

علاقة قلق المستقبل بمستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات

أ.م.د ميساء نديم أحمد¹ ، أ.م.د عبير داخل السليمي²
العراق - جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات^{2,1}

maysaa.n.68@gmail.com

abeer@copew.uobaghdad.edu.iq

لغرض تحقيق هدف البحث في إيجاد العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات بجامعة بغداد، استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية على عينة تعدادها (50) طالبة وبعد توزيع المقياسين على عينة البحث وجمع البيانات ومعالجتها إحصائياً الحصول على النتائج ومناقشتها، توصلت الباحثتان إلى أهم الاستنتاجات وهي إن نسبة القلق المستقبل لديهن على من الوسط الفرضي للمقياس، وكذلك مستوى الطموح الأكاديمي عالياً، فضلاً عن وجود علاقة ارتباط بين قلق المستقبل ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة البحث. وتوصي الباحثتان بضرورة إجراء بحوث أخرى لمعرفة مستوى قلق المستقبل والطموح الأكاديمي لدى طالبات المراحل كافة وعلاقتها ببعض المواد الدراسية. الكلمات المفتاحية: قلق المستقبل. مستوى الطموح الأكاديمي. طالبات.

The relationship of future anxiety to the level of academic ambition among female students

Dr. Maysa Nadim Ahmed¹, Dr. Abeer Dakhil Al-Sulaimi²

^{1,2} Iraq - University of Baghdad - College of Physical Education and Sports Sciences for Girls

maysaa.n.68@gmail.com

abeer@copew.uobaghdad.edu.iq

For the purpose of achieving the goal of the research in finding the relationship between future anxiety and the level of academic ambition among students of the fourth stage in the College of Physical Education and Sports Science for Girls at the University of Baghdad, the two researchers used the descriptive approach with two survey methods and correlational relationships on a sample of (50) students and after distributing the two scales to the research sample and data collection And processing them statistically to obtain and discuss the results, the two researchers reached the most important conclusions, which is that the percentage of future anxiety they have is on the hypothetical mean of the scale, as well as the level of academic ambition is high, in addition to the existence of a correlation between future anxiety and the level of academic ambition in the research sample. Our researcher recommends the necessity of conducting other research to find out the level of future anxiety and academic ambition among female students of all levels, and their relationship to some academic subjects.

Keywords: future anxiety. level of academic ambition. female students.

1- التعريف بالبحث :

أن الفرد في سعيه في هذه الحياة يرمي إلى تحقيق أهدافه بالرغم من الصعوبات التي تواجهه أحيانا للوصول إلى مبتغاه وعلى الرغم من الصعوبات وجود إمكانات والظروف المناسبة لتحقيق ذلك إلا أن الفرد في مسيرته أو مساعاه هذا يبحث عن الطمئنانية والسكينة في النفس على الرغم من كثرة الصعوبات التي تلاقيه لتحقيق أهدافه ففي زمن التطور والتقدم الحضاري والتسارع في وتيرة الحياة جعل من الخوف والقلق سمة بارزة من سمات هذا العصر والشعور بالتهديد بالخطر من المستقبل الذي ينتظره الحياه من حولنه مليئة بالمشكلات النفسية والضغط والحروب والازمات وغيرها التي تؤثر على حياة الانسان حتى يكاد لا يوجد فرد تخلو حياته من الاضطرابات ومن هذه الاضطرابات قلق المستقبل حيث أن درجة القلق تختلف من فرد لآخر بشأن المستقبل وبخاصة أننا نعيش في حالة من المتغيرات والاحداث المتسارعة لذا اصبح الانسان في حالة من القلق العام في نفسه ومن العالم الذي يعيش فيه لذلك يعتبر القلق العام من المستقبل نوعا من أنواع القلق الذي يشكل خطرا على صحة فرد .

