

PHIẾU I CAN DO IT

Tên:

Hãy đánh giá mức độ tự tin của em từ 1 (thấp nhất) đến 5 (cao nhất) trong mỗi ý dưới đây:

Tiêu chí	Thang điểm				
	1	2	3	4	5
Tôi có hiểu biết về nhiều lĩnh vực					
Tôi biết cách sử dụng thời gian và tiền bạc một cách hợp lý					
Tôi thấy thoải mái với những quy tắc mà người lớn đặt ra					
Tôi thoải mái đặt câu hỏi và phát biểu ý kiến trong lớp					
Tôi thích những thử thách mới					
Tôi thường học hỏi từ những lỗi sai của mình					
Tôi không cố gắng hạ thấp người khác xuống để thấy bản thân mình là giỏi hơn					
Tôi biết cách cư xử đúng mực nơi công cộng					
Tôi có thể đặt ra những mục tiêu và đạt được chúng					
Tôi nhận nhiệm vụ và hoàn thành đúng trách nhiệm của mình					
Tôi thấy hài lòng với cơ thể của Tôi					
Tôi luôn ghi nhận những thành tích của người khác					
Tôi thường tự hào về bản thân					

Hướng dẫn:

❖ Tính điểm của tất cả các ý

❖ Điểm số:

60 – 65 = Hầu như khó ai có thể tự tin đến thế! Em đã đọc kỹ các ý chưa?

51 – 59 = Tuyệt vời, em đạt được sự tự tin đáng kinh ngạc

40 – 50 = Tốt, em tự tin trong một số lĩnh vực

26 – 39 = Ổn, nhưng em có đang quá khắt khe với bản thân

13 – 25 = Thảo luận thêm về kết quả này với GV hoặc PH nhé.