

# Anketas

Aizpildīšanai un drukāšanai

*Mērījums pirms, pēc un vadītāja lapa*



## KAM TAS DOMĀTS

Rokasgrāmata apraksta izvērtēšanas rīkus, bet lasīšanai domātā veidolā. Šie ir tie paši rīki kā gatavas veidlapas: izdrukāji, izdaliet, savāciet. Skala ir piecu ballu, kur 1 nozīmē „noteikti nē”, bet 5 „noteikti jā”. Tā pati skala abos mērījumos — citādi tos nevar salīdzināt.

# Pirms nodarbības

Izdaliet pirms sākuma, nevis pēc ievada. Lūdziet neparakstīties.

| JAUTĀJUMS                                                              | 1 = NOTEIKTI NĒ, 5 = NOTEIKTI JĀ |                            |                            |                            |                            |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Es saprotu, ko šodien darīsim.                                         | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Jūtos brīvi, piedaloties nodarbībā par šo tēmu.                        | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es protu atpazīt citā cilvēkā agrīnas grūtību pazīmes.                 | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es zinu, ko teikt, kad tuvam cilvēkam ir smags laiks.                  | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es zinu, kur meklēt speciālista palīdzību.                             | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es protu atklāti runāt par emocijām un pašsajūtu.                      | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Uzskatu, ka par psihisko veselību var runāt, nebaidoties no vērtējuma. | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |

## PAR KRITISKĀ JAUTĀJUMA FORMULĒJUMU

Atklātajos jautājumos apzināti nejautājam „kas bija slikti” vai „kādas kļūdas pamanījāt”. Praksē šāds jautājums savāc atbildi „nekas”. Jautājums par vienu maināmu lietu savāc konkrētību, jo neprasa nevienam kritizēt cilvēku, kurš tikko veltīja viņam savu laiku. Veicot savas izmaiņas, šo formu ir vērts saglabāt.

# Pēc nodarbības

Tie paši jautājumi tādā pašā formulējumā — tas nodrošina salīdzināmību — un trīs jautājumi par pašu nodarbību.

| JAUTĀJUMS                                                              | 1 = NOTEIKTI NĒ, 5 = NOTEIKTI JĀ |                            |                            |                            |                            |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Es saprotu, ar ko šodien nodarbojāties.                                | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Jutos brīvi, piedaloties nodarbībā.                                    | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es protu atpazīt citā cilvēkā agrīnas grūtību pazīmes.                 | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es zinu, ko teikt, kad tuvam cilvēkam ir smags laiks.                  | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es zinu, kur meklēt speciālista palīdzību.                             | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es protu atklāti runāt par emocijām un pašsajūtu.                      | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Uzskatu, ka par psihisko veselību var runāt, nebaidoties no vērtējuma. | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Nodarbība man bija vērtīga.                                            | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Es to ieteiktu paziņai.                                                | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Vēlos šajā tēmā attīstīties tālāk.                                     | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |

## Atklātie jautājumi

**Kas jums patika visvairāk?**

.....

.....

**Viena lieta, ko mainītu nākamajā reizē:**

.....

.....

**Ar ko jūs aizejat no šīs nodarbības?**

.....

.....

# Vadītāja lapa

Aizpildāma pēc nodarbības, sev un nākamajai reizei. No dalībniekiem to nesavāc.

| JAUTĀJUMS                        | 1 = NOTEIKTI NĒ, 5 = NOTEIKTI JĀ |                            |                            |                            |                            |
|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Nodarbības mērķi tika sasniegti. | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Laiks bija sadalīts pareizi.     | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Grupa iesaistījās vingrinājumos. | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Telpa veicināja darbu.           | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |
| Materiāli izrādījās pietiekami.  | <input type="checkbox"/> 1       | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 | <input type="checkbox"/> 4 | <input type="checkbox"/> 5 |

**Kas nostrādāja labāk, nekā gaidīju:**

.....

**Ko saīsinātu vai izmestu:**

.....

**Vai kādam pēc nodarbības nepieciešama mana uzmanība:**

.....

**Viena lieta, ko mainīt līdz nākamajai reizei:**

.....

## LICENCE

Papildmateriāls RECOVER Youth Workers Capacitation Toolkit izdevumam, pieejams bez maksas ar CC BY-NC-SA 4.0 licenci.