

# Appreciative Inquiry

## الاستفسار التقديري

### Module One: Review Questions

### مراجعة الوحدة الأولى:

- 1.) What is Appreciative Inquiry? (1) ما هو الاستفسار التقديري؟
- a) The ability to recognize the positive side of things (أ) القدرة على التعرف على الجانب الإيجابي للأشياء
- b) The ability to ask great questions (ب) القدرة على طرح أسئلة رائعة
- c) The ability to write an apology letter (ج) القدرة على كتابة خطاب اعتذار
- d) The ability to interview someone (د) القدرة على مقابلة شخص ما
- 2.) How does Appreciative Inquiry benefit a business? (2) كيف يفيد الاستفسار التقديري الشركة؟
- a) It makes employees feel overworked (أ) يجعل الموظفين يشعرون بالإرهاق
- b) It makes employees feel confident at work (ب) يجعل الموظفين يشعرون بالثقة في العمل
- c) It gives employees more vacation time (ج) يمنح الموظفين المزيد من وقت الإجازة
- d) It gives employees the change for bonuses (د) يمنح الموظفين التغيير للمكافآت
- 3.) How does Appreciative Inquiry help build for the future? (3) كيف يساعد الاستفسار التقديري في بناء المستقبل؟
- a) It helps the person save money (أ) يساعد الشخص على توفير المال
- b) It offers investment tips (ب) يقدم نصائح استثمارية
- c) It tells the person what they want (ج) يخبر الشخص بما يريده
- d) It helps form goals (د) يساعد في تشكيل الأهداف
- 4.) What is one-way Appreciative Inquiry helps to build goals? (4) ما هي إحدى طرق الاستفسار التقديري التي تساعد في بناء الأهداف؟
- a) Uses past accomplishments to help form new ones (أ) يستخدم الإنجازات الماضية للمساعدة في تشكيل إنجازات جديدة
- b) Uses questions to find what the person wants (ب) يستخدم الأسئلة للعثور على ما يريده الشخص
- c) يشجع الناس على التحدث في مجموعات عما يريدون (ج)

- c) Encourages people to speak in groups about what they want  
d) Allows people to keep a journal of desires
- 5.) What is one benefit of engaging other people to be positive?  
a) Positivity leads to business opportunities  
b) It makes other people like you  
c) Positivity leads to confidence  
d) It makes other people leave you alone
- 6.) What is one way to encourage positivity among other people?  
a) Have group discussions about your opinions  
b) Keep a journal  
c) Write a letter to the newspaper  
d) Join a web blog
- 7.) How does a positive employee affect the company?  
a) They take less vacation time  
b) They become eligible for promotions  
c) They are out sick less often  
d) They view their job more positively
- 8.) One way to ensure employees feel confident at work is to do what?  
a) Have a suggestion box outside of your
- د) يسمح للناس بتدوين رغباتهم
- 5) ما فائدة إشراك الآخرين ليكونوا إيجابيين؟  
أ) تؤدي الإيجابية إلى فرص عمل  
ب) تجعل الآخرين مثلك  
ج) الإيجابية تؤدي إلى الثقة  
د) يجعل الآخرين يتركونك بمفردك
- 6) ما هي إحدى الطرق لتشجيع الآخرين على الإيجابية؟  
أ) إجراء مناقشات جماعية حول آرائك  
ب) قم بتدوين الأحداث  
ج) اكتب رسالة إلى الصحيفة  
د) الانضمام إلى مدونة
- 7) كيف يؤثر الموظف الإيجابي على الشركة  
أ) يأخذون إجازة أقل  
ب) يصبحون مؤهلين للعروض الترويجية  
ج) هم مرضى في الخارج في كثير من الأحيان  
د) ينظرون إلى وظيفتهم بشكل أكثر إيجابية
- 8) إحدى الطرق لضمان شعور الموظفين بالثقة في العمل هي القيام بماذا؟

office

- b) Speak individually with each one
- c) Ask them to email you one by one
- d) Hold a monthly group meeting for suggestions

أ) ضع صندوق اقتراحات خارج مكتبك

- ب) تحدث بشكل فردي مع كل واحد
- ج) اطلب منهم إرسال بريد إلكتروني إليك واحدًا تلو الآخر
- د) عقد اجتماع شهري لمجموعة الاقتراحات

9.) Learning about appreciative inquiry not only benefits the employee, but the \_\_\_\_\_.

- a) Entire company
- b) The community
- c) A and B
- d) None of the above

9) التعلم عن الاستفسار التقديري لا يفيد الموظف فحسب ، بل يفيد \_\_\_\_\_.

- أ) الشركة بأكملها
- ب) المجتمع
- ج) أ و ب
- د) لا شيء مما سبق

10.) Negative thoughts which may hinder an employee's ability to \_\_\_\_\_.

- a) Work harder
- b) Reach their goals
- c) A and B
- d) None of the above

10) لأفكار السلبية التي قد تعيق قدرة الموظف على \_\_\_\_\_.

