

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



جامعة سبها - كلية الآداب

قسم التربية و علم النفس

بحث مقدم لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الليسانس في علم النفس

بعنوان :

( مستوي الطموح وعلاقة بقلق المستقبل لدي طلاب كلية الآداب )

إعداد الطالبة :-

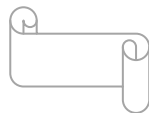
مديحه مهدي كوري

تحت إشراف :

الدكتور:- علي الشاعر

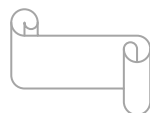
العام الدراسي

1439 - 1440 هـ - 2018 - 2019

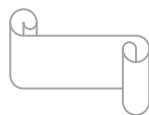


# فهرس المحتويات

رقم الصفحة	الموضوعات	ت
أ	الآية القرآنية	
ب	الإهداء	
ج	كلمة الشكر والتقدير	
د	ملخص البحث	
<b>الفصل الأول</b>		
2	المقدمة	1
3	مشكلة البحث	2
3	أهمية البحث	3
3	أهداف البحث	4
4	حدود البحث	5
4	تحديد مصطلحات	6
<b>الفصل الثاني / الإطار النظري</b>		
8	المقدمة	7
9	نظريات المفسرة لمستوى الطموح	8
10	خصائص و صفات الفرد الطموح	9
11	العوامل المؤثر في مستوى الطموح	10
12	دور مستوى الطموح في بناء الشخصية و العلمية و الناجحة في المجتمع	11
14	تعريف القلق	12
15	أسباب القلق المستقبل	13
15	تعريف قلق المستقبل	14
15	أسباب قلق المستقبل	15
16	سمات ذوي القلق المستقبل	16
16	التأثير السلبي للقلق المستقبل	17
17	أعراض قلق المستقبل	18
18	الدراسات السابقة	19
22	التعليق على الدراسات	20
<b>الفصل الثالث الدراسات الميدانية</b>		
23	منهج البحث	21
23	مجتمع البحث	22
23	عينة البحث	23
<b>الفصل الرابع / نتائج الدراسة و تفسيرها</b>		
25	نتائج الدراسة و تفسيرها	24
<b>الفصل الخامس</b>		

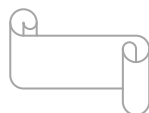


29	التوصيات	25
29	المقترحات	26
30	المراجع	27
33	الملاحق	28



# الفصل الأول

- أولا : مشكلة البحث .
- ثانيا : أهمية البحث .
- ثالثا : أهداف البحث .
- رابعا : حدود البحث .
- خامسا : تحديد المصطلحات :



## المقدمة

يعتبر مستوى الطموح من التغيرات التي لها تأثير في الحياة اليومية و تلعب دورا في التوافق و التكيف النفسي و الاجتماعي فعلي قدر ما يستطيع من تحقيق لهذا الطموح أو الاخفاق في الوصول إلي مستوي معين فإن هذا ينعكس إيجابا و سلبا علي نفسية الفرد و نحو الاخرين . إن الطموح دورا مهما في حياة الفرد و المجتمع , لأن الفرد الطموح يتميز بالتفاؤل تجاه مستقبله , ولديه القدرة علي تحديد أهداف حياته , و يستطيع التغلب علي ما قد يقابله من عوائق و لا يسلم للفشل و يتحمل الإحباط , و التالي فإنه يشعر بقيمة الحياة و معناها.

يعد القلق من العوامل الأساسية للصحة النفسية حيث يعد من الانفعالات التي تصيب الإنسان و يشكل المفهوم الأساسي في علم الأمراض النفسية و العقلية , حيث أحتل القلق في الفترة الأخيرة الصدارة من الاضطرابات النفسية لدرجة أن بعضهم أطلق علي العصر الذي نعيشه عصر القلق .

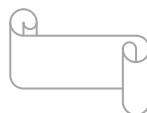
وقد يستثير قلق المستقبل لدي أفرادها المتمثل بالتوجس و الخوف و التوتر مما تخفيه الأيام المقبلة . ويبقى هذا التعبير الذي يحدث في ظروف تتسم بعدم الاستقرار و الاضطراب باعثا علي زيادة قلق المستقبل.

كما يعد القلق من العوامل الأساسية للصحة النفسية حيث يعد من الإنفعالات التي تصيب إنسان وبشكل مفهوم و أساسي في علم أمراض النفسية و العقلية حيث أحتل القلق في الفترة الأخيرة الصدارة بين اضطرابات النفسية لدرجة أن بعضهم أطلق علي العصر الذي نعيشه بعصر القلق .

ويشير عبد الفتاح صابر (1978:74) إلى أن المستقبل ينمو بقدر ما نستطيع تخيله و يبدو إزاء ذلك متاحا ، وإننا يجب أن نرغب ، وإن نريد ، وأن نمد أيدينا لكي نخلق المستقبل ، فالمستقبل ليس هو ما سوف يأتي لنا بل ما سوف نمضي إليه .

وفي ظل أجواء لا بد من وجود دافع قوي للهمة و الطموح الذي من خلاله يستطيع الفرد أن يرتقي و يصل إلي المبتغى رغم كل الصعاب و العراقيل.

فمستوى الطموح يعتبر من العوامل الهامة المميزة للشخصية ، فبقدر ما يكون الطموح مرتفع بقدر ما يكون الشخصية متميزة بقدر ما يكون المجتمع متقدم فالطموح من أهم أسرار نجاح الفرد و المجتمع .



## أولاً : مشكلة البحث .

تبرز مشكلة البحث واضحة من خلال أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تؤثر علي حياة الفرد , لذلك يعتبر قلق المستقبل موضوع خصب ومن المواضيع الحديثة ومن هنا يشكل مستوى الطموح و علاقته بقلق المستقبل مشكلة تستحق البحث و الدراسة من خلال التساؤلات الآتية :

- 1- ما مستوى قلق المستقبل الذي يعاني منه طلبة كلية الآداب جامعة سبها؟
- 2- هل يوجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح و قلق المستقبل لدى طلبة كلية الآداب جامعة سبها ؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح و قلق المستقبل تعزى لمتغيرات ( الجنس , السنة الدراسية , التخصص الدراسة ) ؟

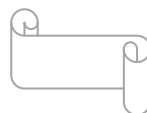
## ثانياً : أهمية البحث .

- 1- يعد مستوى الطموح من الأبعاد الأساسية للشخصية .
- 2- إن مستوى الطموح يتغير من وقت إلى آخر تبعاً لما يصادف الفرد من فشل أو نجاح في تحقيق أهدافه.
- 3- إن الفرد إذا لم يستطيع تحقيق طموحاته فإنه قد يميل إلى تحقيق مستوى أهدافه .
- 4- أن المستقبل مكون رئيسي و أساسي لسلوك الإنسان .
- 5- يحتل قلق المستقبل موضوعاً خصباً علي المتغيرين التطبيق و الواقعي .
- 6- إن شريحة الشباب هم أكثر عرضة لقلق المستقبل وفي مجالات مختلفة أو يضع أهدافاً بديلة لها .

## ثالثاً أهداف البحث :-

يهدف البحث الحالي التعرف علي :

- 1- مستوى الطموح و مستوى القلق المستقبل لدى طلبة كلية الآداب جامعة سبها .
- 2- علي الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الطموح علي وفق متغير النوع ( الذكور , إناث )
- 3- علي الفروق ذات الدلالة الإحصائية في قلق المستقبل علي وفق متغير النوع ( الذكور , إناث )
- 4- علي طبيعة العلاقة بين متغيري مستوى الطموح وقلق المستقبل .



#### رابعاً : حدود البحث .

يقتصر البحث الحالي على طلبة جامعة سبها ( كلية الآداب ) للعام الدراسي 2018 -2019 م .

#### خامساً : تحديد المصطلحات .

##### أولاً : مستوى الطموح .

الزبادي 1961 م

بأنه المستوي الذي يتوقع الفرد أن يصل إليه علي أساس تقديره لمستوى قدراته و إمكانياته

((الزبادي 1961 ص 53 ))

##### ثانياً : قلق المستقبل .

زاليسكي 1996 م

بأنه حالة التوجس وعدم الاطمئنان و الخوف من التغيرات السلبية في المستقبل .

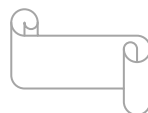
(( Zaleski , 1996, P, 165))

##### التعريف الإجرائي لمستوي الطموح فهو .

(( الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته علي مقياس مستوى الطموح )) .

التعريف الإجرائي لقلق المستقبل :

(( الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته علي مقياس قلق المستقبل )) .



## مراجع

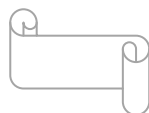
1) الزبادي , محمود , ( 1961 ) دراسة تجريبية في التوافق الدراسي لدى طلبة الجامعات القاهرة .

العكاشي 2000

حالة من التحسس الذاتي يدركها الفرد تشغل تفكيره علي شكل شعور بالضيق و التوتر الدائم و عدم الإرتياح تجاه الموضوعات التي يتوقع حدوثها .

(( العكاشي , 2000 , ص 13 ))

2) العكاشي , بشرى أحمد جاسم , ( 2000 م ) قلق المستقبل و علاقته ببعض المتغيرات لدي طلبة الجامعة , رسالة ماجستير غير



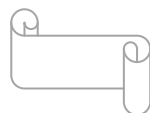


# الفصل الثاني

## الإطار النظري

أولا : مستوى الطموح .

ثانيا : قلق المستقبل .



أولاً : مستوى الطموح

المقدمة .

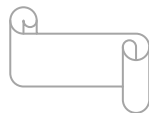
تعريف مستوى الطموح .

نظريات مفسرة لمستوي الطموح .

خصائص و صفات الفرد الطموح .

العوامل المؤثرة في مستوي الطموح .

