

ÖN TEST

DUMANSIZ BİR HAYAT İÇİN
-lise-

ÖĞRENCİ NO.:

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görüşünüzü, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. Düşünceyi doğru buluyorsanız “D” gözeneğini, yanlış buluyorsanız “Y” gözeneğini, bilginiz/fikriniz yok ise “F” gözeneğini işaretleyiniz. Cevaplamalarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Sigara zararlı bir maddedir.

1 D Y F

1. Sigara dünyada en yaygın kullanılan bağımlılık yapıcı maddedir.
2. Pasif içiciler de sigaradan zarar görürler.
3. Sigaranın akciğerlerden başka herhangi bir organa zararı yoktur.
4. Sigaranın içer içmez ortaya çıkabilecek etkilerinden biri de beyindeki kan akışının yavaşlamasıdır.
5. Kullanıcı sigaranın dumanını içine çekmezse sigaranın zararlarından korunmuş olur.
6. Yemekten sonra sigara içilmesi hazmı kolaylaştırır.
7. Hafif (light) sigara daha az zararlıdır.
8. Uzun süre sigara içmek, kişinin olduğundan daha yaşlı görünmesine sebep olur.
9. Sigarayı bıraktıktan en fazla 12 ay sonra sigaranın vücuttaki tüm olumsuz etkileri ortadan kalkar.
10. Sürekli kullanmadıkça ara sıra sigara içmenin bir zararı yoktur.

0	0	0	0	1	D	Y	F	11	D	Y	F	●		
1	1	1	1	2	D	Y	F	12	D	Y	F	●		
2	2	2	2	3	D	Y	F					●		
3	3	3	3	4	D	Y	F	13	1	2	3	4	5	●
4	4	4	4	5	D	Y	F	14	1	2	3	4	5	●
5	5	5	5	6	D	Y	F	15	1	2	3	4	5	●
6	6	6	6	7	D	Y	F	16	1	2	3	4	5	●
7	7	7	7	8	D	Y	F	17	1	2	3	4	5	●
8	8	8	8	9	D	Y	F							●
9	9	9	9	10	D	Y	F							●

11. Sigara birçok farklı hastalığa sebep olur.
12. Hafif ve normal sigaralardaki nikotin oranı aynıdır.

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin duygularınızı ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygu ifadeleri yer almaktadır. Bu ifadeler sıfat çiftleri hâlinde hazırlanmıştır. Sizden, duygularınızı ifade eden seçeneği, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. İşaretlemelerinizi, her bir sıfat çiftinin duygularınızı ne derece tanımladığına bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Bence sigara kullanmak...

1.

sevimsizdir.	1	2	3	4	5	sevimsizdir.
--------------	---	---	---	---	---	--------------

1 1 2 3 4 5

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışmak size çok çekici ise 1'i, çekici ise 2'yi, bir duygu ifade etmiyorsa 3'ü, itici geliyorsa 4'ü, çok itici geliyorsa 5'i işaretleyiniz.

Bence sigara kullanmak...

13.	insanı havalı gösterir.	1	2	3	4	5	insanı ezik gösterir.
14.	faydalıdır.	1	2	3	4	5	zararlıdır.
15.	keyiflidir.	1	2	3	4	5	keyifsizdir.
16.	insanı çekici yapar.	1	2	3	4	5	insanı itici yapar.
17.	harika hissettirir.	1	2	3	4	5	berbat hissettirir.

SON TEST

DUMANSIZ BİR HAYAT İÇİN
-lise-

ÖĞRENCİ NO.:

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin çeşitli ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri okuduktan sonra sizden görüşünüzü, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. Düşünceyi doğru buluyorsanız “D” gözeneğini, yanlış buluyorsanız “Y” gözeneğini, bilginiz/fikriniz yok ise “F” gözeneğini işaretleyiniz. Cevaplamalarınız için aşağıda bir örnek verilmiştir.

ÖRNEK:

1. Sigara zararlı bir maddedir.

1 D Y F

1. Sigara dünyada en yaygın kullanılan bağımlılık yapıcı maddedir.
2. Pasif içiciler de sigaradan zarar görürler.
3. Sigaranın akciğerlerden başka herhangi bir organa zararı yoktur.
4. Sigaranın içer içmez ortaya çıkabilecek etkilerinden biri de beyindeki kan akışının yavaşlamasıdır.
5. Kullanıcı sigaranın dumanını içine çekmezse sigaranın zararlarından korunmuş olur.
6. Yemekten sonra sigara içilmesi hazmı kolaylaştırır.
7. Hafif (light) sigara daha az zararlıdır.
8. Uzun süre sigara içmek, kişinin olduğundan daha yaşlı görünmesine sebep olur.
9. Sigarayı bıraktıktan en fazla 12 ay sonra sigaranın vücuttaki tüm olumsuz etkileri ortadan kalkar.
10. Sürekli kullanmadıkça ara sıra sigara içmenin bir zararı yoktur.

0	0	0	0	1	D	Y	F	11	D	Y	F	●		
1	1	1	1	2	D	Y	F	12	D	Y	F	●		
2	2	2	2	3	D	Y	F					●		
3	3	3	3	4	D	Y	F	13	1	2	3	4	5	●
4	4	4	4	5	D	Y	F	14	1	2	3	4	5	●
5	5	5	5	6	D	Y	F	15	1	2	3	4	5	●
6	6	6	6	7	D	Y	F	16	1	2	3	4	5	●
7	7	7	7	8	D	Y	F	17	1	2	3	4	5	●
8	8	8	8	9	D	Y	F							●
9	9	9	9	10	D	Y	F							●

11. Sigara birçok farklı hastalığa sebep olur.
12. Hafif ve normal sigaralardaki nikotin oranı aynıdır.

Aşağıda sigara ve sigara kullanımına ilişkin duygularınızı ifade etmeniz için hazırlanmış bazı duygu ifadeleri yer almaktadır. Bu ifadeler sıfat çiftleri hâlinde hazırlanmıştır. Sizden, duygularınızı ifade eden seçeneği, cevaplama için verilen alanda kodlayarak işaretlemeniz istenmektedir. İşaretlemelerinizi, her bir sıfat çiftinin duygularınızı ne derece tanımladığına bağlı olarak yapınız.

ÖRNEK:

Bence sigara kullanmak...

1.

sevimsizdir.	1	2	3	4	5	sevimsizdir.
--------------	---	---	---	---	---	--------------

1 1 2 3 4 5

Eğer sağlıklı yaşamaya çalışmak size çok çekici ise 1'i, çekici ise 2'yi, bir duygu ifade etmiyorsa 3'ü, itici geliyorsa 4'ü, çok itici geliyorsa 5'i işaretleyiniz.

Bence sigara kullanmak...

13.	insanı havalı gösterir.	1	2	3	4	5	insanı ezik gösterir.
14.	faydalıdır.	1	2	3	4	5	zararlıdır.
15.	keyiflidir.	1	2	3	4	5	keyifsizdir.
16.	insanı çekici yapar.	1	2	3	4	5	insanı itici yapar.
17.	harika hissettirir.	1	2	3	4	5	berbat hissettirir.