



Su'aalaha soo socda waxaan doonaynaa inaan wax badan ka ogaano sida aad u aragto dugsigaga. Fadlan aragtidaada dhabta ah noo sheeg si aanu si wanaagsan ugu fahano khibradaada iyo shaqadaada si dugsiga looga dhigo meel fiican.

Dareenka ku Aadan Joogitaanka Dugsiga

Qeybtaan, waxaan jeclaan laheyn inaan fahamno sida aad ka dareensan tahay dugsigaaga.

1. Sidee wanaagsan ee dadka dugsigaaga kuu fahmaan sida qof ahaan?

☐

Ma i fahmaan gabi ahaanba

☐

Wax yar i fahmaan

☐

Si ii fahmaan

☐

Wax yar i yara fahmaan

☐

Si buuxdo ii fahmaan

2. Jawiga ka jira dugsigaagu intee in le'eg ayuu wanaagsan yahay ama xun yahay?

☐

Aad u xun

☐

Xoogaa xun

☐

Wax yar xun

☐

Aan wanaagsanayn ama xumayn

☐

Waxyar wanaagsan

☐

Xoogaa wanaagsan

☐

Aad u wanaagsan

3. Ku xirnaansho sidee ah ayaad dareemeysaa inaad ku xirantahay dadka weyn ee dugsigaaga?

☐

Gabi ahaan isku ma xirnin

☐

Wax yar isku xiran

☐

Si isugu xiran

☐

Osku yara xiran

☐

Si xad dhaaf ah isugu xiran

4. Intee in le'eg ayuu wanaagsan yahay ama xun tahay goobta dugsigaagu?

☐

Aad u xun

☐

Xoogaa xun

☐

Waxyar xun

☐

Aan wanaagsanayn ama xumayn

☐

Waxyar wanaagsan

☐

Xoogaa wanaagsan

☐

Aad iyo aad u wanaagsan

5. Intee ixtiraam ah ayay ardayda dugsigaaga ku tusiiyaan?

☐

Ma i ixtiraamaan gabi ahaan

☐

Wax yar ixtiraamaan

☐

Yara ixtiraamaan

☐

Waxyar iyara ixtiraamaan

☐

Tiro weyn oo ixtiraam ah

6. Intee in le'eg ayay shuruucda ardayda ee dugsigaagu cadaalad yihiin ama aynan ahayn?

☐

Aad u bilaa cadaalad ah

☐

Xoogaa bilaa calaad ah

☐

Waxyar bilaa caadaalad ah

☐

Calaad iyo calaad daro midna maaha

☐

Waxyar cadaalad ah

☐

Xoogaa cadaalad ah

☐

Aad iyo aad u cadaalad ah

7. Intee ayay muhiim kuu yihiin dadka kale ee dugsigaan?

☐

Muhiim ma ahan gabi ahaan

☐

Waxyar muhiim ah

☐

Si muhiim u ah

☐

Yara muhiim ah

☐

Tiro weyn muhiim ah



8. Dugsigaaga, intee in le'eg ayuu habdhaqanka ardayda kale waxyeelo ku leeyahay ama gacan ka gaystaa waxbarashadaada?

☐

Ilaa heer ayay
waxyeleysaa
waxbarashadayda

☐

Xoogaa ayay
waxyeelaysaa
waxbarashadayda

☐

Waxyar ayay
waxyeelaan
waxbarashadayda

☐

Waxba ma
yeelaan wax
gacan ahna kama
gaystaan

☐

Waxyar ayay
gacan ka
gaystaan
waxbarashadayda

☐

Waxbadan ayay
ka gaystaan
waxbarashadayda

☐

Wax wayn ayay
gacan ka
gaystaan
waxbarashadayda

9. Guud ahaan, intee in le'eg ayaad dareentaa inaad ka mid tahay dugsigaaga?

☐

Kama mid ihi gabi ahaan

☐

Waxyar ka mid ahay

☐

Si uga mid ahay

☐

Ka yara mid ahay

☐

Gabi ahaanba ka mid ahay

10. Intee in le'eg ayay macalimiintu ku faraxsan yihiin inay wax ka baraan fasalkaaga?

☐

Ku dhawaadka marnaba

☐

Hal jeer muddadiiba

☐

Mararka qaar

☐

Si joogto ah

☐

Ku dhawaad marwalba



CCS Student SEL – Fall 2024

Si markaas si wanaagsan lagu taageero, dugsigaaga iyo macalimiinta waxay jeclaan lahaayeen inay ku weydiiyaan qaar ka mid ah su'aalaha ku saabsan sida aad u fekerto oo aad wax u dareentid. Kaliya macalimiintaada iyo hogaamiyayaasha dugsiga ayaa u suurtoogaleyso inay arkaan jawaabahaaga, taas oo aanan saameynin buundooyinka fasalkaaga. Fadlan u jawaab si daacad ah —ma jiraan jawaabo saxan ama qaldan!

