

### مخلص البحث باللغة العربية

## بناء مقياس قلق المستقبل لمدربي أكاديميات السباحة

الباحث/ أشرف عليان عثمان

يهدف البحث الي التعرف علي قلق المستقبل لدي مدربي أكاديميات السباحة وذلك من خلال التعرف علي قلق المستقبل لمدربي اكاديميات السباحة ، استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث ، يتحدد مجتمع البحث الحالي من مدربي أكاديميات السباحة ، قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها (٢٥٠) مدربي أكاديميات السباحة، تم إجراء الدراسة الاساسية علي عينة قوامها (٢١٠) مدرب ، كما تم إجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (٤٠) مدرب من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية.

وبعد جمع البيانات والمعالجات الاحصائية والنتائج التي توصل إليها الباحث أمكن التوصل الى الاستخلاصات والتوصيات الآتية :

- قد توصلت الباحث إلى مقياس قلق المستقبل ويحتوي على خمس محاور و (٦٧) عبارة.
- إعداد برامج إرشادية لتخفيف قلق المستقبل المهني لدى مدربي اكاديميات السباحة.
- تحديد مهام مدربي اكاديميات السباحة بدقة ووضوح وتعريفهم بها عند استلام العمل.
- تشجيع العمل التعاوني بين مدربي اكاديميات السباحة القدامى والجدد.
- تطوير نظام الإشراف والمتابعة الدورية لمدربي اكاديميات السباحة.
- زيادة تقدير إدارة الاكاديميات لجهود مدربي اكاديميات السباحة وإبرازها داخل المجتمع.

### الكلمات المفتاحية :

- مقياس - قلق المستقبل -  
أكاديميات السباحة

**Search summary in Arabic**  
**Building a future anxiety scale for swimming academies coaches**

**Researcher/ Ashraf Alyan Othman**

The research aims to identify the future anxiety of swimming academies coaches, by identifying the future anxiety of swimming academies trainers. The researcher used the descriptive approach with its steps and procedures using the survey method, due to its suitability to the nature of the research sample. The research sample consisted of (٢٥٠) swimming academies trainers by intentional method. The basic study was conducted on a sample of (٢١٠) trainers, and the exploratory study was conducted on a sample of (٤٠) trainers from the same research community and outside the basic sample.

**After collecting data and statistical treatments and the results reached by the researcher, the following conclusions and recommendations could be reached.**

- The researcher has come up with a future anxiety scale and it .contains five axes and (٦٧) phrases
- Preparing guidance programs to relieve the anxiety of the .professional future of the swimming academies coaches
- Defining the tasks of swimming academies coaches accurately and .clearly and introducing them to them upon receiving the work
- Encouraging cooperative work between old and new swimming .academies coaches
- Developing the system of supervision and periodic follow-up for the .coaches of the swimming academies
- Increasing the academies administration's appreciation of the efforts of swimming academies trainers and their visibility within the community

**key words : Metric - Future Anxiety - Swimming Academies**

## بناء مقياس قلق المستقبل لمدربي أكاديميات السباحة

الباحث/ أشرف عليان عثمان

### مقدمة ومشكلة البحث :

كثيراً منا يعاني من القلق وخاصة قلق المستقبل وذلك بسبب التغيرات السريعة والعديدة في جميع مجالات الحياة، فالعصر الحالي يخلق توتراً خطيراً بسبب المطالب المتعددة لاستيعاب تغيراته والسيطرة عليها فالقلق يرتبط بالخوف الشديد والمرضى من المجهول فهو يحمل خوفاً غامضاً نحو ما يحمله الغد من صعوبات ومواجهات كثيرة عانى منها الفرد في ماضيه وحاضره ويخشى ما ينتظره في المستقبل.

لقد أخذت ظاهرة القلق تتزايد في العقود الأخيرة وتبرز كقوة مؤثرة في حياة الفرد نتيجة لما يتعرض له من ضغوط ومتطلبات تفرضها طبيعة الحياة التي يعيشها في مختلف مراحل حياته، وخاصة مرحلة الفرد في شبابه وما تحمله من طموحات وآمال، وما يواجهها من صعوبات، وما يخبئه الغد خلف ستاره من المجهول والغموض، كما أن الانشغال بالمستقبل ليس عرضياً بل هو ثمرة حتمية لما يفكر فيه الأفراد لتنظيم حياتهم استناداً إلى أهدافهم المستمدة من فهمهم لمستقبلهم وتخطيطهم له. (٤ : ١٢)

هذا ويظهر قلق المستقبل من خلال الإدراك الخاطئ للأحداث المستقبلية، وانخفاض فعالية الفرد في التكيف مع المشكلات والأحداث التي تعترضه، والتقدير المنخفض لمصادر معالجة هذه الأحداث، وهذا ما يعرضه لكثير من الاضطرابات والأمراض. (١٠ : ٥٦)

كما أشار روبين داينز (٢٠٠٦) إلى أن أسباب قلق المستقبل تندرج تحت عوامل اجتماعية حيث إن ردود الأفعال الوجدانية للتغيرات الأخلاقية، والاجتماعية في المجتمع وضغوط الحياة العصرية تولد مشاعر القلق والخوف من الضعف، وتناقض الأدوار وضغوط الحياة، مما يؤدي بالفرد إلى عدم فهم الواقع والمستقبل، وبالتالي الدخول في دوامة التفكير والقلق من المستقبل. (٣ : ٤٤)

ويشير مولين Moline (١٩٩٠) إلى أن هناك أسباباً عدة تؤدي إلى قلق المستقبل عند الفرد تتمثل بعدم القدرة على التكيف مع الصعوبات والمشكلات التي يعاني منها، وعدم

القدرة على فصل أمانى الفرد عن التوقعات المبنية على الواقع وإمكانيات الفرد وقدراته. بالإضافة إلى التخلخل والتفكك الأسري، وشعور الفرد بعدم انتمائه للأسرة والمجتمع، وعدم شعوره بالأمن النفسي والاجتماعي، ونقص القدرة على التكهن بالمستقبل، وعدم وجود معلومات كافية لدى الفرد لبناء أفكار عن المستقبل. (١٧ : ٥٠٣)

ويعانى بعض مدربي الاكاديميات السباحة من القلق بسبب الخوف من مستقبلهم اثناء عملهم وبتزايد القلق فى حاله توقع الخطر وعدم الشعور بالامان، وفى حاله عدم اشباع هذه الحاجات يظهر التوتر الذى يحد من قدراته وامكانياته.