لذا فإن القلق المستقبل ظاهرة تستحق الدراسة بين طلاب الجامعة بصورة عامة سواء الدراسة بالطريقة التقليدية أو عن بعد وذلك لان الحصول على التأهل الاكاديمي والذي يعتبر أساس تقدم كل الدول هو غاية الدراسة ويمكن القول ان قلق الدراسة قد يؤثر على مستوى طموح الشباب ويعطل اهدافه ويفقد القدرة على حل المشكلات وأن مستوى طموح يلعب دورا هاما في حياة الفرد إذ ان من اهم الابعاد في الشخصية وذلك لانه مؤثر يميز ويوضح اسلوب تعامل الانسان مع نفسه ومع البيئة قلق المستقبل " هو خوف من المستقبل وما قد يحمله المستقبل من احداث قد تهدد وجود الانسان او تهدد انسانية الفرد " (عبدالغفار، 1977، 120)

ويعرف القلق بأنه استجابته طبيعية عند مواجهة الاوضاع المجهددة أو الغير المؤكدة . حيث تتميز اضطرابات القلق بأنها تستمر لمدة ستة اشهر أو أكثر وتقوم أعراضه على الخوف غير العقلاني أو الرهبة حيث ان هذه الاضطرابات شديدة التداخل مع القدرة على حياة وظيفية منتجة ويبلغ عدد المصابين في امريكا بالخوف والقلق 40 مليون شخص كل عام". (LINDA RAY.2017, 15)

يعد قلق المستقبل من الانفعالات الانسانية الاساسية وجزء طبيعي من اليات السلوك الانساني وهو يمثل احد اهم الاضطرابات المؤثرة على صحة الفرد ومستقبله اضافة الى تأثيره السلبي على مجالات الحياة المختلفة .

يعتبر القلق من من العوامل الرئيسية المؤثرة في الشخصية الانسانية وموضوع القلق كان ومازال من اهم الموضوعات التي تفرض نفسها دائما على اجتهادات الباحثين في العلوم النفسية لما له من اهمية وعمق ارتباط بأغلب المشكلات النفسية .

العكيلي: وهو قلق واقعي يستثيره توجس الفرد من المستقبل او توقعه احداثا تحد اشباع حاجاته او تهدد كيانه او قيمة (من القيم التي يعدها ضرورية له كشخص" (العكيلي، 2000)

والمجتمع الذي يعيش فيه وأن العلاقة بين الطموح والكفاية الانتاجية عي علاقة طردية حيث ترتبط ارتباطا ايجابيا بالمستوى العالي من الطموح وان اطر تحقيق الطموح الاكاديمي للأفراد لا يتحقق الا بتحقيق اطر تعليمية واتاحة فرصة عملية للأفراد لتحقيق اهدافهم الاكاديمية فأن التعليم يعتبر هو الاساس لتحقيق التنمية للبلدان في الارتقاء والتطور وأنه من الطبيعي الشعور بالقلق بين الطلبة لكن اذا وصل التفكير في قلق المستقبل درجة تكون معطلة لطموحات وتوجهات الفرد فإنه سوف يؤثر على صحتهم النفسية وعلى انجازاتهم الاكاديمية مختلف نواحي الحياة الأخرى .

يعد مستوى الطموح من المتغيرات التي لها تأثير في الحياة اليومية وتلعب دورا في التوافق والتكيف النفسي والاجتماعي فعلى قدرة من يستطيع من تحقيق لهذا الطموح او الاخفاق في الوصول الى مستوى معين

فأن هذا ينعكس ايجابا اوسلبا على نفسية الفرد ان للطموح دورا مهما في حياة الفرد او المجتمع لان فرد طموح يتميز بالتفاؤل تجاه مستقبله ولديه القدرة على تحقيق اهداف حياته . (محمد زيدان، 1989، 56)⁽⁵⁾

ومستوى الطموح " هو المستوى الذي يصنعه الفرد لنفسه ويرغب في بلوغه او يشعر انه قادر على بلوغه وهو يسعى الى تحقيق افه في الحياة او: أنجاز اعماله ، وأنه ظاهرة سلوكية " (راجح، 1973، 229)

تبرز مشكلة البحث واضحة من خلال ان قلق المستقبل يمثل احد انواع القلق الذي يؤثر على حياة الفرد لذلك يعتبر قلق المستقبل موضوع من المواضيع الحديثة حيث ان الانسان بطبيعته يتأمل موضوع وينظر ويخاف من عدم موضوع مستقبله مما يؤدي الى احباطه ويعد مستوى الطموح جزءا مهما اساسيا في البناء النفسي للانسان فهو يبلور ويعزز الاعتقادات التفاؤلية عند الفرد بكونه قادر على التعامل مع اشكال مختلفة من الضغوط النفسية فالشخص الذي يؤمن بقدرته على التحقيق اهداف معينة يستطيع الاحساس بالسيطرة على البيئة وتحدياتها .

