ja dëshmojë vetes sime se unë jam në gjendje ta kryejë shkollën e mesme

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

Duke menduar për shkollimin tuaj, ju lutem lexoni me kujdes deklaratat, dhe duke u bazuar në shkallën 7 pikëshe zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4, 5, 6, ose 7) e cila ju përshkruan më së miri

8 Që të hyjë në një punë më prestigjioze më vonë.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4
 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

9 Për shkak të kënaqësisë kur zbulojë gjëra që nuk i kam parë më herët.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4
 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

10 Për shkak se eventualisht do të më mundësojë të hy në tregun e punës që më pëlqen.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4
 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

11 Për shkak se për mua, shkolla është argëtuese.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4
 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

12 Më parë kam pasur arsye të mira të shkoja në shkollë, tani pyes veten nëse duhet ta vazhdojë.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4
 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

13 Për shkak të kënaqësisë që e përjetojë kur unë e tejkalojë veten në arritjet e mia personale.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4
 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

14 Për shkak se kur kam sukses në shkollë unë ndihem i/e rëndësishëm/e.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua 4
 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

Duke menduar për shkollimin tuaj, ju lutem lexoni me kujdes deklaratat, dhe duke u bazuar në shkallën 7 pikëshe zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4, 5, 6, ose 7) e cila ju përshkruan më së miri

15 Sepse dua të kem një jetë më të mirë më vonë.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

16 Për shkak të kënaqësisë që e përjetojë në zgjerimin e njohurive të mia për lëndët që më pëlqejnë mua.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

17 Sepse kjo do të më mundëson të bëjë zgjedhje më të mira në karrierë.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

18 Për shkak të kënaqësisë që e përjetojë gjatë diskutimeve me profesorë që janë interesant.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

19 Unë nuk e kuptoj se pse shkoj në shkollë dhe sinqerisht nuk më bëhet vonë

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

20 Për shkak të kënaqësisë që ndjej kur jam në proces të arritjes së aktiviteteve të vështira shkollore.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

21 T'i dëshmojë vetes se jam person inteligjent/e.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

Duke menduar për shkollimin tuaj, ju lutem lexoni me kujdes deklaratat, dhe duke u bazuar në shkallën 7 pikëshe zgjidhni përgjigjen (1, 2, 3, 4, 5, 6, ose 7) e cila ju përshkruan më së miri

22 Në mënyrë që të kem një pagë më të mirë më vonë.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

23 Për shkak se shkolla më mundëson të mësojë shumë gjëra që janë interesante për mua

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

24 Për shkak se besoj se arsimimi im në shkollën e mesme do t'i përmirësojë aftësitë/kompetencat e mia si punëtor/e.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

25 Për shkak se ndihem shumë mirë kur lexojë për lëndë të ndryshme interesante.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

26 Nuk e di, nuk mund të kuptojë se çka jam duke bërë në shkollë.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

27 Për shkak se shkolla e mesme me lejon të përjetojë kënaqësi personale në synimin tim për të qenë i shkëlqyeshëm në studimet e mia.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

28 Sepse dua të ja dëshmojë vetes se mund të kem sukses në shkollimin tim.

- 1 Nuk përshtatet me mua 2 Përshtatet mjaft me mua 3 Përshtatet pak me mua
 4 Përshtatet mesatarisht me mua 5 Përshtatet mjaft me mua
 6 Përshtatet shumë me mua 7 Më përshtatet plotësisht mua

Përceptimi për Shkollën

Përshtypja e Përgjithshme për Sigurinë në Shkollë General Impression of School Safety

Instrumenti i Përshtypjes së përgjithshme të Sigurisë në Shkollë (Joong & Ridler, 2006; Goldstein, Young, & Boyd, 2008), përbëhet nga 11 deklaratat, që për qëllim ka të masë ndjenjën e sigurisë në shkollë. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 5 pikëshe nga 1 ("gjithmonë" deri në 5 ("asnjëherë").

Nën-dimensionet:

Pyetësi është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 11-15 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Pyetësi preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësi nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Agani, N. (2019). Children's Exposure to Peer Victimization, Bullying, Perceptions of School Safety, and School Climate Among Albanian and Serbian Students in Kosovo. All Dissertations. 2463. Marrë nga https://tigerprints.clemson.edu/all_dissertations/2463

Goldstein, S. E., Young, A., & Boyd, C. (2008). Relational aggression at school: Associations with school safety and social climate. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(6), 641-654.

Joong, P., & Ridler, O. (2006). Teachers' and Students' Perceptions of School Violence and Prevention. *Brock Education: a Journal of Educational Research and Practice*, 15.

Përshtypja e Përgjithshme për Sigurinë në Shkollë

Këto pyetje kanë të bëjnë me pikëpamjet e juaja të përgjithshme rreth sigurisë në shkollë. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

- 1 **Unë ndihem sigurt para dhe pas shkollës në objektin e shkollës**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 2 **Unë ndihem sigurt para dhe pas shkollës në rrethinën e shkollës**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 3 **Unë ndjehem sigurt në rrugën për në shkollë**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 4 **Unë ndjehem sigurt në kantinën e shkollës**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 5 **Unë ndjehem sigurt në klasë**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 6 **Unë besoj se incidentet e dhunshme nuk ndodhin në shkollën time**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 7 **Unë ndjej se kjo është shkollë e sigurt**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 8 **Unë jam i kënaqur me masat që shkolla ime i ndërmerr për të parandaluar dhunën**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 9 **Unë ndjehem sigurtë në WC**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 10 **Unë ndjehem sigurtë në zheshtore**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

- 11 **Unë ndjehem sigurtë në këndin e lojrave**
1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Shkalla e Perceptimit të Klimës Shkollore Perceptions of School Climate

Instrumenti për Perceptimin e Klimës Shkollore (Cornell et al., 2013), është shkallë e përbërë nga 15 deklaratat dhe për qëllim ka matjen e respektit të nxënësve, mësimdhënësve dhe të rriturve të tjerë në kontekstin shkollor dhe gatishmërinë e nxënësve të kërkojnë ndihmë. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 4 pikëshe, nga 1 ("nuk pajtohem fuqishëm") deri 4 ("pajtohem fuqishëm").

Nën-dimensionet:

Struktura disiplinare: 1-7

Mbështetja e nxënësve:

Respekti ndaj nxënësve mësimdhënësve dhe të rriturve të tjerë në kontekstin shkollor: 8-11

Gatishmëria për të kërkuar ndihmë në kontekstin shkollor: 12-15

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 11-15 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Pyetësi preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësi nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Agani, N. (2019). Children's Exposure to Peer Victimization, Bullying, Perceptions of School Safety, and School Climate Among Albanian and Serbian Students in Kosovo. All Dissertations. 2463. Marrë nga https://tigerprints.clemson.edu/all_dissertations/2463

Cornell, D., Huang, F., Konold, T., Meyer, P., Lacey, A., Nekvasil, E., Heilbrun, A., Shukla, K. (2013). Technical report of the Virginia Secondary School Climate Survey: 2013 results for 7th and 8th grade students and teachers. Executive summary. Charlottesville: University of Virginia, Curry School of Education.

Perceptim për Klimën Shkollore

Pyetjet në vijim kanë të bëjnë me atë se cka ndjeni ju për shkollën dhe se si nxënësit kalojnë më njëri-tjetrin dhe me më e tyre.