دور مستوى الطموح في بناء الشخصية العلمية و الناجحة في المجتمع .



## مقدمة

من الطبيعي جدا أن يكون لكل إنسان في هذه الحياة أهدافا يسعى جاهدا إلى تحقيقها إلا أن ظروف واقعا الليبي الذي طالما يتعرض للضغوطات علي كافة مناحي الحياة حتى على لقمة العيش أثرت على الطموحات و الآمال و الأهداف التي رسمها كل فرد لذاته .

وفي ظل هذه الأجواء و الظروف لابد من وجود دافع قوى للهمة وهو الطموح الذي من خلاله يستطيع الفرد أن يرتقى و يصل إلى المبتغى رغم كل الصعاب و العراقيل .

فمستوى الطموح يعتبر من العوامل الهامة المميزة للشخصية , فبقدر ما يكون الطموح مرتفع بقدر ما يكون الشخصية متميزة بقدر ما يكون المجتمع متقدم فالطموح من أهم أسرار نجاح الفرد و المجتمع .

( دسوقي , 1988 , 131 ) .

### تعريف مستوى الطموح .

1- المعنى اللغوي لمستوى الطموح : جاء في لسان العرب عن الطموح في مادة ( طمح ) ” و الطماح مثل الجماح وطمحت المرأة مثل جمحت , فهي طامح . أي تطمح إلي كل الرجال . وطمح ببصره طمحا : شخص , و أطمح فلان بصره : رفعة ورجل طماح : بعيد الطرف .

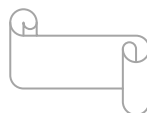
وطمح بصره إلى الشيء : أرتفع , و الطماح : الكبر و الفخر لارتفاع صاحبة و بحر طموح الموج مرتفعة .

( ابن منظور , 1990 : 534 ) .

### 2- المعنى الاصطلاحي لمستوى الطموح :

هو مستوى الإنجاز الذي رغب الفرد الوصول إليه أو يشعر أنه يستطيع تحقيقه

( إبراهيم , 2004 : 178 ) .



## النظريات مفسرة لمستوى الطموح .

تعددت النظريات التي تناولت مستوى الطموح و من هذه النظريات :

### 1- نظرية الفريد أدلر :

يعتبر ( أدلر ) من المدرسة التحليلية ومن تلاميذ ( فرويد ) ولكنه انشق عن ( فرويد ) بسبب آرائه في الجنس , وعدم انسجامه مع العديد من أفكاره , وكون هو ومجموعة معه ما يعرف بالتحليلية الجديدة .

ويؤمن أدلر : " بفكرة كفاح الفرد للوصول إلي السمو , و الارتفاع و ذلك تعويضاً عن مشاعر النقص , فقد أصبحت هذه الفكرة من نظريات الشخصية الجديدة , فكرة الكفاح أو السعي وراء الشعور بالأمان . كذلك فقد أكد أدلر علي أهمية الذات كفكرة مضادة لفكرة فرويد المتمثلة في الأنا الدنيا , و الأنا الوسطى , و الأنا العليا كذلك أكد أدلر علي أهمية العلاقات الاجتماعية , و علي أهمية الحاضر بدلاً من توكيد أهمية الماضي كما فعل فرويد .

( العيسوي , 2004 : 101 ) .

### 2- نظرية المجال :

تعتبر نظرية المجال أول نظرية فسرت مستوى الطموح و علاقته بالسلوك الإنساني بصفة عامة , وهي النظرية الوحيدة التي تعرضت لتفسير مستوى الطموح مباشرة , و قد يرجع ذلك للأعمال المتعددة التي أسهم بها ليفين و تلاميذه في هذا المجال .

( عبد الفتاح , 1984 : 51 ) .

### 3- نظرية القيمة :

قدمت أسكالونا Escalona نظرية القيمة الذاتية للهدف و ترى أنه علي أساس القيمة الذاتية للهدف يتقرر الاختيار , بالإضافة إلى احتمالات النجاح و الفشل المتوقعة .

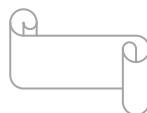
والفرد يضع توقعاته في حدود قدراته و تقوم النظرية علي ثلاث حقائق وهي :

\* هناك ميل لدى الأفراد لبحثوا عن مستوي طموح مرتفعا نسبياً .

\* كما أن لديهم ميلاً ليجعل مستوي الطموح يصل ارتفاعاً إلى حدود معينة .

\* أن هناك فروقا كبيرة بين الناس فيما يتعلق بالميل الذي يسيطر عليهم للبحث عن النجاح و تجنب الفشل فبعض الناس يظهرون الخوف الشديد من الفشل فيسطر عليهم احتمال الفشل وهذا ينزل من مستوى القيمة الذاتية للهدف و هناك عوامل احتمالات النجاح و الفشل للفرد في المستقبل أهمها الخبرة السابقة , ورغباته , و مخاوفه و أهدافه .

(المشيحي،2009:100)



وتؤكد اسكالونا Escalona على الآتي :

\*الفشل الحديث يميل إلى إنقاص مستوى الطموح و الحالات التي ترفع مستوى الطموح بعد الفشل تأتي إما نتيجة لإنقاص الشعور بالواقع , أو نتيجة لتقبل الفشل .

\* مستوي الطموح يتناقص بشدة بعد الفشل القوي أكثر منه بعد الفشل الضعيف و يتزايد بعد النجاح .

\* الشخص المعتاد على الفشل ؛ يكون لديه درجة اختلاف أقل من الشخص الذي ينجح دائما .

\* البحث النجاح , و الابتعاد عن الفشل , هو الأساس في مستوى الطموح . ( عبد الفتاح , 1984 : 52-55 ) .

### خصائص و صفات الفرد الطموح :

يرى الجليبي أن الفرد الطموح :

\* يميل الى الكفاح .

\* لديه القدرة علي تحمل المسؤولية .

\*متأبرة بالأعمال التي يقوم بها .

\* يميل إلى التفوق .

\* يسير وفق خطة معينة .

\* يصيغ الخطط للوصول إلى أهدافه .

\* لا يقتنع بالقليل .

\* يؤمن أن جهد الإنسان هو الذي يحدد نجاحه في أي مجال .

\* يحب المغامرة .

\* يتغلب علي العقبات التي يواجهها

\* يواصل الجهد حتى يصل بعملة إلي الكمال .

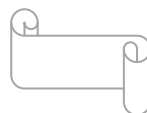
\* واثق بنفسه .

\* محترم لذاته .

\* متكيف اجتماعيا .

\* مستقر انفعاليا .

\* متعاون مع الجماعة .



## العوامل المؤثرة في مستوى الطموح :

أولا - العوامل الشخصية :

أ - الذكاء :

مما لا شك فيه أن الذكاء علاقة رئيسيه بمدى نجاح الفرد لا يحيا من فراغ و إنما يعيش في مجتمع يتفاعل معه و يؤثر فيه و يتأثر به لذلك فالنجاح يحتاج إلى الذكاء .

( السيد , 1994 : 182 ) .

ب - الخبرات السابقة :

للنجاح و الفشل أثر قوي جداً في طموح الفرد فإذا ما نجح الفرد و تفوق زاد طموحه و يظل الفرد مثابراً للمحافظة علي ما حصل عليه من تفوق دراسي ومعنى هذا أن النجاح يدفع بالطموح إلي التقدم و النمو أما الفشل فيؤدي إلى خفض مستوى الطموح و يصيب بالعجز و الاحباط .

( محمود , 2001 : 51 ) .

ج - مفهوم الذات :

ويرى ( كرونباخ ) أن الفرد الذي تكون قد اهتزت له صورته لذاته , يضع أحياناً مستوى مرتفعاً من الطموح وهو لا يتنازل عنه حتى لو تعرض لخبرات متكررة من الفشل . وتتفق في هذا ( هير لوك ) حيث ترى أن تصوير الفرد لذاته كلما كان سلماً أدى ذلك إلي تكوين مستوى طموح واقعي , ذلك لأن الفرد المتوافق مع نفسه و الراضي عن ذاته يضع أهدافاً واقعية في ضوء تقييمه المستمر لقدراته و امكانياته

( مرحاب , 1984 : 108 ) .

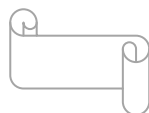
د - الصحة النفسية :

فالتوافق النفسي و الاتزان الانفعالي لدى الفرد , لها دور كبير في التطوع ارتفاع الطموح , لان القلق و الخوف , و الانطواء و الاكتئاب و سوء التوافق النفسي سبب لتشتت فكر و عقل الفرد مما يسبب ضعفاً في الاداء و تراجعاً في الطموح , و عدم الاكتراث ببلوغ الأهداف .

( الاسود , 2003 : 103 ) .

هـ - نمط الشخصية :

هناك علاقة بين نمط الشخصية للفرد و مستوى طموحه , وهو يؤكد عدد كبير من العلماء , و إن كان كلا منهم قد أهتم بجانب من جوانب هذه العلاقة , فقد أهتم " ماكلياند و فريمان " بأثر أساليب الرضاغة علي إكساب الاطفال في الكبير أنماط سلوكية معينة , وما يكون لها من دور أساسي في تحديد مستوى الطموح , و نجد " كورنباخ " قد أهتم بأثر مفهوم الذات عند الفرد , فالفرد الذي اهتزت له صورته عن نفسه , يضع أحياناً مستوى



مرتفعا من الطموح وهو لا يتنازل عنه حتي لو تعرض لخبرات متكررة من الفشل و بهذا يتضح الفرق الاساسي بين نمط الشخصية الفرد الراضي عن نفسه , و التوافق معها , وبين الفرد سيء التوافق الراض لذاته , في إن لأول عندما يفشل في تحقيق هدفه الذي يكون قد وضعة لنفسه , ينزع على الفور على تعديل سلوكه , و بالتالي تعديل مستوي طموحه , بينما يندفع الثاني نحو أساليب تبريرية لعله يغطي بها فشلة .

