

סולם רמות המודעות הרגשית – ילדים (LEAS-C)

מספר נבדק/ת: _____

מגדר: _____

גיל: _____

כיתה: _____

בית-ספר: _____

תאריך: _____

הוראות

בדפים הבאים מתוארים מצבים שונים. כל מצב מערב שני אנשים – את/ה ואדם אחר. אנא תאר/י כיצד תרגיש/י במצבים הללו. אנא תאר/י כיצד את/ה חושב/ת שהאדם האחר ירגיש. חשוב להשתמש במילה "מרגיש" / "מרגישה" בתשובותיך. אין חשיבות לדברים הבאים: האם התשובה שלך ארוכה / קצרה, האם המלים מאויתות נכון. אין תשובה נכונה או לא נכונה. רק זכור/זכרי לכתוב כיצד את/ה תרגיש/י וכיצד את/ה חושב/ת שהאדם השני י/תרגיש.

Bajgar & Lane (2003)

1. את/ה התאמנת זמן רב לתחרות ריצה חשוב עם חבר/ה. בזמן התחרות כאשר את/ה מתקרבת לקו הסיום, את/ה נופלת על הרצפה, נוקעת את הקרסול ולא מסוגלת להמשיך במירוץ. החבר/ה שלך ממשיכה ומנצחת במירוץ. כיצד תרגיש/י?

כיצד החבר/ה ירגיש/תרגיש?

2. את/ה ואמא שלך חוזרים לביתכם בלילה. כאשר אתם פונים לרחוב שלכם, אתם רואים כבאיות חונות קרוב לביתכם. כיצד תרגיש/י?

כיצד אמא שלך תרגיש?

3. את/ה וחבר/ה מחליטים לחסוך את דמי הכיס שלכם כדי לקנות משהו מיוחד ביחד. כמה ימים לאחר מכן, החבר/ה אומר/ת לך שהוא/היא שינה/שינתה את דעתו/דעתה והשתמש/ה בכסף שלו/שלה. כיצד תרגיש/י?

כיצד החברה/ ירגיש/תרגיש?

4. מישהו/מישהי שאמר/ה דברים מרושעים עליך בעבר מתקרב/ת אליך ואומר/ת משהו מאד נחמד.
כיצד תרגיש/י?

כיצד האדם האחר ירגיש?

5. אבא שלך מספר לך שהכלב שלכם נדרס ושהווטרינר צריך להרדים אותו.
כיצד תרגיש/י?

כיצד אבא שלך ירגיש?

6. את/ה וקבוצה גדולה של ילדים רצים בזמן ההפסקה ואת/ה מתנגש בילד/ה אחר/ת ונופל/ת על הרצפה בעוצמה.
כיצד תרגיש/י?

כיצד הילד/ה השני/ה ירגיש/תרגיש?

7. רופא/ת השיניים אומר/ת שיש כמה בעיות עם השיניים שלך, שצריכות טיפול מיידי.
רופא/ת השיניים קובע/ת לך תור למחרת.
כיצד תרגיש/י?

כיצד רופא/ת השיניים ירגיש/תרגיש?

8. המורה שלך אומר/ת לך ששיעורי-הבית שלך לא מספיק טובים וצריך לעשות אותם מחדש.
כיצד תרגיש/י?

כיצד המורה שלך ירגיש/תרגיש?

9. את/ה והתלמיד/ה החדש/ה בכיתה הפכתם לחברים מאד טובים. אתם מבליים הרבה ביחד ומרגישים שמכירים זה את זה/ו טוב מאד. יום אחד הוא/היא מזמינ/ה אותך לבית שלו/שלה. את/ה מגלה שהמשפחה שלו/ה מאד עשירה ושלחבר/ה שלך יש את כל מה שאי-פעם רצית. הוא/היא אומר/ת לך ששמר/ה את זה בסוד מכיוון שחשב/ה שילדים יתעניינו בו/בה רק בגלל הכסף שלו/שלה.
כיצד תרגיש/י?

כיצד החבר/ה שלך ירגיש/תרגיש?

10. במשחק בבית הספר מתחלקים לקבוצות ורוב השחקנים כבר חולקו. נשארו שני ילדים, ואת/ה אחד/אחת מהם. צריך רק עוד שחקנ/ית אחד/אחת כדי להתחיל את המשחק.
כיצד תרגיש/י?

כיצד הילד/ה השני/ה ירגיש/תרגיש?

11. חבר/ה שלך חולק/ת צ'יפס איתך ועם ילדים אחרים. את/ה שמ/ה לב שהוא/היא נותנת יותר צ'יפס לילדים האחרים מאשר לך. כיצד תרגיש/י?

כיצד החבר/ה שלך ירגיש/תרגיש?

12. החבר/ה הכי טוב/ה שלך חזרה מטיול ארוך של כמה שבועות והם בדרך אליכם. כיצד תרגיש/י?

כיצד החבר/ה שלך ירגיש/תרגיש?