Kur mendoni për shkollën tuaj, a pajtoheni apo nuk pajtoheni me deklaratat më poshtë?

1 Dënimi për thyerjen e rregullave të shkollës është i njëjtë për të gjithë nxënësit

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

2 Nxënësit në këtë shkollë dënohen vetëm kur e meritojnë atë

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

3 Nxënësit trajtohen drejtë pavarësisht etnisë së tyre

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

4 Nxënësit dysohen pa ndonjë arsye të mirë

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

5 Të rriturit në këtë shkollë janë shumë të rreptë

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

6 Rregullat e shkollës janë të drejta

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

7 Kur nxënësit akuzohen që kanë bërë dicka gabim, iu ipet rasti të shpjegohen

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

Shumica e mësimitdhënësve dhe të rriturve tjerë në këtë shkollë:

8 Kujdesen për të gjithë nxënësit

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

Pyetjet në vijim kanë të bëjnë me atë se cka ndjeni ju për shkollën dhe se si nxënësit kalojnë më njëri-tjetrin dhe me më e tyre.

9 Dëshirojnë që të gjithë nxënësit të kenë sukses

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

10 Dëgjojnë se çfarë kanë për të thënë nxënësit

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

11 I trajtojnë nxënësit me respekt

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

12 Në këtë shkollë ka të rritur me të cilët do të mund të bisedoja po të kisha ndonjë problem

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

13 Nëse i tregoj një mësimitdhënës/e që dikush po më ngacmon, mësimitdhënës/i/ja do të bëjë dicka për të më ndihmuar

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

14 Unë ndihem rahat të kërkoj nga mësimitdhënësit e mi të më ndihmojnë me detyra të shkollës

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

15 Është se paku një mësimitdhënës/e apo një i rritur në këtë shkollë që vërtetë dëshiron që unë të kem sukses

1 Nuk pajtohem fuqishëm 2 Nuk pajtohem 3 Pajtohem 4 Pajtohem fuqishëm

Përvojat Negative

Pyetësi i Olweus për Ngacmimin The Olweus Bullying Questionnaire

Pyetësi i Olweus për Ngacmimin (Bullizmin) (Olweus, 2007), përbëhet nga 38 deklaratat dhe pyetje, ndërsa ka për qëllim vlerësimin e vetë-raportimeve të nxënësve që janë ngacmuar ose kanë ngacmuar të tjerët, duke kuptuar gjithashtu qasjen e tyre ndaj ngacmimit. Për të vlerësuar deklaratat ekzistojnë disa opsione varësisht prej pyetjeve ose deklaratave.

Nën-dimensionet:

Të jesh i ngacmuar: 4-18

Të ngacmohesh të tjerët: 19-38

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 11-15 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Pyetësi preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësi nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Olweus, D. (2007). Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire (OBVQ) [Database record]. APA PsycTests. Marrë nga <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Ft09634-000>

Agani, N. (2019). Children's Exposure to Peer Victimization, Bullying, Perceptions of School Safety, and School Climate Among Albanian and Serbian Students in Kosovo. All Dissertations. 2463. Marrë nga https://tigerprints.clemson.edu/all_dissertations/2463

Pyetësi i Olweus për Ngacimin (Bullizmin)

Pyetjet që vijojnë kanë të bëjnë me jetën tuaj në shkollë. Ka disa përgjigje pranë çdo pyetje. Përgjigjuni në çdo pyetje, duke rumbullaksuar përgjigjen që ju përshkruan më së miri. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

1

Sa ju pëlqen shkolla?

- 1 Unë nuk e pëlqej aspak shkollën
- 2 Unë nuk e pëlqej shkollën
- 3 Unë as e pëlqej e as nuk e pëlqej shkollën
- 4 Mua më pëlqen shkolla
- 5 Mua më pëlqen shumë shkolla

2

Sa shokë apo shoqe të mirë keni në klasë?

- 1 Asnjë
- 2 Unë kam 1 shok/shoqe të mire në klasë
- 3 Unë kam 1 ose 3 shok/shoqe të mire në klasë
- 4 Unë kam 4 ose 5 shok/shoqe të mire në klasë
- 5 Unë kam 6 ose më shumë shokë/shoq të mire në klasë

3

Sa herë keni provuar ngacimin në shkollë gjatë muajve të fundit?

- 1 Unë nuk jam ngacmuar gjatë muajve të fundit në shkollë
- 2 Ka ndodhur vetëm një ose dy herë
- 3 2 ose 3 herë brenda muajit
- 4 Rreth njëherë në javë
- 5 Disa herë brenda javës

A keni qenë të ngacmuar në shkollë gjatë muajve të fundit në një ose më shumë nga mënyrat e mëposhtme?

4

Më kanë thirrur me emra jo të këndshëm, më kanë përqeshur, ose më kanë ngacmuar me qëllim që të më lëndojnë.

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
- Ka ndodhur vetëm një ose dy herë
- 2 ose 3 herë brenda muajit
- Rreth njëherë në javë
- Disa here brenda javës

Pyetjet që vijojnë kanë të bëjnë me jetën tuaj në shkollë. Ka disa përgjigje pranë çdo pyetje. Përgjigjuni në çdo pyetje, duke rrumbullaksuar përgjigjen që ju përshkruan më së miri. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

5 Nxënësit e tjerë nuk më kanë përfshirë në aktivitetet e tyre me qëllim, më kanë përjashtuar nga grupi i tyre i miqve, apo më kanë injoruar plotësisht

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

6 Unë jam goditur, shkelmuar, shtyer, apo mbyllur me çelës brenda një dhome.

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

7 Nxënësit e tjerë kanë përhapur thashetheme të pavërteta për mua dhe janë munduar që të bëjnë të tjerët të mos më pëlqejnë mua.

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

8 Mua më janë marrë para dhe gjëra të tjera me janë dëmtuar.

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

9 Unë jam kërcënuar ose jam detyruar të bëjë gjëra që nuk kam dashur.

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

10 Unë jam ngacmuar me emra jo të këndshëm apo me komente në lidhje me etnicitetin tim.

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

11 Unë jam ngacmuar me emra jo të këndshëm, komente, apo gjeste me përmbajtje seksuale.

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

Pyetjet që vijojnë kanë të bëjnë me jetën tuaj në shkollë. Ka disa përgjigje pranë çdo pyetje. Përgjigjuni në çdo pyetje, duke rrumbullaksuar përgjigjen që ju përshkruan më së miri. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

11a

Unë jam ngacmuar me qëllim që të lëndohem përmes SMS-ve, thirrjeve telefonike, apo fotografive, ose në mënyra të tjera përmes telefonin tim celular ose internetit (kompjuter). (Ju lutem, mos harroni se nuk quhet ngacmim kur bëhet në mënyrë shoqërore).

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

11b

Nëse keni qenë të ngacmuar përmes telefonit tuaj celular apo Internetit, në çfarë mënyre është bërë ajo?

- 1 Vetëm përmes telefonit celular 2 Vetëm përmes internetit 3 Në të dyja mënyrat

12

Unë jam ngacmuar në një mënyrë tjetër.

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

13

Në cilën klasë është nxënësi apo grupi i nxënësve që ju ngacmojnë?

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë Në klasën time
 Në klasë tjetër por të njëjtën paralele Në klasën time
 Është gjeneratë më e vjetër se unë Është gjeneratë më e re se unë
 Nga të dyjat, nxënës të klasave të larta dhe ulta

14

Nga sa nxënës zakonisht jeni ngacmuar?