- أ) العمل بجد
- ب) بلوغ أهدافهم
- ج) أ و ب
- د) لا شيء مما سبق

## مراجعة الوحدة الثانية:

- 1.) When we shift our thoughts from negative to positive, avoid doing what?  
a) Over-generalizing  
b) Saying nice things  
c) Over-thinking  
d) Smiling
- 1) عندما نحول أفكارنا من السلبية إلى الإيجابية ، تجنب فعل ماذا؟  
أ) الإفراط في التعميم  
ب) قول أشياء لطيفة  
ج) الإفراط في التفكير  
د) الابتسام
- 2.) No situation can be deemed impossible if we do what?  
a) Make assumptions  
b) Ignore it  
c) Make a plan  
d) Think positively
- 2) لا يمكن اعتبار أي حالة مستحيلة إذا فعلنا ماذا؟  
أ) عمل افتراضات  
ب) تجاهله  
ج) ضع خطة  
د) فكر بإيجابية
- 3.) A common misconception is that positivity means we don't have to what?  
a) Smile  
b) Dress nice  
c) Eliminate mistakes  
d) Help others
- 3) من المفاهيم الخاطئة الشائعة أن الإيجابية تعني أنه ليس لدينا ماذا؟  
أ) -إبتسام  
ب) ملابس جميلة  
ج) القضاء على الأخطاء  
د) ساعد الآخرين
- 4.) When faced with a current problem, it is better to focus on what?  
a) The possible outcome  
b) The positive aspects  
c) What other people think  
d) The time involved
- 4) عند مواجهة مشكلة حالية ، من الأفضل التركيز على ماذا؟  
أ) النتيجة المحتملة  
ب) الجوانب الإيجابية  
ج) ما يعتقدده الآخرون  
د) الوقت المستغرق

5.) One example of using positive language includes which of the following?

- a) "Yes, I can."
- b) "No, thank you."
- c) "I don't want to."
- d) "I can't finish that."

(5) أحد الأمثلة على استخدام لغة إيجابية يتضمن أي مما يلي؟

- أ) "نعم أستطيع."
- ب) "لا ، شكرا لك."
- ج) "لا أريد ذلك."
- د) "لا يمكنني إنهاء ذلك."

6.) What is one way to create positive language for ourselves?

- a) Think of our past mistakes
- b) Compliment yourself
- c) Limit what we say to anyone
- d) Learn a new language

(6) إحدى الطرق لخلق لغة إيجابية لأنفسنا

- أ) نفكر في أخطائنا الماضية
- ب) امدح نفسك
- ج) نختصر ما نقوله لأي شخص
- د) تعلم لغة جديدة

7.) One example of a negative phrase includes which of the following?

- a) "I can help with that."
- b) "Thank you for your time."
- c) "I can't do that."
- d) "I'll stay late today."

(7) أحد الأمثلة على العبارة السلبية يتضمن أي مما يلي؟

- أ) "يمكنني المساعدة في ذلك."
- ب) "شكرا لك على وقتك."
- ج) "لا يمكنني فعل ذلك."
- د) "سأبقى في وقت متأخر اليوم."

8.) The words 'someday' and 'try' are words that allow us to do what?

- a) Relax
- b) Feel positive
- c) Make excuses
- d) Smile

(8) الكلمات "يوماً ما" و "جرب" هي كلمات تسمح لنا بفعل ماذا؟

- أ) استرخ
- ب) تشعر بالإيجابية
- ج) اختلف الأعداء
- د) ابتسم

- 9.) One of the simplest ways to relieve stress and feel better is to \_\_\_\_\_.
- Make more money
  - Take more vacations
  - Socialize more
  - Change the way we think

(9) واحدة من أبسط الطرق لتخفيف التوتر والشعور بالتحسن هي \_\_\_\_\_.

- كسب المزيد من المال
- أخذ المزيد من الإجازات
- الاختلاط أكثر
- تغيير طريقة تفكيرنا

- 10.) One of the first things that can ruin a positive attitude is looking at a situation and only noticing the \_\_\_\_\_.
- Views of others
  - Negative aspects
  - A and B
  - None of the above

(10) من أول الأشياء التي يمكن أن تدمر الموقف الإيجابي النظر إلى الموقف وملاحظة \_\_\_\_\_ فقط.

- آراء الآخرين
- الجوانب السلبية
- أ و ب
- لا شيء مما سبق

## Module Three: Review Questions

## مراجعة الوحدة الثالثة:

- 1.) What is the Discovery phase? (1) ما هي مرحلة الاكتشاف؟
- a) Learning what not to do at work (أ) تعلم ما لا يجب القيام به في العمل  
b) Learning what works for each person (ب) تعلم ما يصلح لكل شخص  
c) Learning from your mistakes (ج) التعلم من أخطائك  
d) Learning about fellow co-workers (د) التعرف على زملاء العمل
- 2.) One example of the Discovery process is what? (2) ما هو أحد الأمثلة على عملية الاكتشاف؟
- a) Asking other employees about their hobbies (أ) سؤال الموظفين الآخرين عن هواياتهم  
b) Talking to the manager about policies (ب) التحدث إلى المدير حول السياسات  
c) Asking questions of other employees (ج) طرح أسئلة على الموظفين الآخرين  
d) Learning the rules of the office (د) تعلم قواعد المكتب
- 3.) What is the Dream phase? (3) ما هي مرحلة الحلم؟
- a) Creating a vision for the future (أ) خلق رؤية للمستقبل  
b) Creating a dream diary (ب) إنشاء مذكرات الأحلام  
c) Creating new jobs for other employees (ج) خلق وظائف جديدة للموظفين الآخرين  
d) Creating a worker's union (د) تكوين نقابة عمالية
- 4.) One example of the Dream process is what? (4) أحد الأمثلة على عملية الحلم هو ماذا؟
- a) Deciding where to put the new snack machine (أ) تحديد مكان وضع آلة الوجبات الخفيفة الجديدة  
b) Planning a vacation (ب) التخطيط لقضاء إجازة  
c) Deciding who will be in charge of the project (ج) تحديد المسؤول عن المشروع  
d) Determining what you want to see happen (د) تحديد ما تريد رؤيته يحدث

5.) What is the Design phase?

