

الملاحق

جامعة
استمارة تقييم لطلبة كلية
ملحق رقم (1)

عزيزي الطالب:

بين يديك أستمارة تقييم للطلبة بالكلية التي يدرسون فيها وتتعلق بدراسة بعض الجوانب النفسية التي يتعرض لها الطالب لأسباب مختلفة، قسمت الأستمارة إلى جزئين الأول يتضمن بعض البيانات الشخصية والثاني يمثل بعض الأمور التي تشغل الطالب أكثر من سواه على أن يقوم بترتيبها تبعاً لأهميتها.

إرشادات الإجابة:

- 1- الرجاء الكتابة في داخل هذه الأستمارة، وكل الإجابة بداخلها في الأماكن المعدة لذلك.
- 2- ملء المعلومات أولاً بشكل تام، ولا تترك سؤال دون إجابة.
- 3- أقرأ فقرات الإستمارة (ثانياً) وأجب عليها بوضع الـ داخل تبعاً لما تشعر أنت فيه.

أولاً البيانات الشخصية: ضع علامة (✓)

- 1- العمر:
- 1- الجنس: ذكر أنثى

ثانياً: بين أي الأمور التي تشغلك أكثر من سواها رقمياً تبعاً لأهميتها وأكتب رقمها داخل الدائرة أمامه: -

- 1- التفكير اليومي بالمصروفات ومجابهة الأعباء المالية
- 2- توفير مستلزمات الدراسة واحتياجاتي من التعلم
- 3- العلاقة السرية بيني وبين والدي
- 4- علاقتي السيئة مع أصدقائي
- 5- شعوري المستمر بالوحدة وعدم التجانس مع أصدقائي
- 6- شعوري بوجود من يحسدني ويغار مني

- 7- تفكيري المستمر بأوضاع بلدي والعالم
- 8- شعوري بأن العالم يعيش بظلم كبير
- 9- تفكيري المستمر بالمساكين والفقراء
- 10- شعوري بالذنب ومخافة الله والخشوع إليه
- 11- تفكيري المستمر بالجنس الآخر
- 12- انشغالي المستمر بأمور دراستي
- 13- يزعجني ضعف أدائي المستمر بالخدمة
- 14- الشعور بالاعتراب لبعدي عن أهلي
- 15- علاقتي مع اساتذتي متوترة
- 16- لا أشعر بالراحة النفسية تجاه البيئة الجامعية
- 17- الخوف من المستقبل
- 18- إحساسي بأنني عاجز عن تغيير الأشياء السلبية التي أراها يومياً
- 19- أي مشاكل أخرى تحس بها أذكرها بالتحديد

.....

.....

.....

.....

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
كلية الدراسات العليا
استبانته بحث دكتوراه (ملحق رقم (2))

عزيزي الأستاذ الفاضل: -

بين يدك استبانته تتعلق برسالة دكتوراه عن بعض الجوانب النفسية التي قد يتعرض لها الطالب لأسباب مختلفة. قسمت الاستبانته إلى جزئين، الأول يتضمن بعض البيانات الشخصية عنك، والثاني يمثل فقرات الاستبانته التي سوف يتم قياسها بأوزان خمسة تبدأ من (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً). نرجو تفضلك بقراءة الإرشادات جيداً والإجابة تبعاً لها، كما يأتي: -

إرشادات الإجابة: -

- 1- الرجاء عدم الكتابة مطلقاً في هذا المقياس، وكل الإجابة في ورقة الإجابة المرفقة.
- 2- ملء المعلومات في أولاً بشكل تام، ولا تترك نقطة دون إجابة
- 3- أقرأ فقرات الاستبيان في ثانياً، وأختر إجابة واحدة من البدائل الخمسة وأعمل علامة (✓) على إجابة واحدة تبعاً لما تشعر أنت فيه، مثال:
أشعر بقلق من الامتحانات ...
دائماً () غالباً () أحياناً () نادراً () أبداً (✓)
- 4- ينبغي عدم ترك أي فقرة دون إجابة
- 5- ضرورة تحديد مستوى تحصيلك في النقطتين (9، 10، بدقة وصرحة. علماً بأن المعلومات تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط، ولن يطلع عليها سوى الباحث.