- Unë nuk jam ngacmuar në shkollë në muajt e fundit Kryesisht nga një nxënës
 Nga një grup prej 2-3 nxënësve Nga një grup prej 4-9 nxënësve
 Nga një grup prej 10 ose më shumë nxënësve Nga grupe të ndryshme të nxënësve

15

Sa kohë ka zgjatur ngacmimi?

- Unë nuk jam ngacmuar në shkollë muajt e fundit Ka zgjatur 1 ose 2 javë
 Ka zgjatur rreth 1 muaj Ka zgjatur rreth 6 muaj Ka zgjatur rreth 1 vit
 Ka zgjatur për disa vite

Pyetjet që vijojnë kanë të bëjnë me jetën tuaj në shkollë. Ka disa përgjigje pranë çdo pyetje. Përgjigjuni në çdo pyetje, duke rrumbullaksuar përgjigjen që ju përshkruan më së miri. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

16

Ku jeni ngacmuar ju?

- Unë nuk jam ngacmuar në shkollë në muajt e fundit
- Unë jam ngacmuar në një apo më shumë vende në muajt e fundit

Ku jeni ngacmuar ju?

- 14a. Në këndin e lojrave gjatë pushimit
- 14b. Në koridor/shkallëve
- 14c. Në klasë (kur mësimdhënësi ishte në klasë)
- 14d. Në klasë (kur mësimdhënësi nuk ishte në klasë)
- 14e. Në banjo
- 14f. Në sallën e edukatës fizike apo në zhveshtore
- 14g. Në kantinë
- 14h. Rrugës për në shkollë dhe kthimit nga shkolla për në shtëpi
- 14i. Tek stacioni i autobusit në shkollë
- 14j. Në autobusin e shkollës
- 14k. Diku tjetër në shkollë

17

A i keni treguar ndokujt që keni qenë të ngacmuar gjatë muajve të fundit?

- Unë nuk jam ngacmuar në shkollë në muajt e fundit Unë kam qenë i ngacmuar, por nuk i kam treguar askujt Unë kam qenë i ngacmuar, dhe i kam treguar dikujt

Ju lutem rrumbullaksoni të gjithë personat të cilëve ju keni treguar:

- 15a. Kujdestarit të klasës tuaj
- 15b. Ndonjë personi tjetër në shkollë
- 15c. Prindërve tuaj
- 15d. Motrës apo vëllaut tuaj
- 15e. Shokëve tuaj
- 15f. Dikujt tjetër

Pyetjet që vijojnë kanë të bëjnë me jetën tuaj në shkollë. Ka disa përgjigje pranë çdo pyetje. Përgjigjuni në çdo pyetje, duke rrumbullaksuar përgjigjen që ju përshkruan më së miri. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

18 Sa herë ka ndodhur që arsimtarët apo persona të tjerë në shkollë janë përpjekur për të ndaluar ngacmimin ndaj një nxënësi?

- Gati asnjëherë Kohëpaskohe Ndonjëherë Shpesh Gati gjithmonë

19 Sa herë ka ndodhur që nxënësit e tjerë janë përpjekur për të ndaluar ngacmimin ndaj një nxënësi tjetër në shkollë?

- Unë nuk jam ngacmuar në shkollë në muajt e fundit
 Jo, ata nuk e kanë kontaktuar shkollën Po, ata e kanë kontaktuar shkollën njëherë
 Po, ata e kanë kontaktuar shkollën disa herë

20 Kur ju e shihni një nxënës/e të moshës tuaj duke u ngacmuar në shkollë, çfarë mendoni?

- Ai ose ajo e meriton këtë Unë nuk mërzitem Unë ndiej keqardhje
 Unë ndiej keqardhje dhe dëshiroj t'i ndihmoj atij ose asaj

Rreth ngacimit të nxënësve të tjerë

21 Sa herë keni marrë pjesë në ngacmimin e një nxënësi tjetër në muajt e fundit?

- Kjo nuk më ka ndodhur mua në muajt e fundit në shkollë
 Ka ndodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Rreth njëherë në javë
 Disa here brenda javës

A keni ngacmuar ndonjë nxënës në shkollë gjatë muajve të fundit në njërin nga mënyrat e mëposhtme?

22 Unë kam vënë emra ta pakëndshëm, kam përqeshur, apo kam ngacmuar nxënës të tjerë me qëllim që t'i lëndojë ata.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

23 Unë kam përjashtuar nxënës/e nga grupi i miqve, apo nuk e kam përfshirë atë në diskutimin e gjërave me qëllim, apo e kam injoruar plotësisht.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

Pyetjet që vijojnë kanë të bëjnë me jetën tuaj në shkollë. Ka disa përgjigje pranë çdo pyetje. Përgjigjuni në çdo pyetje, duke rrumbullaksuar përgjigjen që ju përshkruan më së miri. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

24

Unë e kam goditur, shkelmuar, shtyer, apo mbyllur me çelës brenda një dhome një nxënës/e tjetër

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

25

Unë kam përhapur thashetheme të pavërteta për nxënësit e tjerë dhe jam munduar që të tjerët mos ta pëlqejnë atë.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

26

Unë kam marrë para dhe gjëra të tjera prej nxënësve të tjerë në mënyrë që ti dëmtoj ata.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

27

Unë kam kërcënuar ose detyruar nxënësit e tjerë të bëjnë gjëra që ata nuk kanë dashur.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

28

Unë kam përhapur thashetheme të pavërteta për nxënësit e tjerë dhe jam munduar që të tjerët mos ta pëlqejnë atë.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

29

Unë kam kërcënuar ose detyruar nxënësit e tjerë të bëjnë gjëra që ata nuk kanë dashur.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

Pyetjet që vijojnë kanë të bëjnë me jetën tuaj në shkollë. Ka disa përgjigje pranë çdo pyetje. Përgjigjuni në çdo pyetje, duke rrumbullaksuar përgjigjen që ju përshkruan më së miri. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

30

Unë kam ngacmuar nxënës të tjerë duke i thirrur me emra jo të këndshëm apo duke bërë komente në lidhje me etnicitetin e tyre.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

31

Unë kam ngacmuar nxënës të tjerë duke i thirrur emra jo të këndshëm, apo duke bërë komente ose gjeste me përmbajtje seksuale.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

32

Unë kam ngacmuar nxënës të tjerë duke i thirrur me emra jo të këndshëm apo duke bërë komente në lidhje me etnicitetin e tyre.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

32a

Unë kam ngacmuar nxënës të tjerë në mënyrë jo të këndshme përmes SMS-ve, thirrjeve telefonike apo fotografive, ose në mënyra të tjera përmes telefonin tim celular ose internetit (kompjuter).

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

32b

Nëse keni ngacmuar ndonjë nxënës përmes telefonit tuaj celular ose përmes Internet, si është bërë ajo?

- Vetëm përmes telefonit celular Vetëm përmes internetit Në të dyjat mënyrat

33

Unë kam ngacmuar në një mënyrë tjetër.

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës/e në muajt e fundit
 Ka nodhur vetëm një ose dyherë 2 ose 3 herë brenda muajit Njëherë në javë
 Disa here brenda javës

Pyetjet që vijojnë kanë të bëjnë me jetën tuaj në shkollë. Ka disa përgjigje pranë çdo pyetje. Përgjigjuni në çdo pyetje, duke rrumbullaksuar përgjigjen që ju përshkruan më së miri. Vini re se nuk ka përgjigje të drejtë ose të gabuar.