وطلبة الجامعة هم المستقبل الذي سوف يتحملون مسؤولية تقدم بلادهم وازهارها فقد تبين للباحثة ان بعض الطلبة لديهم ترقب وخوف من المستقبل من اشياء محددة مثل (عدم الارتباط بالشخص المناسب ، الافكار الخاطئة عن الحياة ، وعدم الحصول على وظيفة ، والعوز المادي وغيرها من الامور) وبعضها عامة مثل الفوضى السياسية وتدهور بعض القيم والانديثار لبعضها الاخر وسيادة بعض الثقافة بعيدة كل البعد عن الدين والتسامح وخاصة تلك التي لها بعض الفضائيات المسموعة التي اخذت تنخر في وحدة النسيج الاجتماعي وتماسكه .

ومن هنا يشكل المستقبل والاهتمام به الاولوية في حياة الطلبة خاصة عندما يشعر الطالب ان مستقبله ليس تحت سيطرته من جهة وان رؤيته مشوشة للمستقبل مما يزيد قلقه ولا يستطيع تحقيق طموحاته .

ويمكن توضيح المشكلة بالتساؤل التالي :

1 ما مستوى قلق المستقبل الذي تعاني فيه الطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات ؟

2 ماهي طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح ؟

يهدف البحث الى :

1 التعرف على مستوى القلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .

2 التعرف على مستوى الطموح لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .

3 التعرف على طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح الاكاديمي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .

2- منهج البحث وأجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

قامت الباحثتان باستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية للملائمة طبيعة

البحث.

2-2 مجتمع وعينة البحث

تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل بطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد ، للعام الدراسي 2020-2021 والبالغ عددهم (107) طالبة والمكون من اربع شعب (أ،ب،ج،د) بالطريقة العمدية ، وتم اختيار افراد العينة بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة والبالغ عددهم (50) طالبة.

3-2 اجراءات البحث الميدانية

1-3-2 تحديد مقياس قلق المستقبل (ملحق 1)

استخدمت الباحثتان مقياس قلق المستقبل ل (السبعوي، 2007) ويتكون من خمس مجالات وهي (المجال النفسي ، المجال الاقتصادي ، المجال الاجتماعي ، المجال الصحي ، المجال الاسري) بواقع (48) فقرة (15) فقرة ايجابية و(33) سلبية واعطيت الدرجات لكل بديل على النحو الاتي: الفقرات الايجابية (4,3,2,1,0) الفقرات السلبية (0,1,2,3,4)، وتم تحديد امام كل فقرة خمس بدائل (تعتبر عني تماما ، تعتبر عني كثيرا ، تعتبر عني بدرجة متوسط ، تعتبر عني بدرجة قليلة ، لا تعتبر عني على الاطلاق) . وكانت الفقرات الايجابية (1-12-8-7-1-14-18-19-20-23-25-26-27-45-47-48). الفقرات السلبية (2-3-3-34-35-36-37-38-39-40-41-42-43-44-46) . وكانت أعلى درجة (192) ، وأقل درجة (48) والوسط الفرضي (120) درجة

2-3-2 تحديد مقياس مستوى الطموح (ملحق 2)

استخدمت الباحثتان مقياس الطموح ل (الحيوي، 2007) المكون من (34) فقرة وضع امام مقياس بدائل الاجابة وهي (تنطبق عليه دائما ، تنطبق عليه كثيرا ، تنطبق عليه قليلا ، لا تنطبق علي) وتعطي الدرجة من (4-1) للفقرات الايجابية. الفقرات الايجابية (2-7-8-14-18-29-30-31-33-4-11-13-15-16-17-19-22-23-28-32) الفقرات السلبية (5-6-10-12-20-21-25-27-3-9-26-34)، وكانت أعلى درجة (136)، وأقل درجة (34) والوسط الفرضي (85) درجة