وتتعرض خطورة ظاهرة القلق سلبا على الرضا الوظيفى لدى المدربين وقدراتهم وطموحهم مما يجعلهم عرضه للاضطرابات النفسية والسلوكية وعدم القدرة على التكيف الفعال.

لذلك اتجه الباحث الى هذه الدراسه محاوله التعرف على قلق المتقبل لدى مدربي اكااديميات السباحه.

#### أهمية البحث :

#### أهمية النظرية:

١- تمثل فى اطار نظرى يساعد الباحثين فى المستقبل لدراسه مثل هذه السمه ومدى ارتباطها بالسمات النفسية الاخرى.

٢- التطرق لموضوع قلق السمتقبل باعتباره اصبح من لسمات العامه للانسان هذا العصر .

٣- تركز على شريحة مهمه جدا من شرائح المجتمع وهى مدربي اكااديميات السباحه حيث نسعى من خلال هذه الدراسه التعرف على موضوع قلق المتقبل لديهم.

#### أهمية التطبيقية:

١- توفير البيئه المناسبه لمواجهة القلق وكيفية التعامل والتخلص منه والتمتع بصحه نفسية .

٢- يمكن للمختص فى المجال النفسى او المهنى الاستفادة من نتائج هذا البحث فى معالجه الظواهر السالبه المصاحبه للمارسه المهنيه داخل مؤسسات العمل .

٣- امكانيه الاستفادة من تطبيق مقياس قلق المتقبل فى دراسات اخرى.

#### أهداف البحث:

يهدف البحث الي التعرف علي قلق المتقبل لدي مدربي أكاديميات السباحة وذلك من

خلال:-

١- التعرف على قلق المستقبل لمدربي اكاديميات السباحة.

### فروض البحث:

١- ما هي استجابات مدربي اكاديميات السباحة عن قلق المستقبل؟

- مصطلحات البحث:

«قلق المستقبل:

هو شعور انفعالي يتسم بالارتباك والضيق والغموض وتوقع السوء والخوف من المستقبل وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعي. (٧: ٧)

### الدراسات السابقة :

١- دراسه صفاء جابر شاهين ومحمد فتوح غنيم (٢٠١٤م) (٦) بعنوان قلق المستقبل الرياضى وعلاقته ببعض الجوانب النفسية لدى لاعبي سيف المبارزة، يهدف البحث إلى التعرف على علاقة قلق المستقبل بكل من دافعية الانجاز، تركيز الانتباه والسلوك العدوانى ودراسة الفروق بين هذه المتغيرات النفسية لدى لاعبي سيف المبارزة المحليين والدوليين وتم صياغة فروض موجهة البحث، (٤٨) لاعب سيف مبارزة بواقع (٢٤) لاعب لكل من المستوى المحلى والمستوى الدولى، أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية بين قلق توقع المستقبل ودافعية الانجاز وعلاقة سلبية بين قلق المستقبل وتركيز الانتباه وكذلك الارتباط ايجابي بين قلق المستقبل والسلوك العدوانى لدى اللاعبين الدوليين وايجابي لدى لاعبي سيف المبارزة المحليين وجاءت الفروق دالة لصالح لاعبي المبارزة الدوليين فى متغيرات البحث فيما عدا السلوك العدوانى فالفروق دالة لصالح لاعبي سيف المبارزة المحليين.

٢- دراسه محمد سمير عمر (٢٠١٧م) (١٢) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته ببعض الجوانب غير المعرفية لدى ناشئ كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة التعرف على القلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الغير معرفية (الثقة بالنفس - مستوى الطموح - دافعية الانجاز) لدى ناشئ كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة فى دورى الجمهورية للناشئين، التعرف على الفروق بين المصابين فى ضوء شدة الاصابة فى كل من المتغيرات (قلق المستقبل - الثقة بالنفس - مستوى الطموح- دافعية الانجاز) لدى ناشئ كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة فى دورى الجمهورية للناشئين، واستخدم الباحث المنهج الوصفى، على عينة من ناشئ كرة القدم، وأسفرت نتائج الدراسة على وجود مستوى مرتفع لدرجة القلق المستقبل لدى ناشئ كرة القدم المصابين عينة البحث، ووجود مستوى منخفض لكل من الثقة بالنفس - مستوى الطموح- دافعية

الانجاز ( لدى عينة البحث، ترتبط كل من أبعاد مقاييس قلق المستقبل وأبعاد مقياس الطموح ارتباطا سالبا لدى عينة البحث ، ترتبط كل من أبعاد مقاييس قلق المستقبل وأبعاد مقياس دافعية الانجاز ارتباطا سالبا لدى عينة البحث.

### إجراءات البحث

#### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث.

#### مجتمع وعينة البحث :

#### مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي من مدربي أكاديميات السباحة.

#### عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها (٢٥٠) مدربي أكاديميات السباحة، تم إجراء الدراسة الأساسية علي عينة قوامها (٢١٠) مدرب ، كما تم إجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (٤٠) مدرب من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية.