أولاً: المعلومات الأولية: -

- 1- الجنس ذكر () أنثى () رقم الجلوس للامتحان
- 2- العمر
- 3- الجامعة:
- 4- الكلية: التخصص: المستوى التعليمي (الصف)
- 5- المستوى التعليمي للأم:
أمية () تقرأ وتكتب () ابتدائية () جامعية ()
فوق الجامعية ()

- 6- المستوى التعليمي للأب: أمي () يقرأ ويكتب () ابتدائي () جامعي () فوق الجامعي ()
- 7- وظيفة الأم: وظيفة الأب:
- 8- سكن الطالب: مع الأسرة () مع الأقرباء () داخلي () أخرى تذكر ()
- 9- المعدل التراكمي لجميع الدروس في الفصلين الآخرين لك أخطر بديلاً واحداً فقط: - ممتاز () جيد جداً () جيد () مقبول () وسط () ضعيف ()
- 10- ترتيبك بين طلبة فصلك في التحصيل الدراسي: الربع الأول () الربع الثاني () الربع الثالث () الربع الرابع ()

ثانياً: مقياس لبعض الجوانب النفسية: -
 فيما يلي مجموعة من العبارات التي تتعلق ببعض العوامل ذات العلاقة بحياتك الشخصية والذاتية وما تشعر به من مشكلات. يرجى قراءة كل عبارة على حدة ووضع علامة (✓) في واحدة من البدائل الخمسة التي يرمز لها بـ (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

العبارات: -

الرقم	العبارة	دائماً	غالباً	كثيراً	نادراً	أبداً
1-	اشعر بالحرج من العمل الذي يقوم به والدي					
2-	بيتنا مزود دائماً بجميع الضروريات المعيشية					
3-	يزعجني الوضع المادي المتردي لأسرتي					
4-	يقلقني أن المصروفات الدراسية كثيراً ما تفوق إمكانيات أسرتي					
5-	لا تحقق لي أسرتي كثيراً من مستلزماتي الدراسية					
6-	يؤلمني عدم توفر الدعم المالي المناسب لأسرتي					
7-	يزعجني تفكيري اليومي بالمصروفات الدراسية					
8-	لا أستطيع توفير احتياجاتي الدراسية					
9-	يزعجني زيادة تكاليف الدراسة سنوياً					
10-	أتحرج دائماً للخروج مع زملائي بسبب عوزي المادي					

					11- افضل الاعتكاف في المنزل أسباب قلة المصروف
					12- لا أشعر بالجانب الاقتصادي يشكل أي ضغط على مسيرة حياتي
					13- أفضل في الوصول على قرارات بنفسي
					14- أنا راضي بواقعي الآن
					15- علاقتي بالآخرين قوية
					16- ضبط النفس ليست مشكلة بالنسبة لي
					17- اقدر ذاتي حق قدرها
					18- أنا غير قادر على التأثير في الآخرين
					19- أنا لا أتقبل معظم القيم والمعايير الجامعية
					20- يضايقني دوماً شعوري بأنني أقل من زملائي في كثير من الأشياء
					21- أطالب نفسي بأشياء أكبر من طاقتي
					22- أنا كثير التخيل والتفكير
					23- حياتي مليئة بالمتاعب
					24- أشعر بأنني مختلف عن الآخرين
					25- أنا شخص أستطيع تحمل المسؤولية
					26- يضايقني شعوري بالخجل
					27- كثير الشجار مع الأخوة
					28- قليل الظهور في المجتمعات العامة
					29- يقلقني وجود عادات شخصية يثيرها أحد الوالدين
					30- أفضل عدد قليل من الأصدقاء
					31- أجد صعوبة في الوقوف في الفصل أما الطلبة للتكلم في موضع ما
					32- يزعجني شعوري بمواقف متناقضة من الحب والكراهية نحو أفراد الأسرة
					33- يؤلمني أن أحد والدي عصبي جداً
					34- أتردد في التسميع أو الإلغاء في الفصل
					35- شعوري دوماً أن هناك اختلاف مع أحد والدي حول العمل الذي أو القيام به في الحياة
					36- اشعر بالتعب عند الكتابة
					37- اشعر في كثير من الأحيان بأنني متعبة
					38- أشعر بحساسية العين للضوء
					39- اشعر بعدم النوم حتى إذا لم تكن هناك ضوضاء