( شعبان , 2010 : 65 ) .

### ثانيا العوامل البيئية الاجتماعية :

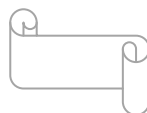
إن البيئية الاجتماعية دور كبيراً في نمو مستوي الطموح , لأن البيئة هي التي تمد الفرد بمفاهيمه و ثقافته , وهي التي تشكل الإطار الموجعي , و لكن هذا التأثير يكون مختلفاً من فرد لآخر تبعا لقدراته الذاتية وتبعا للمضمون , هذه القيم و المفاهيم التي تقدمها له اما أن تكون صالحة لنمو مستوي طموح واقعي , أو تؤدي إلي نمو مستوي طموح غير واقعي فمثلا : تلعب الأسرة دوراً في تحديد نمو مستوي الطموح لأن أفرادها المنتمين للأسر المستقرة اجتماعيا و بيئياً , هم أقدر على وضع مستويات طموح عالية ز متناسبة مع إمكاناتهم , ويستطيعون بلوغها أفضل مما لو كانوا ينتمون إلى أسر غير مستقرة .

( شبير : 2005 : 68 ) .

### دور مستوي الطموح في بناء الشخصية العلمية و الناجحة في المجتمع :

في المجتمعات الماضية كان تأثير مستوي الطموح في بناء الشخصية تأثيراً ضعيفاً حيث كان للشخص دور محدد يعرفه سلفا للقيام به في المستقبل , و القليل من الأفراد من يطمح في أن يعمل أكثر مما هو متوقع منه فمثلاً أين العامل لا يطمح أن يكون عاملاً , و اين الموظف سوف يكون بالتأكيد موظفاً فهو لا يطمح أن يصل إلى درجة أعلى من التي وصل إليها و الده .

أن تكوين المجتمع القلق يشجع علي بقاء الفرد في المكان المرسوم له من قبل فالفرد يعيش في حالة خالية من الأهداف أي أن هدفه هو عدم الوصول إلى أي هدف بل إلى المكانة نفسها المرسومة مسبقا .



## ثانيا : قلق المستقبل .

المقدمة

تعريف القلق

النظريات المفسر للقلق

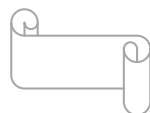
تعريف قلق المستقبل

أسباب قلق المستقبل

سمات ذوي قلق المستقبل

التأثير السلبي لقلق المستقبل

أعراض قلق المستقبل





## المقدمة

إن العمر الحالي يسمى عصر القلق نتيجة تعقد الحياة و تطورها الهائل في كل الميادين , فضلاً عن الشعور بالقلق نتجه الضغوط التي يتعرض لها و التي تجعله كأنه إنسان مغترب عن مجتمعة إضافة إلي كثرة مطالب الحياة و قلة فرص العمل , وكثرة الحروب و القتل و الظلم كل هذا أسهم في إرهاب الإنسان و زاد قلقه وجعله في حالة من الاستقرار فالمجتمعات العصرية لم تعد ضحايا المجاعات و الامراض و الأوبئة ولكن حلت محلها وبتأثير أكثر قسوة جيوش من الأوبئة النفسية الخبيثة تلك هي القلق و الاكتئاب و الوسواس و الاضطرابات الشخصية و الذهانية لذا فهو عصر القلق و الشكوك و الأوهام .

( الخالدي , 2001 : 114 ) .

### تعريف القلق .

1 - المعنى اللغوي للقلق : قلق الشيء قلقاً أي حركة فلم يستقر مكانه ولم يستقر في مكان واحد .

( المعجم الوسيط , 1973 : 18 ) .

2- المعنى الاصطلاحي للقلق :

هو حالة من التوتر الشامل و المستمر الذي يحدث للفرد نتيجة توقعه لخطر يهدده سواء كان هذا الخطر حقيقياً أو رمزي يصاحبه خوف غامض بالإضافة إلي بعض الأعراض النفسية و الجسمية .

( زهران , 1977 : 367 ) .

### النظريات المفسرة للقلق

1- نظرية التحليل النفسي :

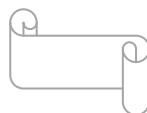
يرى فرويد أن القلق يظهر أصلاً كرد فعل لحالة من الحالات الخطر التي تواجه الشخص فإذا انخفضت هذه الحالة انخفضت أو تلاشت أعراض القلق و لكنها إذا عادت إلي الفرد ظهرت الأعراض من جديد .

( الشناوي , 2000 : 377 ) .

2- النظرية السلوكية :

فالسوكية تنظر إلي القلق علي أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش وسطها الفرد تحت التدعيم الإيجابي و السلبي .

( محمد , 2002 : 239 ) .



### 3- النظرية المعرفية :

ويرى أرونبيك Aroonbek أن الأفكار لدى الفرد تحدد ردود أفعاله و في ضوء محتوى التفكير يتضمن القلق حديثاً نسبياً مع الذات و مسيطراً و من ثم تظهر انخفاض في الكفاءة الذاتية .

( الفاغوري , 2007 : 14 ) .

#### تعقيب

من خلال ما سبق من نظريات يلاحظ الاتي :

- المدرسة التحليلية ترى أن القلق يرجع إلى الصراع بين مكونات الشخصية إلا أن هناك بعض العلماء الجدد من التحليلين الذين أشارو أن القلق يرجع إلي عدم انتماء الفرد للمجتمع و عدم الشعور بالطمأنينة
- المدرسة السلوكية ترى أن القلق سلوك متعلم من خلال البيئة سواء بشكل مباشر أو غير مباشر .
- المدرسة المعرفية ترى أن القلق يعود إلى أفكار و معتقدات الفرد الخاطئة .

#### تعريف قلق المستقبل :

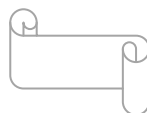
يعرف بأنه الخوف من شر مرتقب في المستقبل الناتج عن تكامل بين قلق الماضي و الحاضر و المستقبل.

( صبري , 2003 : 60 ) .

#### أسباب قلق المستقبل :

- 1- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة و المجتمع .
- 2- ضعف القدرة علي تحقيق الأهداف و الطموحات .
- 3- الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام .
- 4- الخوف الغامض من الواقع ما يحمله من صعوبات .

( القاضي , 2009 : 30 ) .



## سمات ذوي قلق المستقبل :

هناك مجموعة من السمات التي يتسم بها الأشخاص ذوي قلق المستقبل من أهمها ما يلي :

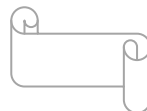
- 1- الشعور بالعجز .
  - 2- لا يمكنه أن يبدع .
  - 3- لا يمكنه تحقيق ذاته .
  - 4- نقص القدرة على مواجهة المستقبل .
  - 5- الشعور بالنقص .
  - 6- الشعور بعدم الأمن .
  - 7- ضعف الثقة بقدراته و إمكاناته .
  - 8- إرجاع ما يحدث له من مواقف غير سارة إلى عوامل خارجية .
- ( معوض , 1996 : 54 ) .

## التأثير السلبي لقلق المستقبل :

تؤكد النجاحي أن هناك آثار و نتائج سلبية مترتبة على قلق المستقبل :

- 1- التوقع و الأنظار السلبي لما قد يحدث .
- 2- الانسحاب من النشاطات البناءة و المفيدة و التي تحتوي علي نوع من المخاطرة .
- 3- الروتين و التفوق داخله و عدم الاقتناع بسهولة بأن المعلومات و المعرفة المكتسبة من الواقع يمكن أن تكون مفيدة .
- 4- استخدام العلاقات الاجتماعية لضمان أمان المستقبل لدى الفرد .
- 5- الاعتمادية و العجز و اللاعقلانية .

( النجاحي , 2008 : 387 ) .



## أعراض قلق المستقبل :

أولاً : أعراض فسيولوجية تتمثل في :

شحوب الوجه , تعابير الخوف علي الوجه , سرعة ضربات القلب , ارتفاع ضغط الدم , سرعة التنفس , و الشعور بالاختناق , جفاف الحلق و صعوبة البلع , الام في المعدة و الامعاء , صعوبة التبول و الرغبة المستمرة فيه .

( حمودة , 1991 , 173 - 175 ) .

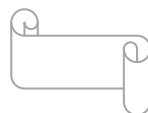
ثانياً : أعراض نفسية و اجتماعية تتمثل في :

" التوتر و الانزعاج لأتفه الأسباب , الأحلام المزعجة , اضطرابات في النوم , الخوف الشديد من شر مرتقب و العجز الذي لا يرتبط بخطر حقيقي , الانسحاب و عدم التفاعل مع الآخرين .

ثالثاً : أعراض عقلية تتمثل في :

" اضطرابات التفكير , عدم التركيز , صعوبات أعمال العقل .

( ذياب , 2001 : 440 ) .



## الدراسات السابقة التعليق عليها :

أولاً - الدراسات التي تناولت مستوى الطموح :

### 1- دراسة هليمان ( 1980 ) .

هدفت الدراسة للتعريف علي العلاقة بين مستوى الطموح التعليمي و المهني و القدرة الاستدلالية لدى تلاميذ الصفوف السادس و الثامن و العاشر و الثاني عشر , بلغت العينة [ 194 ] تلميذاً و تلميذة و أشارت النتائج إلي انعدام العلاقة بين مستوى الطموح التعليمي و المهني و القدرات الاستدلالية , كما وجد أن الذكور في الصف الثامن و العاشر لديهم مستوى طموح مرتفع عن الإناث .

( إبراهيم , 2003 : 50 ) .