34 A ka ndodhur që kujdestari i klasës apo ndonjë arsimtar të ketë biseduar me ju rreth ngacmimit të nxënësve tjerë në muajt e kalur?

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

35 A ka ndodhur që ndonjë i rritur në familjen tuaj të ketë biseduar me ju rreth ngacmimit të nxënësve tjerë në muajt e fundit?

- Unë nuk kam ngacmuar ndonjë nxënës në muajt e fundit
 Jo, ata nuk kanë biseduar me mua Po, ata kanë biseduar me mua njëherë
 Po, ata kanë biseduar me mua disa herë

36 A mendoni se mund të ngacmoni ndonjë nxënës/e vetëm se ai/ajo nuk ju pëlqen?

- Po Ndoshta po Nuk e di Jo, nuk mendoj Jo Definitivisht jo

37 Si do të reagoni nëse ndonjë nxënës/e i/e moshës tuaj do të ngacmohej nga nxënës e tjerë?

- Unë nuk kam vërejtur që nxënësit e moshës time ngacmohen
 Unë marrë pjesë në ngacmim
 Unë nuk do të bëja asgjë, por mendoj që ngacmimi është OK.
 Unë vetëm do të shikoja se çka po ndodhë
 Unë nuk do të bëja asgjë, por mendoj që do ta ndihmoja nxënësin/en i/e cila ngacmohet
 Unë mundohetm t'i ndihmoj nxxënësit/es i/e cili/a ngacmohet në një mënyrë apo tjetër

38 Sa here jeni ndier të frikësuar se mund të ngacmoheni nga nxënës të tjerë?

- Asnjëherë Rrallë Ndonjëherë Mjaft shpesh Shpesh Shumë shpesh

39 Në përgjithësi, sa mendoni se kujdestari/ja juaj i klasës ka bërë për të ulur shkallën e ngacmimit në klasën tuaj gjatë muajve të fundit?

- Pak ose asgjë Mjaft pak Deri diku Mirë Shumë mirë

Shkalla Multidimensionale e Viktimizimit nga Bashkëmoshatarët The Multidimensional Peer-Victimization Scale

Shkalla Multidimensionale e Viktimizimit nga Bashkëmoshatarët (Maynard & Joseph, 2000) kërkon që fëmijët të vlerësojnë shkallën se sa shpesh ata kanë përjetuar një situatë të caktuar gjatë vitit shkollor. Kjo shkallë përbëhet nga 16 deklaratat dhe vlerësohet me shkallën 3 pikëshe, nga 1 ("asnjëherë"), 2 ("një herë"), dhe 3 ("më shumë se një herë").

Nën-dimensionet:

Viktimizimi fizik: 1– 4

Viktimizimi verbal: 5–8

Manipulimi social: 11, 12, 14, 16

Sulmi në pronë: 6, 9, 13, 15

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësët e moshës 11–16 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultatet e shkallës duhet të llogariten duke mbledhur përgjigjet në deklaratat, ku rezultatet më të larta tregojnë viktimizim më të lartë. Rezultatet totale të viktimizimit variojnë nga 0 deri në 32, me rezultate të nën shkallëve që variojnë nga 0 në 8. Rezultatet më të larta tregojnë se një fëmijë i është nënshtruar më shumë incidenteve të viktimizimit nga bashkëmoshatarët.

Referencat:

Agani, N. (2019). Children's Exposure to Peer Victimization, Bullying, Perceptions of School Safety, and School Climate Among Albanian and Serbian Students in Kosovo. All Dissertations. 2463. https://tigerprints.clemson.edu/all_dissertations/2463

Mynard, H., & Joseph, S. (2000). Development of the multidimensional peer-victimization scale. *Aggressive Behavior*, 26(2), 169–178. Marrë nga https://www.researchgate.net/publication/246881851_Development_of_the_Multidimensional_Peer-Victimization_Scale

Shkalla Multidimensionale e Viktimizimit nga Bashkëmoshataret

Më poshtë është një listë e gjërave që disa fëmijë u bëjnë fëmijëve të tjerë. Sa shpesh gjatë muajit të kaluar a ju ka bërë këto gjëra një nxënës tjetër? Ju lutemi përgjigjuni duke vendosur një shenjë në njërën nga tre kolonat. Ju lutemi mos harroni se nuk ka përgjigje të saktë ose të gabuar.

1	Më kanë grushtuar	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë
2	Më kanë shqetësuar	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë
3	Më kanë lënduar fizikisht	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë
4	Më kanë rrahur	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë
5	Më kanë thirrë me emra fyes	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë
6	Unë e kam të vështirë t'ua fal njerëzve të cilët më kanë lënduar	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë
7	Janë munduar të më fusin në telashe me shokë/shoqet e mi	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë
8	Kanë bërë hajgare	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë
9	Janë munduar t'i kthejnë shokët/shoqet e mij kundër meje	1 <input type="checkbox"/> Asnjëherë	2 <input type="checkbox"/> Njëherë	3 <input type="checkbox"/> Më shumë se njëherë

Më poshtë është një listë e gjërave që disa fëmijë u bëjnë fëmijëve të tjerë. Sa shpesh gjatë muajit të kaluar a ju ka bërë këto gjëra një nxënës tjetër? Ju lutemi përgjigjuni duke vendosur një shenjë në njërën nga tre kolonat. Ju lutemi mos harroni se nuk ka përgjigje të saktë ose të gabuar.

10

Më kanë sharë

1 Asnjëherë

2 Njëherë

3 Më shumë se njëherë

11

Kanë marrë gjërat e mia pa lejen time

1 Asnjëherë

2 Njëherë

3 Më shumë se njëherë

12

Janë munduar të prishin gjërat e mia

1 Asnjëherë

2 Njëherë

3 Më shumë se njëherë

13

Kanë refuzuar të flasin me mua

1 Asnjëherë

2 Njëherë

3 Më shumë se njëherë

14

Kanë vjedhur gjërat e mia

1 Asnjëherë

2 Njëherë

3 Më shumë se njëherë

15

Kanë bërë njerëzit e tjerë që të mos flasin me mua

1 Asnjëherë

2 Njëherë

3 Më shumë se njëherë

16

Qëllimisht kanë dëmtuar gjësendet e mia

1 Asnjëherë

2 Njëherë

3 Më shumë se njëherë

Sjelljet e Nxënësve



Kontributi në Shoqëri

Shkalla e Kontributit në Shoqëri

Ky pyetësor vetë-raportues përbëhet nga 5 pyetje të cilat masin kohën që nxënësit kalojnë duke kontribuar për komunitetin/shoqërinë përmes punës vullnetare dhe ndihmës nga të tjerët. Është pyetësor i vetë-krijuar.

Nën-dimensionet:

Pyetësori është uni-dimensional.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 15-18 vjeç.