### جدول (١)

#### توصيف العينة

العينة الكلية	العينة الأساسية	العينة الاستطلاعية
٢٥٠	٢١٠	٤٠

#### أسباب اختيار العينة:

#### راعي الباحث في اختيار العينة ما يلي :

– أن تكون ممثلة لمجتمع البحث من حيث التوزيع الجغرافي حيث قام باختيار من مختلف مدرب التربية الرياضية.

– أن تكون العينة ممثلة لجميع مدرب التربية الرياضية.

#### أدوات جمع البيانات :

#### استخدم الباحث في جمع البيانات :-

– مقياس قلق المستقبل لمدربي السباحة "اعداد الباحث".

خطوات بناء قلق المستقبل لمدربي السباحة "اعداد الباحث":

١-مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بقلق المستقبل ومراجعة قوائم ومقاييس قلق المستقبل .

٢- تم تحديد المحاور المقترحة لمقياس قلق المستقبل من خلال الاطلاع على الدراسات المرجعية، وقد بلغ عددها خمس محاور وهي:-

- المجال النفسى
- المجال الاقتصادى
- المجال الاجتماعى
- المجال الصحى
- المجال الاسرى

- تحديد المفهوم النظري الإجرائي لمحاور المقياس المقترحة:

قام الباحث بوضع تعريفات إجرائية للمحاور المقترحة لمقياس قلق المستقبل ، تمهيداً لعرضها على السادة الخبراء والذين بلغ عددهم (١٠) من الأساتذة المتخصصين في علم النفس، والقياس والتقويم. مرفق (١)

- عرض المحاور المقترحة على السادة الخبراء:

قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع رأى تضم خمسة محاور ومفهومهم الإجرائي وذلك لعرضها على الخبراء. مرفق (٢)

### جدول (٢)

رأى السادة الخبراء فى مدى مناسبة المحاور المقترحة لمقياس قلق المستقبل

(ن = ١٠)

م	المحاور	التكرار	النسبة المئوية للموافق
١	المجال النفسى	١٠	%١٠٠
٢	المجال الاقتصادى	٧	%٧٠
٣	المجال الاجتماعى	٩	%٩٠
٤	المجال الصحى	٨	%٨٠
٥	المجال الاسرى	١٠	%١٠٠

يتضح من جدول (٢) أن نسبة موافقة الخبراء على محاور مقياس قلق المستقبل تراوحت

(%٧٠، %١٠٠) للمحاور وقد ارتضى الباحث بنسبة %٧٠، وذلك ارتضى ٥ محاور .

◀ اقتراح عبارات لكل محور من محاور المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري

الخاص لكل محور:

قام الباحث بصياغة عبارات المقياس في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور، وقد استعان الباحث ببعض مقاييس قلق المستقبل للبحوث السابقة حيث تم الحصول على بعض العبارات منها وتم تعديل صياغتها بما يتناسب مع تدريبي اكاديميات السباحة ، وتم إعداد المقياس في ضوء الخطوات السابقة، حيث تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل محور كلاً حسب طبيعته، وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (٦٧) عبارة. مرفق (٣)  
وقد راعى الباحث في صياغة العبارات ما يلي:

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
- ألا توحى العبارة بنوع الاستجابة.
- أن تكون العبارة ايجابية تؤيد موضوع العدالة التنظيمية.
- ألا تشتمل العبارة على أكثر من معنى.

◀ عرض العبارات الخاصة لكل محور على السادة الخبراء للتحقق من الصدق المنطقي لملائمة العبارات المقترحة لكل محور:

قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية على نفس عينة الخبراء التي سبق ذكرها، وذلك بهدف التعرف على:

- مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.
- مدى مناسبة العبارات بكل محور "انتماء العبارة للمحور".
- حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى.

وقد توصل الباحث من خلال استطلاع رأى السادة الخبراء إلى ما يلي:

- حذف بعض العبارات من المقياس.
- تعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات.

◀ إعداد شروط وتعليمات تطبيق المقياس، وتحديد فئات الاستجابة على العبارات، ثم توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على المحاور:

قام الباحث بوضع المقياس في صورته النهائية والتي تكونت من (٦٧) عبارة حيث قام الباحث باستبعاد العناوين الدالة على المحاور. مرفق (٤)



◀ حساب المعاملات العلمية للمقياس وهي :

▪ صدق المقياس :

▪ صدق المحكمين :

### جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الاول المجال النفسى

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	أشعر أن حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة.	١٠	%١٠٠
٢	خوفي من المستقبل يضعف دوافعي نحو العمل.	٩	%٩٠
٣	أخشى تكرار مشكلاتي الماضية في المستقبل.	١٠	%١٠٠
٤	ينتابني الإحساس بالأمل حين أفكر في مستقبلي.	٩	%٩٠
٥	ينتابني الأرق ليلاً كلما تأملت في المستقبل.	٨	%٨٠
٦	يراودني أمل في تحقيق أهدافي في الحياة.	٩	%٩٠
٧	أتوقع أن حياتي في المستقبل ستصبح باعثة على التعاسة والشقاء.	٧	%٧٠
٨	أشعر بالثقة بأي قرار أتخذه بشأن مستقبلي.	٩	%٩٠
٩	أشعر أن فرص السعادة ستتضاءل في المستقبل.	٨	%٨٠
١٠	أشعر أنني سيئ الحظ الآن وسيكون حظي أسوأ في المستقبل.	٧	%٧٠
١١	أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل.	١٠	%١٠٠
١٢	يتملكني الشعور بالإحباط إذ أن المستقبل الذي ينتظرني غير واضح.	٨	%٨٠
١٣	أشعر بغموض مستقبلي	٧	%٧٠
١٤	أشعر أنني غير متفائل بالمستقبل	٨	%٨٠
١٥	يسيطر على شعور بالخوف من المستقبل	١٠	%١٠٠

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الاول (المجال

النفسى) قد تراوحت بين (٧٠%، ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠%، ليكون المحور

من ١٥ عبارة.