4-2 التجربة الاستطلاعية

قامت الباحثتان بتطبيق التجربة الاستطلاعية على عينة من المجتمع ومن خارج عينة البحث وبلغت (30) طلبة من طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات بجامعة بغداد يوم الأحد 2021/5/16 لغرض التعرف على :

- 1 الوقت المستغرق للاجابة على نفس المقياس .
- 2 مدى ملائمة المقياس لافراد العينة ووضوح الفقرات ودرجة استجابتهم لها .
- 3 الاجابة عن التساؤلات والاستفسارات .
- 4 إيجاد الأسس العلمية للمقياسين.

5-2 الاسس العلمية لمقياسي قلق المستقبل ومستوى الطموح الاكاديمي :

قامت الباحثتان باستخراج الاسس العلمية لمقياسي قلق المستقبل ومستوى الطموح الاكاديمي من اجل ضمان جودة وصلاحية المقياس . الجدول (1) يبين معامل الثبات والصدق الذاتي للمقياسين: جدول (1) يبين معامل الثبات والصدق الذاتي لمقياسي قلق المستقبل ومستوى الطموح الأكاديمي

المقياس	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
قلق المستقبل	0.87	0.93
مستوى الطموح الأكاديمي	0.79	0.89

6-2 التجربة الرئيسية

قامت الباحثتان مع فريق العمل المساعد بتطبيق مقياسي قلق المستقبل ومستوى الطموح الاكاديمي على افراد عينة البحث من طالبات المرحلة الرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات بجامعة بغداد خلال الفترة من (2021/5/25 ولغاية 2021/6/15). خلال حضورهن للكلية، وتوزيع استمارة المقياسين عليهن ومن ثم جمعها لغرض تفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً.

7-2 الوسائل الاحصائية :

استخدمت الباحثان الحقيبة الاحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات والحصول على النتائج ومن هذه الوسائل (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ارتباط بيرسن).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-3 عرض نتائج مقياسي قلق المستقبل ومستوى الطموح الاكاديمي وتحليلها ومناقشتها:

جدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث في المقياسين

المقياس	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
قلق المستقبل	الدرجة	120.420	19.257	2.723
الطموح الاكاديمي	الدرجة	97.440	14.833	2.098

جدول (3) بين قيمة (ت) المحسوبة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي للمقياسين لعينة البحث

المقياس	قيمة (ت) المحسوبة	نسبة الخطأ	القرار الإحصائي
قلق المستقبل	44.218	0.000	معنوي
الطموح الاكاديمي	46.452	0.000	معنوي

ن=50

جدول (4) يبين قيمة معامل الارتباط بين المقياسين لعينة البحث

المقياس	قيمة (ر) المحسوبة	نسبة الخطأ	القرار الإحصائي
الطموح الاكاديمي	-0.332	0.019	معنوي

أظهرت نتائج الجدول (2) قيم التقديرات الإحصائية والمتمثلة بالوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث في المقياسين، فقد بلغ الوسط الحسابي للقلق بالمستقبل (120.420) والانحراف المعياري (19.257) والذي يشير إلى ارتفاع في مستوى قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات - جامعة بغداد مقارنة بالوسط الفرضي والبالغ (120) درجة وكذلك قيمة (ت) الظاهرة في الجدول (3) التي كانت معنوية لصالح الوسط الفرضي، وتعزو الباحثتان سبب ذلك إلى أن القلق بوجه العام أصبح نتيجة من النتائج الواضحة للمتغيرات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي تحيط بالبلد مما أدى إلى أن يتحول من مجرد نتيجة إلى سبب يؤدي إلى ظهور الكثير من المظاهر العصبية حيث أن البعض يعتبره جوهر العصاب ومصدره الاعراض العصبية عند الفرد بانه حالة من النحس الذاتي وحاجة يدركها الفرد تشغل الفرد تفكيره على شكل شعور بالضيق او التوتر والخوف الدائم وعدم الارتياح تجاه الموضوعات التي يتوقع حدوثها مستقبلاً. (العكايشي، 2000)، أما (ابراهيم محمود، 2004) فيؤكد بأن القلق الناتج عن التفكير اللاعقلاني في المستقبل والخوف من الاحداث السيئة المتوقع حدوثها في المستقبل.