- a) Create a new company logo
- b) Create an action plan
- c) Create a plan to cut costs
- d) Create a new building design

(5) ما هي مرحلة التصميم؟

- أ) إنشاء شعار شركة جديد
- ب) وضع خطة عمل
- ج) وضع خطة لخفض التكاليف
- د) إنشاء تصميم مبنى جديد

6.) One example of the Design process is what?

- a) Creating step by step procedures
- b) Creating a new employee roster
- c) Creating new employee parking spots
- d) Creating a log of ideas

(6) أحد الأمثلة على عملية التصميم هو ماذا؟

- أ) إنشاء إجراءات خطوة بخطوة
- ب) إنشاء قائمة موظفين جديدة
- ج) إنشاء مناطق وقوف السيارات
- د) إنشاء سجل للأفكار

7.) What is the Delivery phase?

- a) Delivery the written forms
- b) Assigning employees to a different department
- c) Hiring new employees
- d) Executing the Design plan

(7) ما هي مرحلة التسليم؟

- أ) تسليم الاستمارات المكتوبة
- ب) تعيين موظفين لإدارة مختلفة
- ج) تعيين موظفين جدد
- د) تنفيذ خطة التصميم

8.) One example of the Delivery process is what?

- a) Assigning job responsibilities to employees
- b) Changing employee job titles
- c) Thinking of a plan to change procedure
- d) Asking other employees of their opinions

(8) أحد الأمثلة على عملية التسليم هو ماذا؟

- أ) إسناد مسؤوليات الوظيفة للموظفين
- ب) تغيير المسميات الوظيفية للموظف
- ج) التفكير في خطة لتغيير الإجراء
- د) سؤال الموظفين الآخرين عن آرائهم



- 9.) Appreciative inquiry opens \_\_\_\_\_ for us,  
and opens our eyes to a new way of  
thinking.
- Our minds
  - New doors
  - A and B
  - None of the above

- 9) يفتح البحث التقديري \_\_\_\_\_ لنا ، ويفتح أعيننا على  
طريقة جديدة في التفكير.
- عقولنا
  - أبواب جديدة
  - أ و ب
  - لا شيء مما سبق

- 10.) With positive thoughts and attitudes,  
we can discover new ways of \_\_\_\_\_.
- Increasing our salary
  - Doing our jobs
  - Reaching goals
  - Increasing confidence

- 10) بالأفكار والمواقف الإيجابية ، يمكننا اكتشاف طرق جديدة لـ \_\_\_\_\_.
- زيادة رواتبنا
  - القيام بوظائفنا
  - بلوغ الأهداف
  - زيادة الثقة

## Module Four: Review Questions

## مراجعة الوحدة الرابعة:

- 1.) What is the Initiate phase?  
a) Hiring new employees  
b) Starting to think of new changes  
c) Starting a company carpool  
d) Changing the process of filing
- 1) ما هي مرحلة البدء؟  
أ) تعيين موظفين جدد  
ب) البدء في التفكير في تغييرات جديدة  
ج) إنشاء مرافقي شركة  
د) تغيير عملية الإيداع
- 2.) One example of the Initiate process is what?  
a) Asking employees what they think  
b) Changing the office cubicles  
c) Asking what needs to be done to accomplish change  
d) Asking employees to stay late
- 2) أحد الأمثلة على عملية البدء هو ماذا؟  
أ) سؤال الموظفين عما يفكرون فيه  
ب) تغيير مقصورات المكتب  
ج) السؤال عما يجب القيام به لتحقيق التغيير  
د) مطالبة الموظفين بالتأخر
- 3.) What is the Inquire phase?  
a) Gathering information from employees  
b) Asking about employee hobbies  
c) Gathering information about the company rivals  
d) Creating an action plan
- 3) ما هي مرحلة الاستفسار؟  
أ) جمع المعلومات من الموظفين  
ب) السؤال عن هوايات الموظفين  
ج) جمع المعلومات عن الشركات المنافسة  
د) وضع خطة عمل
- 4.) One example of the Inquire process is what?  
a) Researching on the internet  
b) Creating a journal of ideas  
c) Starting a web blog  
d) Asking what the employees want to see happen
- 4) أحد الأمثلة على عملية الاستفسار هو ماذا؟  
أ) البحث على الإنترنت  
ب) إنشاء مجلة للأفكار  
ج) بدء مدونة على شبكة الإنترنت  
د) السؤال عما يريد الموظفون رؤيته يحدث

5.) What is the Imagine phase?

- a) Creating imaginary friends
- b) Forming a tentative action plan
- c) Meeting with other managers
- d) Creating assigned job duties

(5) ما هي مرحلة التخيل؟

- أ) تكوين أصدقاء خياليين
- ب) تشكيل خطة عمل مؤقتة
- ج) الاجتماع مع المديرين الآخرين
- د) إنشاء واجبات وظيفية معينة

6.) One example of the Imagine process is what?

- a) Determining what duties need to be created
- b) Changing employee assignments
- c) Deciding who will be promoted
- d) Asking employees what they're like to see

(6) أحد الأمثلة على عملية التخيل هو ماذا؟

- أ) تحديد الواجبات التي يجب إنشاؤها
- ب) تغيير وكلاء الموظفين
- ج) تحديد من سيتم ترقيته
- د) سؤال الموظفين عما يرغبون في رؤيته

7.) What is the Innovate phase?

