

The Mindsets Actions Research (MARCh) Project

Actions Tool: V1 School version [14-18 yr students] - Telugu

సూచనలు

- మీరు పాల్గొనే కార్యకలాపాలు, మీ అనుభవాలు మరియు మీ అవకాశాలను అర్థం చేసుకోవడానికి ఈ ప్రశ్నలు మాకు సహాయపడతాయి. మీ ఆసక్తులు మరియు సవాళ్ల గురించి తెలుసుకోవడం ద్వారా మిమ్మల్ని బాగా అర్థంచేసుకోవడం లో మాకు సహాయపడుతుంది.
- మీరు బాగా గుర్తుచేసుకొని దిగువ ప్రశ్నలకు సమాధానం ఇవ్వండి. మీరు కనీసం ఒక్కసారైనా కార్యకలాపాలు చేసి ఉంటే, దయచేసి "అవును" ఎంచుకుని, సుమారు గా ఎన్నిసార్లు చేశారో చెప్పండి.
- మీరు ఎప్పుడూ కార్యకలాపాన్ని చేయకుంటే, దయచేసి "లేదు" ని ఎంచుకుని, పార్ట్ (B) లో ఎందుకు చేయ లేదో కారణాలను పంచుకోండి.
- ఇది పరీక్ష కాదు మరియు ఏ మార్కులకు లెక్కించబడదు. మీ అనుభవాల గురించి నిజాయితీగా మరియు బహిరంగంగా ఉంచడానికి సంతోషించండి
- ఈ ప్రశ్నలకు సమాధానమిచ్చేటప్పుడు మీరు అనేక రకాల భావోద్వేగాలను అనుభవిస్తే ఇది పూర్తిగా సాధారణం. మీకు ఎలా అనిపిస్తుందో మీరు ఎవరితోనైనా మాట్లాడాలనుకుంటే, దయచేసి మీ గురువుతో లేదా మీకు అనువుగా ఉన్న వారితో మాట్లాడండి.

1A. మీరు మీ పట్టణంలో కాలినడకన లేదా స్థానిక రవాణా (ఆటో, బస్సు, రైలు మొదలైనవి) ఉపయోగించి ఒంటరిగా ప్రయాణించారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

1B. మీరు "మీరు మీ పట్టణంలో కాలినడకన లేదా స్థానిక రవాణా (ఆటో, బస్సు, రైలు మొదలైనవి) ఉపయోగించి ఒంటరిగా ప్రయాణించారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

2A. మీ కుటుంబం/ఇంటి కోసం ఏదైనా దుకాణం నుండి కొనుగోలు చేయటం వంటి పనిని మీరు ఒంటరిగా నిర్వహించారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

2B. మీరు "మీ కుటుంబం/ఇంటి కోసం ఏదైనా దుకాణం నుండి కొనుగోలు చేయటం వంటి పనిని మీరు ఒంటరిగా నిర్వహించారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

3A. మీరు పెద్ద సమూహం ముందు మాట్లాడారా లేదా ప్రసంగం చేసారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు

- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

3B. మీరు "మీరు పెద్ద సమూహం ముందు మాట్లాడారా లేదా ప్రసంగం చేసారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

4A. మీకు ముఖ్యమైనది చేయగలిగేలా అధికారం ఉన్న వ్యక్తితో (ఉదా. తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు, పెద్దలు) చర్చను ప్రారంభించారా / పోరాడారా / సవాలు వంటివి చేశారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

4B. మీరు "మీకు ముఖ్యమైనది చేయగలిగేలా అధికారం ఉన్న వ్యక్తితో (ఉదా. తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు, పెద్దలు) చర్చను ప్రారంభించారా / పోరాడారా / సవాలు వంటివి చేశారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

5A. మీరు ఏదైనా పని చేయడంలో విఫలం అయినా, కానీ ప్రయత్నిస్తూనే ఉండి చివరికి పురోగతి సాధించారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

5B. మీరు "మీరు ఏదైనా పని చేయడంలో విఫలం అయినా, కానీ ప్రయత్నిస్తూనే ఉండి చివరికి పురోగతి సాధించారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

6A. మీరు చదువు కు సంబంధించినవి కాకుండా మిగతా వి క్రీడలు, రంగస్థలం, కళ వంటి కార్యాచరణలో నాయకుడిగా గా (ఇతరులను నడిపించడం లేదా ఏదైనా నిర్వహించడం) ఉన్నారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

6B. మీరు "మీరు చదువు కు సంబంధించినవి కాకుండా మిగతా వి క్రీడలు, రంగస్థలం, కళ వంటి కార్యాచరణలో నాయకుడిగా గా (ఇతరులను నడిపించడం లేదా ఏదైనా నిర్వహించడం) ఉన్నారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

7A. మీరు స్వతంత్రంగా కొత్త నైపుణ్యాన్ని నేర్చుకున్నారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

7B. మీరు "మీరు స్వతంత్రంగా కొత్త నైపుణ్యాన్ని నేర్చుకున్నారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

8A. మీరు సంఘంలో సహాయక చర్యలకు మద్దతు ఇవ్వడం, లేదా పండుగ/ ఫంక్షన్ నిర్వహించడం వంటి విచేశారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

8B. మీరు "మీరు సంఘంలో సహాయక చర్యలకు మద్దతు ఇవ్వడం, లేదా పండుగ/ ఫంక్షన్ నిర్వహించడం వంటి విచేశారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

9A. మీరు ప్రమాదకరమని భావించే లేదా మిమ్మల్ని ఆందోళనకు గురిచేసే పనిని ప్రయత్నించారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

9B. మీరు "మీరు ప్రమాదకరమని భావించే లేదా మిమ్మల్ని ఆందోళనకు గురిచేసే పనిని ప్రయత్నించారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

10A. మీరు వ్యక్తిగత ప్రాజెక్ట్ / వ్యాపారం / సామాజిక సంస్థ (మీ స్వంతంగా లేదా స్నేహితులతో) ప్రారంభించారా?

