

## The Mindsets Actions Research (MARCh) Project

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

### निर्देश

- ये प्रश्न हमें समझने में मदद करेंगे कि आप किस प्रकार की गतिविधियों में शामिल होते हैं, आपके अनुभव और आपके पहुंच के अवसरों को। आपकी रुचियों और चुनौतियों के बारे में जानकर हम आपको बेहतर से जानने में मदद करेंगे।
- कृपया नीचे दिए गए 20 प्रश्नों का सबसे अच्छे रूप से जवाब दें जैसा कि आपको याद रहे। यदि आपने किसी गतिविधि को कम से कम एक बार भी किया है, तो कृपया "हाँ" चुनें और हमें लगभग कितनी बार किया है यह बताएं।
- यदि आपने गतिविधि कभी नहीं की है, तो कृपया "नहीं" चुनें और भाग (बी) में इसके पीछे के कारण साझा करें।
- यह एक परीक्षण नहीं है और इससे किसी भी अंकों की गिनती नहीं होगी। आपको अपने अनुभवों के बारे में ईमानदार और खुले होने का पूरा अधिकार है।
- कृपया ध्यान रखें कि यहाँ कोई सही या गलत जवाब नहीं हैं। अगर आपने इनमें से कुछ भी नहीं किया है या सभी कर चुके हैं, तो यह ठीक है!
- यह स्वाभाविक है अगर आप इन प्रश्नों का जवाब देने के दौरान कई अलग-अलग भावनाओं को महसूस करते हैं। यदि आप अपने भावनाओं पर किसी से बात करना चाहें, तो कृपया अपने इंस्ट्रक्टर या उसके साथ सहज महसूस करने वाले किसी से बातचीत करें।

### 1A. क्या आपने कभी अपने गाँव / शहर में पैदल, ऑटो या बस आदि में अकेले यात्रा की है?

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

### 1B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

### 2A. क्या आपने (अकेले) घर से बाहर कोई काम किया है, जैसे किसी दुकान से सामान खरीदना, अपने परिवार / घर के लिए कुछ लेना?

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

### 2B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**3A. क्या आपने बहुत सारे लोगों के सामने भाषण दिया है या चर्चा की है?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**3B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**4A. क्या आपने माता-पिता, शिक्षक या अपने से बड़े किसी व्यक्ति से कभी अपनी बात समझाने के लिए चर्चा, लड़ाई की है जो आपके लिए बहुत महत्वपूर्ण था?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**4B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**5A. क्या आप कोई कार्य करने में बहुत बार असफल हुए हैं, लेकिन कोशिश करते रहे और फिर उस कार्य में सफल हो गए?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**5B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**6A. क्या आपने पढ़ाई के अलावा किसी गतिविधि जैसे - खेल, नाटक, कला से संबंधित किसी गतिविधि में लीडर / कप्तान की भूमिका निभाई है?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**6B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**7A. क्या आपने खुद से कोई नया काम सीखा है या नई कुशलता अपनाई है?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**7B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**8A. क्या आपने अपने समुदाय (गली / मोहल्ला / गाँव) में लोगों के साथ मिलकर दूसरों की मदद की है, जैसे किसी प्राकृतिक आपदा में राहत कार्यों में सहयोग, किसी त्यौहार या धार्मिक समारोह का आयोजन करना आदि?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**8B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**9A. क्या आपने कोई ऐसी चीज़ की है जिसे करते समय आपको डर या बेचैनी महसूस हुई थी?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**9B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**10A. क्या आपने किसी प्रोजेक्ट / व्यवसाय या कोई भी नया काम शुरू किया है (अपने दम पर या दोस्तों के साथ)?**

- (a) हाँ
- (b) नहीं

10B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**11A. क्या आपने किसी से अपने बारे में फीडबैक मांगी है (उदाहरण के लिए, शिक्षक, परिवार, भाइयों/बहनों, दोस्तों से)?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

11B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**12A. क्या आपने कभी किसी चीज में मुश्किल या अस्पष्ट होने पर मदद मांगी है ?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

12B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**13A. क्या आपने कभी कुछ करने से इनकार किया है क्योंकि आपको लगा कि यह गलत था (या यह आपकी नीतियों के साथ मेल नहीं खाता था)**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

13B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**14A. क्या आपने उन भावनाओं को पहचाना और व्यक्त किया है जो आप महसूस करते हैं**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**14B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**15A. क्या आपने किसी के विचार को बदला है जो आपके लिए महत्वपूर्ण था?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**15B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**16A. क्या आपने कभी ऐसा काम किया है जिसमें आपने अकेले होते हुए भी मजा किया ?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**16B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**17A. आपने कभी ऐसा कुछ किया है जो आपके लिए महत्वपूर्ण था, यहां तक कि चारों ओर के लोग कह रहे थे कि आप ऐसा नहीं करें ?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**17B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**18A. क्या आपने कभी आपकी खुशी के कारण कुछ बदल लिया है जो आप पहले कर रहे थे ?**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**18B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**19A. क्या आपने किसी से कोई मुश्किल सवाल पूछा है जो उन्हें या आपको असहजता महसूस कराई हो**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**19B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी

**20A. क्या आपने कभी किसी महत्वपूर्ण निर्णय को लेने से पहले सभी पहलुओं पर विचार किया है? (उदाहरण के लिए, पॉजिटिव और नेगेटिव पहलुओं का मूल्यांकन करना, सभी विकल्पों को सोचना, और इसके प्रभाव को सोचना)**

- (a) हाँ, बहुत बार
- (b) हाँ, कभी-कभी
- (c) हाँ, एक या दो बार
- (d) नहीं

**20B. अगर नहीं, तो कृपया कारण बताएं।**

- (a) अब तक कभी ज़रूरत नहीं लगी
- (b) मन नहीं था
- (c) करना चाहा लेकिन कभी मौका नहीं मिला
- (d) परिवार, बुजुर्ग, शिक्षक आदि ने अनुमति नहीं दी