- a) Creating new ideas for the company
- b) Gathering information about a product
- c) Asking employees what they'd like to see
- d) Putting the proposed plan into action

(7) ما هي مرحلة الابتكار؟

- أ) ابتكار أفكار جديدة للشركة
- ب) جمع المعلومات حول منتج
- ج) سؤال الموظفين عما يرغبون في رؤيته
- د) وضع الخطة المقترحة موضع التنفيذ

8.) One example of the Innovate process is what?

- a) Starting the plan on a select group of employees
- b) Creating a sample plan
- c) Determining which department it will be in

(8) أحد الأمثلة على عملية الابتكار هو ماذا؟

- أ) بدء الخطة على مجموعة مختارة من الموظفين
- ب) إنشاء عينه من الخطة
- ج) تحديد القسم الذي سيكون فيه
- د) نقل الموظفين إلى إدارة جديدة

d) Transferring employees to a new department

9.) The Four I Model focuses on taking changes and plans and implementing them into \_\_\_\_\_.

- a) The manager's meeting
- b) The supervisor's office
- c) The suggestion box
- d) Other levels within the company

9) يركز نموذج Four I على أخذ التغييرات والخطط وتنفيذها في \_\_\_\_\_.

- أ) اجتماع المدير
- ب) مكتب المشرف
- ج) صندوق الاقتراحات
- د) المستويات الأخرى داخل الشركة

10.) The Four I Model is very similar to the \_\_\_\_\_.

- a) The Three I Model
- b) The Four D Model
- c) The Three D Model
- d) None of the above

10) نموذج Four I مشابه جدًا لـ \_\_\_\_\_.

- أ) النموذج الثلاثة الأول
- ب) نموذج الأربعة د
- ج) نموذج ثلاثي الأبعاد
- د) لا شيء مما سبق

## Module Five: Review Questions

## مراجعة الوحدة الخامسة:

- 1.) Framing positive questions for an interview does what?
- Make the process more fun
  - Makes the applicant nervous
  - Makes the time go by faster
  - Makes the applicant feel more confident

1) ماذا يفعل تأطير الأسئلة الإيجابية للمقابلة ؟

- يجعل العملية أكثر متعة
- يجعل مقدم الطلب عصبيا
- يجعل الوقت يمر بشكل أسرع
- يجعل مقدم الطلب يشعر بمزيد من الثقة

- 2.) Which of the following is considered a positive question?
- "Have you ever been fired?"
  - "Why did you just quit your last job?"
  - "What did you value most in your last job?"
  - "Why should I hire you?"

2) أي مما يلي يعتبر سؤالاً إيجابياً؟

- "هل تم طردك من قبل؟"
- "لماذا تركت للتو وظيفتك الأخيرة؟"
- "ما هو أكثر شيء كنت تقدره في وظيفتك السابقة؟"
- "لماذا يجب علي تعيينك؟"

- 3.) When you open with a positive story in an interview, what can happen?
- It makes the company look more positive
  - It can make the applicant suspicious
  - It makes you look good as a manager
  - It scares the applicant

3) عندما تبدأ بقصة إيجابية في مقابلة ، ماذا يمكن أن يحدث؟

- يجعل الشركة تبدو أكثر إيجابية
- يمكن أن تجعل مقدم الطلب مشبوهاً
- يجعلك تبدو جيداً كمدير
- يخيف مقدم الطلب

- 4.) Which of the following would be a positive story to solicit in an interview?
- An employee is fired after stealing office supplies
  - An employee celebrates their 25<sup>th</sup>

4) أي مما يلي سيكون قصة إيجابية يمكن طلبها في مقابلة؟

- يتم فصل موظف بعد سرقة لوازم مكتبية
- موظف يحتفل بالذكرى السنوية الخامسة والعشرين مع الشركة
- يتم تخفيض رتب الموظف بعد ذلك كونه مدير

(د) استقال الموظف بعد شهرين من العمل هناك

- anniversary with the company
- c) An employee is demoted after being a manager
- d) An employee quit after two months of working there

5.) It is important for an interviewer to know what?

(5) مالذي يجب أن يعرفه المحاور ؟

- a) Who the applicant is
- b) The qualities needed to do the job
- c) The absolute pay of the position
- d) What time the interview is

- (أ) من هو مقدم الطلب
- (ب) الصفات المطلوبة للعمل في الوظيفة
- (ج) الراتب المطلق للوظيفة
- (د) ما هو وقت المقابلة

6.) If the manager is looking for a positive candidate, they must show what?

(6) إذا كان المدير يبحث عن مرشح إيجابي ، فعليه إظهار ماذا؟

- a) Arrogance
- b) Humbleness
- c) Anger
- d) Confidence



- (أ) الغطرسة
- (ب) التواضع
- (ج) الغضب
- (د) الثقة

7.) What does a reoccurring theme in an interview show?

(7) ما الذي يظهره الموضوع المتكرر في المقابلة؟

- a) Similarity in previous jobs
- b) A repeated annoyance
- c) Unnecessary
- d) Similarity between the interviewer and applicant

- (أ) التشابه في الوظائف السابقة
- (ب) تكرار الانزعاج
- (ج) غير ضروري
- (د) التشابه بين المحاور ومقدم الطلب

8.) What is an example of a reoccurring theme?