					40- اشعر بدوخة في كثير من الأحيان
					41- أصاب كثيراً بالتهاب اللوز والحنجرة
					42- كنت كثير المرض أثناء طفولتي
					43- كثيراً ما غبت عن الجامعة بسبب المرض
					44- اشعر بضرورة أن أتلقى عناية طبية مستمرة
					45- كثيراً ما ينتابني صداع أثناء المذاكرة
					46- أعاني من مشكلة في بصري عند القراءة لمدة طويلة
					47- أشعر- بالحزن- للشديد عندما أفكر- بمستقبلي-
					48- اشعر بالقلق والضيق حتماً حينما أفكر في إيجاد وظيفة بعد التخرج
					49- يؤلمني الشعور بأنني سأقضي وقتاً طويلاً في البحث عن عمل بعد التخرج
					50- اشعر بأن إمكانياتي محدودة لأداء مهام الحياة العملية
					51- اشعر بالقلق عندما أقضي واجباتي الدراسية
					52- أشعر بأن إنجازاتي أقل بكثير مما هو متوقع مني
					53- يزعجني عندما أخرج لم أستطيع رد الجميل لأسرتي بالسرعة المطلوبة
					54- أن ما نتعلمه في الجامعة لا قيمة له في سوق العمل
					55- المعايير والأسس التي يقوم عليها التوظيف في بلدنا لا علاقة له بما نتعلمه في الجامعة
					56- أعتقد أن الحياة كلها سواء قائمة وما على الفرد إلا خوضها كما هي
					57- لا فائدة من الإصلاح فكل شيء فاسد
					58- من الصعب تحقيق الكفاية في مجتمع كل فرد يعرف نفسه
					59- أجد صعوبة في الاستذكار
					60- كثيراً ما أجد صعوبة في فهم المقررات الدراسية
					61- أجد أن بعض المواد غير متصلة بالحياة اليومية
					62- يزعجني ضعف أدائي المستمر بالجامعة
					63- اشعر بالقلق أثناء المذاكرة
					64- يصعب على الانتباه لفترة طويلة

					65- أواجه صعوبات كبيرة في الفهم
					66- هناك انفصال بين الدراسة بالكلية وحاجات المجتمع
					67- أعتقد أن المناهج الدراسية التي نتعلمها ملائمة للمستوى العقلي للطالب
					68- يقلقني باستمرار شعوري بالذنب ومخافة الله، والخشوع إليه
					69- يزعجني شعوري المستمر بوجود ظلم كبير على الناس
					70- تفكيري المستمر بأوضاع المسلمين في أنحاء العالم تشغل حيزاً واسعاً في حياتي
					71- أومن بأن العالم حلت به الكوارث بابتعاده عن الدين.
					72- يشغلني باستمرار التفكير بالحياة الأخرى وما ينبغي أن أعد لها
					73- يؤلمني بعد الزملاء عن التعاليم الإسلامية
					74- أحرص على الجهاد في سبيل رسالة الإسلام أكثر من حرصي على دراستي
					75- أعتقد أن الدراسة جزء هامشي أمام الواجبات الديني التي منحني لها الرب
					76- التعصب الديني يضر بالإسلام وبالفرد نفسه
					77- ينبغي أن يكمل التزامي الديني التزماني الأكاديمي بواجباتي
					78- شعوري بتوفر الحب والود الحقيقي أما زميلاتي بالدراسة
					79- يقلقني تفكيري المستمر بالجنس الآخر
					80- يزعجني شعوري المستمر بأنني سوف أفشل في حياتي الزوجية مستقبلاً
					81- يؤلمني توتر علاقتي المستمرة مع زملائي
					82- كثيراً ما تناقش الأمور الزوجية مع زميلاتي
					83- إيماني مطلق بعدم فائدة الانتماء السياسي
					84- تحتل الواجبات السياسية والأعمال المرتبطة بها حيز كبير من وقتي
					85- أحس أن الحرية في الجامعة غير متاحة
					86- يزعجني أن الطلاب الجامعيون غير ديمقراطيين في أطروحاتهم
					87- يقلقني كثيراً الوضع السياسي الذي يمر به بلدي