**جدول (٤)**

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثاني المجال الاقتصادي

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	أتوقع أن أسعار الادوات والمواد تزداد زيادة عالية في الأيام المقبلة.	١٠	%١٠٠
٢	أرى أنا التخطيط لعمل ما مضية للوقت.	٨	%٨٠
٣	أتوقع أن أجد صعوبات ترهقني مستقبلاً للحصول على دخل يسد حاجاتي المعاشية.	٩	%٩٠
٤	أتوقع أن تواجهني مزيد من الصعوبات المادية مستقبلاً	٩	%٩٠
٥	أرى أن عملي نوعاً من العبث وغير مجدي للمستقبل.	١٠	%١٠٠
٦	أشعر أن عملي في اكااديميات السباحة مصدر ضمان اقتصادي للغد.	١٠	%١٠٠

**تابع جدول (٤)**

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثاني المجال الاقتصادي

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
٧	يرودني أمل في الحصول على فرصة لإكمال درستي العالية مستقبلاً .	٨	%٨٠
٨	أنا غير راضي عن مستوي معيشتي بوجه عام مما يشعرني بالفشل في المستقبل	٩	%٩٠
٩	يزعجني ازدياد تكاليف الزواج	٩	%٩٠
١٠	أخاف من عدم قدرتي من أعالة نفسي	١٠	%١٠٠
١١	يقلقني انخفاض الرواتب	٩	%٩٠
١٢	يتجلي عملي في أن أكون عضواً نافعاً في المستقبل.	١٠	%١٠٠

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الثاني (المجال

الاقتصادي) قد تراوحت بين (٨٠% ، ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، ليكون

المحور من ١٢ عبارة.

جدول (٥)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثالث المجال الاجتماعي

(ن = ١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	أرى أن الهجرة إلى الخارج ستكون الحل الأخير لما أعانيه من مشكلات.	٩	%٩٠
٢	أثق بقدرتي على حل أية مشكلة اجتماعية تواجهني.	١٠	%١٠٠
٣	عندي أمل أن أتكيف مع عملي.	٩	%٩٠
٤	أخشى أن تجربني ظروفى على التعامل مع أفراد لا أنسجم معهم.	٩	%٩٠
٥	أرى أن القيم الأخلاقية ترتقي يوماً بعد آخر	٧	%٧٠
٦	أخشى أن تكون علاقات الآخرين معى غير صادقة	٩	%٩٠
٧	أرى أنني سأواكب سرعة تغيير بعض مفردات الحياة.	٨	%٨٠
٨	لدى أصدقاء وصديقات أعتمد عليهم وقت الحاجة	٩	%٩٠
٩	أرى أن العلاقات الاجتماعية صادقة كلما تقدم العمر بي.	٨	%٨٠
١٠	أخشى استمرار تدهور العلاقات الاجتماعية والإنسانية بين الأفراد في المستقبل.	٧	%٧٠
١١	خوفي على نفسي من غدر الذين من حولي.	٩	%٩٠
١٢	أتوقع بضعف علاقات الاجتماعية في المستقبل	٩	%٩٠
١٣	أخشى بأن تتغير حياتى نحو الأسوأ في المستقبل	٨	%٨٠
١٤	أخشى أن يضمم الآخرون لى أمراً ما في المستقبل	٨	%٨٠
١٥	يقلقنى عدم التوافق مع الشريك مستقبلاً	٩	%٩٠
١٦	أخشى أن لا أوفق فى حياتى الزوجية مستقبلاً	٨	%٨٠

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الثالث (المجال

الاجتماعى) قد تراوحت بين (٧٠% ، ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، ليكون

المحور من ١٦ عبارة.

### جدول (٦)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الرابع المجال الصحي

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	أعاني من جفاف الفم عندما أفكر بمستقبلي.	٧	%٧٠
٢	ألاحظ أن يدي ترتعش عندما أقوم بعمل ما.	٩	%٩٠
٣	أعرق كثيراً وبسهولة حتى أيام البرد.	٧	%٧٠
٤	أخشى من انتشار الأوبئة والأمراض بشكل أوسع مستقبلاً	١٠	%١٠٠
٥	أشعر أن قلبي يدق بشدة وصدري ضاغط عليه.	٧	%٧٠
٦	أخشى من الإصابة بعاهات بدنية تعوق عملي	٨	%٨٠
٧	تحصل عندي الآلام في المعدة كلما تأملت مستقبلي.	٩	%٩٠
٨	عند مراجعتي للطبيب يؤكد أن ما أعانيه من الأم راجع إلى أسباب نفسية.	٩	%٩٠
٩	أشعر بالخوف من الشيخوخة مستقبلاً	٨	%٨٠
١٠	أخشى أن أتعرض إلى بعض الأمراض الجسدية مستقبلاً	١٠	%١٠٠
١١	ينتابني حالات ضغوط واضطراب عندما أفكر في أمور المستقبل	٩	%٩٠
١٢	أتوقع استمرار الظروف الضاغطة الحالية مما يؤدي إلى تدهور صحتي.	٨	%٨٠

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الرابع (المجال

الصحي) قد تراوحت بين (٧٠% ، ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، ليكون المحور من ١٢ عبارة.

### جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الخامس المجال الاسرى

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	أتوقع أن تحصل لي خلافات أسرية مستقبلاً	٩	%٩٠
٢	يتملكني شعوراً بالاطمئنان على مستقبل أسرتي.	١٠	%١٠٠
٣	أخشى أن أفقد أحد أفراد أسرتي	١٠	%١٠٠

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الخامس المجال الاسرى

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
٤	أشعر بالاطمئنان على أفراد أسرتي على الرغم من انتشار الظواهر السلوكية غير السليمة.	٧	٧٠%
٥	أشعر بالقلق لضعف قدرتي في مساعدة أقرب الناس لي	٨	٨٠%
٦	أنا قلق بشأن مستقبل أولادي	٩	٩٠%
٧	أرى أن دوري في الأسرة سيزداد قوة.	٩	٩٠%
٨	أخاف من تقادم المشاكل العائلية مع ازدياد صعوبة الحياة	١٠	١٠٠%
٩	يشغلني التفكير في احتمال فشل الحياة الأسرية	٧	٧٠%
١٠	أتمنى الزواج ولكنى أخاف أن لا يسعدني مستقبلا	٨	٨٠%
١١	يزعجني ارتفاع نسبة الطلاق في المجتمع	٩	٩٠%
١٢	أشعر بقلق من أنني سوف لا أوفر الظروف الجيدة لأسرتي	٩	٩٠%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الخامس

(المجال الاسرى) قد تراوحت بين (٧٠% ، ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، ليكون

المحور من ١٢ عبارة.

صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحث بتطبيق الاستبيان على عينة قوامها (٤٠) مدرب من افراد من مجتمع البحث

ومن خارج عينة البحث الاساسية لها نفس مواصفات ثم قام الباحث بحساب معاملات الارتباط

لبيرسون بين:

١- كل عبارة من عبارات الاستبيان ودرجة المحور التى تنتمى اليه.

٢- الابعاد والدرجة الكلية للمقياس .

### جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الاول والدرجة الكلية للمحور المجال النفسى

ن=٤٠

م	العِبارة	معامل الارتباط
١	أشعر أن حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة.	٠,٤٥٠
٢	خوفي من المستقبل يضعف دوافعي نحو العمل.	٠,٣٦٢
٣	أخشى تكرر مشكلاتي الماضية في المستقبل.	٠,٥٧٨

### تابع جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الاول والدرجة الكلية للمحور المجال النفسى

ن=٤٠

م	العِبارة	معامل الارتباط
٤	ينتابني الإحساس بالأمل حين أفكر في مستقبلي.	٠,٧٨٨
٥	ينتابني الأرق ليلاً كلما تأملت في المستقبل.	٠,٦٤٣
٦	برادني أمل في تحقيق أهدافي في الحياة.	٠,٦٧٣
٧	أتوقع أن حياتي في المستقبل ستصبح باعثة على التعاسة والشقاء.	٠,٥٨٨
٨	أشعر بالثقة بأي قرار أتخذه بشأن مستقبلي.	٠,٥١٦
٩	أشعر أن فرص السعادة ستتضاءل في المستقبل.	٠,٧٦٠
١٠	أشعر أنني سبئ الحظ الآن وسيكون حظي أسوأ في المستقبل	٠,٥٧٠
١١	أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل.	٠,٤٨٦
١٢	يتملكني الشعور بالإحباط إذ أن المستقبل الذي ينتظرنى غير واضح.	٠,٤٨٧
١٣	أشعر بغموض مستقبلي	٠,٥٩٠
١٤	أشعر أنني غير متفائل بالمستقبل	٠,٥١٠
١٥	يسيطر على شعور بالخوف من المستقبل	٠,٤٨٦

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الاول (المجال النفسى) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الاول (المجال النفسى).

### جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية للمحور المجال الاقتصادي

ن = ٤٠

م	العبرة	معامل الارتباط
١	أتوقع أن أسعار الادوات والمواد تزداد زيادة عالية في الأيام المقبلة.	٠,٥٣١
٢	أرى أنا التخطيط لعمل ما مضيعة للوقت.	٠,٧٢٨
٣	أتوقع أن أجد صعوبات ترهقني مستقبلاً للحصول على دخل يسد حاجاتي المعاشية.	٠,٤٨٢
٤	أتوقع أن تواجهني مزيد من الصعوبات المادية مستقبلاً	٠,٥٩٧
٥	أرى أن عملي نوعاً من العبث وغير مجدي للمستقبل.	٠,٦٧٤
٦	أشعر أن عملي في اكااديميات السباحة مصدر ضمان اقتصادي للغد.	٠,٧٦٠
٧	يراودني أمل في الحصول على فرصة لإكمال دارستي العالية مستقبلاً .	٠,٧٥٦

### تابع جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية للمحور المجال الاقتصادي

ن = ٤٠

م	العبرة	معامل الارتباط
٨	أنا غير راضي عن مستوي معيشتي بوجه عام مما يشعرني بالفشل في المستقبل	٠,٦٧٥
٩	يزعجني ازدياد تكاليف الزواج	٠,٧٦٤
١٠	أخاف من عدم قدرتي من أعالة نفسي	٠,٤٨٩
١١	يقلقني انخفاض الرواتب	٠,٦٩٤
١٢	يتجلي عملي في أن أكون عضواً نافعاً في المستقبل.	٠,٧١٧

قيمة ر الجدولية عند مستوى مغنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثاني (المجال الاقتصادي) والمحور التي تنتمي اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لعبارات المحور الثاني (المجال الاقتصادي).