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve të instrumentit me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 15.05. Pra, në rast se rezultati është nën 15.05 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të, konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Pivec, T., Kozina, A., Wium, N., & Uka, F. (2020). Psychology Applications & Developments VI, pp 194-203. Marrë nga: https://www.researchgate.net/publication/348575082_Are_the_5Cs_of_Positive_Youth_Development_Related_to_Risky_Behaviours_Analysis_Across_Countries

Wium, N. (2014). Positive Youth Development - PYD. Marrë nga <https://www.researchgate.net/project/The-PYD-cross-national-project>

Kontributi në Shoqëri

Ju lutem mendoni rreth angazhimit tuaj në shoqëri duke u përgjigjur në pyetjet në vijim dhe vlerësoni se sa përshtaten me ju opsionet.

- 1 Sa orë shpenzoni në një javë për të bërë punë vullnetare apo diçka tjetër pa pagesë, që ta bëni komunitetin tuaj një vend më të mire?

1 0 orë 2 1 orë 3 2 orë 4 3-5 orë 5 6 ose më shumë orë

- 2 Sa orë shpenzoni një një javë duke ndihmuar shokët/shoqet dhe fqinjët?

1 0 orë 2 1 orë 3 2 orë 4 3-5 orë 5 6 ose më shumë orë

- 3 Sa orë shpenzoni një një javë duke ndihmuar familjen?

1 0 orë 2 1 orë 3 2 orë 4 3-5 orë 5 6 ose më shumë orë

- 4 Sa orë shpenzoni në një javë duke mbikqyrë të tjerët apo duke këshilluar shokët/shoqet?

1 0 orë 2 1 orë 3 2 orë 4 3-5 orë 5 6 ose më shumë orë

- 5 Sa orë shpenzoni në një javë duke marrë pjesë në mbledhje shkollore apo tjetër?

1 0 orë 2 1 orë 3 2 orë 4 3-5 orë 5 6 ose më shumë orë

Leximi

Inventari i Besimit të Prindërve ndaj Leximit (IBPL)

Inventari i Besimit të Prindërve ndaj Leximit (IBPL) është i përbërë nga 42 deklaratat, që masin qëndrimin ndaj leximit dhe sjelljet apo aktivitetet lexuese. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla 4 pikëshe e Likert nga 1 ("aspak dakord") deri 4 ("plotësisht dakord").

Nën-dimensionet:

Pjesëmarrja verbal: 7, 14, 15, 16, 20, 21, 27

Burimet e kufizuara: 22*, 33*, 37*, 42*

Efikasiteti i mësimdhënies: 1, 4, 6*, 17, 30*, 31*, 32, 36, 41

Ndjenjat positive: 2, 3, 5, 8, 10*, 11, 13, 15, 26*, 34, 35*

Udhëzimet e leximit: 9, 12*, 18, 25

Bazat e dijes: 24, 28, 38, 39, 40

Inputi mjedisor: 19*, 23

Targeti dhe grupmosha:

Prindërit e nxënësve 4-5 vjeç (parafillorë)

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Për të interpretuar këtë instrument, të gjitha deklaratat pikëzoni në këtë mënyrë: 1 për "aspak dakord", 2 për "jo dakord". 3 për "dakord", 4 për "plotësisht dakord". Përveç deklaratave 6, 10, 12, 19, 22, 26, 30, 31, 33, 35, 37, dhe 42. Këto deklaratat duhet të kodohen mbrapsht, që do të thotë 4 për "aspak dakord", 3 për "jo dakord", 2 për "dakord" dhe 1 për "plotësisht dakord"

Rezultatet e IBPL variojnë nga 42 në 168 pikë, ku rezultatet më të larta tregojnë besim më të fortë të prindërve në të mirat që sjell leximi për fëmijët e tyre. Gjersa, pyetësi preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësi nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Dhima, S. (2015). Enhancing Language Development through Shared Reading in Preschool Children in Albanian Kindergartens. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, (4), 1. Marrë nga https://hrmars.com/papers_submitted/1495/Enhancing_Language_Development_through_Shared_Reading_in_Preschool_Children_in_Albanian_Kindergartens.pdf

Rodriguez, B. L., Hammer, C. S., & Lawrence, F. R. (2009). Parent Reading Belief Inventory: Reliability and Validity with a Sample of Mexican American Mothers. *Early Education and Development*, 20(5), 826-844. Marrë nga <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3536018/>

Inventari i besimit të prindërve ndaj leximit (IBPL)

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1. **Mamaja e fëmijës** 2. **Babai i fëmijës** 3. **Të dy së bashku**

1 Si prind, unë luaj një rol të rëndësishëm në zhvillimin e fëmijës.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

2 Unë dua që fëmija im t'i dojë librat.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

3 Fëmijës tim nuk i pëlqen që t'i lexojnë (të tjerët).

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

4 Unë jam mësuesi/ja më i rëndësishëm i fëmijës tim.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

5 Leximi me fëmijën tim është një moment i veçantë që ne na pëlqen ta ndajmë së bashku.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

6 Përderisa fëmija im shkon në kopsht, mësuesi/ja do t'i mësojë çdo gjë për të cilën ai ka nevojë, kështu që unë nuk duhet të shqetësohem.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

7 Unë i bëj shumë pyetje fëmijës gjatë leximit.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

8 Unë kënaqem kur lexoj me fëmijën tim.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

9 Kur lexojmë, unë i kërkoj fëmijës të tregojë me gisht shkronja ose numra të shënuara në libër.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1. **Mamaja e fëmijës** 2. **Babai i fëmijës** 3. **Të dy së bashku**

10 Mua më duhet ta qortoj dhe ndëshkoj fëmijën sa herë që bëhemi gati për të lexuar.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

11 Unë ndjehem i/e afërt dhe i/e dashur me fëmijën tim kur i lexoj atij/asaj.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

12 Fëmija im është shumë i vogël për të mësuar të lexoj.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

13 Unë i lexoj fëmijës sa herë që ai/a jo dëshiron.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

14 Leximi i bën fëmijët të jenë folës dhe dëgjues më të mirë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

15 Kur lexojmë, unë përpiqem të dukem entuziast/e që fëmija të mos humbasë interesin.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

16 Fëmijët mësojnë fjalë të reja, ngjyrat, emrat, etj., nga librat.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

17 Fëmija im mëson shumë gjëra të rëndësishme nga unë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

18 Prindërit duhet t'u mësojnë fëmijëve të lexojnë përpara se ata të shkojnë në shkollë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

19 Disa fëmijë janë folës të lindur, të tjerë janë më të heshtur. Prindërit nuk kanë ndonjë ndikim mbi këtë.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1. **Mamaja e fëmijës** 2. **Babai i fëmijës** 3. **Të dy së bashku**

20 Fëmija im ua di emërtimin shumë gjërave që ka parë nëpër libra.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

21 Kur lexojmë, unë i kërkoj fëmijës të më ndihmojë duke vazhduar tregimin

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

22 Unë nuk i lexoj fëmijës sepse kam gjëra të tjera më të rëndësishme për të bërë si prind

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

23 Fëmijët trashëgojnë aftësitë e tyre gjuhësore nga prindërit, e kanë në gjene.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

24 Fëmija mëson aftësi të rëndësishme jetësore nga librat (p.sh. si të zbatojë një recetë gatimi, si të mbrohet nga të panjohurit).

