

العنوان:	الضغط النفسي وقلق المستقبل لدى المراهقين المصابين بالسمنة
المؤلف الرئيسي:	العظامات، سونيا شومان
مؤلفين آخرين:	الشقران، حنان(مشرف)
التاريخ الميلادي:	2017
موقع:	إربد
الصفحات:	1 - 127
رقم MD:	870216
نوع المحتوى:	رسائل جامعية
اللغة:	Arabic
الدرجة العلمية:	رسالة ماجستير
الجامعة:	جامعة اليرموك
الكلية:	كلية التربية
الدولة:	الاردن
قواعد المعلومات:	Dissertations
مواضيع:	الضغط النفسي
رابط:	<a href="https://search.mandumah.com/Record/870216">https://search.mandumah.com/Record/870216</a>

# الملاحق

الملحق ( أ )  
مقياس الضغط النفسي بصورته الأولية

الأستاذة/الدكتورة.....الفاضل/ة.

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: "الضغط النفسي وقلق المستقبل لدى المراهقين المصابين بالسمنة"، استكمالاً للحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي.

ولتحقيق ذلك قامت الباحثة ببناء مقياس الضغط النفسي والمكوّن من أربعة أبعاد وهي: بُعد الضغوط المعرفية، بُعد الضغوط الانفعالية، وبُعد الضغوط الاجتماعية، وبُعد الضغوط الأسرية.

ويحتوي كل بُعد على مجموعة من الفقرات، حيث سيتم تقسيم فقرات المقياس وفق التدرج الخماسي:

غير موافق بشدة، غير موافق، محايد، موافق، موافق بشدة.

ونظراً لخبرتكم في الميادين النفسية يرجى التكرم بإبداء ملاحظاتكم ومقترحاتكم من حيث:

- الصياغة اللغوية للفقرات.

- مدى ملائمة الفقرات لأبعاد الدراسة.

- أي تعديلات أو مقترحات ترونها مناسبة.

وأشكر لكم حسن تعاونكم، وتقبلوا مني فائق الاحترام والتقدير.

الباحثة

سونيا شومان العظامات

الرقم	الفقرة	مدى السلامة اللغوية		مدى الانتماء للمجال	
		سليمة	بحاجة إلى تعديل	منتمية	غير منتمية
<b>البعد الأول : الضغوط الانفعالية</b>					
1	يضايقني نقد زملائي/زميلاتي لي بسبب سمنتي.				
2	يزعجني سرعة بكائي عند مواجهة أي موقف يتعلق بسمنتي.				
3	أشعر بالخجل من سمنتي.				
4	أغضب عندما تجرح مشاعري بسبب سمنتي.				
5	يضايقني شعوري بالغيرة من تناسق أوزان زملائي/ زميلاتي.				
6	أشعر أن سمنتي هي سبب شعوري بالوحدة حتى لو كنت مع زملائي/ زميلاتي.				
7	يشعرنني وزني الزائد بالغضب ويجعلني غير قادر على التعبير عن نفسي بوضوح.				
8	أشعر بالضيق لعدم الرضا عن مظهري الصحي.				
9	أشعر بالقلق في كثير من الأحيان بسبب سمنتي.				
10	أشعر بالخوف والاكنتاب دائما بسبب السمنة.				
11	لا يحترم زملائي / وزميلاتي مشاعري فيما يتعلق بسمنتي.				
12	ينتابني الخوف من الإصابة بالأمراض بسبب سمنتي.				
13	يضايقني عدم اهتمام المعلمين/ المعلمات بي بسبب سمنتي.				
14	أغضب بشدة عندما يتحيز المعلمون/ المعلمات لزملائي/ زميلاتي وأهمل لسمنتي.				
<b>البعد الثاني : الضغوط المعرفية</b>					
15	لا أستطيع التعبير عن أفكاري بوضوح بسبب وزني الزائد.				

				16	لا أفكر بالذهاب إلى المدرسة بسبب سمنتي.
				17	سمنتي هي سبب حصولي على علامات متدنية.
				18	أعاني من ضعف قدرتي على الاستيعاب.
<b>البعد الثالث : الضغوط الاجتماعية</b>					
				19	أزعج عندما يقلل الآخرون من أهميتي وأهمية آرائي.
				20	تزعجني المشاركة في الواجبات الاجتماعية بسبب سمنتي.
				21	أتألم من إهمال زملائي / زميلاتي لي بسبب سمنتي.
				22	يسيطر علي الخجل عندما أكون مع جماعة بسبب سمنتي.
				23	ينادييني زملائي / زميلاتي بألقاب لا أحبها تتعلق بسمنتي.
				24	أعاني من الخجل من الجنس الآخر بسبب سمنتي.
				25	أتضايق من الذهاب إلى المدرسة بسبب سمنتي.
<b>البعد الرابع: الضغوط الأسرية</b>					
				26	يضايقني تفضيل والدي لأخوتي علي بسبب سمنتي.
				27	أعاني من كثرة الشجار مع أخواتي بسبب سخريتهم من سمنتي.
				28	يضايقني عدم اهتمام والدي بي بسبب سمنتي.
				29	لا أستطيع مصارحة والداي بمشاكلي المرتبطة بسمنتي.
				30	أغضب لأن والداي لا يفهمان مشكلتي مع السمنة.