### جدول (١٠)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثالث والدرجة الكلية للمحور المجال الاجتماعي

ن = ٤٠

م	العبارة	معامل الارتباط
١	أرى أن الهجرة إلى الخارج ستكون الحل الأخير لما أعانيه من مشكلات.	٠,٦٢٤
٢	أثق بقدرتي على حل أية مشكلة اجتماعية تواجهني.	٠,٧١٦
٣	عندي أمل أن أتكيف مع عملي.	٠,٦٤٠
٤	أخشى أن تجبرني ظروفى على التعامل مع أفراد لا أنسجم معهم.	٠,٧٨٥
٥	أرى أن القيم الأخلاقية ترتقي يوماً بعد آخر	٠,٦٧٤
٦	أخشى أن تكون علاقات الآخرين معي غير صادقة	٠,٧١٣
٧	أرى أنني سأواكب سرعة تغيير بعض مفردات الحياة.	٠,٥٧٣
٨	لدي أصدقاء وصديقات أعتمد عليهم وقت الحاجة	٠,٤٦٢
٩	أرى أن العلاقات الاجتماعية صادقة كلما تقدم العمر بي.	٠,٥٢١
١٠	أخشى استمرار تدهور العلاقات الاجتماعية والإنسانية بين الأفراد في المستقبل.	٠,٤٩٩
١١	خوفي على نفسي من غدر الذين من حولي.	٠,٦٢٨
١٢	أتوقع بضعف علاقات الاجتماعية في المستقبل	٠,٧٩٠
١٣	أخشى بأن تتغير حياتي نحو الأسوأ في المستقبل	٠,٤٨٠

### تابع جدول (١٠)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثالث والدرجة الكلية للمحور المجال الاجتماعي

ن = ٤٠

م	العبارة	معامل الارتباط
١٤	أخشى أن يضمم الآخرون لي أمراً ما في المستقبل	٠,٤٧٩
١٥	يقلقني عدم التوافق مع الشريك مستقبلاً	٠,٥٦٨
١٦	أخشى أن لا أوفق في حياتي الزوجية مستقبلاً	٠,٧٤١

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثالث (المجال الاجتماعي) والمحور التي تنتمى إليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية



يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الثالث (المجال الاجتماعي).

### جدول ( ١١ )

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الرابع والدرجة الكلية للمحور المجال الصحي

ن = ٤٠

م	العِبارة	معامل الارتباط
١	أعاني من جفاف الفم عندما أفكر بمستقبلي.	٠,٥٧٧
٢	ألاحظ أن يدي ترتعش عندما أقوم بعمل ما.	٠,٤٦٩
٣	أعرق كثيراً ويسهولة حتى أيام البرد.	٠,٥٢٧
٤	أخشى من انتشار الأوبئة والأمراض بشكل أوسع مستقبلاً	٠,٧٢٢
٥	أشعر أن قلبي يدق بشدة وصدري ضاغط عليه.	٠,٥٧٢
٦	أخشى من الإصابة بعاهات بدنية تعوق عملي	٠,٥٤٣
٧	تحصل عندي الآلام في المعدة كلما تأملت مستقبلي.	٠,٤٤٤
٨	عند مراجعتي للطبيب يؤكد أن ما أعانيه من الأم راجع إلى أسباب نفسية.	٠,٤٨٨
٩	أشعر بالخوف من الشيخوخة مستقبلاً	٠,٥٤٢
١٠	أخشى أن أتعرض إلى بعض الأمراض الجسدية مستقبلاً	٠,٦٠٠
١١	ينتابني حالات ضغوط واضطراب عندما أفكر في أمور المستقبل	٠,٦٣٣
١٢	أتوقع استمرار الظروف الضاغطة الحالية مما يؤدي إلى تدهور صحتي.	٠,٥٧٤

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الرابع (المجال الصحي) والمحور التي تنتمي اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الرابع (المجال الصحي).

### جدول (١٢)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الخامس والدرجة الكلية للمحور المجال الاسرى

ن=٤٠

م	العبارات	معامل الارتباط
١	أتوقع أن تحصل لي خلاقات أسرية مستقبلا	٠,٥٦٢
٢	يتملكني شعوراً بالاطمئنان على مستقبل أسرتي.	٠,٧٥٧
٣	أخشى أن أفقد أحد أفراد أسرتي	٠,٦١١
٤	أشعر بالاطمئنان على أفراد أسرتي على الرغم من انتشار الظواهر السلوكية غير السليمة.	٠,٦٢٢
٥	أشعر بالقلق لضعف قدرتي في مساعدة أقرب الناس لي	٠,٧١٩
٦	أنا قلق بشأن مستقبل أولادي	٠,٤٨٦
٧	أرى أن دوري في الأسرة سيزداد قوة.	٠,٥٢٥
٨	أخاف من تفاقم المشاكل العائلية مع ازدياد صعوبة الحياة	٠,٥٧٣
٩	يشغلني التفكير في احتمال فشل الحياة الأسرية	٠,٨٦٢
١٠	أتمنى الزواج ولكنى أخاف أن لا يسعدني مستقبلا	*٠,٧٤٤
١١	يزعجني ارتفاع نسبة الطلاق في المجتمع	٠,٥٣٩
١٢	أشعر بقلق من أنني سوف لا أوفر الظروف الجيدة لأسرتي	٠,٦٣٢

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الخامس (المجال الاسرى) والمحور التي تنتمي اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الخامس (المجال الاسرى).

### جدول (١٣)

معامل الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس

ن=٤٠

م	المحاور	معامل الارتباط
١	المجال النفسى	٠,٧٣٤
٢	المجال الاقتصادى	٠,٦٥٠

رقم المجلد ( ٣٠ ) شهر (ديسمبر) لعام (٢٠٢٢ م) ( العدد السادس ) ( ١٨ )

(

٠,٨٦١	المجال الاجتماعي	٣
٠,٦٢٤	المجال الصحي	٤
٠,٧٤٤	المجال الاسرى	٥

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤ =

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لمحاور المقياس.