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

25 Unë lexoj me fëmijën tim në mënyrë që ai/ajo të mësojë shkronjat dhe të lexojë fjalë të thjeshta.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

26 Unë nuk i lexoj fëmijës tim sepse ai/ajo nuk qëndron urtë.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

27 Kur lexojmë, unë dua që fëmija im të bëjë pyetje rreth librit.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

28 Fëmija mëson dhe nxjerr kuptimin nga tregimet që lexojmë.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

29 Gjatë leximit ne flasim për figurat po aq sa lexojmë tregimin.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1. Mamaja e fëmijës 2. Babai i fëmijës 3. Të dy së bashku

30 Unë kam shumë pak mundësi për të ndihmuar fëmijën të dalë mirë në kopsht/shkollë.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

31 Përgjegjësinë e të mësuarit të fëmijëve e kanë kopshtet/shkollat, jo prindërit.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

32 Prindërit duhet të përfshihen në edukimin e fëmijëve.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

33 Unë nuk i lexoj fëmijës sepse nuk kemi asgjë për të lexuar.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

34 Më kujtohet se sa më pëlqente kur më lexonin kur isha fëmijë.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

35 Mua më duket e mërzitshme ose e vështirë t'i lexoj fëmijës tim.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

36 Fëmijët dalin më mirë në kopsht/shkollë kur prindërit u mësojnë gjëra edhe në shtëpi.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

37 Unë nuk i lexoj fëmijës sepse në shtëpinë tonë nuk kemi një vend të qetë ose një dhomë të përshtatshme.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

38 Unë përpiqem ta bëj tregimin më real për fëmijën duke e lidhur me ngjarje nga jeta e tij/saj.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

39 Tregimet zhvillojnë imagjinatën e fëmijës.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1. Mamaja e fëmijës 2. Babai i fëmijës 3. Të dy së bashku

40 Leximi i ndihmon fëmijët të mësojnë rreth gjërave që nuk i shohin në jetën reale (p.sh. Eskimozët ose arinjtë polarë).

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

41 Do të doja të ndihmoja fëmijën tim të mësojë, por nuk di se si.

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

42 Edhe nëse do të doja, unë jam shumë i/e zënë me punë dhe shumë i/e lodhur për të lexuar për fëmijën.*

1 Aspak dakord 2 Jo dakord 3 Dakord 4 Plotësisht dakord

Pyetësi i Lexueshmërisë Aktive

Pyetësi i Lexueshmërisë është produkt i bashkëpunimit të organizatës ETEA dhe Qendra për Hulumtime Psiko-Sociale dhe Mjekësore, për projektin "Ndikimi i leximit aktiv në shëndetin mendor të fëmijëve". Ky pyetësor është i përbërë nga 20 deklaratat dhe pyetje.

Nën-dimensionet

Lexueshmëria: 1-13

Lexueshmëria aktive: 14-20

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit mbi moshën 10 vjeçare

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Pyetësi preferohet të përdoret në aspektin hulumtues dhe eksplorues, prandaj nuk ekziston informacion për interpretimin e pikëve. Pyetësi nuk është i përdorshëm si instrument për vlerësim.

Referencat:

Hajrizi, D., Bujari, D., Rrahmani, F., Bajgora, Sh., & Stankoviç, Z. (2020). Efekti i të lexuarit në mirëqenien psikologjike dhe inteligjencën emocionale të fëmijëve të Kosovës. ETEA, QHPSM & CSAY. Marrë nga https://issuu.com/etea/docs/raporti_hulumtues-_efekti_i_te_lexuarit_ne_mireqen

Raghavan, N. & Panboli, S. (2018). Measuring Emotional Intelligence of School Children – A Pilot Study. International Journal of Research in Humanities, Arts and Literature, 6(1), 207-218. Marrë nga <http://oaji.net/articles/2017/488-1517641649.pdf>

Pyetësi i Lexueshmërisë Aktive

Ju lutem mendoni rreth angazhimit tuaj në lexim dhe përgjigjuni në pyetjet në vijim dhe vlerësoni se sa përshtaten me ju opsionet.

- 1 A keni lexuar ndonjë libër në 12 muajt e fundit?
- 1 Po 2 Jo
-
- 2 Cili është libri i fundit që keni lexuar?
- _____
-
- 3 Sa shumë iu pëlqen të lexoni?
- 1 Aspak 2 Pak 3 Mesatarisht 4 Shumë 5 Tepër shumë
-
- 4 Çfarë iu motivon të lexoni? Rrumbullaksoni të gjitha ato me të gjitha ato me të cilat pajtoheni?
- 1 Detyrat shkollore 2 Rekomandime nga shoqëria 3 Nevoja për të marrë informacion
 2 E shijoj leximin 3 Relaksimi gjatë leximit 4 Asgjë
-
- 5 Nëse do duhet t'i jepni vetes një note nga 1 deri në 5 për pyetjen "sa mire mendoni që ju lexoni?", cila do të ishte ajo (rrumbullakso)
- 1 2 3 4 5
-
- 6 Në një vit, sa libra përafërisht lexoni?
- 1 deri në 4 libra 5 deri në 10 libra 10 deri në 15 libra
 Më shumë se 16 libra Nuk lexoj libra kurrë
-
- 7 Ju lutem zgjedhni llojet e librave që iu pëlqejnë të lexoni. Mund të zgjedhni më shumë se 1:
- Libra shkollore Fanta-shkencë (fantazi e bazuar në shkencë, p.sh me robotë)
 Fantazi Poezi Aventurë Uestern (me kauboj)
 Biografi dhe autobiografi Revista dhe gazeta Nuk lexoj libra
-
- 8 A jeni të regjistruar në bibliotekën e qytetit?
- Po Jo

Ju lutem mendoni rreth angazhimit tuaj në lexim dhe përgjigjuni në pyetjet në vijim dhe vlerësoni se sa përshtaten me ju opsionet.

9 Vlerësoni sa shumë kuptoni gjatë leximit të librave? (Nga 1 deri në 10 – rumbullakso)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

10 A mund të na tregosh 3 libra që keni lexuar së fundmi, që ju kanë dhënë mësimdhënësit?

- a) _____
 b) _____
 c) _____

11 A mund të na tregosh 3 libra që keni lexuar së fundmi, sipas dëshirës?

- a) _____
 b) _____
 c) _____

12 Kur është hera e fundit që keni lexuar ndonjë libër sipas dëshirës?

1 Brenda muajit 2 Brenda 6 muajve të fundit 3 Gjatë vitit të kaluar
 4 Nuk më kujtohet

13 A keni kënd të librave në shtëpi?

1 Brenda muajit 2 Brenda 6 muajve të fundit 3 Gjatë vitit të kaluar
 4 Nuk më kujtohet

Këto janë disa veprime që njerëzit preferojnë të bëjnë gjatë leximit. Ju lutem rumbullaksoni sa shpesh i bëni këto veprime:

14 Marr shënime në fletore/kompjuter

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Nganjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

15 Nënvizoj fjali të rëndësishme ose interesante në libër

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Nganjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Ju lutem mendoni rreth angazhimit tuaj në lexim dhe përgjigjuni në pyetjet në vijim dhe vlerësoni se sa përshtaten me ju opsionet.