### 2- دراسة باندي ( 2000 ) .

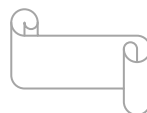
هدفت الدراسة لمعرفة مستوى الطموح لدى طلبة العلوم و الآداب و علاقته بالانبساطية و العصابية , على عينة [ 101 ] طالب و طالبة , فقد أظهرت النتائج وجود فروق داله في مستوى الطموح تعزى لنوع الكلية لصالح كلية العلوم , و انعدام الفروق في مستوى تبعاً لنوع الجنس , و أشارت الدراسة إلى أن مستوى الطموح كان مرتفع .

( بركات , 2009 : 10 ) .

### 3- دراسة ماركور سبياتكس ( 2014 ) .

هدفت الدراسة للتعرف علي العلامة بين قدرات الطلبة و سمات الشخصية و مستوى الطموح , وتكونت العينة من [ 1500 ] طالب و طالبة من مراحل التعليم الجامعي و قد خلصت النتائج إلى وجود ارتباط دال موجب بين القدرات العقلية و التحصيلية و بعض سمات الشخصية و مستوى الطموح وكل من الجنس و التخصص و لصالح الذكور كما أشارت الدراسة إلى تمتع عينة البحث بمستوي جيد من الطموح .

( بركات , 2009 : 100 ) .



ثانيا - الدراسات التي تناولت قلق المستقبل :

1- دراسة حسنانين ( 2000 ) .

هدفت الدراسة للتعرف علي العلاقة بين قلق المستقبل و متغيرات الدافعية و مستوى الطموح الاكاديمي و مفهوم الذات لدي عينة بلغت [ 300 ] طالب و طالبة , و كشفت الدراسة عن وجود فروق علي مقياس قلق المستقبل و قلق الامتحان حسب متغير الجنس و أشارت كذلك إلى أن معاملات الارتباط سالبة و غير داله بين قلق المستقبل و مستوى الطموح و مفهوم الذات وكانت موجبه بين قلق المستقبل و بعد الانفعالية .  
( حسنانين , 2000 : 61 ) .

2- دراسة العزاوي ( 2002 ) .

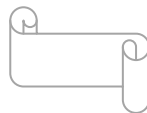
هدفت الدراسة لبناء مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الصف السادس الاعدادي و التعرف علي مستويات القلق كما هدفت الدراسة التعرف علي علاقة قلق المستقبل بالتحليل الدراسي , وهدفت أيضا التعرف على الفروق بين قلق المستقبل لدى طلبة بمتغيري ( الجنس و التخصص ) و تألفت العينة من [ 481 ] طالباً و طالبة , بفرعيها العلمي و الادبي , للعام الدراسي ( 2000 - 2001 م ) , في بغداد , وقد توصلت الدراسة إلي أن قلق المستقبل لدى الطلبة منخفض كما أشارت إلي وجود علاقة ضعيفة جداً بين قلق المستقبل و التحصيل , كما أظهرت الدراسة وجود فروق داله لصالح الإناث ووجود فروق داله لصالح التخصص الأدبي .

( العزاوي , 2002 : ج - 5 ) .

3- دراسة الربيعي ( 2003 ) .

هدفت الدراسة للتعرف علي الاتجاهات المستقبلية و علاقتها بموقع الضبط ( الداخلي , الخارجي ) لدى طلبة الجامعة الجديدة في اليمن . واستخدمت الدراسة مقياس الاتجاه نحو المستقبل تبعاً للجنس و طبيعة العلاقة الإحصائية بين متغير موقع الضبط , بلغت العينة [ 400 ] طالب و طالبة و أشارت إلي أن أفراد العينة يميلون إلي الاتجاه الايجابي نحو المستقبل , و أنه لا يوجد فروق داله بين متغير الجنس و الاتجاه نحو المستقبل .

( الربيعي , 2003 , ج - م ) .



ثالثاً - الدراسات التي تناولت العلاقة بين مستوى الطموح و قلق المستقبل :

### 1- دراسة فراج و آخرون ( 2006 ) .

هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين مستوي الطموح و كل من قلق المستقبل و حب الاستطلاع لدى المرحلة الثانية كلية التربية , و التعرف علي ماذا كان هناك فروق في كل من مستوى الطموح و قلق المستقبل و حب الاستطلاع بين عينة البحث , بلغت العينة [ 232 ] طالباً و طالبة من كلية التربية جامعة الاسكندرية و قد توصلت الدراسة إلي وجود علاقة داله بين مستوي الطموح و قلق المستقبل .

( فراج وآخرون , 2006 : ح - م ) .

### 2- دراسة حنتول ( 2009 ) .

هدفت الدراسة المعرفة فاعلة برامج إرشادي نفسي مقترح في تخفيف قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة , كذلك هدفت لتصميم برامج إرشادي نفسي لتخفيف قلق المستقبل لدى الطلبة , الكشف علي مدى زيادة دافعية الإنجاز لديهم و مستوى الطموح , و اقتصر عينة البحث على مجموعة من الطلبة من الطلبة الدراسة إلى مدى فاعلية البرامج المقترح في خفض قلق المستقبل ورفع دافعية الإنجاز و مستوى الطموح .

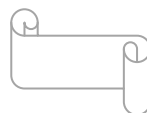
( حنتول , 8 - 10 , 2009 ) .

### 3- دراسة الجبوري ( 2013 ) .

هدفت الدراسة التعرف على مستوى القلق المستقبل لدى طلبة التعليم المفتوح في الأكاديمية المفتوحة الدنماركية , وعرفت مستوى الفاعلية الذاتية و مستوى الطموح لديهم , فضلاً عن الكشف عن طبيعة العلاقة بين المتغيرات الثلاثة , بلغت العينة [ 120 ] طالباً و طالبة و توصلت إلى النتائج الثلاثة أن أفراد العينة يعانون من قلق المستقبل و أنهم يتمتعون بمستوى عالي من الطموح و فاعلية الذات , كذلك وجود علاقة بين المتغيرات الثلاثة .

( الجبوري , أ - د - ر , 2013 ) .

رابعا - دراسة أمل الأحمد ( 2001 ) حالة القلق و سمة القلق و علاقتها بمتغيري الجنس و التخصص العلمي .



## هدف الدراسة :-

تهدف الدراسة إلى كشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين كل من سمة القلق و متغيري الجنس و التخصص العلمي بالإضافة إلى كشف عن الفروق في سمة القلق و حالة القلق بين الطلبة في كلية الآداب , الحقوق , الهندسة المدنية , وطب الأسنان من جهة , و إلى تحديد الفروق كذلك بين الذكور و الإناث في هذه الكليات .

## أدوات الدراسة :-

مقياس جامعة الكويت لحالة القلق .

## عينة الدراسة :-

بلغ قدرها [1364] طالب وطالبة [ 686 ] من ذكور [ 678 ] من الإناث من مختلف كليات جامعة الكويت , تراوحت أعمارهم بين [ 18 - 37 ] سنة .

## نتائج الدراسة :-

أسفرت الدراسة عن وجود فروق إحصائية في معدلات انتشار زملة التعب المزمن بين الجنسين , كما كشفت الدراسة عن وجود ارتباطات موجبة و مرتفعة بين كل من زملة التعب المزمن و القلق و الاكتئاب , بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق و الاكتئاب تعزي لمتغير الجنس لصالح الإناث .

( أمل الأحمد , 2001 : 12 :00 : 6.13 , 2014 ) .

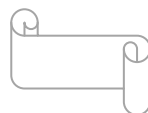
## خامسا - دراسة جمال عباس ( 1990 ) .

بعنوان " مستوى الطموح لطلاب جامعة العلوم و الطلاب جامعة الآداب وعلاقتها بدرجة الايجابية " عينة الدراسة .

تكونت الدراسة من [109] طالباً و [103] طالبة من جامعة العلوم و الآداب .

## أدوات المستخدمة .

استخدمت الدراسة مقياس الطموح المهني و الطموح الاكاديمي من إعداد إبراهيم قشقوش .





## نتائج الدراسة :

أوضحت الدراسة أنه لا توجد فروق بين مستوى الطموح المهني و الأكاديمي بين طلبة و طالبات كلية العلوم و طلبة الآداب , و دلت النتائج أنه توجد فروق داله في الطموح المهني و الأكاديمي بين طلبة و طالبات العلوم و الآداب . ( جمال عباس , 2001 , ص 158 - 165 ) .

## التعليق على الدراسات السابقة .

قامت الباحثتان في هذا الفعل بمراجعة ما تمكن الحصول عليه من الدراسات السابقة التي لها صلة بموضوع الدراسة الحالية وقد كان الهدف من هذه المراجعة تغذية معلوماتية حول الدراسة التي تناولت موضوع الدراسة حتى نستطيع الإمام بموضوع و عناصر الدراسة .

ولنا لاحظت الباحثتان أوجه التشابه و الاختلاف بين الدراسة الحالية و دراسة السابقة من البحث

الهدف : أن بعض الدراسات تناولت موضوع القلق مع بعض المتغيرات مثل ( الاكتئاب , متغير الجنس ) مثل دراسة أمل الأحمد , بدر الانصاري , و كاظم المهدي .

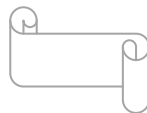
أداة البحث : في الدراسات السابقة كانت مقياس جامعة الكويت للقلق بينما الدراسة الحالية مقياس مظاهر القلق لدى الطلاب

## أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

1- صياغة مشكلة البحث و فروضة , و اختيار المنهج الانسب له .

2- تفسير النتائج .

3- التعرف على و سائل الإحصائية المستخدمة في الدراسات السابقة , و اختيار و سائل الأنسب لاختيار العروض و التحقق من صحتها .



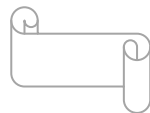
# الفصل الثالث

الدراسة الميدانية .

1- منهج الدراسة .

2- مجتمع الدراسة

3- عينة الدراسة .