(8) ما هو مثال للموضوع المتكرر؟

- a) Loneliness

(أ) الوحدة

- b) High pay salary
- c) Long hours
- d) Commitment

- (ب) راتب مرتفع
- (ج) ساعات طويلة
- (د) الالتزام

9.) Many people associate interviews with fear and\_\_\_\_\_.

- a) Loathing
- b) Anxiety
- c) A and B
- d) None of the above

(9) يربط العديد من الأشخاص المقابلات بالخوف و.

- (أ) الكراهية
- (ب) القلق
- (ج) أ و ب
- (د) لا شيء مما سبق

10.) The Appreciative Inquiry interview style focuses on:

- a) Positive questions
- b) Enjoyable stories
- c) Discovering a potential employee's potential
- d) All of the above

(10) أسلوب مقابلة التحقيق التقديري يركز على:

- (أ) أسئلة إيجابية
- (ب) قصص ممتعة
- (ج) اكتشاف إمكانات الموظف المحتمل
- (د) كل ما ورد اعلاه

## Module Six: Review Questions

## مراجعة الوحدة السادسة:

- 1.) How does a planning future success affect our goals?
- It gives a potential plan to work on
  - It can add unneeded stress
  - It gives us something to do in our spare time
  - It gives us the confidence to work toward them

(1) كيف يؤثر التخطيط للنجاح المستقبلي على أهدافنا؟

- يعطي خطة محتملة للعمل عليها
- يمكن أن تضيف ضغوطاً غير ضرورية
- يعطينا شيئاً نفعله في أوقات فراغنا
- يمنحنا الثقة للعمل تجاههم

- 2.) What is the benefit of planning a future success?
- It relieves stress
  - It gives us a positive outlook
  - It keeps us from being bored
  - It gives us a chance to relax

(2) ما فائدة التخطيط لنجاح مستقبلي؟

- يخفف التوتر
- يعطينا نظرة إيجابية
- يمنعنا من الشعور بالملل
- يمنحنا فرصة للاسترخاء

- 3.) What is negative anticipation?
- Assuming the worst of a situation
  - Feeling anxious or stressed
  - Feeling tired
  - Ignoring a problem

(3) ما هو الترقب السلبي؟

- افتراض أسوأ ما في الموقف
- الشعور بالقلق أو التوتر
- الشعور بالتعب
- تجاهل المشكلة

- 4.) What is one way to control or relieve negative anticipation?
- Keep a journal of your feelings
  - Outline everything that could happen
  - Realize the problem is not you
  - Blame someone else

(4) ما هي إحدى طرق التحكم في الترقب السلبي أو تخفيفه؟

- احتفظ بدفتر يوميات عن مشاعرك
- حدد كل ما يمكن أن يحدث
- أدرك أن المشكلة ليست أنت
- إلقاء اللوم على شخص آخر



5.) The decisions we make today can influence our what?

- a) Critical thinking
- b) Future decisions
- c) Weekend plans
- d) Present decisions

(5) القرارات التي نتخذها اليوم يمكن أن تؤثر على ماذا لدينا؟

- أ) التفكير النقدي
- ب) القرارات المستقبلية
- ج) خطط عطلة نهاية الأسبوع
- د) عرض القرارات

6.) What is the benefit of making positive decisions today?

- a) Less anxious feelings
- b) Increased free time
- c) Less time to plan ahead
- d) Increased anxiety

(6) ما فائدة اتخاذ قرارات إيجابية اليوم؟

- أ) مشاعر أقل قلقاً
- ب) زيادة وقت الفراغ
- ج) وقت أقل للتخطيط للمستقبل
- د) زيادة القلق

7.) Anticipation should only be based on what?

- a) What we think
- b) Hearsay
- c) Real facts or data
- d) What we hear

(7) يجب أن يستند التوقع فقط على ماذا؟

- أ) ما نفكر فيه
- ب) الإشاعات
- ج) الحقائق أو البيانات الحقيقية
- د) ما نسمعه

8.) To avoid basing assumptions on untrue facts, we should avoid what?

- a) Talking to anyone
- b) Rumors
- c) Over-thinking
- d) Asking for help

(8) لتجنب وضع الافتراضات على حقائق غير صحيحة ، يجب أن نتجنب ماذا؟

- أ) التحدث إلى أي شخص
- ب) الشائعات
- ج) الإفراط في التفكير
- د) طلب المساعدة

9.) \_\_\_\_\_ is/are helpful in appreciative inquiry because it makes us focus on the future and what we want.

- a) Goal setting
- b) Cautious steps
- c) Positive thinking
- d) Anticipatory reality

(9) \_\_\_\_\_ مفيد في الاستفسار التقديري لأنه يجعلنا نركز على المستقبل وما نريده.

- أ) تحديد الهدف
- ب) خطوات حذرة
- ج) التفكير الإيجابي
- د) الواقع التوقعي

10.) How do we impact our anticipatory reality?