Fasaladaada Iminka ah

Fadlan noo sheeg sidaad u aragto macalimiintaada iyo fasaladaada iminka ah.

1. Intee in le'eg ayaad kalsooni ku qabtaa inaad dhamaystiri kartid dhamaan layliska fasalka lagaaga diray?

☐

Gebi ahaanba kuma kalsooni

☐

Kalsooni aad u yar

☐

Xoogaa kalsooni ah

☐

Kalsooni aad u badan

☐

Kalsooni aad iyo aad u badan

2. Marka fikrado isku qasan lagaga dhax hadlayo fasalka dhaxdiisa, intee in le'eg ayaad kalsooni ku qabtaa inaad fahmayso?

☐

Gebi ahaanba kuma kalsooni

☐

Kalsooni aad u yar

☐

Xoogaa kalsooni ah

☐

Kalsooni aad u badan

☐

Kalsooni aad iyo aad u badan

3. Intee in le'eg ayaad kalsooni ku qabtaa inaad fahmayso dhamaan mawduucyada fasalka dhaxdiisa lagaga dhax hadlayo?

☐

Gebi ahaanba kuma kalsooni

☐

Kalsooni aad u yar

☐

Xoogaa kalsooni ah

☐

Kalsooni aad u badan

☐

Kalsooni aad iyo aad u badan

4. Intee in le'eg ayaad kalsooni ku qabtaa inaad ka shaqeyn kartid dhamaan layliska fasalka laguugu diro?

☐

Gebi ahaanba kuma kalsooni

☐

Kalsooni aad u yar

☐

Xoogaa kalsooni ah

☐

Kalsooni aad u badan

☐

Kalsooni aad iyo aad u badan

5. Intee in le'eg ayaad kalsooni ku qabtaa inaad xasuusan doonto waxa fasalkaaga iminka laguugu dhigay, sanadka danbe?

☐

Gebi ahaanba kuma kalsooni

☐

Kalsooni aad u yar

☐

Xoogaa kalsooni ah

☐

Kalsooni aad u badan

☐

Kalsooni aad iyo aad u badan

Waxqabadka Dugsiga

Haddii qof wanaag ama liidasho ku sameeyo dugsiga waxay ku xirnaan kartaa waxyaabo badan oo kala duwan. Waxaa laga yaabaa inaad dareensan tahay in waxyaabaha qaar ay ka fudud yihiin kuwa kale oo aad badali karto. Dugsiga, intee in le'eg ayay macquul kuu tahay inaad badasho:

6. Ahaanshaha qof xirfadeysan

☐

Suurtogal ma ahn gabi ahaan in la badelo

☐

Waxyar suurtoogal ah in la badelo

☐

Si ayay suurtoogal u tahay in la badelo

☐

Si yar ayay suurtoogal u tahay in labadelo

☐

Gabi ahaanba suurtoogal ah in labadelo



7. Gelita dadaal badan

☐

Suurtogal ma ahan gabi
ahaan in la badelo

☐

Waxyar suurtoagal ah in la
badelo

☐

Si ayay suurtoagal u tahay
in la badelo

☐

Si yar ayay suurtoagal u
tahay in labadelo

☐

Gabi ahaanba suurtoagal
ah in labadelo

8. Si wanaagsan ugu dhaqmayo fasalka

☐

Suurtogal ma ahan gabi
ahaan in la badelo

☐

Waxyar suurtoagal ah in la
badelo

☐

Si ayay suurtoagal u tahay
in la badelo

☐

Si yar ayay suurtoagal u
tahay in labadelo

☐

Gabi ahaanba suurtoagal
ah in labadelo

9. Jeclaanayo maadada

☐

Suurtogal ma ahan gabi
ahaan in la badelo

☐

Waxyar suurtoagal ah in la
badelo

☐

Si ayay suurtoagal u tahay
in la badelo

☐

Si yar ayay suurtoagal u
tahay in labadelo

☐

Gabi ahaanba suurtoagal
ah in labadelo

10. Sida sahlan ee aad uga niyad jabtid

☐

Suurtogal ma ahan gabi
ahaan in la badelo

☐

Waxyar suurtoagal ah in la
badelo

☐

Si ayay suurtoagal u tahay
in la badelo

☐

Si yar ayay suurtoagal u
tahay in labadelo

☐

Gabi ahaanba suurtoagal
ah in labadelo

11. Heerkaaga caqliga

☐

Suurtogal ma ahan gabi
ahaan in la badelo

☐

Waxyar suurtoagal ah in la
badelo

☐

Si ayay suurtoagal u tahay
in la badelo

☐

Si yar ayay suurtoagal u
tahay in labadelo

☐

Gabi ahaanba suurtoagal
ah in labadelo

Habdhaqankaaga

Fadlan ka jawaab su'aalaha soo socda ee ku saabsan sidaad uga fal-celineyso xaaladaha kala gedisan. 30
maalmood ee lasoo dhaafay...