## الفصل الثالث

### الدراسة الميدانية .

1- منهج الدراسة / استخدام المنهج الوصفي التحليلي

2- مجتمع الدراسة / طلاب كلية الآداب جامعة سبها

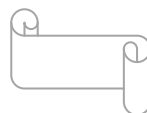
3- عينة الدراسة / الجدول يوضح الاحق يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المتغيرات الأساسية .

#### جدول رقم ( 1 )

يبين توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات الأساسية

المتغير	مستويات المتغير	حجم العينة	النسبة المئوية	المجموع
الجنس	ذكر	22	%22	100
	أنثى	78	%78	
التخصص	لغات	38	%38	
	علوم اجتماعية	37	%37	
	اجتماعيات	25	%25	
السنة الدراسية	الأولى	38	%38	
	الثانية	62	%62	

تشير نتائج الجدول السابق علي متغير الجنس أن أكبر نسبة كانت للإناث وربما يرجع ذلك إلي أن أغلب طلبة كلية الآداب من الإناث , أما على باقي المتغيرات فالنسب متقاربة نوعاً ما.



إجراءات الصدق و الثبات أدوات البحث .

\* مقياس مستوى الطموح .

- وصف المقياس

يتكون الاستبيان من [ 25 ] بعض عبارته موجبة الاتجاه و البعض سالبة الاتجاه , بدائله ( نعم , أحيانا , لا ) تعطي القيم [ 3 , 2 , 1 ] بالنسبة للعبارات موجبة الاتجاه و [ 3 , 2 , 1 ] بالنسبة للعبارات سالبة الاتجاه

1- صدق المحتوي ( المحكمون ) .

يتم التحقق منه من خلال عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة بالقسم .

2- صدق المقارنة الطرفية ( التمييزي ) .

للتحقق من صدق المقارنة الطرفية ( التمييزي ) تم المقارنة بين مجموعتين العليا و الدنيا من العينة الاستطلاعية البالغ حجمها 24 مفردة , وقد تم التعامل مع المجموعتين بأن تم اختيار أعلى 50% و أدنى 50% من هذه العينة فكان عدد كل مجموعة 12 مفردة , و للمقارنة بين المجموعتين تم استخدام اختبار " ت " فكانت النتائج وفق الجدول التالي :

جدول رقم ( 2 )

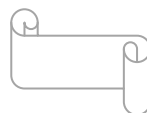
يبين اختبار " ت " للمقارنة بين المجموعتين العليا و الدنيا على مقياس مستوى الطموح .

المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	مستوى الدلالة	الاستنتاج
العليا	12	66.08	3.26	6.03	0.00	دالة
الدنيا	12	58.75	2.67			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة مستوى الدلالة على المقياس 0.00 , هو أقل من مستوى الدلالة المعتمد بالبرنامج الاحصائي Spss للعلوم الاجتماعية و هو 0.05 , و بالتالي توجد فروق بين المجموعتين العليا و الدنيا على مقياس مستوى الطموح , وهذه الفروق لصالح المجموعة العليا , و بالتالي فإن المقياس ميز بين المجموعتين و علي ذلك يعتبر صادقاً بالمقارنة الطرفية ( تمييزياً ) .

ثانياً . الثبات

للتحقيق من ثبات المقياس استخدام لذلك التجزئة النصفية و معامل ( الفاكورنباخ ) فدللت النتائج علي أن قيمة التجزئة النصفية 0.91 و معامل الفاكورنباخ 0.63 وهذه قيم مناسبة جداً للثبات , و بالتالي يعتبر المقياس ثابتاً ويمكن الوثوق بنتائجه .



\* مقياس قلق المستقبل .

- وصف المقياس

يتكون الاستبيان من [ 25 ] عبارة بعضها سالب الاتجاه

و البعض موجب الاتجاه , بدائله ( نعم , أحيانا , لا ) تعطي القيم [ 3 , 2 , 1 ] بالنسبة للعبارة سالبة الاتجاه و [ 1 , 2 , 3 ] بالنسبة للعبارة موجبة الاتجاه .

1- صدق المحتوي ( المحكمون ) .

يتم التحقق منه من خلال عرض الاستبيان على مجموعة من الأساتذة بالقسم .

2- صدق المقارنة الطرفية ( التمييزي ) .

للتحقق من صدق المقارنة الطرفية ( التمييزي ) تم المقارنة بين مجموعتين العليا و الدنيا من العينة الاستطلاعية السابق ذكرها بأن تم اختيار أعلى 50% و أدنى 50% من هذه العينة فكان عدد كل مجموعة 12 مفردة , و للمقارنة بين المجموعتين تم استخدام اختبار " ت " فكانت النتائج وفق الجدول التالي :

جدول رقم ( 3 )

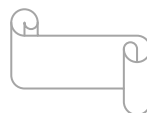
يبين اختبار " ت " للمقارنة بين المجموعتين العليا و الدنيا على مقياس قلق المستقبل .

المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	مستوى الدلالة	الاستنتاج
العليا	12	43.67	4.14	6.60	0.00	دالة
الدنيا	12	35.08	1.78			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة مستوى الدلالة على المقياس 0.00 , هو أقل من مستوى الدلالة المعتمد بالبرنامج الاحصائي Spss للعلوم الاجتماعية و هو 0.05 , و بالتالي توجد فروق بين المجموعتين العليا و الدنيا على مقياس قلق المستقبل , وهذه الفروق تشير إلى أن المجموعة العليا لديها مستوى عال من قلق المستقبل أكثر من المجموعة الدنيا , و بالتالي فإن المقياس ميز بين المجموعتين و علي ذلك يعتبر صادقاً بالمقارنة الطرفية ( تمييزياً ) .

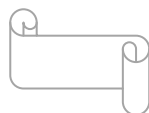
ثانياً . الثبات

للتحقيق من ثبات المقياس استخدام لذلك التجزئة النصفية و معامل ( الفاكورنباخ ) فدللت النتائج علي أن قيمة التجزئة النصفية 0.85 و معامل الفاكورنباخ 0.75 وهذه قيم مناسبة للثبات , و بالتالي يعتبر المقياس ثابتاً ويمكن الوثوق بنتائجه .



## الفصل الرابع

نتائج الدراسة و تفسيرها .



## فصل النتائج وتفسيرها

الفرضية الأولى / يصل مستوى الطموح لدى طلبة كلية الآداب بجامعة سبها إلى المستوى المقبول تربوياً ( فوق الوسط الفرضي ) .

للتحقق من هذه الفريضة نم التعرف على الفروق بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس مستوى الطموح و الوسط الفرضي ذلك باستخدام اختبار " ت " للعينة الواحدة فكانت النتائج وفق الجدول التالي:

الاستنتاج	مستوى الدلالة	ت	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
دالة	0.00	23.08	50	4.79	61.07

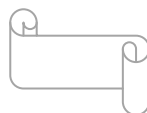
تشير نتائج الجدول السابق أن قيمة مستوى الدلالة 0.00 وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد بالبرنامج الاحصائي Spss للعلوم الاجتماعية وهو 0.05 و بالتالي توجد فروق بين متوسط درجات أفراد العينة على مستوى الطموح و الوسط الفرضي و هذه الفروق لصالح متوسط درجات أفراد العينة و بالتالي فإن أفراد العينة من الطلبة لديهم مستوى عالي من الطموح لماذا لدى الطلبة مستوى عالي من الطموح .

ويمكن القول بأن النظرية التفاؤلية للأمور هي التي تنعكس بصورة إيجابية على واقعية و مستقبله فمعرفة الفرد حدود إمكانيته و قدراته يمكن أن يتجه بها لتحقيق أهدافه و طموحاته ويشير " إدلر " في نظرية المفسره للطموح إلي أن الطموح يعتمد على نظرة الفرد للحياة من حيث التفاؤل و التشاؤم .

كما في دراسة فراج التي هدفت على التعرف على مستوى الطموح وكل من قلق المستقبل حيث توصلت إلى وجود علاقة دالة بين مستوى الطموح وقلق المستقبل .

الفريضة الثانية / توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح و قلق المستقبل لدي طلبة كلية الآداب بجامعة سبها .

للتحقق من هذه الفريضة استخدم لذلك معامل ارتباط بيرسون فدللت النتائج على أن قيمة العلاقة ( معامل الارتباط ) 0.38 - و بمستوى دلالة 0.00 وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد بالبرنامج الاحصائي Spss للعلوم الاجتماعية , و بالتالي توجد علاقة سالبة وقوية بين قلق المستقبل و مستوى الطموح أي أنه كلما زاد قلق المستقبل عند الطالب نتج عنه نقص في مستوى الطموح لماذا كلما زاد قلق المستقبل قل مستوى الطموح ويمكن القول بأن وجود علاقة سلبية بين قلق المستقبل و مستوى طموح فمن الطبيعي أنه يقل أو يضعف مستوى طموح الطلاب إذا شعر بالقلق من مستقبله فتكون العلاقة سلبية بين مستقبل الطالب و مستوى طموحاته .



الفريضة الثالثة / توجد فروق ذات دلالة احصائي في مستوى الطموح و قلق المستقبل لدى طلبة كلية الآداب بجامعة سبها تعزى لمتغير الجنس .

للتحقق من هذه الفريضة تم استخدام اختبار " ت " فكانت النتائج وفق الجدول التالي :

#### جدول رقم ( 4 )

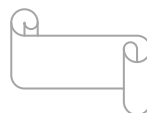
يبين اختبار " ت " للتعرف على الفروق الجنسين من الطلبة في مستوى الطموح و قلق المستقبل

الاستنتاج	مستوى الدلالة	ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	الجنس	البعد
غير دالة	0.63	0.48	5.80	60.64	22	ذكر	مستوى الطموح
			4.51	61.19	78	أنثى	
غير دالة	0.30	1.05	6.73	46.36	22	ذكر	قلق المستقبل
			6.07	44.78	78	أنثى	

تشير نتائج الجدال السابق أن قيم مستويات الدلالة على مقياس مستوى الطموح و مقياس قلق المستقبل هي [ 0.63 , 0.30 ] وهما أكبر من 0.05 , و بالتالي لا يوجد فروق بين الجنسين من الطلبة في مستوى طموحهم و مستوى قلقهم على المستقبل لماذا لا يوجد فروق بين الجنسين .

