

ZAŁĄCZNIK NR 4

..... (Miejscowość, data)

KWESTIONARIUSZ KWALIFIKACYJNY

Instrukcja dla ucznia: Proszę wypełnić czytelnie poniższy formularz. Dane posłużą wyłącznie do organizacji zajęć i kontaktu.

DANE UCZESTNIKA:

Imię i nazwisko:

.....

Klasa:

KOD UCZESTNIKA: (Pole wypełnia Koordynator Badania)

PYTANIA ORGANIZACYJNE:

1. Czy posiadasz smartfon z dostępem do Internetu? (Jest to niezbędne do korzystania z darmowej aplikacji treningowej w domu) ☐ TAK ☐ NIE

2. Czy brałeś/aś wcześniej udział w regularnych zajęciach mindfulness, jogi lub medytacji?
☐ NIE ☐ TAK

(krótco opisz jakie i jak dawno temu:

3. Preferowany termin zajęć stacjonarnych w szkole (zaznacz właściwe):*Spotkania trwają ok. 40 minut, start godz. 14:30. Miejsce: Sala gimnastyczna (Chill Room).*☐ ŚRODA (14:30)☐ PIĄTEK (14:30)☐ Pasują mi OBA terminy (jest mi obojętne, do której grupy trafię)**4. Co najbardziej motywuje Cię do udziału w projekcie?**☐ Chcę zredukować stres szkolny i lęk przed ocenami.☐ Chcę poprawić swoją koncentrację i wyniki w nauce.☐ Ciekawi mnie ten temat / chcę spróbować czegoś nowego.☐ Zależy mi na darmowym dostępie do aplikacji premium.☐ Chcę lepiej radzić sobie z emocjami i relacjami z ludźmi.

5. Deklaracja zaangażowania: Rozumiem, że aby badanie przyniosło efekty, wymagana jest systematyczność. Wstępnie deklaruję chęć poświęcenia ok. 15-20 minut dziennie na trening z aplikacją w domu.

☐ TAK, DEKLARUJĘ

.....

(Podpis Ucznia)