- a) By changing
- b) Setting goals
- c) Adding themes
- d) All of the above

(10) كيف نؤثر على واقعنا الاستباقي؟

- أ) بالتغيير
- ب) تحديد الأهداف
- ج) إضافة السمات
- د) كل ما ورد اعلاه



## Module Seven: Review Questions

## مراجعة الوحدة السابعة:

- 1.) What is positive imagery? (1) ما هي الصور الإيجابية؟
- a) Feelings of positivity based on an image or object (أ) مشاعر إيجابية قائمة على صورة أو شيء  
ب) نوع من النحو  
ج) المشاعر التي نحصل عليها لفعل شيء ما بشكل صحيح  
د) نوع الصورة
- 2.) What is one example of positive imagery? (2) ما هو أحد الأمثلة على الصور الإيجابية؟
- a) Remembering the last time you failed a project (أ) تذكر آخر مرة فشلت فيها في مشروع  
ب) الاطلاع على القسيمة التأديبية من الأسبوع الماضي  
ج) تخيل مكتب فارغ في نهاية الأسبوع  
د) رؤية كومة جديدة من الأعمال الورقية للقيام بها
- 3.) How can we prepare ourselves for adversity? (3) كيف نعد أنفسنا للشدائد؟
- a) Try not to think about it (أ) حاول ألا تفكر في الأمر  
ب) لا تكذب بشأن ما يمكن توقعه  
ج) تجاهل الاحتمال الذباب  
د) افترض أن الأسوأ يمكن أن يحدث
- 4.) Being prepared means you are not \_\_\_\_\_ your surroundings. (4) أن تكون مستعدًا يعني أنك لست \_\_\_\_\_ محيطك.
- a) Open to (أ) مفتوح ل  
ب) المعنية  
ج) جزء من  
د) غافل عن
- a) Try not to think about it  
b) Don't lie about what to expect  
c) Ignore the possibilities  
d) Assume the worst could happen
- a) Open to  
b) Concerned about  
c) A part of

d) Oblivious to

5.) Being flexible in a situation means you can't change the problem but you can

\_\_\_\_\_.

- a) Talk to someone else about it
- b) Change how you react to it
- c) Ignore it altogether
- d) Change what happens

5) التحلي بالمرونة في موقف ما يعني أنه لا يمكنك تغيير المشكلة ولكن يمكنك ماذا؟

- أ) تحدث إلى شخص آخر حول هذا الموضوع
- ب) غير طريقة تفاعلك معها
- ج) تجاهلها تمامًا
- د) غير م
- هـ) يحدث

6.) All problems have a \_\_\_\_\_; they are not all black and white.

- a) Gray area
- b) Danger zone
- c) Clouded area
- d) Exit clause

6) جميع المشاكل لها \_\_\_\_\_ ؛ ليسوا كلهم أبيض وأسود.

- أ) المنطقة الرمادية
- ب) منطقة الخطر
- ج) المنطقة الملبدة بالغيوم
- د) شرط الخروج



7.) A perfect situation does not have what?

- a) Positive feelings
- b) An explanation.
- c) The current problem
- d) Confidence

7) الوضع المثالي لا يملك ماذا؟

- أ) المشاعر الإيجابية
- ب) شرح.
- ج) المشكلة الحالية
- د) الثقة

8.) The perfect situation is \_\_\_\_\_.

- a) Different for everyone.
- b) Similar in every situation
- c) The same for everyone
- d) Impossible to reach

8) الوضع المثالي هو \_\_\_\_\_.

- أ) تختلف عن الجميع.
- ب) مماثلة في كل حالة
- ج) نفس الشيء بالنسبة للجميع
- د) من المستحيل الوصول إليه

9.) \_\_\_\_\_ is a key tool in helping us remain positive and upbeat when faced with a dilemma.

- a) Goal Setting
- b) Positive Imagery
- c) Positive self-talk
- d) Singing out loud

9) \_\_\_\_\_ هي أداة رئيسية في مساعدتنا على البقاء إيجابيين ومتفائلين عند مواجهة معضلة.

- أ) تحديد الهدف
- ب) الصور الإيجابية
- ج) الحديث الذاتي الإيجابي
- د) الغناء بصوت عال

10.) Some physical forms of positive imagery include \_\_\_\_\_.

- a) A trophy
- b) A chart
- c) A and B
- d) None of the above

10) تتضمن بعض الأشكال المادية للصور الإيجابية \_\_\_\_\_.

- أ) كأس
- ب) رسم بياني
- ج) أ و ب
- د) لا شيء مما سبق



## Module Eight: Review Questions

## مراجعة الوحدة الثامنة:

- 1.) Using our strengths to help us solve problems promotes what?
- Confidence
  - Insanity
  - Negativity
  - Boredom

(1) ماذا يعزز استخدام قوتنا لمساعدتنا في حل المشاكل؟

- الثقة
- الجنون
- السلبية
- الملل

- 2.) Which of the following is an example of a personal strength?
- Tardiness
  - Poor grammar
  - Laziness
  - Strong communication

(2) أي مما يلي هو مثال على القوة الشخصية؟

- التأخير
- قواعد اللغة السيئه
- الكسل
- التواصل القوي

- 3.) Having confidence helps us do what when we make a mistake?
- We are punished for them
  - We learn from them
  - We ignore them
  - We get over them

(3) امتلاك الثقة يساعدنا على فعل ماذا عندما نرتكب خطأ؟

- نعاقب عليهم
- نتعلم منهم
- نتجاهلهم
- نتغلب عليهم

- 4.) What is one way a person can boost their own confidence?
- Ask someone else about it
  - Write a list of personal goals
  - Compliment other people
  - Keep their thoughts in a journal

(4) ما هي إحدى الطرق التي يمكن بها للفرد تعزيز ثقته بنفسه؟

- اسأل شخص آخر عن ذلك
- اكتب قائمة بالأهداف الشخصية
- امدح الآخرين
- الاحتفاظ بأفكارهم في مدونة

5.) Why would inquiry be considered the seed of change?