بما أن كلا من الذكور و الإناث يعيشون في نفس الظروف الصعبة يعانون من نفس القلق حول مستقبلهم فهذا يعني أنهم لا يختلفون كثيراً في مستوى الطموح لديهم بسبب أنهم يعيشون بنفس الواقع والظروف .

كما في دراسة أمل أحمد حيث هدفت إلى طبيعة العلاقة بين متغيرين الجنس والتخصص وأسفرت الدراسة عن عدم وجود فروق إحصائية في معدل إنتشار فروق بين الجنسين .





الفريضة الرابعة / توجد فروق ذات دلالة احصائي في مستوى الطموح و قلق المستقبل لدى طلبة كلية الآداب بجامعة سبها تعزى لمتغير التخصص العلمي .

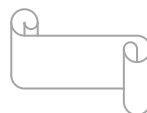
للتحقق من هذه الفريضة تم استخدام اختبار تحليل التباين البسيط " ف " فكانت النتائج وفق الجدول التالي :

### جدول ( 5 )

يبين اختبار " ف " للتعرف علي الفروق بين التخصصات المختلفة من الطلبة في مستوى الطموح و قلق المستقبل .

الاستنتاج	مستوى الدلالة	ف	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	التخصص العلمي	البعد
غير دالة	0.25	1.43	5.36	61.18	38	لغات	مستوى الطموح
			3.89	60.16	37	علوم اجتماعية	
			5.01	62.24	25	اجتماعيات	
غير دالة	0.92	0.08	6.88	44.82	38	لغات	قلق المستقبل
			5.70	45.24	37	علوم اجتماعية	
			6.15	45.44	25	اجتماعيات	

تشير نتائج الجدول السابق أن قيم مستويات الدلالة على مقياس مستوي الطموح و مقياس قلق المستقبل هي [ 0.25 , 0.92 ] و هما أكبر من 0.05 , و بالتالي لا يوجد فروق بين التخصصات المختلفة من الطلبة في مستوي طموحهم و مستوي قلقهم علي المستقبل لماذا لا يوجد فروق بين التخصصات المختلفة ويمكن القول هنا بأن لا يوجد فروق إحصائية في مختلف التخصصات و العلوم الإنسانية , كما كشفت الدراسة عن وجود إرتباطات موجبة و مرتفعة بين كل من مستوي الطموح و القلق من المستقبل وأيضا في دراسة أمل أحمد التي هدفت إلى كشف العلاقة بين المتغيرين الجنس و التخصص وأشارت إلى عدم وجود فروق إحصائية في معدل إنتشار فروق بين المتغيرين الجنس و التخصص .



**الفرضية الخامسة /** توجد فروق ذات دلالة احصائي في مستوى الطموح و قلق المستقبل لدى طلبة كلية الآداب بجامعة سبها تعزى لمتغير السنة الدراسية .

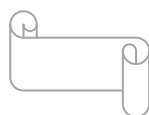
للتحقق من هذه الفريضة تم استخدام اختبار " ت " فكانت النتائج وفق الجدول التالي :

**جدول رقم ( 6 )**

يبين " ت " للتعريف على الفروق بين السنتين الدراسيتين من الطلبة في مستوى الطموح و قلق المستقبل .

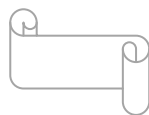
الاستنتاج	مستوى الدلالة	ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	السنة الدراسية	البعد
غير دالة	0.75	0.31	5.35	61.26	38	الأولى	مستوى الطموح
			4.47	60.95	62	الرابعة	
غير دالة	0.67	0.43	5.89	45.47	38	الأولى	قلق المستقبل
			6.46	44.92	62	الرابعة	

تشير نتائج الجدول السابق أن قيم مستويات الدلالة على مقياس مستوى الطموح و مقياس قلق المستقبل هي [ 0.75 , 0.67 ] هما أكبر من 0.05 و بالتالي لا يوجد فروق بين السنتين الدراسيتين من الطلبة في مستوى طموحهم و مستوى قلقهم على المستقبل لماذا لا يوجد فروق بين السنتين الدراسيتين ويمكن التعليق هنا بأنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين السنتين الدراسيتين الأولى و الرابعة ذلك لأنه الأشخاص أو الطلاب يعيشون في نفس الظروف أي أنهم يعانون من نفس القلق حول مستقبلهم و مستوى طموحاتهم . كما أشارت دراسة الغزاوي التي هدفت لبناء مقياس القلق المستقبل و مستوى الطموح لدى طلاب الصف السادس والتعرف على مستويات القلق لديهم كما هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة القلق بالتحليل الدراسي حيث أظهرت الدراسة عن وجود فروق دالة لصالح السنتين الدراسيتين .



## الفصل الخامس

- التوصيات .
- المقترحات .
- المراجع .
- الملاحق .



## التوصيات .

انطلاقاً من النتائج التي تم التوصل إليها الإطلاع الواسع على الدراسات السابقة , و التطبيق العلمي للدراسة الحالية و تحقيقاً للطموحات

التربوية المستقبلية و أملاً في أن يستفيد القائمين على ميدان علم النفس ويوصي الباحث بما يلي :

\* الاهتمام بالأسباب التي تؤدي إلى انخفاض مستوى الطموح و محاولة معالجتها بالطريقة المناسبة .

\* الاهتمام بإعداد برامج إرشادية على رفع مستوى الطموح .

\* توجيه الباحثين للاهتمام بدراسة قلق المستقبل .

\* توفير البيئة الجامعية المناسبة في الكلية بما يسهم في خفض القلق .

\* ضرورة إقامة الندوات للطلبة للتعريف بنظام الجامعة من أجل التكيف , فضلاً عن تعزيز برامج الإرشاد النفسي و التوجيه التربوي , و الاهتمام ببناء شخصية الطلبة من الاهتمام بهواياتهم و تطويرها .

\* حث الطلبة على أهمية الدراسة و التفوق فيها من أجل تحديد مستقبلهم المهني , و عدم الشعور بقلق المستقبل , لأن هذا بحد ذاته تفعيل لطاقتهم و سبباً لعدم احباطهم .

\* التركيز على الأسرة في أساليب التنشئة الاجتماعية السوية لتربية أبنائهم , وفق منظور ديني إيماني و توجيه نفسي سليم , ليتمتع أبنائهم باتزان انفعالي و صحة نفسية جيدة .

## المقترحات :

يقترح الباحث عدداً من الموضوعات التي يعتقد أنها تستحق الدراسة مثل :-

1- اجراء دراسة حول قلق المستقبل و علامته بكل من الاضطرابات النفسية و دافعيه التعلم .

2- قلق المستقبل و علاقته بكل من التفاؤل و التشاؤم .

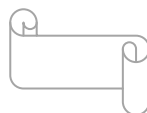
3- قلق المستقبل و علاقته ببعض سمات الشخصية .

4- قلق المستقبل و علاقته بكل من تحمل المسؤولية و بتقدير الذات .

5- فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية .

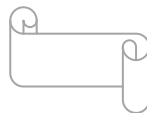
6- الالتزام الديني و علاقته بقلق المستقبل و مستوى الطموح .

7- دراسة عن قلق المستقبل و علاقته بكل من حب الاستطلاع و مستوى الطموح .



## قائمة المصادر و المراجع .

- 1-أبوالفضل جمال الدين ابن منصور(1990):"السان العرب ،الطبعة الأولى ،الجزء الثاني عشر ،دار صابر للطباعة والنشر، بيروت ، لبنان .
- 2-أديب محمد الخالدي(2001):"الصحة النفسية ،الطبعة الأولى ، الدار العربية للنشر والتوزيع ، المكتبة الجامعية ،غريبان .
- 3-أيهم علي الفاغوري (2007):"قلق المستقبل لدى عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة والعاديين"،دراسة ميدانية على عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة والعاديين من أبناء محافظة القنيطرة ، رسالة ماجستير ، جامعة دمشق ،كلية التربية ،قسم التربية الخاصة ،سوريا .
- 4- إيمان محمد صبري ( 2003 ) بعض المعتقدات **الجزية** لدى المراهقين و علاقتها بقلق المستقبل و الدافعية للإنجاز " المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد 13 ، العدد 38 ، ص ص 39 - 64 .
- 5 - توفيق محمد توفيق شبير ( 2005 ) : " مستوى الطموح و علاقة ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة " رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
- 6 - حنان خليل الحلبي ( 2000 ) : " مستوى الطموح ودوره في العلاقات الزوجية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة دمشق ، سوريا .
- 7- حامد عبدالسلام زهران ( 1977 ) : " الصحة النفسية و العلاج النفسي " القاهرة ، عالم الكتب ، مصر .
- 8- شريف مهني محمود ( 2001 ) : " دراسة الاغتراب و علاقته بمستوى الطموح لدى طلاب الثانوي العام و الفني و الصناعي " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، القاهرة ، جامعة عين الشمس ، مصر .



9- صلاح أحمد مرحاب ( 1984 ) ك " التوافق النفسي و علاقته بمسوى الطموح دراسة مقارنة بين الجنسين في مرحلة المراهقة بالمغرب , رسالة دكتوراه غير منشورة , معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين الشمس , مصر .

10- علا توفيق إبراهيم (2004): "الاغتراب النفسي و علاقته بمستوى و نوعية الطموح و مستوى الأداء المهارى لبعض المواد العملية لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة " مجلة كلية التربية , جامعة طنطا , مصر , عدد23 , المجلد1 , ص 174- ص 197 .