أما بالنسبة لقيمة الوسط الحسابي لمستوى الطموح الأكاديمي فقد بلغت (97.440) والانحراف المعياري (14.833) والذي يشير إلى ارتفاع في مستوى الطموح الاكاديمي لدى طالبات المرحلة الرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات - جامعة بغداد مقارنة بالوسط الفرضي والبالغ (85) درجة وكذلك قيمة (ت) الظاهرة في الجدول (3) والبالغة (46.452) التي كانت معنوية لصالح الوسط الفرضي. وتعزو الباحثتان سبب ذلك إلى رغبة الكثير من عينة البحث إلى تحقيق طموحهم في إكمال دراساتهم العليا مستقبلاً. إذ يعتبر مستوى الطموح من العوامل المهمة المميزة للشخصية بقدر ما يكون الطموح مرتفع بقدر ما تكون الشخصية متميزة وبقدر ما يكون المجتمع متقدم. فالطموح من أهم أسرار نجاح الفرد والمجتمع ولقد اشارت العديد من الدراسات أن خبرات النجاح تؤثر ايجابا في رفع مستوى الطموح فالانسان عندما ينجح في أمر ما فإن ذلك يزيد من ثقته

بنفسه ويرفع من مستوى الطموحه . هو الممكن الذي يضعه الفرد لنفسه في المجال الاكاديمي . يتطلع اليه ويسعى لتحقيقه بالتغلب على ما يصادفه من عقبات ومشكلات تنتمي الى هذا الهدف والتكوين النفسي للفرد واطاره الرجعي ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها". (ابوناهاية، 1981).

أما بالنسبة لنتائج الجدول (4) والتي أظهرت هناك علاقة ارتباط معنوية عكسية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح الاكاديمي لدى أفراد عينة البحث. وتعزو الباحثان سبب ذلك إلى إنه كلما قل مستوى قلق المستقبل زاد مستوى الطموح لديهم وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة (صادق كاظم، 2001، 34) إلى "إن الافراد ذوي الواقعية العالية للأنجاز هم أكثر واقعية في طموحاتهم بينما يختار الافراد ذو الواقعية المنخفضة للأنجاز مستويات طموح غير واقعية".

4- الخاتمة:

توصلت الباحثان إلى أهم الاستنتاجات وهي إن نسبة القلق المستقبل لديهم على من الوسط الفرضي للمقياس، وكذلك مستوى الطموح الاكاديمي عالياً، فضلاً عن وجود علاقة ارتباط بين قلق المستقبل ومستوى الطموح الاكاديمي لدى عينة البحث. وتوصي الباحثان بضرورة إجراء بحوث أخرى لمعرفة مستوى قلق المستقبل والطموح الاكاديمي لدى طالبات المراحل كافة وعلاقتهم ببعض المواد الدراسية وبين الطالبات في الجامعات العراقية.

المصادر:

- 1 عبد الغفار، عبد السلام مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية، 1977
- 2 احمد عزت راجح، اصول علم نفس / مصر / الاسكندرية، 1973.
- 3 العكيلي، جبار وادي باهض قلق المستقبل وعلاقته بدافع العمل، اطروحة دكتوراه غير منشورة الجامعة المستنصرية، 2000.
- 4 العكايشي، بشرى احمد جاسم، قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية 2000.
- 5 ابراهيم محمود: فاعلية الارشاد العقلي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم الفني رسالة ماجستير غير منشورة جامعة اسيوط كلية التربية (2006).
- 6 ابراهيم محمود ابراهيم بدر: مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى شباب الجامعي دراسة مقارنة بين عينات مصرية وسعودية المجلة المصرية للدراسات النفسية تصدر عن الجمعية المصرية للدراسات النفسية (2003).
- 7 محمد مصطفى زيدان: النمو النفسي للطفل المراهق ونظريات الشخصية، جدة، دار الشروق (1989).
- 8 الحنفي، عبد المنعم. المرسوعة علم النفس الاسكندرية المكتب المصري الحديث (1975).
- 9 صلاح الدين ابوناهاية دراسة لبعض العوامل المؤثرة على مستوى طموح الاكاديمي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الازهر (1981)
- 10 صادق كاظم جريو، دراسة مقارنة في مستوى الطموح التحصيل الدراسي عند طلبة الدارسين الصباحية والمسائية، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية / ابن رشد 2001.
- 11 LiNDA RAY (2017). Symptoms of Severe Anxiety "www.livestrong.com. Retrived.

ت	الفقرات	تعبر عني تماما	تعبر عني كثيرا	تعبر عني بدرجة متوسطة	تعبر عني بدرجة قليلة	لا تعبر عني مطلقا
1	يراوني امل في تحقيق اهدافي في الحياة					
2	اشعر ان فرص السعادة ستتضاءل في المستقبل					
3	اشعر ان حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة					
4	خوفي من المستقبل يضعف دوافعي نحو الدراسة					
5	اشعر انني سيء الحظ الآن وسيكون حظي اسوأ في المستقبل					
6	اشعر بالثقة بأي قرار أتخذه بشأن مستقبلي					
7	اخشى من تكرار المشكلات الماضية في المستقبل					
8	ينتابني الاحساس بالملل حين افكر بالمستقبل					
9	ينتابني الارق في الليل كلما تأملت في المستقبل					
10	يتملكني الشعور بالاحباط اذ ان المستقبل الذي ينتظرني غير واضح					
11	اتوقع ان حياتي في المستقبل ستصبح باعث على التعاسة والشقاء					
12	اتوقع ان يزداد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل					
13	اتوقع ان اسعار المواد تزداد زيادة عالية في الايام المقبلة					
14	يراودني الامل في الحصول على اكمال دراستي العليا مستقبلاً					
15	ارى ان التخطيط لعمل ما مضية للوقت					
16	ارى ان دراستي نوع من العبث وغير مجدية في المستقبل					
17	اتوقع ان اجد صعوبات ترهقني مستقبلاً للحصول على دخل لسد حاجتي المعاشية					
18	يتيح لي عملي بأن اكون عضواً نافعاً في المستقبل					
19	اشعر ان الدراسة مجرد ضمان اقتصادي للغد					
20	ارى ان القيم الاخلاقية ترتقي يوم بعد يوم					
21	ارى ان الهجرة للخارج ستكون الحل الاخير لما اعانيه من المشكلات					
22	اخشى ان لا اوافق في حياتي الزوجية مستقبلاً					
23	عندي أمل ان اتكيف في الجو الجامعي					
24	ان قبولي في كلية التربية الرياضية يقلل من فرص حصولي على زوج مناسب					
25	اثق بقدرتي على حل اي مشكلة اجتماعية تواجهني					
26	ارى اني سأواكب سرعة تغير بعض مفردات الحياة					
27	لدي اصدقاء وصديقات اعتمد عليهم وقت الحاجة					
28	اخشى ان تجبرني ظروفي على التعامل مع افراد لا انسجم معهم					