- a) It gets people thinking
- b) It makes people angry
- c) It can grow in groups
- d) It can grow in many forms

(5) لماذا يعتبر الاستفسار بذرة التغيير؟

- أ) يجعل الناس يفكرون
- ب) يغضب الناس
- ج) يمكن أن تنمو في مجموعات
- د) يمكن أن تنمو في أشكال عديدة

6.) What is one of the simplest ways to make a change?

- a) Write a letter
- b) Put it in the suggestion box
- c) Ask a question
- d) Do nothing

(6) ما هي أبسط الطرق لإجراء التغيير؟

- أ) اكتب رسالة
- ب) ضعها في صندوق الاقتراحات
- ج) اطرح سؤالاً
- د) لا تفعل شيئاً

7.) Why are people drawn to what is expected of them?

- a) It makes it easier for them
- b) It gives them a sense of identity
- c) It sounds familiar to them
- d) It's just natural

(7) لماذا ينجذب الناس إلى ما هو متوقع منهم؟

- أ) يسهل عليهم الأمر
- ب) يمنحهم إحساساً بالهوية
- ج) يبدو مألوفاً لهم
- د) إنه أمر طبيعي

8.) If we are positive and show it to other people, they will \_\_\_\_\_.

- a) Join us
- b) Reject us
- c) Make fun of us
- d) Ignore us

(8) إذا كنا إيجابيين وأظهرنا ذلك للآخرين ، فسيقومون \_\_\_\_\_.

- أ) الانضمام إلينا
- ب) رفضنا
- ج) يسخروا منا
- د) بتجاهلنا

- 9.) Influencing other people can have a \_\_\_\_\_ effect
- a) Negative
  - b) Positive
  - c) Ripple
  - d) None of the above

- 9) يمكن أن يكون للتأثير على الآخرين تأثير \_\_\_\_\_
- أ) سلبي
  - ب) إيجابي
  - ج) تموج
  - د) لا شيء مما سبق

- 10.) Every problem or challenge is \_\_\_\_\_.
- a) Difficult
  - b) Discerning
  - c) Concerning
  - d) Different

- 10) كل مشكلة أو تحد هو. \_\_\_\_\_.
- أ) صعب
  - ب) التمييز
  - ج) بخصوص
  - د) مختلفة



## Module Nine: Review Questions

## مراجعة الوحدة التاسعة:

- 1.) The key to building a great team is what? (1 ما هو مفتاح بناء فريق عظيم؟
- a) Bribery (أ) الرشوة.  
b) Forming small groups (ب) تكوين مجموعات صغيرة  
c) Recognizing what works (ج) التعرف على ما يصلح  
d) Having more women than men (د) زيادة عدد النساء عن الرجال
- 2.) What can happen if we try to change a process that has been working? (2 ماذا يمكن أن يحدث إذا حاولنا تغيير عملية كانت ناجحة؟
- a) A new process can be made (أ) يمكن إجراء عملية جديدة  
b) It can cause negative attitudes (ب) يمكن أن يسبب مواقف سلبية  
c) It can cause positive attitudes (ج) يمكن أن يسبب مواقف إيجابية  
d) The changes could be beneficial (د) يمكن أن تكون التغييرات مفيدة
- 3.) Focusing on increases, instead of decreases, encourages what? (3 التركيز على الزيادات ، بدلاً من النقصان ، يشجع على ماذا؟
- a) Positive thinking (أ) التفكير الإيجابي  
b) More sales (ب) المزيد من المبيعات  
c) Less employee vacation time (ج) وقت أقل في إجازة الموظف  
d) Less employee sick says (د) وقت أقل للأجازات المرضية
- 4.) What is one area that is commonly encouraged to increase? (4 ما هو أحد المجالات التي عادة ما يتم تشجيع زيادتها؟
- a) Absences (أ) الغياب  
b) Safety violations (ب) مخالفات السلامة  
c) Spelling errors (ج) الأخطاء الإملائية  
d) Employee morale (د) معنويات الموظف

5.) What does it mean to see the best in other people?

- a) Giving them the benefit of the doubt
- b) Seeing what awards they have won
- c) Ignoring them completely
- d) Seeing their good qualities

5) ماذا يعني أن ترى الأفضل عند الآخرين؟

- أ) منحهم فائدة الشك
- ب) معرفة الجوائز التي فازوا بها
- ج) تجاهلهم تماما
- د) رؤية صفاتهم الحسنة

6.) Don't be afraid to do what with your employees?

- a) Fire them
- b) Discipline them
- c) Compliment them
- d) Transfer them

6) لا تخافوا من فعل ما مع موظفيك؟

- أ) ردهم
- ب) تأديبهم
- ج) امدحهم
- د) نقلهم

7.) Using negative language with an employee can make them feel what?

- a) Under attack
- b) Important
- c) Valued
- d) Excited

7) استخدام لغة سلبية مع الموظفين يجعلهم يشعرون بماذا؟

- أ) التعرض للهجوم
- ب) الأهمية
- ج) التقدير
- د) الحماس

8.) Which of the following is a form of negative phrasing?

- a) "I can do that after my break."
- b) "I will do well on my test today."
- c) "I did a great job today!"
- d) "I can't finish the assignment now!"