12. Imisa jeer aayad timaadaa fasalka adiga oo diyaar ah?

☐

Ku dhawaadka marnaba

☐

Hal jeer muddadiiba

☐

Mararka qaar

☐

Si joogto ah

☐

Ku dhawaad wakhti kasta

13. Intee in le'eg ayaad tilmaamta lagu siiyo fasalka raacdaa?

☐

Ku dhawaadka marnaba

☐

Hal jeer muddadiiba

☐

Mararka qaar

☐

Si joogto ah

☐

Ku dhawaad wakhti kasta

14. Intee in le'eg ayaad isla markiiba dhamaysaa layliskaada, inta aad sugi lahayd ilaa daqiiqadaha ugu dambeeya ee gudbinta shaqada?

☐

Ku dhawaadka marnaba

☐

Hal jeer muddadiiba

☐

Mararka qaar

☐

Si joogto ah

☐

Ku dhawaad wakhti kasta

15. Intee in le'eg ayaad dadka waawayn si wanaagsan ula dhaqantaa?

☐

Ku dhawaadka marnaba

☐

Hal jeer muddadiiba

☐

Mararka qaar

☐

Si joogto ah

☐

Ku dhawaad wakhti kasta



16. Intee in le'eg ayaad casharka usoo jeedaa ama is dhaafisaa waxa kaa khalkhalinaya?

☐
☐
☐
☐
☐

Ku dhawaadka marnaba

Hal jeer muddadiiba

Mararka qaar

Si joogto ah

Ku dhawaad wakhti kasta

17. Marka aad kaligaa shaqaynayso, intee in le'eg ayaad shaqada aad qabaynayso diirada saartaa?

☐
☐
☐
☐
☐

Ku dhawaadka marnaba

Hal jeer muddadiiba

Mararka qaar

Si joogto ah

Ku dhawaad wakhti kasta

18. Intee in le'eg ayaad is dejisaa, xataa marka uu qof ku dhibayo ama wax xun uu ku leeyahay?

☐
☐
☐
☐
☐

Ku dhawaadka marnaba

Hal jeer muddadiiba

Mararka qaar

Si joogto ah

Ku dhawaad wakhti kasta

19. Intee in le'eg ayaad dadka kale u ogolaataa inay hadlaan adiga oo aanad ka dhax gelin?

☐
☐
☐
☐
☐

Ku dhawaadka marnaba

Hal jeer muddadiiba

Mararka qaar

Si joogto ah

Ku dhawaad wakhti kasta

20. Intee in le'eg ayaad ardayda kale si wanaagsan ula dhaqantaa?

☐
☐
☐
☐
☐

Ku dhawaadka marnaba

Hal jeer muddadiiba

Mararka qaar

Si joogto ah

Ku dhawaad wakhti kasta

21. Intee in le'eg ayaad cadhadaada xakamaysaa?

☐
☐
☐
☐
☐

Ku dhawaadka marnaba

Hal jeer muddadiiba

Mararka qaar

Si joogto ah

Ku dhawaad wakhti kasta

Guud ahaan dareemada

Qeybtan, waxaan rajeyneynaa inaan barano sida aad u dareento shucuurta kala duwan oo laga yaabo inay ka dhacaam noloshaada (ha ahaato gudaha ama dibadda iskuulka).

22. Markaad dareentid cadaadis, sidee ugu fudud ayaad isku xakameyn kartaa?

☐
☐
☐
☐
☐

Gabi ahaanba ma sahlana

In yar sahlana

Xogaa sahlana

Aad u sahlana

Si xad dhaaf ah u sahlana

23. Sidee ayaad inta badan u awoodi kartaa inaad naftaada ka saarto jowiga niyad xumada?

☐
☐
☐
☐
☐

Ku dhawaadka marnaba

Hal jeer muddadiiba

Mararka qaar

Si joogto ah

Ku dhawaad marwalba

24. Marka qof kasta oo ku agjooga uu xanaaqo, deganaansho ilaa xeerkee ah ayaad sii haysan kartaa?

☐
☐
☐
☐
☐

Gebi ahaanba aan deganayn

Si tartiib ah u degan

Xogaa degan

Aad u degan

Si xad dhaaf ah u degan

25. Sidee ayaa inta badan u awoodi kartaa in aad xakameyso shucuurtaada marka aad u baahan tahay inaad xakameyso?

☐
☐
☐
☐
☐

Ku dhawaadka marnaba

Hal jeer muddadiiba

Mararka qaar

Si joogto ah

Ku dhawaad marwalba



26. Haddii aad mar murugootid, sidee ayaad inta badan u dejin kartaa nafsadaada?

☐

Ku dhawaadka marnaba

☐

Hal jeer muddadiiba

☐

Mararka qaar

☐

Si joogto ah

☐

Ku dhawaad marwalba

27. Marka ay wax kaa qaldamaan, deganaansho xeerkee ah ayaad ku sii joogi kartaa?

☐

Gebi ahaanba aan
deganayn

☐

Si tartiib ah u degan

☐

Xogaa degan

☐

Aad u degan

☐

Si xad dhaaf ah u degan