					88- يزعجني تدخل الأحزاب السياسية في العمل الطلابي وخلق عدم الاستقرار بالجامعة
					89- أن التفكير في الظلم الذي يتعرض له الإسلام والعرب يحتل جزءاً مهماً من حياتي
					90- أعتقد أن العمل السياسي هو حالة ثانوية لا تشكل أهمية كبرى في حياة الطالب الجامعي
					91- تأثر كثيراً عندما أسمع نقداً ضد فكرة أما أحملها
					92- لا يمكن للفرد أن يعيش بدون انتماء فكري
					93- من يعمل بالسياسة ينبغي أن يضع أخلاقه في صندوق أسود

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
كلية الدراسات العليا
استبانة بحث دكتوراه (ملحق رقم (3))

عزيزي الطالب: -

بين يدك استبانة تتعلق برسالة دكتوراه عن بعض الجوانب النفسية التي قد يتعرض لها الطالب لأسباب مختلفة. قسمت الاستبانة إلى جزئين، الأول يتضمن بعض البيانات الشخصية عنك، والثاني يمثل فقرات الاستبانة التي سوف يتم قياسها بأوزان خمسة تبدأ من (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً). نرجو تفضلك بقراءة الإرشادات جيداً والإجابة تبعاً لها، كما يأتي: -

إرشادات الإجابة: -

- 6- الرجاء عدم الكتابة مطلقاً في هذا المقياس، وكل الإجابة في ورقة الإجابة المرفقة.
- 7- ملء المعلومات في أولاً بشكل تام، ولا تترك نقطة دون إجابة
- 8- أقرأ فقرات الاستبيان في ثانياً، وأختر إجابة واحدة من البدائل الخمسة وأعمل علامة (✓) على إجابة واحدة تبعاً لما تشعر أنت فيه، مثال:
- أشعر بقلق من الامتحانات ...
دائماً () غالباً () أحياناً () نادراً () أبداً (✓)
- 9- ينبغي عدم ترك أي فقرة دون إجابة
- 10- ضرورة تحديد مستوى تحصيلك في النقطتين (9، 10)، بقفة وصراحة. علماً بأن المعلومات تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط، ولن يطلع عليها سوى الباحث.

أولاً: المعلومات الأولية: -

- 1- الجنس ذكر () أنثى () رقم الجلوس للامتحان
- 2- العمر
- 3- الجامعة:
- 4- الكلية: التخصص: المستوى التعليمي (الصف)
- 5- المستوى التعليمي للأم:

- أمية () تقرأ وتكتب () ابتدائية () جامعية ()
فوق الجامعية ()
6- المستوى التعليمي للأب:
أمي () يقرأ ويكتب () ابتدائي () جامعي ()
فوق الجامعي ()
7- وظيفة الأم: وظيفة
الأب:
- 8- سكن الطالب: مع الأسرة () مع الأقرباء () داخلي () أخرى
تذكر ()
- 9- المعدل التراكمي لجميع الدروس في الفصلين الآخرين لك أختار
بديلاً واحداً فقط: -
ممتاز () جيد جداً () جيد () مقبول () وسط ()
ضعيف () .
- 10- ترتيبك بين طلبة فصلك في التحصيل الدراسي:
الربع الأول () الربع الثاني () الربع الثالث () الربع
الرابع () .

ثانياً: مقياس لبعض الجوانب النفسية: -
فيما يلي مجموعة من العبارات التي تتعلق ببعض العوامل ذات
العلاقة بحياتك الشخصية والذاتية وما تشعر به من مشكلات. يرجى
قراءة كل عبارة على حدة ووضع علامة (✓) في واحدة من البدائل
الخمسة التي يرمز لها بـ (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

