



مديرية التربية والتعليم بكفر الشيخ

توجيه عام التربية الاجتماعية

مكتب الخدمة الاجتماعية المدرسية

مقياس الخوف (الرهاب) الإجتماعى المرتبط بالموقف التعليمي لدى طلاب المرحلة الثانوية

م	العبارة	غالباً	أحياناً	نادراً
١	أعرف إجابات الأسئلة ولا أستطيع التقدم للإجابة عنها.			
٢	أحمر خجلاً عند وقوفي أمام زملائي في قاعة الدراسة.			
٣	أتغيب عن الحصص التي أتعرض فيها للأسئلة الشفهية.			
٤	الخوف من مواقف المواجهة في قاعة الدراسة حالة مستمرة.			
٥	أخاف من الوقوف أمام زملائي لشرح فكرة أو توضيحها.			
٦	أرتبك عند الإجابة على الأسئلة الشفهية.			
٧	أجنب المشاركة في الأنشطة خوفاً من مواقف الإحراج أمام زملاء.			
٨	أخشى مواقف المواجهة رغم أنني لا أعاني من أى أمراض بدنية.			
٩	أخشى الإمتحانات الشفهية.			
١٠	الكلام يصبح صعباً عند عرضي لموضوع (ما) أمام الطلاب في وجود المعلم.			
١١	أرفض بشدة قيادة زملائي في أى عمل تجنباً للمواجهة.			
١٢	مواقف الخوف الإجتماعى تواجهني رغم محاولتي للتغلب عليها.			
١٣	أبادر بالتحدث أمام زملائي داخل قاعة الدراسة.			
١٤	أخشى التحدث أمام الجماعة في مواقف التدريب العملي في المعامل.			
١٥	أشعر بالقلق والضغط أثناء الحصص خوفاً من سؤالي أمام زملائي.			
١٦	لا أعاني من أى مرض نفسي ولكن أتوتر في مواقف المواجهة.			
١٧	أتمنى انتهاء الحصص سريعاً حتى لا يسألني المعلم.			
١٨	أغضب بشدة عند سؤالي أمام زملائي.			
١٩	أشعر بالتوتر وعدم النوم للتفكير في موقفني عند تكليفي بشرح درس.			
٢٠	التوتر والقلق يلازماني في مواقف الحياة اليومية التي أتعرض فيها لمواجهة الآخرين.			
٢١	أفضل الإمتحانات الشفهية عن التحريرية.			
٢٢	اضطرب عندما يطلب مني أداء فقرة أثناء الرحلات أو الأنشطة الطلابية.			
٢٣	أجنب التحدث مع المعلمين في قاعة الدراسة وخارجها.			
٢٤	أشعر بأن خوفي من المواجهة زائد عن الحد بالمقارنة بغيري من زملائي.			
٢٥	أتعرق عندما أقف أمام زملاء لعرض موضوع ما.			
٢٦	أجلس في الصفوف الأخيرة حتى لا يراني المعلم .			
٢٧	الخوف من مواقف المواجهة تتلاشي بعد المرة الأولى.			
٢٨	لا أستطيع عرض أفكارى بشكل مرتب رغم الاستعداد المسبق لها.			
٢٩	أطلب من أساتذتي استبدال الامتحان الشفوي بأخر تحريري.			
٣٠	أستطيع التغلب على مخاوفي الإجتماعية			



مديرية التربية والتعليم بكفر الشيخ

توجيه عام التربية الاجتماعية

مكتب الخدمة الاجتماعية المدرسية

العبارات التي تقيس كل محور

م	المحاور	العبارات التي تقيس كل محور
١	الخوف من مواقف المواجهة في قاعات الدراسة	٢١، ١٧، ١٣، ٩، ٥، ١
٢	الإضطرابات المصاحبة لمواقف المواجهة في قاعات الدراسة.	٢٨، ٢٥، ٢٢، ١٨، ١٤، ١٠، ٦، ٢
٣	تجنب المواقف المخيفة بقاعة الدرس وعند ممارسة الأنشطة الطلابية.	٢٩، ٢٦، ٢٣، ١٩، ١٥، ١١، ٧، ٣
٤	استمرارية الخوف الإجتماعى رغم سلامة الناحية النفسية والبدنية لدى الطالب.	٣٠، ٢٧، ٢٤، ٢٠، ١٦، ١٢، ٨، ٤