ت	الفقرات	تعبر عني تماما كثيرا	تعبر عني بدرجة متوسطة	تعبر عني بدرجة قليلة	لا تعبر عني مطلقا
29	اخشى ان تكون علاقة الاخرين معي نفعية				
30	اخشى من العدوان الخارجي على بلدي				
31	ارى ان العلاقات الاجتماعية غير صادقة كلما تقدم العمر				
32	اخشى استمرار تدهور العلاقات الاجتماعية والانسانية بين الافراد مستقبلاً				
33	خوفي على نفسي من غدر الذين من حولي				
34	عند مراجعتي للطبيب يؤكد ان ما اعانيه من الأم راجع الى اسباب نفسية				
35	اخشى من انتشار الأوبئة والامراض بشكل واسع نتيجة التلوث الناجم عن الحرب				
36	اعاني من جفاف الفم عندما افكر في مستقبلي				
37	اخشى من الاصابة بعاهات بدنية				
38	الاحظ يدي ترتعش عند قيامي بعمل ما				
39	اعرق كثيرا وبسهولة حتى ايام البرد				
40	اشعر ان قلبي ينبض بشدة وصدري ضاغط عليه				
41	اتوقع استمرار الظروف الضاغطة الحالية مما يؤدي الى تدهور صحي				
42	تحصل لي الأم في المعدة كلما تأملت في مستقبلي				
43	يقلقني تدخل الأهل في تقرير مصيري				
44	اخشى ان افقد أحد افراد اسرتي				
45	ارى ان دوري في الاسرة سيزداد قوة				
46	اتوقع ان تحصل خلافات اسرية مستقبلية				
47	يتملكني شعور بالاطمئنان على مستقبل اسرتي				
48	اشعر بالاطمئنان على مستقبل اسرتي على الرغم من انتشار الظواهر السلوكية الغير سليمة				

لا	تنطبق	تنطبق	تنطبق	الفقرات	ت
تنطبق	عليه	عليه	عليه		
علي	قليلا	كثيرا	تماما		
				1 لا يثير اهتمامي كل جديد في العالم	
				2 لدى الارادة القوية للوصول الى اهدافي في الحياة	
				3 لا يهمني التفوق في الاعمال التي اقوم بها	
				4 اغامر من اجل اشباع طموحاتي الشخصية	
				5 اخشى القيام بالاعمال التي يعاونني فيها احد	
				6 اتجنب الاشتراك في المنافسات والمسابقات	
				7 لدي الرغبة في الاطلاع على ميادين الحياة الاخرى	
				8 انظر الى حياتي بتفاؤل	
				9 يكفيني النجاح في العمل ولا يهمني متابعته بنجاح اخر	
				10 اجد ان كثير من اهدافي مستحيلة	
				11 يهمني استلام مكانة مرموقة في المجتمع	
				12 لا احاول مواجهة الصعاب التي اعرف ان الاخرين فشلوا فيها	
				13 اشعر بأنني في سباق مع الزمن من اجل النجاح	
				14 اتوقع ان يقودني التفوق العلمي لمزيد من اجل السعادة	
				15 اعتبر نفسي قانعا كوني ارضى بالقليل	
				16 اميل الى التجديد في مراحل حياتي	
				17 ارغب في الظهور بمستوى متميز فيما اعلم فيه	
				18 اتنافس حتى مع نفسي من اجل تحقيق اهدافي	
				19 الاحسن استثمار الوقت لما هو نافع لمستقبلي	
				20 ثقتي بنفسي تهتز عندما اواجه حالات الفشل الدراسي	
				21 ارى ان دراستي الحالية اقل من مستوى طموحاتي	
				22 لا اتضايق من تأخير ظهور نتائج عملي	
				23 تراودني فكرة ان اكون شخصا عظيما في المستقبل	
				24 اطمح الى العودة الى مراكز عليا بأية طريقة كانت	
				25 اعتقد ان حياتي يسيرها الحظ	
				26 تشغلني مشاكل الحياة عن التفكير في مستقبلي	
				27 لا اقدر على التحمل والصبر حينما تواجهني المصاعب	
				28 احاول الوصول الى اهداف صعبة وفقاً للمراحل	
				29 اتوقع ان يفتح لي المستوى الثقافي العالي ابواب المستقبل	
				30 اعيش اليوم هذا وانسى الغد	
				31 ارغب في المثابرة والاستمرار في عملي على الرغم من مواجهة الصعوبات	

لا تنطبق	تنطبق عليه قليلا	تنطبق عليه كثيرا	تنطبق عليه تماما	الفقرات	ت
				ابحث عن الاستثمار الجيد لفرص الحياة	32
				عندما اجد من هو افضل مني في الدراسة فأنا ذلك يدفعني الى ان اكون بمستواه او احسن	33
				لا احب التوسع في تجارب الحياة	34