العبارات: -

الرقم	العبارة	دائماً	غالباً	كثيراً	نادراً	أبداً
1-	علاقتي بالآخرين قوية					
2-	أنا راضي بواقعي الآن					
3-	يؤلمني بعد زملائي عن التعاليم الإسلامية					
4-	يشغلني باستمرار التفكير بالحياة الأخرى وما ينبغي أن أعد لها					
5-	أنا شخص أستطيع تحمل المسؤولية					
6-	يزعجني عندما أخرج لا أستطيع رد الجميل لأسرتي بالسرعة المطلوبة.					
7-	يزعجني تدخل الأحزاب السياسية في العمل الطلابي وخلق عدم الاستقرار بالجامعة.					
8-	التفكير المستمر بأوضاع المسلمين في أنحاء تشغل حيزاً في حياتي					
9-	أن التفكير في الظلم الذي يتعرض له الإسلام والعرب يحتل جزء مهماً في حياتي					

				التعصب الديني يضر بالإسلام وبالفرد نفسه	10
					-
				يقلقني كثيراً الوضع السياسي الذي يمر به بلدي	11
					-
				أشعر بأن إنجازاتي أقل بكثير مما هو متوقع مني	12
					-
				أؤمن بأن العالم حلت به الكوارث، بابتعاده عن الدين	13
					-
				ضبط النفس ليست مشكلة بالنسبة لي	14
					-
				أنا كثير التخيل والتفكير	15
					-
				أجد صعوبة في الاستذكار	16
					-
				كثير ما ينتابني صدام أثناء المذاكرة	17
					-
				اقدر ذاتي حق قدرها	18
					-
				يقلقني باستمرار شعوري بالذنب ومخافة الله، والخشوع إليه	19
					-
				لا يمكن للفرد أن يعيش بدون انتماء فكري	20
					-
				أؤمن بعدم جدوى الانتماءات السياسية	21
					-
				اعتقد أن العمل السياسي هو حالة ثانوية لا تشكل أهمية كبرى من حياتي	22
					-
				اشعر بالقلق أثناء المذاكرة	23
					-
				يزعجني زيادة تكاليف الدراسة الجامعية سنوياً.	24
					-
				يقلقني أن المصروفات الدراسية، كثيراً ما تفوق إمكانيات أسرتي على تحملها.	25
					-
				يبدئ رغبة في الظهور في المجتمعات العامة	26
					-
				حياتي مليئة بالمتاعب	27
					-
				يزعجني ضعف أدائي المستمر بالجامعة	28
					-
				أشعر بالتعب عند الكتابة	29

					أشعر بأن إمكانياتي محدودة لأداء مهام الحياة العملية	30 -
					يصعب علي الانتباه لفترة طويلة	31 -
					يؤلمني أن أجد والدي عصبي جداً	32 -
					يضايقني شعوري بالخجل	33 -
					أجد صعوبة في الوقوف في الفصل أمام الطلبة للتكلم في موضوع ما.	34 -
					كنت كثير المرض أثناء طفولتي	35 -
					يؤلمني شعوري بأنني سأقضي وقتاً طويلاً في البحث عن عمل بعد التخرج	36 -
					كثيراً ما أجد صعوبة في فهم المقررات الدراسية	37 -
					كثيراً ما تناقش الأمور الزوجية مع زملائي	38 -
					أشعر بحساسية العينين للضوء	39 -
					أشعر بالحزن الشديد عندما أفكر بمستقبلي	40 -
					يضايقني دوماً شعوري بأنني أقل خبرة من زملائي الجامعيين في كثير من الأشياء	41 -
					كثير الشجار مع الأخوة	42 -
					يقلقني تفكيري المستمر بالجنس الآخر	43 -
					أعتقد أن الدراسة جزء هامشي أمام الواجبات الدينية التي منحني لها الرب	44 -
					أعاني من مشكلة من بصري عند القراءة لمدة طويلة	45 -
					أجد أن بعض المواد الدراسية، غير متصلة بالحياة اليومية	46 -
					يزعجني شعوري بمواقف متناقضة من الحب والكراهية نحو بعض أفراد أسرتي	47 -
					أشعر بالقلق والضيق حينما أفكر في إيجاد وظيفة	48 -

