

بسمه تعالی

سلام و درود

والدین گرامی

در هر یک از موقعیتهای زیر عملکرد خود و نوجوان را مورد ارزیابی قرار دهید؟

ردیف	سوالات	زیاد	متوسط	کم
۱	تا چه حد با ویژگیهای منحصر به فرد نوجوانان به منظور رشد و شکوفایی استعدادهای آنها آشنایی دارید؟			
۲	میزان آشنایی نوجوان خود را با مولفه های مدیریت خود در چه سطحی ارزیابی میکنید؟			
۳	توانمندی فرزند خود را در زمینه مهارت هدفگذاری چگونه ارزیابی می کنید؟			
۴	فرزند شما تا چه حد با واکنشهای فیزیولوژیک، شناختی، هیجانی و رفتاری بروز خشم و استرس آشنایی دارد؟			
۵	توانمندی نوجوان خود را در نهگفتن و برخورد قاطعانه و محترمانه با دیگران، در چه سطحی ارزیابی میکنید؟			
۶	میزان موفقیت خود را در تقویت نگرش مثبت فرزندان به تغییر، چگونه ارزیابی میکنید؟			
۷	تا چه حد قادر هستید مهارت خودکنترلی را در نوجوان خود تقویت کنید؟			
۸	تا چه حد از تقویتکنندههای انگیزشی برای ارتقاء سطح عملکرد فرزندان استفاده میکنید؟			
۹	تا چه حد قادر هستید مهارت خودکنترلی را در نوجوان خود تقویت کنید؟			
۱۰	تا چه حد از تقویتکنندههای انگیزشی برای ارتقاء سطح عملکرد فرزندان استفاده میکنید؟			
۱۱	انعطاف پذیری افکار، احساسات و رفتار نوجوان خود را نسبت به تغییر، چگونه ارزیابی میکنید؟			

			تا چه حد نوجوان شما از مهارت مدیریت زمان در برنامه‌ریزی درسی استفاده میکند؟	۱۲
			تا چه حد اولویت‌بندی اهداف فرزند شما متناسب با توان، شرایط و امکانات واقعی زندگی او تنظیم شده‌است؟	۱۳
			نوجوان شما تا چه حد قادر به تنظیم عملکرد خود در زندگی هست؟	۱۴

با تشکر

گروه مشاوره دبیرستان شهید اوینی

دبیرستان شهید اوینی