16 Nëse nuk kuptoj diçka, mundohem të gjej kuptimin e saj (p.sh. e kërkoj në internet)

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Nganjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

17 Kur shoh diçka interesante në libër, hulumtoj më shumë për të në internet

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Nganjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

18 Përdori notesa (shënime) që ngjiten për të ndarë kapitujt apo pjesët e rëndësishme

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Nganjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

19 E gjykoj materialin që lexova në mënyrë kritike, e pranoj atë

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Nganjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

20 Sa shpesh bisedoni për libra me familjarët?

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Nganjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë

Sjelljet Problematike

Inventari i Sjelljes së Fëmijës i Eyberg (ISFE)

Inventari i Sjelljes së Fëmijës i Eyberg (ISFE) (Eyberg, 1980; 1983) është instrument vetë-raportues që përbëhet gjithsej nga 36 deklaratat, i cili përdoret për të vlerësuar sjelljet problematike të fëmijëve duke vlerësuar lartësinë dhe shpeshtësinë e sjelljeve të ekspozuara zakonisht nga fëmijët. Instrumenti dallohet nga problemet e sjelljes normale nga çrregullimet në sjellje tek fëmijët dhe adoleshentët. Për të vlerësuar deklaratat përdoret shkalla e Likertit duke filluar nga 1 ("kurrë") në 5 ("gjithmonë") dhe shkalla diotomike "jo" dhe "po".

Nën-dimensionet:

Shkalla e Intensitetit të sjelljeve problematike: 1-36 (shkalla Likert)

Shkalla e Shqetësimit për sjelljet problematike: 1-36 (shkalla diotomike)

Targeti dhe grup-mosha:

Prindërit e nxënësve 2-16 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave për secilin dimension. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve për secilin dimension me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër Kosovare.

Shkalla e Intensitetit: 129.65

Shkalla e Shqetësimit: 41.96

Përshembull, në rastin e dimensionit të parë, rezultati nën 129.65 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Eyberg, (1980). Eyberg Child Behavior Inventory. Marrë nga <http://www.incredibleyears.com/download/resources/pathfinders-information-measures-scoring.pdf>

Ismaili, E. (2016). Marrëdhënia midis ndërveprimit me prindërit dhe temperamentit në përshtatshmërinë sjellore të fëmijëve parashkollorë. Disertacion i Doktoratës. Marrë nga https://www.doktoratura.unitir.edu.al/wp-content/uploads/2017/01/Doktoratura_Esmeralda-Ismaili.pdf

Inventari i Sjelljes së Fëmijës i Eyberg (ISFE)

Ju lutem, fillimisht rrethoni numrin që tregon sa shpesh fëmija juaj shfaq këtë sjellje, dhe më pas, (faza 2) rrethoni po ose jo që tregon nëse ju shqetëson aktualisht ky problem.

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1) Nëna e fëmijës 2) Babai i fëmijës 3) Kujdestari/ja ligjor e fëmijës 4) Të dy së bashku

A është ky shqetësim për ju?

1	Humbet kohë kur vishet	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po
2	Humbet kohë ose sorollatet kur është koha për të ngrënë	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po
3	Nuk respekton normat e sjelljes në tavolinë	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po
4	Refuzon të hajë ushqimin që i jepet	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po
5	Refuzon të bëjë punët e përditshme kur i kërkohet	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po
6	Është i/e ngathët kur bëhet gati për të shkuar në shtrat	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po
7	Refuzon të shkojë në krevat për të fjetur në kohën e caktuar	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po
8	Nuk i zbaton rregullat e shtëpisë kur rri vetëm	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po
9	Refuzon të bindet deri sa kërcënohet se do të ndëshkohet	<input type="checkbox"/> Jo
	1 <input type="checkbox"/> Kurrë 2 <input type="checkbox"/> Rrallë 3 <input type="checkbox"/> Ndonjëherë 4 <input type="checkbox"/> Shpesh 5 <input type="checkbox"/> Gjithmonë	<input type="checkbox"/> Po

Ju lutem, fillimisht rrethoni numrin që tregon sa shpesh fëmija juaj shfaq këtë sjellje, dhe më pas, (faza 2) rrethoni po ose jo që tregon nëse ju shqetëson aktualisht ky problem.

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1) Nëna e fëmijës 2) Babai i fëmijës 3) Kujdestari/ja ligjor e fëmijës 4) Të dy së bashku

A është ky shqetësim për ju?

10 Kur i kërkohet të bëjë diçka, ai/ajo bën të kundërtën

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

11 Debaton me prindërit për rregullat

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

12 Nevrikoset kur nuk i del e vetja

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

13 Ka shpërthime zemërimi të papritura

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

14 U kthen fjalën të rriturve

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

15 Grindet

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

16 Qan lehtësisht

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

17 Ulëret ose bërtet

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

18 Godet prindërit

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

Ju lutem, fillimisht rrethoni numrin që tregon sa shpesh fëmija juaj shfaq këtë sjellje, dhe më pas, (faza 2) rrethoni po ose jo që tregon nëse ju shqetëson aktualisht ky problem.

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1) Nëna e fëmijës 2) Babai i fëmijës 3) Kujdestari/ja ligjor e fëmijës 4) Të dy së bashku

A është ky shqetësim për ju?

19 Shkatërroi lodrat dhe objekte të tjera

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

20 Është i/e pakujdesshëm/e me lodrat dhe objektet e tjera

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

21 Vjedh

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

22 Gënjen

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

23 Ngacmon ose provokon fëmijët e tjerë

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

24 Grindet me fjalë me bashkëmoshatarët

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

25 Grindet me fjalë me motrat dhe vëllezërit (nëse ka motra/vëllezër)

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

26 Grindet fizikisht me bashkëmoshatarët

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

27 Grindet fizikisht me motrat dhe vëllezërit (nëse ka motra/vëllezër)

Jo

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Po

Ju lutem, fillimisht rrethoni numrin që tregon sa shpesh fëmija juaj shfaq këtë sjellje, dhe më pas, (faza 2) rrethoni po ose jo që tregon nëse ju shqetëson aktualisht ky problem.

Ky pyetësor po plotësohet nga:

1) Nëna e fëmijës 2) Babai i fëmijës 3) Kujdestari/ja ligjor e fëmijës 4) Të dy së bashku

A është ky shqetësim për ju?

28 Kërkon vazhdimisht vëmendje

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

29 Ndërpret të tjerët

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

30 Shpërqendrohet lehtësisht

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

31 E mban vëmendjen vetëm për një kohë të shkurtër

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

32 Nuk arrin të mbarojë detyrat

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

33 Ka vështirësi të zbavitet vetëm

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

34 Ka vështirësi të përqendrohet në diçka

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

35 Është shumë aktiv/e ose i/e lëvizur

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

36 Urinon në shtrat

1 Kurrë 2 Rrallë 3 Ndonjëherë 4 Shpesh 5 Gjithmonë Jo Po

Shkalla e Sjelljeve të Rrezikshme

Pyetësi "Sjelljet e Rrezikshme" është pjesë e Zhvillimit Pozitiv të të Rinjëve (Positive Youth Development – PYD) dhe konsiston në 17 pyetje rreth konsumimit të alkoolit, konsumimit të substancave të ndryshme narkotike, përdorimit të armëve të ndryshme. Për të vlerësuar pyetjet përdoret shkalla diatomike "jo" ose "po".

Nën-dimensionet:

Pyetësi është uni-dimENSIONAL.

Targeti dhe grup-mosha:

Nxënësit e moshës 15–18 vjeç

Udhëzime për interpretimin e pikëve:

Rezultati total i instrumentit është shuma e përgjigjeve të deklaratave. Gjersa, interpretimi bëhet duke krahasuar shumën e pikëve të instrumentit me mesataren sipas të dhënave të mbledhura nga QHPSM me mostër kosovare. Mesatarja e pikëve të këtij instrumenti është 18.53. Pra, në rast se rezultati është nën 18.53 konsiderohet nën mesatare, ndërsa rezultati mbi të konsiderohet të jetë mbi mesatare.