				يزعجني تفكيري اليومي بالمصروفات الدراسية	49 -
				أنا لا أتقبل معظم القيم والمعايير الجامعية التي تعيق حرية الطالب	50 -
				أطالب نفسي بأشياء أكبر من طاقتي	51 -
				لا أشعر بالجانب الاقتصادي يشكل إلى ضغط على مسيرة حياتي	52 -
				يزعجني تفكيري اليومي بالمصروفات الدراسية	53 -
				أنا لا أتقبل معظم القيم والمعايير الجامعية التي تعيق حرية الطالب	54 -
				أفضل أن يكون لدي عدد قليل من الأصدقاء	55 -
				أواجه صعوبات كبيرة في الفهم	56 -
				أشعر بضرورة أن أتلقى عناية طبية مستمرة	57 -
				لا أستطيع توفير احتياجاتي الدراسية	58 -
				إن ما أتعلمه في الجامعة لا قيمة له في سوق العمل	59 -
				يزعجني الوضع المادي المنخفض لأسرتي	60 -
				شعوري دوماً أن هناك اختلاف مع أحد والدي حول العمل الذي أود أيضاً	61 -
				أحرص على الجهاد في سبيل الله رسالة الإسلام أكثر من حرصي على دراسي	62 -
				يزعجني كثرة المعجبين من الجنس الآخر	63 -
				أشعر أحياناً بأن والدي لا ينفقان معي تماماً	64 -
				علاقتي مع زملائي متساوية	65 -
				أعاني من إضراب علاقتي مع والدي	66 -
				شعوري بأنني لم أجد الزوج الذي يفهمني	67 -
				يقلقني أن والدتي هي صاحبة القرار داخل	68

					البيت	
					لا أشعر بالراحة تجاه القاعة، بدون وجود زملائي فيها	69 -
					يقلقني بأن والدي لا ينظران إلي اعتباري شخصاً غير ناضج، بل يعاملاني أنني ما زلت طفلاً	70 -
					يقلقني أن أسرتي مهددة بالانهيار بسبب الخلافات التي بين والدي	71 -
					أشعر بصعوبة النوم حتى إذا لم تكن هنالك ضوضاء	72 -
					هناك انفصال بين الدراسة بالكلية وحاجات المجتمع	73 -
					أصاب كثيراً بالتهاب الحنجرة واللوز	74 -
					كثيراً ما غبت عن الجامعة بسبب المرض	75 -
					أشعر بالقلق عندما أقصر في واجباتي الدراسية	76 -
					أخرج دائماً للخروج من زملائي بسبب عوزي المادي	77 -
					أشعر بالحرَج من العمل الذي يقوم به والدي	78 -
					أحس بأن الحرية في الجامعة غير متاحة	79 -
					أقضي معظم الوقت في أداء واجبات العمل السياسي الذي انتمى إليه	80 -
					لا تحقق لي أسرتي كل مستلزماتي الدراسية	81 -
					أشعر بأن أصدقائي أسعد من حياتهم المنزلية	82 -
					أتردد في التسميع أو الإلغاء أمام الفصل	83 -
					يزعجني شعوري المستمر بأنني سوف أ فشل في حياتي الزوجية مستقبلاً.	84 -
					يضايقني دوماً شعوري بأنني أقل خبرة من زملائي الجامعيين في كثير من الأحيان.	85 -

ملحق رقم (4)

المحكمين:

- 1- الدكتور/ وليد خضر الزند، بروفيسور قسم علم النفس- جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- 2- الدكتور/ محمد أحمد كرم الله ، أستاذ مساعد قسم علم النفس- جامعة السودان.
- 3- الدكتور/ يوسف بلال، أستاذ مساعد - قسم التقنيات التربوية
- 4- الدكتور/ عبد الله عبد الرحمن الخانجي، أستاذ مساعد- قسم المناهج وطرق التدريس
- 5- الدكتور/ مهدي عبد الماجد، أستاذ مساعد – قسم العلوم التربوية والنفسية – جامعة وادي النيل.
- 6- الدكتور/ خديجة أمام، أستاذ مساعد، قسم المناهج وطرق التدريس- جامعة وادي النيل.
- 7- أستاذ/ ياسر معاذ جبريل، مساعد تدريس- قسم علم النفس – جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- 8- أستاذة/ نجلاء عبد المحمود، أستاذ محاضر- قسم علم النفس- جامعة أفريقيا.
- 9- أستاذة/ هويدا زكي الشيخ، أستاذ محاضر – قسم علم النفس- جامعة الزعيم الأزهرى.