8) أي مما يلي هو شكل من أشكال الصياغة السلبية؟

- أ) "يمكنني أن أفعل ذلك بعد فترة الراحة."
- ب) "سأبلي بلاءً حسناً في اختباري اليوم."
- ج) "لقد قمت بعمل رائع اليوم!"
- د) "لا يمكنني إنهاء المهمة الآن!"

9.) Managing a group of \_\_\_\_\_ can be a difficult task.

9) يمكن أن تكون إدارة مجموعة من \_\_\_\_\_ مهمة صعبة.  
أ) القطط

- a) Cats
- b) People
- c) A and B
- d) None of the above

- ب) الناس
- ج) أ و ب
- د) لا شيء مما سبق

10.) Sometimes our good intentions can come across as \_\_\_\_.

- a) Critical
- b) Negative
- c) Mean
- d) All of the above

10) في بعض الأحيان يمكن أن تظهر نوايانا الحسنة على أنها \_\_\_\_\_.

- أ) حرج
- ب) سلبي
- ج) يعني
- د) سورة ما سبق

## Module Ten: Review Questions

## مراجعة الوحدة العاشرة:

- 1.) How does identifying our strengths boost our confidence?
- a) It reassures ourselves of what we can do  
b) It gives us something to do  
c) It makes us feel like a big shot  
d) It reassures us we can do something right
- 2.) What is one way we can help identify our strengths?
- a) Ask someone else what they think  
b) Get a test at the doctor  
c) Make a written list to read out loud  
d) Conduct a survey
- 3.) What are best practices?
- a) The best doctor offices  
b) Processes that work  
c) The best places to practice sports  
d) Processes that everyone likes
- 4.) Best practices are defined by what?
- a) Each individual situation  
b) The manager  
c) The employees  
d) The customers
- (1) كيف يؤدي تحديد نقاط قوتنا إلى تعزيز ثقتنا؟
- أ) يؤكد لأنفسنا ما يمكننا القيام به  
ب) يعطينا شيئاً لنفعله  
ج) يجعلنا نشعر وكأننا لقطه كبيرة  
د) يؤكد لنا أنه يمكننا فعل شيء صحيح
- (2) ما هي إحدى الطرق التي يمكننا من خلالها المساعدة في تحديد نقاط قوتنا؟
- أ) اسأل شخصاً آخر عما يعتقد  
ب) اخضع لفحص لدى الطبيب  
ج) قم بإعداد قائمة مكتوبة لقراءتها بصوت عالٍ  
د) إجراء مسح
- (3) ما هي أفضل الممارسات؟
- أ) أفضل مكاتب الأطباء  
ب) الممارسات التي تنجح  
ج) أفضل الأماكن لممارسة الرياضة  
د) الممارسات التي يحبها الجميع
- (4) ما هو المحدد لأفضل الممارسات؟
- أ) كل حالة فردية  
ب) المدير  
ج) الموظفون  
د) العملاء

5.) What is a peak experience?

- a) A feeling of nirvana
- b) A time of feeling happy and possibility
- c) A time when you were mountain climbing
- d) A feeling of absolute peace

(5) ما هي تجربة الوصول للقمه؟

- أ) الشعور بالنيرفانا
- ب) وقت الشعور بالسعادة والتمكن
- ج) وقت كنت تتسلق فيه الجبال
- د) الشعور بالسلام المطلق

6.) Peak experiences can help us feel positive because why?

- a) They are moments from our last vacation
- b) They remind us of past mistakes
- c) They are moments when we as though we've achieved something
- d) They remind us of our last promotions

(6) يمكن أن تساعدنا تجارب الوصول للقمه على الشعور بالإيجابية لماذا؟

- أ) لأنها لحظات من إجازاتنا الأخيرة
- ب) تذكرنا بأخطاء الماضي
- ج) إنها لحظات نشعرنا كأننا حققنا شيئاً
- د) تذكرنا بأخر عروضنا الترويجية

7.) What is success?

- a) Earning a lot of money
- b) A feeling of being superior to someone else
- c) A feeling of accomplishment or achievement
- d) Being promoted

(7) ما هو النجاح؟

- أ) كسب الكثير من المال
- ب) الشعور بالتفوق على الآخرين
- ج) الشعور بالإنجاز
- د) الحصول على ترقية

8.) Remembering our past successes can help us \_\_\_\_\_ when it comes to current problems.

- a) Over-react
- b) Reduce stress
- c) Feel anxious

(8) يمكن أن يساعدنا تذكر نجاحاتنا السابقة \_\_\_\_\_ عندما يتعلق الأمر بالمشكلات الحالية.

- أ) على المبالغة في رد الفعل
- ب) تقليل التوتر
- ج) الشعور بالقلق
- د) تغيير رأينا

d) Change our minds

9.) If we want others around us to be positive and confident, then we have to create it within \_\_\_\_\_

- a) The first day
- b) Ourselves
- c) The job description
- d) None of the above

9) إذا أردنا أن يكون الآخرون من حولنا إيجابيين وواثقين ، فعلينا أن ننشئها في غضون \_\_\_\_\_

- أ) اليوم الأول
- ب) أنفسنا
- ج) الوصف الوظيفي
- د) لا شيء مما سبق

10.) A strong core can stick together despite rough \_\_\_\_\_ that may arise

- a) Seas
- b) Problems
- c) Discussions
- d) None of the above

10) يمكن أن تلتصق النواة القوية ببعضها البعض على الرغم من \_\_\_\_\_ الخشنة التي قد تنشأ

- أ) البحار
- ب) المشاكل
- ج) المناقشات
- د) لا شيء مما سبق