Referencat:

Pivec, T., Kozina, A., Wium, N., & Uka, F. (2020). Psychology Applications & Developments VI, pp 194–203. Marrë nga: https://www.researchgate.net/publication/348575082_Are_the_5Cs_of_Positive_Youth_Development_Related_to_Risky_Behaviours_Analysis_Across_Countries

Wium, N. (2014). Positive Youth Development – PYD. Marrë nga <https://www.researchgate.net/project/The-PYD-cross-national-project>

Shkalla e Sjelljeve të Rrezikshme

Ju lutem të përgjigjeni duke zgjedhur përgjigjen "po" ose "jo" varësisht prej asaj se a është e vërtetë për ju deklarata përkatëse.

- | | | | |
|----|---|-------------------------------|-------------------------------|
| 1 | A keni përdorur alkool një apo më shumë herë në 30 ditët e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 2 | A keni qenë në gjendje të dehur një apo më shumë herë gjatë 30 ditëve të fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 3 | A keni pirë cigare një apo më shumë herë gjatë 30 ditëve të fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 4 | A keni përdorur substanca për të ngritur humorin tuaj një apo më shumë herë në 12 muajt e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 5 | A keni përdorur lloje të tjera të drogave (p.sh. kokainë, LSD, heroinë, amfetaminë) një apo më shumë herë në 12 muajt e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 6 | A keni vozitur makinë pasi keni pirë, një apo disa herë në 12 muajt e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 7 | A keni qenë pasagjer (një herë apo më shumë në 12 muaj) me një shofer i cili ka qenë në gjendje të dehur? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 8 | A keni kryer marrëdhënie seksuale një apo më shumë herë në jetën tuaj? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 9 | A keni marrë qëllimisht gjëra pa paguar në një dyqan në 12 muajt e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 10 | A keni kryer vandalizëm një ose më shumë herë në 12 muajt e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 11 | A keni qenë pjesë e një grupi njerëzish që janë zënë me njëri tjetrin një apo më shumë herë në 12 muajt e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 12 | A keni marrë armë për të mbrojtur veten një apo më shumë herë në 12 muajt e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |
| 13 | A keni marrë armë për të mbrojtur veten një apo më shumë herë në 12 muajt e fundit? | 1 <input type="checkbox"/> Jo | 2 <input type="checkbox"/> Po |

-
- 14 A keni luajtur kumar/bixhoz të paktën një apo më shumë herë në 12 muajt e fundit? 1 Jo 2 Po
-
- 15 A keni qenë të përfshirë në sjellje bulimike apo anoreksike më përpara? (Shpjego këto terme kur të administrohet pyetësi) 1 Jo 2 Po
-
- 16 A jeni ndier të mërzhitur në shumicën e kohës pa pasur ndonjë arsye në muajin e fundit? 1 Jo 2 Po
-
- 17 A keni menduar ta vrisni veten, njëherë apo disa herë? 1 Jo 2 Po
-

Përmbyllje

“Pakoja Bazike e Instrumenteve dhe Testeve për Psikologë Shkollorë dhe Pedagogë”, synon t’i përmirësojë dhe forcojë shërbimet psikologjike në shkollat fillore dhe të mesme të ulëta në Kosovë, duke identifikuar, përkthyer dhe përshtatur instrumentet kryesore vlerësuese psikologjike. Në këtë pako janë përfshirë gjithsej 55 instrumente, të ndara në 6 dimensione të përgjithshme. Këto instrumente do të asistojnë psikologët dhe pedagogët shkollorë që të identifikojnë potencialet dhe vështirësitë e nxënësve, në mënyrë që të ata të përfitojnë mbështetje apo stimulim, si dhe me qëllim për dizajnimin e intervenimeve për nxënësit.

Për shumicën e instrumenteve në këtë pako është ndjekur një metodologji e përkthimit, përshtatjes dhe administrimit.

Përderisa, për çdo informatë shtesë që ju nevojitet ose mundësi bashkëpunimi rreth avancimit të pakos, mund të na kontaktoni në: qhpsm1@gmail.com ose në numrin e telefonit +38345111355

Legjenda/fjalorthi

Psikometri

Deklarata mbushëse (filler items): Deklarata të përfshira, të cilat nuk masin dimensionin të cilin ai instrument ka synim të masë. Kjo bëhet me qëllim të mos zbulohet nga respondenti/ja dimensionin i cili matet, me arsyetimin e mbajtjes së validitetit sipërfaqësor (face validity). Lloji i deklaratave mbushëse janë pyetjet pozitive për të reduktuar paragjykimin e përgjigjeve negative. Këto pyetje përfshihen në një pyetësor me qëllim që të evitimit të konotacionit negativ të tij. P.sh, kur në një pyetësor për ankthin, vendosen pyetje që masin aftësi/fuqi të nxënësit.

Kodim mbrapsht/në të kundërtën manualisht: Pikëzimi i deklaratave të tilla bëhet në anën e kundërt. Pra, nëse në një instrument deklaratat vlerësohen me shkallë 5 pikëshe të Likert, ku 1 do të thotë "absolutisht nuk pajtohem", 2 "nuk pajtohem", 3 "pjesërisht nuk pajtohem" 4 "pajtohem" dhe 5 "plotësisht pajtohem, përderisa ekziston udhëzimi i kodimit mbrapsht për disa deklaratata, ne do të kodojmë si në vijim: 1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1. Kështu, do të japim 1 pikë në rast se "plotësisht pajtohem", 2 pikë në rast se "pajtohem", e kështu me rradhë.

Unidimensionale: Instrumenti mat vetëm një dimension, pra nuk është i përbërë nga nën shkallë. Në pako, shembull i këtij lloji instrumenti është p.sh Shkalla e kontributit shoqëror.

Shkallë diotomike: Pyetje e mbyllur ku ekzitojnë vetëm dy përgjigje, më së shpeshti "po" ose "jo".

Cut off scores: Pikët më të ulëta të mundshme të cilat përcaktojnë kufirin e arritjes/ose jo të një gjendjeje ose kategori të caktuar. P.sh 19-29 pikë të arrira për depresionin e moderuar.

Terme psikologjike

Tike (tics): Lëvizje të shpejta dhe përsëritshme të muskujve, të cilat bëhen papritmas dhe janë të vështira të kontrollohen.

Mindfulness: gjendje mendore e cila arrihet përmes fokusimit të vetëdijes në të tanishmen, duke pranuar me qetësi ndjenjat, mendimet dhe ndijime trupore.

Motorika fine: u referohet lëvizjeve që bëjnë një grup muskujsh të vegjël. Ato përdoren për të realizuar detyra të tilla si: mbajtja e lapsit për të vizatuar, mbajtja e gërshërës për të prerë një fletë, mbajtja e lapsave me ngjyra për të ngjyrosur, vendosja e rruazave, e goglave ose e makaronave me vrimë të madhe në fill etj.

Motorika e madhe (gros): përfshin reagimet e fëmijës në mënyrën e qëndrimit, në kontrollin e lëvizjeve të kokës, në mbajtjen e ekuilibrit, në kryerjen e lëvizjeve dhe të zhvendosjes së trupit nëpërmjet ecjes, vrapimit, kërcimit, ngjitjes, zbritjes, drejtpeshimit etj.

