

### Child and Youth Resilience Measure (CYRM-28)

To what extent do the sentences below describe you? Circle one answer for each statement.

					
	Not at all	A little	Somewhat	Quite a bit	A lot
I have people whom I consider role models for me.	1	2	3	4	5
I cooperate with people around me.	1	2	3	4	5
Education is important to me.	1	2	3	4	5
I know how to behave in different social situations, such as weddings and feasts.	1	2	3	4	5
My family/relatives really watch out for me.	1	2	3	4	5
My family/relatives know a lot about me.	1	2	3	4	5
When I am hungry, there is enough to eat.	1	2	3	4	5
I try to finish things I start.	1	2	3	4	5
Religion and faith are a source of strength for me.	1	2	3	4	5
I am proud of my lineage.	1	2	3	4	5
People like to spend time with me.	1	2	3	4	5
I talk to my family about my feelings.	1	2	3	4	5
I am able to solve problems without resorting to aggression or the use of violence.	1	2	3	4	5
I feel supported by my friends.	1	2	3	4	5
I know where to go to ask for help.	1	2	3	4	5
I feel I belong at school.	1	2	3	4	5
My family stands by me in difficult times.	1	2	3	4	5
My friends stand by me in difficult times.	1	2	3	4	5
I feel my community treats me with justice.	1	2	3	4	5
I have space to prove to people that I am big and responsible.	1	2	3	4	5
I am aware of my own points of strength.	1	2	3	4	5
I participate in communal religious activities (such as group prayer, attending religious groupings, religion lessons).	1	2	3	4	5

I think that serving my community is important.	1	2	3	4	5
I feel safe when I am with my family.	1	2	3	4	5
I have opportunities to develop and improve myself for the future.	1	2	3	4	5
I enjoy participating in the customs and traditions of my family.	1	2	3	4	5
I enjoy participating in the customs and traditions of the community in which I am living now.	1	2	3	4	5
I am proud to be _____ (nationality).	1	2	3	4	5

Child Youth Resilience Measure (28 items). Panter-Brick C, Hadfield K, Dajani R, Eggerman, M, Ager A, Ungar M (2017). *Child Development*.

### قياس مرونة الشباب والأطفال (CYRM-28)

إلى أي حد تمتلك الجمل التالية؟ ضع دائرة حول إجابة واحدة لكل جملة

					
كثير	اكثر من الوسط	وسط	قليل	أبدأ	
5	4	3	2	1	أعرف أشخاص أعتبرهم قدوة لي
5	4	3	2	1	أنا أتعاون مع الناس حولي
5	4	3	2	1	التعليم شئ مهم بالنسبة لي
5	4	3	2	1	أنا أعرف كيف أتصرف بالمناسبات الاجتماعية المختلفة مثل الأعراس والعزائم.
5	4	3	2	1	اهلي يهتمون بي
5	4	3	2	1	اهلي يعرفوا كثير عني
5	4	3	2	1	عندما أكون جائع، يكون في طعام كفاية
5	4	3	2	1	أنا أحاول ان أنهي الشئ الذي ابداه
5	4	3	2	1	الدين والإيمان مصدر قوة بالنسبة إلي
5	4	3	2	1	أنا فخور بأصولي
5	4	3	2	1	الناس يحبوا أن يقضوا وقت معي
5	4	3	2	1	أنا أحدث عائلتي عن مشاعري

5	4	3	2	1	أنا أستطيع أن أحل المشاكل بدون ما ألبأ للعدوانية أو استخدام العنف
5	4	3	2	1	أنا أشعر أنني مدعوم من اصحابي
5	4	3	2	1	أنا بعرف أين أذهب من أجل طلب المساعدة
5	4	3	2	1	أنا أشعر أنني أنتمي لمدرستي
5	4	3	2	1	عائلتي تقف معي بالأوقات الصعبة
5	4	3	2	1	اصحابي يوقفوا معي بالأوقات الصعبة
5	4	3	2	1	انا اشعر ان مجتمعي يعاملني بعدل
5	4	3	2	1	عندي مجال أثبت للناس أنني أصبحت كبير وأتحمل المسؤولية
5	4	3	2	1	أنا أدرك نقاط قوتي
5	4	3	2	1	أنا أشارك بالأنشطة الدينية العامة (مثل صلاة الجماعة، حضور التجمعات الدينية، حصص الدين)
5	4	3	2	1	أنا براي انه من المهم ان اخدم مجتمعي
5	4	3	2	1	أنا أشعر بالأمان عندما أكون مع عائلتي
5	4	3	2	1	عندي فرص لتطوير مهارات مفيدة ولتحسين نفسي للمستقبل
5	4	3	2	1	أنا أستمتع بالمشاركة بعبادات وتقاليد عائلتي
5	4	3	2	1	أنا أستمتع بالمشاركة بعبادات وتقاليد المجتمع الذي أعيش فيه حالياً
5	4	3	2	1	أنا فخور أنني _____ (اسم البلد) ي

Child Youth Resilience Measure (28 items). Panter-Brick C, Hadfield K, Dajani R, Eggerman, M, Ager A, Ungar M (2017). *Child Development*.