11- عاشور محمد دياب ( 2001 ) : " فاعلية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة " مجلة علم النفس , جامعة المنيا , المجلد 10 , العدد 11 , ص ص 437 440.

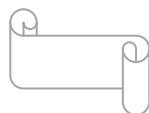
12- عبد ربه علي شعبان ( 2010 ) : " الخجل و علاقته بتقدير الذات و مستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً " , رسالة ماجستير , الجامعة الاسلامية , كلية التربية , غزة , فلسطين .

13-- عبدالرحمن محمد العيسوي ( 2004 ) " الوجيز في علم النفس العام و القدرات العقلية " , دار المعرفة الجامعية .

14- غالب بن محمد بن علي المشيخي ( 2009 ) : " قلق المستقبل و علاقته بكل من فاعلية الذات و مستوى الطموح لدى عينة من الطلاب جامعة الطائف " , رسالة دكتوراه , جامعة .

15- فؤاد بهي السيد ( 1994 ) : " الذكاء " , ط 5 , دار الفكر العربي , القاهرة , مصر .

16- فوزية محمود النجاسي ( 2008 ) : " قلق المستقبل و علاقته بالاتجاه نحو التخصص الدراسي لدى طالبات و معلمات رياض الأطفال مجلة كلية التربية , قسم جامعة طنطا , مصر العدد 39 , مجلد 1 , ص ص 381 - 404 .



17 - فايز علي الأسود ( 2003 ) : " دراسة العلاقة بين مستو القلق و مفهوم الذات و مستوى الطموح لدى الطلبة الجامعيين في دولة فلسطين , رسالة دكتوراه غير منشورة , جامعة الأقصى , غزة , فلسطين .

18 - كمال دسوقي (1988) : ذخيرة علوم النفس المجد الأول ، الدار الدولية للنشر و التوزيع .

19 - كاميليا عبد الفتاح ( 1984 ) مستوى الطموح و الشخصية , ط 2 , دار النهضة العربية , بيروت , لبنان .

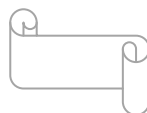
20 - محمود حمودة ( 1991 ) : " الطب النفسي ( النفس أسرارها و أمراضها ) ط 2 , القاهرة , المطبعة الفنية , مصر .

21- محمد محروس الشناوي ( 2000 ) : " نظريات الإرشاد و العلاج النفسي " , دار الغريب للطباعة و النشر , القاهرة , مصر .

22- ممدوح محمد دسوقي محمد ( 2002 ) : " بناء مقياس القلق الاجتماعي لعملاء خدمة الفرد في المرحلة الثانوية " , مجلة القاهرة للخدمة الاجتماعية , المعهد العالي للخدمة الاجتماعية , القاهرة , عدد 13 , ص ص 232 - 239 .

23 - محمد عبد الوهاب معوض ( 1996 ) : " اثر كل من العلاج المعرفي و العلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة " رسالة دكتوراه , كلية التربية , جامعة المنيا .

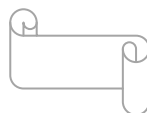
24- وفاء محمد القاضي ( 2009 ) : " قلق المستقبل و علاقته بصور الجسم و مفهوم الذات لدى حالات البتر بعد ا - محمد , ممدوح محمد دسوقي ( 2002 ) : " بناء مقياس القلق الاجتماعي لعملاء خدمة الفرد في المرحلة الثانوية لحرب على غزة " , رسالة ماجستير , كلية التربية , الجامعة الإسلامية بغزة , فلسطين .



## الملاحق

### ملحق رقم ( 1 )

ت	أسماء المحكمين	التخصص
1	أ - رقية أحمد سالم	علم النفس
2	د - حبصة الحداد	علم النفس
3	أ - فاطمة المهج	علم النفس
4	أ - مبروكة الفخاري	علم النفس
5	د - نادية المهدي	علم النفس





ملحق رقم ( 2 )

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة سبها / كلية الآداب

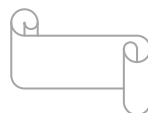
قسم علم النفس

إستبانه آراء المحكمين لدى صلاحية فقرات مقياس مستوى الطموح و علاقته بالقلق المستقبل .  
لكم التحية الطيبة .

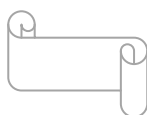
تقوم الباحثة بإجراء دراسة ميدانية حول ( مستوى الطموح علاقته بالقلق المستقبل لدى طلبة كلية الآداب بجامعة سبها ) .

لذا أرجوا التكرم [إبداء رأيكم و مقترحاتكم بشأن فقرات الاستبيان من حيث الموافقة على عبارتهما من عدمه أو ترونة مناسبة من العبارات .

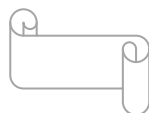
ولكم كل الشكر و الاحترام  
الباحثة مديحه المهدي كوري  
2019 / 2018 م



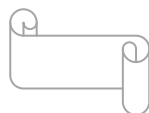
ت	الفقرات	تنطبق على دائماً	تنطبق على كثيراً	تنطبق على قليلاً	لا تنطبق على
1	لا يثير اهتمامي كل جديد في العالم				
2	لدى الإرادة القوية في الوصول إلى أهداف الحياة				
3	لا يهمني التفوق في الاعمال التي أقوم فيها				
4	أغامر من أجل إشباع طموحاتي الشخصية				
5	أخشى القيام بالأعمال التي يعاونني فيها أحد				
6	أتجنب الاشتراك في المنافسات و المسابقات				
7	لدى الرغبة في الاطلاع على ميادين الحياة الأخرى				
8	انظر في حياتي بتفاؤل				
9	يكفيني النجاح في العمل و لا يهمني متابعة بنجاح آخر				
10	أجد إن كثير من أهدافي مستحيلة				
11	يهمني استلام مكانه مرموقة في المجتمع				
12	لا أحاول مواجهة الصعاب التي أعرف أن الآخرين فشلوا فيها				
13	أشعر بأنني في سباق مع الزمن من أجل نجاح				
14	أتوقع أن يقودني التفوق العلمي لمزيد من السعادة				
15	اعتبر نفسي قانعا لكوني ارضى بالقليل				
16	أرغب في الظهور بمستوى متميز فيما أعمل فيه				
17	أرغب في الظهور لمستوى متميز فيما أعمل فيه				
18	أتنافس حتى مع نفسي من أجل تحقيق أهدافي				
19	أميل إلى مزاجية نوعا ما				
20	الاحسن استثمار الوقت لما هو نافع لمستقبلي				
21	ثقتي بنفسي تهتز عندما أرجه حالات الفشل الدراسي				
22	أرى أن دراستي حاله أقل من مستوي طموحاتي				
23	لا أتضايق من تأخر ظهور نتائج عملي				
24	تراودني فكرة أن أكون شخصاً عظيماً في المستقبل				
25	أعتقد أن حياتي يسيرها الحظ				
26	تشغلني مشاكل الحياة عن التفكير المستقبلي				
27	أحاول الوصول إلى أهدافي صعبة وفقاً للرجال				
28	لا أقدر على التحمل و الصبر حينما تواجهني المصاعب				
29	أتوقع أن يفتح لي المستقبل الثقافي العالي أبواب المستقبل				
30	أعيش اليوم هذا و أنسى الغد				
31	أرغب في المثابرة و الاستمرار في عملي على الرغم من مواجهة الحياة				
32	ابحث عن استثمار الجيد لفرص الحياة				
33	عندما أجد من هو الأفضل في الدراسة فإن ذلك يدفعني الى أن أكون بمستواه أو احسن				
34	لا أحب التوسع في تجارب الحياة				



ت	الفقرات	تنطبق على دائماً	تنطبق على كثيراً	تنطبق على قليلاً	لا تنطبق على
1	يراودني أمل في تحقيق أهدافي في الحياة				
2	أشعر أن فرص السعادة ستضاء في المستقبل				
3	أشعر أن حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة				
4	أشعر إنني سيئة الحظ الآن و ستكون حظي أسوأ في المستقبل				
5	خوفي في المستقبل يضعف دوافعي نحو الدراسة				
6	أخشي تكرار مشكلتي الماضية في المستقبل				
7	أشعر بالثقة بأي قرار أتخذه بشأن مستقبلي				
8	ينتابني الأرق ليلاً كلما تأملت في المستقبل				
9	ينتابني الاحساس بالأمل حين أفكر في مستقبلي				
10	يمتلكني الشعور بالإحباط , إذا أن المستقبل الذي ينتظرني غير واضح				
11	أتوقع أن تزايد الشعور بالأمن و الطمأنينة في المستقبل				
12	أتوقع أن تزايد الشعور بالأمن و الطمأنينة في المستقبل				
13	أتوقع أن أسعار المواد تتزايد زيادة عالية في الأيام المقبلة				
14	يراودني أمل في الحصول على فرصة لإكمال دراستي العالية مستقبلاً				
15	أري أن التخطيط لعمل ما مضية الوقت				
16	أري أن دراستي نوعا من العبث و غير مجدية للمستقبل				
17	أتوقع أن أجد صعوبات ترهقني مستقبلاً للحصول عل دخل يسد حاجتي المعيشية				
18	يتيح لي عملي في أن أكون عضواً نافعا في المستقبل				
19	أشعر أن الدراسة مصدر ضمان اقتصادية للغد				
20	أرى أن القيم الاخلاقية ترتقي يوماً بعد الآخر				
21	أرى أن الهجرة إلى الخارج ستكون الحل الأخير لما أعانية من المشكلات				
22	أخشي أن لا أوفق في حياتي الزوجية				
23	عندي أمل اتكيف مع الجو الجامعي				
24	إن قبولي في الكلية التربوية يقلل من فرص حصولي على زواج مناسب				
25	أثق بقدرتي على الحل أية مشكلة اجتماعية تواجهني				
26	أرى أنني سأواكب سرعة تغيير بعض مفردات الحياة				
27	لدى أصدقاء و صديقات أعتمد عليهم في وقت الحاجة				
28	أخشى أن تجبرني ظروف في على التعامل مع أفراد لا أنسجم معهم				
29	أخشى أن تكون علاقات الآخرين معي نفعية				
30	أخشى من العدوان الخارجي على بلدي				
31	أرى أن العلاقات اجماعية غير صادقة كلما تقدم العمر بي				
32	أخشى استمرار تدهور العلاقات اجماعية و الانسانية لمن الافراد في المستقبلي				
33	خوفي على نفسي من غدر اللذين حولي				
34	عند مراجعتي للطبيب يؤكد أن ما أعانية من الألم راجع إلى أسباب نفسية				
35	أخشى من انتشار الأوبئة و الأمراض بشكل أوسع مستقبلاً نتيجة التلوث الناجم عن الحرب				
36	أعاني من جفاف الفم عندما أفكر في مستقبلي				
37	أخشى من الاصابة بعاهاث بدنية				
38	الاحظ أن يدي ترتعش عندما أقوم بعمل مت				
39	أعرق كثيراً وبسهولة حتى أيام البرد				



