

OBVL

## استبيان حول ثقل التربية

لوالدي الأطفال المتراوحه أعمارهم بين 0 و 18 سنة

  
  
  

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> الأب                   | <input type="checkbox"/> الأم                   |
| <input type="checkbox"/> زوج الأم               | <input type="checkbox"/> زوجة الأب              |
| <input type="checkbox"/> أب بالتبني             | <input type="checkbox"/> أم بالتبني             |
| <input type="checkbox"/> أب بالحضانة / بالرعاية | <input type="checkbox"/> أم بالحضانة / بالرعاية |
| <input type="checkbox"/> شخص آخر                | <input type="checkbox"/> كلا الوالدين           |

إسم الطفل(ة):

نوع العلاج:

تاريخ التعبئة:

لحظة القياس:

تمت تعبئة الاستبيان من قبل:

### تفسير

تلي أسفله 34 سؤال حول تجربتك مع طفلك وكيفية تعاملك معه وحول شعورك وصحتك. كل سؤال له أربع إمكانيات للإجابة بالمعنى التالي:

1. "غير صحيح"
2. "صحيح شيئاً ما"
3. "صحيح لحد كبير"
4. "صحيح تماماً"

ضع (ي) أمام كل سؤال دائرة حول الإجابة الأكثر انطباقاً حسب رأيك. لا تفكر (ي) طويلاً، انطباقك الأول هو الأفضل عادة. لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة. إذا ظننت أنك أخطأت، فالرجاء وضع علامة (x) على ذلك الجواب مع وضع دائرة حول الجواب الصحيح.

قياس مختصر لسلوك الوالدين - لوالدي الأطفال المتراوحه أعمارهم بين 0 و 18 سنة  
أ. أ. فرمولست، خي. كروس، آر. إي. دو ماير، ل. نغوان و بي. في. فيرمان  
© 2015 براكتيكون بي في، نايميخن



© 2015 Praktikon B.V., alle rechten voorbehouden. Openbaarmaking en/of verveelvoudiging hiervan, in welke vorm dan ook, is alleen toegestaan met schriftelijke toestemming van Praktikon B.V.

صحيح تماما	صحيح لحد كبير	صحيح شيئا ما	صحيح غير	
↓	↓	↓	↓	
4	3	2	1	1 أنا أشعر بالسعادة مع طفلي.
4	3	2	1	2 طفلي يسمع كلامي.
4	3	2	1	3 أنا أستمتع بالحياة.
4	3	2	1	4 بسبب تربية طفلي لا أجد وقتا لنفسي.
4	3	2	1	5 أشعر بالسعادة عندما يكون طفلي جنبي.
4	3	2	1	6 يمكنني تهدئة طفلي حينما يغضب.
4	3	2	1	7 أشعر أنني سعيد(ة).
4	3	2	1	8 بسبب طفلي لا أجد الوقت للقيام بأشياء أخرى.
4	3	2	1	9 أنا راضي(ة) عن طفلي.
4	3	2	1	10 أتحكم في طفلي.
4	3	2	1	11 أحيانا لا أرى قيمة الحياة.
4	3	2	1	12 أود المزيد من الزيارات لأصدقائي ومعارفي، ولكن ذلك غير ممكن بسبب طفلي.
4	3	2	1	13 أشعر بالراحة حين وجودي مع طفلي.
4	3	2	1	14 أنا صبور(ة) مع طفلي.
4	3	2	1	15 كثيرا ما أشعر بالراحة.
4	3	2	1	16 لَدَيَّ أقل من الاتصالات مع أصدقائي بالمقارنة مع وقت سابق بسبب طفلي.
4	3	2	1	17 حينما يكون طفلي معي أشعر بالهدوء.
4	3	2	1	18 أتعامل بليونة مع طفلي.
4	3	2	1	19 كثيرا ما أكون سيئ(ة) المزاج.
4	3	2	1	20 أنا لا أطلع/أخرج من البيت إلا قليلا بسبب طفلي.
4	3	2	1	21 أستمتع بطفلي.
4	3	2	1	22 أعلم أن أدائي كمربي(ة) جيد.
4	3	2	1	23 أكره نفسي.
4	3	2	1	24 لَدَيَّ اتصالات قليلة مع أناس آخرين بسبب طفلي.
4	3	2	1	25 يمكنني تصحيح طفلي بشكل سليم إذا اقتضى الحال.

صحيح تماما	صحيح لحد كبير	صحيح شيئا ما	صحيح غير	
↓	↓	↓	↓	
4	3	2	1	26 لدي شعور ايجابي حول مستقبلي.
4	3	2	1	27 أشعر بانتفاخ أو ضغط بمحيط معدتي.
4	3	2	1	28 أشعر أنني متعب(ة).
4	3	2	1	29 عندي ألم في صدري أو بمحيط القلب.
4	3	2	1	30 عندي ألم بمحيط معدتي.
4	3	2	1	31 أشعر بالنعاس والخمول.
4	3	2	1	32 عندي ضيق الصدر.
4	3	2	1	33 معدتي متقلبة.
4	3	2	1	34 أنا متعب(ة) وغير مستريح(ة) حين قيامي في الصباح.

هنا نهاية الاستبيان. شكرا جزيلا على التعبئة!