- (a) అవును

(b) లేదు

10B. మీరు "మీరు వ్యక్తిగత ప్రాజెక్ట్ / వ్యాపారం / సామాజిక సంస్థ (మీ స్వంతంగా లేదా స్నేహితులతో) ప్రారంభించారా?" చేయకపోతే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి:

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

11A. మీరు ఎవరైనా (ఉదాహరణకు, ఉపాధ్యాయులు, కుటుంబం, సోదరులు/సోదరీమణులు, స్నేహితులు) నుండి మీ గురించి అభిప్రాయాన్ని అడిగారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

11B. "మీరు ఎవరైనా (ఉదాహరణకు, ఉపాధ్యాయులు, కుటుంబం, సోదరులు/సోదరీమణులు, స్నేహితులు) నుండి మీ గురించి అభిప్రాయాన్ని అడిగారా?" లేనట్లయితే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

12A. ఏదైనా కష్టంగా లేదా అస్పష్టంగా ఉన్నప్పుడు మీరు సహాయం కోసం అడిగారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

12B. "ఏదైనా కష్టంగా లేదా అస్పష్టంగా ఉన్నప్పుడు మీరు సహాయం కోసం అడిగారా?" లేనట్లయితే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

13A. మీరు ఏదైనా చేయడం తప్పు అని భావించినందున (లేదా అది మీ విలువలతో సరిపోలనందున) చేయనని చెప్పారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

13B. "మీరు ఏదైనా చేయడం తప్పు అని భావించినందున (లేదా అది మీ విలువలతో సరిపోలనందున) చేయనని చెప్పారా?" లేనట్లయితే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు

(d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

14A. మీరు అనుభూతి చెందే భావోద్వేగాలను గుర్తించి వ్యక్తం చేశారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

14B. "మీరు అనుభూతి చెందే భావోద్వేగాలను గుర్తించి వ్యక్తం చేశారా?" లేనట్లయితే , దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

15A. మీకు ముఖ్యమైన విషయం గురించి మీరు ఎవరి అభిప్రాయాన్ని మార్చుకున్నారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

15B. "మీకు ముఖ్యమైన విషయం గురించి మీరు ఎవరి అభిప్రాయాన్ని మార్చుకున్నారా?" లేనట్లయితే , దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

16A. మీరు ఒంటరిగా చేయాల్సి వచ్చినప్పటికీ మీరు నిజంగా ఆనందించే పనిని చేశారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

16B. "మీరు ఒంటరిగా చేయాల్సి వచ్చినప్పటికీ మీరు నిజంగా ఆనందించే పనిని చేశారా?" లేనట్లయితే , దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

17A. మీ చుట్టూ ఉన్న చాలా మంది మీరు చేయకూడదని చెప్పినప్పటికీ మీకు ముఖ్యమైనది ఏదైనా చేశారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

17B. "మీ చుట్టూ ఉన్న చాలా మంది మీరు చేయకూడదని చెప్పినప్పటికీ మీకు ముఖ్యమైనది ఏదైనా చేశారా?" లేనట్లయితే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

18A. మీరు సంతోషంగా లేనందున చేస్తున్న పనిని మార్చారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

18B. "మీరు సంతోషంగా లేనందున చేస్తున్న పనిని మార్చారా?" లేనట్లయితే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

19A. మీరు ఎవరినైనా కష్టమైన ప్రశ్నలు లేదా మీకు అసౌకర్యంగా అనిపించే ప్రశ్నలను అడిగారా?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

19B. "మీరు ఎవరినైనా కష్టమైన ప్రశ్నలు లేదా మీకు అసౌకర్యంగా అనిపించే ప్రశ్నలను అడిగారా?" లేనట్లయితే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

20A. ఒక ముఖ్యమైన నిర్ణయం తీసుకునే ముందు మీరు విషయాలను ఆలోచించారా (ఉదాహరణకు, లాభాలు మరియు నష్టాలను తూకం వేయడం, అన్ని ఎంపికల గురించి ఆలోచించడం, ఇది మిమ్మల్ని మరియు ఇతరులను ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందనే దాని గురించి ఆలోచించడం)?

- (a) అవును, చాలా సార్లు
- (b) అవును, కొన్ని సార్లు
- (c) అవును, ఒకటి లేదా రెండుసార్లు
- (d) లేదు

20B. "ఒక ముఖ్యమైన నిర్ణయం తీసుకునే ముందు మీరు విషయాలను ఆలోచించారా (ఉదాహరణకు, లాభాలు మరియు నష్టాలను తూకం వేయడం, అన్ని ఎంపికల గురించి ఆలోచించడం, ఇది మిమ్మల్ని మరియు ఇతరులను ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందనే దాని గురించి ఆలోచించడం)?" లేనట్లయితే, దయచేసి ఎందుకు అని తెలియచేయండి.

- (a) అవసరం రాలేదు
- (b) చేయటం ఇష్టం లేదు
- (c) అనుకున్నా, అవకాశం రాలేదు
- (d) అనుమతించబడలేదు (కుటుంబం / సంరక్షకుడు / ఉపాధ్యాయుడు)

Kindly [click here](#) to learn more about MARch Project, share feedback or explore collaborations.