				أشعر أن قلبي يدق بشدة و صدري ضاغط عليّة	40
				أتوقع استمرار الظروف الضاغطة الحاليّة مما يؤدي إلى تدهور صحتي	41
				تحصل عندي الالام في المعدة كلما تأملت مستقبلتي	42
				يقلقتني تدخّل الأهل في تقرير مصيري	43
				أخشي أن أفقد أحد أفراد أسرتي	44
				أرى دوري في الأسرة يزداد قوة	45
				أتوقع أن تحصل لي خلافات أسرية مستقبلاً	46
				يملكني شعوراً بالاطمئنان على مستقبل أسرتي	47
				أشعر بالاطمئنان على أفراد أسرتي على الرغم من انتشار الظواهر السلوكية غير السليمة	48



### ملحق رقم ( 3 )

مقياس مستوى الطموح و علاقته بالقلق المستقبل  
لدى طلاب كلية الآداب

تحية الطيبة

نقوم بدراسة ميدانية عن مستوى الطموح و علاقته بالقلق المستقبل لدى طلاب كلية الآداب بمدينة سبها لنيل  
درجة الليسانس فى علم النفس نرجو منكم التكرم باختبار البدائل التي تناسبك من بين البدائل .

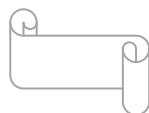
أولاً : البيانات الشخصية .

النوع : ذكر - أنثى .

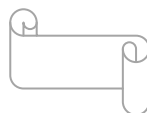
التخصص : علم النفس - علوم اجتماعية - علم اجتماع .

الفصل الدراسي : سابع - ثامن - أول و ثاني .

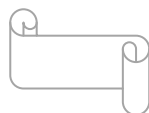
والسلام عليكم ورحمة الله و بركاته  
الباحثة مديحه المهدي كوي



ت	الفقرات	نعم	لا	أحيانا
1	لا يثير اهتمامي كل جديد في العالم			
2	لدي الإرادة القوية في الوصول إلى أهدافي في الحياة			
3	لا يهمني التفوق في الأعمال التي أقوم فيها			
4	أغامر من أجل إشباع طموحاتي الشخصية			
5	أخشى القيام بالأعمال التي يعاونني فيها أحد			
6	أتجنب الاشتراك في المناقشات و السابقات			
7	لدي الرغبة في الإطلاع علي ميادين الحياة الأخرى			
8	أنتظر في حياتي بتفاؤل			
9	يكفيني النجاح في العمل و لا يهمني متابعة بنجاح			
10	أجد إن كثيرا من أهدافي مستحيلة			
11	يهمني استلام مكانة مرموقة في المجتمع			
12	لا أحاول مواجهة الصعاب التي أعرف أن الآخرين فشلوا فيها			
13	أشعر بأنني في سباق مع الزمن من أجل النجاح			
14	أتوقع أن يقودني التفوق العلمي لمزيد من السعادة			
15	أعتبر نفسي قانعا لكوني أرضي بالقليل			
16	أميل إلي المزاجية نوعا ما			
17	أرغب في الظهور بمستوى متميز فيما أعمل فيه			
18	أتنافس حتى مع نفسي من أجل تحقيق أهدافي			
19	الأحسن استثمار الوقت لما هو نافع لمستقبلي			
20	تفتي بنفسني تهتز عندما ارجه حالات الفشل الدراسي			
21	أرى أن دراستي الحالية أقل من مستوى طموحاتي			
22	لا أتضايق من تأخر ظهور نتائج عملي			
23	تروداني فكرة إن أكون شخصا عظيماً في المستقبل			
24	أطمح إلي العودة إلى مراكز عليا بايت طريقة كانت			
25	أعتقد ان حياتي يسيرها الحظ			
26	تشغلني مشاكل الحياة عن التفكير بمستقبلي			
27	لا أقدر على التحمل و الصبر حينما أتواجهني المصاعب			
28	أحاول الوصول إلى أهداف صعبة وفقا للمراحل			
29	أتوقع أن يفتح لي المستقبل الثقافي العالي أبواب المستقبل			
30	أعيش اليوم هذا و أنسى الغد			
31	أرغب في المثابرة و الاستمرار في عملي علي الرغم من مواجهة الحياة			
32	أبحث عن الاستثمار الجيد لفرص الحياة			
34	عندما أجد من هو الأفضل مني في الدراسة فإن ذلك يدفعني إلى أكون بمستواه أو أحسن			
35	لا أحب التوسع في تجارب الحياة			



ت	الفقرات	نعم	لا	أحياناً
1	يراودني أمل في تحقيق أهدافي في الحياة			
2	أشعر أن فرص السعادة ستضاء في المستقبل			
3	أشعر أن حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة			
4	أشعر إنني سينة الحظ الآن و ستكون حظي أسوأ في المستقبل			
5	خوفي في المستقبل يضعف دوافعي نحو الدراسة			
6	أخشي تكرار مشكلتي الماضية في المستقبل			
7	أشعر بالثقة بأي قرار أتخذه بشأن مستقبلي			
8	ينتابني الأرق ليلاً كلما تأملت في المستقبل			
9	ينتابني الاحساس بالأمل حين أفكر في مستقبلي			
10	يمتلكني الشعور بالإحباط , إذا أن المستقبل الذي ينتظرني غير واضح			
11	أتوقع أن تزايد الشعور بالأمن و الطمأنينة في المستقبل			
12	أتوقع أن تزايد الشعور بالأمن و الطمأنينة في المستقبل			
13	أتوقع أن أسعار المواد تتزايد زيادة عالية في الأيام المقبلة			
14	يراودني أمل في الحصول على فرصة لإكمال دراستي العالية مستقبلاً			
15	أرى أن التخطيط لعمل ما مضيعة الوقت			
16	أرى أن دراستي نوعاً من العبث و غير مجدية للمستقبل			
17	أتوقع أن أجد صعوبات ترهقني مستقبلاً للحصول عل دخل يسد حاجتي المعشبية			
18	يتيح لي عملي في أن أكون عضواً نافعا في المستقبل			
19	أشعر أن الدراسة مصدر ضمان اقتصادية للغد			
20	أرى أن القيم الاخلاقية ترتقي يوماً بعد الآخر			
21	أرى أن الهجرة إلى الخارج ستكون الحل الأخير لما أعانية من المشكلات			
22	أخشي أن لا أوفق في حياتي الزوجية			
23	عندي أمل اتكيف مع الجو الجامعي			
24	إن قبولي في الكلية التربية يقلل من فرص حصولي على زواج مناسب			
25	أثق بقدرتي على الحل أية مشكلة اجتماعية تواجهني			
26	أرى أنني سأواكب سرعة تغيير بعض مفردات الحياة			
27	لدى أصدقاء و صديقات أعتد عليهم في وقت الحاجة			
28	أخشي أن تجربني ظروف في على التعامل مع أفراد لا أنسجم معهم			
29	أخشي أن تكون علاقات الاخرين معي نفعية			
30	أخشي من العدوان الخارجي على بلدي			
31	أرى أن العلاقات اجماعية غير صادقة كلما تقدم العمر بي			
32	أخشي استمرار تدهور العلاقات اجماعية و الانسانية لمن الافراد في المستقبلي			
33	خوفي على نفسي من غدر اللذين حولي			
34	عند مراجعتي للطبيب يؤكد أن ما أعانية من الألم راجع إلى أسباب نفسية			
35	أخشي من انتشار الأوبئة و الأمراض بشكل أوسع مستقبلاً نتيجة التلوث الناجم عن الحرب			
36	أعاني من جفاف الفم عندما أفكر في مستقبلي			
37	أخشي من الاصابة بعاهات بدنية			
38	الأحظ أن يدي ترتعش عندما أقوم بعمل مت			
39	أعرق كثيراً وبسهولة حتى أيام البرد			
40	أشعر أن قلبي يدق بشدة و صدري ضاغط عليّة			
41	أتوقع استمرار الظروف الضاغطة الحالية مما يؤدي إلى تدهور صحتي			
42	تحصل عندي الالام في المعدة كلما تأملت مستقبلي			
43	يقلقني تدخل الأهل في تقرير مصيري			
44	أخشي أن أفقد أحد أفراد أسرتي			
45	أرى دوري في الأسرة يزداد قوة			
46	أتوقع أن تحصل لي خلافات أسرية مستقبلاً			
47	يمتلكني شعوراً بالاطمئنان على مستقبل أسرتي			



			أشعر بالاطمئنان على أفراد أسرتي على الرغم من انتشار الظواهر السلوكية غير السليمة	48
--	--	--	---	----