ثبات المقياس :

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التقنين (العينة الاستطلاعية) وقوامها (٤٠) مدرب من خارج عينة البحث الأساسية ، وتم حساب معامل الفاكورنباخ بطريقة التجزئة لحساب الثبات:-

#### جدول (١٤)

#### معامل الفاكورنباخ لمحاور المقياس

ن=٤٠

م	المحاور	معامل الفاكورنباخ
١	المجال النفسى	٠,٨٦٥
٢	المجال الاقتصادي	٠,٧١٩
٣	المجال الاجتماعي	٠,٧٨٥
٤	المجال الصحي	٠,٧٧٨
٥	المجال الاسرى	٠,٦٦٣

يوضح الجدول السابق أن معامل الفاكورنباخ قد تراوح ما بين (٠,٦٣٣ : ٠,٨٦٥) وهى معاملات دال احصائياً مما يؤكد على ثبات محاور المقياس.

#### جدول (١٥)

#### قيم الفاكورنباخ لحساب ثبات المقياس

ن=٤٠

البيان	القيمة
معامل الارتباط بين الجزئين	٠,٧٨٠
معامل جتمان	٠,٧٦٩

٠,٧٧٧	معامل الفا للجزء الاول
٠,٧٩٦	معامل الفا للجزء الثاني

معامل الارتباط بين الجزئين (٠,٧٨٠) ومعامل الفا للجزئين الأول (٠,٧٧٧) ومعامل

الفا للجزء الثاني (٠,٧٩٦) وهى قيم مرضية لقبول ثبات المقياس.

**الدراسة الاستطلاعية :**

قام الباحث بتطبيق الدراسة الاستطلاعية الأولى من خلال الفترة (٢٠٢١/٨/٢٢م)

الى الفترة (٢٠٢١/٩/٢) على عينة عشوائية من مدرب ي الكرة قدم وقوامها (٤٠) مدرب خارج

عينة البحث الأساسية بهدف:

▪ التأكد من وضوح وفهم العينة لعبارات المقياس.

▪ توضيح طريقة الإجابة على عبارات المقياس.

**الدراسة الأساسية :**

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية بعد حساب المعاملات العلمية لمقاييس البحث من

خلال الفترة (٢٠٢١/٩/١٢م) الى الفترة (٢٠٢١/١١/١٨م) على عينة اساسية وقوامها (٢١٠)

مدرب .

**أسلوب المعالجة الإحصائية للبيانات :**

تم تحليل البيانات المستخلصة من هذا البحث وفقاً للأساليب الإحصائية التالية :

▪ المتوسط الحسابي. ▪ الانحراف المعياري.

▪ معامل الارتباط. ▪ النسبة المئوية.

▪ الأهمية النسبية. ▪ كا<sup>٢</sup>

عرض وتفسير ومناقشة النتائج:

أولاً : عرض النتائج :

عرض النتائج الخاصة بالفرض الأول:

ينص هذا الفرض علي (ما هي استجابات مدربي اكاديميات السباحة عن قلق المستقبل؟) وللاجابة على هذا التساؤل تم حساب الأهمية النسبية والوزن التقديري لدرجة عينة البحث على عبارات استبيان (قلق المستقبل) ورصدت نتائج ذلك في الجدول التالية :

جدول (١٦)

الأهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث  
على المحور الاول (المجال النفسي)

ن=٢١٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديري	ك
		%	ك	%	ك	%	ك			
١	أشعر أن حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة.	٣٠٧	٧٦,٨٠	٤٦	١١,٥٠	٤٧	١١,٨٠	٨٨,٣٣	١,٠٦٠	٣٣٩,٣١
٢	خوفي من المستقبل يضعف دوافعي نحو العمل.	٣٠٩	٧٧,٣٠	١٧	٤,٣٠	٧٤	١٨,٥٠	٨٦,٢٥	١,٠٣٥	٣٥٩,٣٥
٣	أخشى تكرر مشكلاتي الماضية في المستقبل.	٣١٧	٧٩,٣٠	٤٤	١١,٠٠	٣٩	٩,٨٠	٨٩,٨٣	١,٠٧٨	٣٧٩,٦٠
٤	ينتابني الإحساس بالأمل حين أفكر في مستقبلي.	٤٩	١٢,٣٠	٤٢	١٠,٥٠	٣٠٩	٧٧,٣٠	٨٨,٣٣	١,٠٦٠	٣٤٧,٣٥
٥	ينتابني الأرق ليلاً كلما تأملت في المستقبل.	٣٢٧	٨١,٨٠	٤٤	١١,٠٠	٢٩	٧,٣٠	٩١,٥٠	١,٠٩٨	٤٢٢,٨٠
٦	يرادوني أمل في تحقيق أهدافي في الحياة.	٥٣	١٣,٣٠	٤٨	١٢,٠٠	٢٩٩	٧٤,٨٠	٨٧,١٧	١,٠٤٦	٣٠٨,٨٦
٧	أتوقع أن حياتي في المستقبل ستصبح باعثة على التعاسة والشقاء.	٣٠٨	٧٧,٠٠	٢٦	٦,٥٠	٦٦	١٦,٥٠	٨٦,٨٣	١,٠٤٢	٣٤٩,٢٢
٨	أشعر بالثقة بأي قرار أتخذه بشأن مستقبلي.	٣٩	٩,٨٠	٥٣	١٣,٣٠	٣٠٨	٧٧,٠٠	٨٩,٠٨	١,٠٦٩	٣٤٣,٩٦
٩	أشعر أن فرص السعادة ستتضاءل في المستقبل.	٤٤	١١,٠٠	٥٢	١٣,٠٠	٣٠٤	٧٦,٠٠	٨٨,٣٣	١,٠٦٠	٣٢٧,٩٢



جامعة بنها

BENHA UNIVERSITY  
Learn Today... Achieve Tomorrow

جامعة بنها - كلية التربية الرياضية - مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة

٣١٨,١٩	٨٤,٣٣	١,٠١٢	٢١,٣٠	٨٥	٤,٥٠	١٨	٧٤,٣٠	٢٩٧	أشعر أنني سيئ الحظ الآن وسيكون حظي أسوأ في المستقبل	١٠
--------	-------	-------	-------	----	------	----	-------	-----	---	----

تابع جدول (١٦)

الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث  
على المحور الاول (المجال النفسى)

ن=٢١٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديرى	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
١١	أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل.	٢٧٦	٦٩,٠٠	٥٩	١٤,٨٠	٦٥	١٦,٣٠	٨٤,٢٥	١,٠١١	٢٢٩,١٢
١٢	يتملكني الشعور بالإحباط إذ أن المستقبل الذي ينتظرني غير واضح.	٢٧٧	٦٩,٣٠	٥٥	١٣,٨٠	٦٨	١٧,٠٠	٨٤,٠٨	١,٠٠٩	٢٣٢,٨٤
١٣	أشعر بغموض مستقبلي	٢٩١	٧٢,٨٠	٦٨	١٧,٠٠	٤١	١٠,٣٠	٨٧,٥٠	١,٠٥٠	٢٨٢,٤٠
١٤	أشعر أنني غير متفائل بالمستقبل	٢٦٨	٦٧,٠٠	٦٧	١٦,٨٠	٦٥	١٦,٣٠	٨٣,٥٨	١,٠٠٣	٢٠٤,٠٤
١٥	يسيطر على شعور بالخوف من المستقبل	٢٦٤	٦٦,٠٠	٣٧	٩,٣٠	٩٩	٢٤,٨٠	٨٠,٤٢	٩٦٥	٢٠٦,٥٠

كا<sup>٢</sup> عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩١

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (المجال النفسى) لاستبيان (قلق المستقبل) فى جميع العبارات حيث كانت قيمة كا<sup>٢</sup> المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥، كما اتضح أن النسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٨٠,٤٢ %، ٩١,٥٠ %)

جدول (١٧)  
الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث  
على المحور الثاني (المجال الاقتصادي)

ن=٢١٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديرى	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	أتوقع أن أسعار الادوات والمواد تزداد زيادة عالية في الأيام المقبلة.	٢٨٤	٧١,٠٠	٧٤	١٨,٥٠	٤٢	١٠,٥٠	٨٦,٨٣	١,٠٤٢	٢٥٩,٢٢
٢	أرى أنا التخطيط لعمل ما مضيعة للوقت.	٢٨٦	٧١,٥٠	٦٢	١٥,٥٠	٥٢	١٣,٠٠	٨٦,١٧	١,٠٣٤	٢٦٢,٥٨
٣	أتوقع أن أجد صعوبات ترهقني مستقبلاً للحصول على دخل يسد حاجاتي المعاشية.	٢٨٧	٧١,٨٠	٢١	٥,٣٠	٩٢	٢٣,٠٠	٨٢,٩٢	٩٩٥	٢٨٤,٥٦
٤	أتوقع أن تواجهني مزيد من الصعوبات المادية مستقبلاً	٢٩٣	٧٣,٣٠	٥٧	١٤,٣٠	٥٠	١٢,٥٠	٨٦,٩٢	١,٠٤٣	٢٨٦,٩٩
٥	أرى أن عملي نوعاً من العبث وغير مجدي للمستقبل.	٢٨٢	٧٠,٥٠	٥٤	١٣,٥٠	٦٤	١٦,٠٠	٨٤,٨٣	١,٠١٨	٢٤٩,٠٢
٦	أشعر أن عملي في اكااديميات السباحة مصدر ضمان اقتصادي للغد.	٣٠٠	٧٥,٠٠	٥٢	١٣,٠٠	٤٨	١٢,٠٠	٨٧,٦٧	١,٠٥٢	٣١٢,٥٦
٧	يرودني أمل في الحصول على فرصة لإكمال دارستي العالية مستقبلاً .	٢٧٢	٦٨,٠٠	٦٠	١٥,٠٠	٦٨	١٧,٠٠	٨٣,٦٧	١,٠٠٤	٢١٦,٥٦
٨	أنا غير راضي عن مستوي معيشتي بوجه عام مما يشعرني بالفشل في المستقبل	٢٦٠	٦٥,٠٠	٤٣	١٠,٨٠	٩٧	٢٤,٣٠	٨٠,٢٥	٩٦٣	١٩١,٤٤
٩	يزعجني ازدياد تكاليف الزواج	٢٦٩	٦٧,٣٠	٨٣	٢٠,٨٠	٤٨	١٢,٠٠	٨٥,٠٨	١,٠٢١	٢١١,٦٦
١٠	أخاف من عدم قدرتي من أعاله نفسي	٣٠٩	٧٧,٣٠	٣٨	٩,٥٠	٥٣	١٣,٣٠	٨٨,٠٠	١,٠٥٦	٣٤٨,٠١
١١	يقلقني انخفاض الرواتب	٢٦٤	٦٦,٠٠	٥٥	١٣,٨٠	٨١	٢٠,٣٠	٨١,٩٢	٩٨٣	١٩٤,٦٢
	يتجلى عملي في أن أكون عضواً نافعاً في المستقبل.	٩٨	٢٤,٥٠	٤٠	١٠,٠٠	٢٦٢	٦٥,٥٠	٨٠,٣٣	٩٦٤	١٩٨,٨٦

كا عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩١

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (المجال الاقتصادي) لاستبيان (قلق المستقبل) في جميع العبارات حيث كانت



قيمة كا ٢١ المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥، كما اتضح أن النسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٨٠,٣٣) %، (٨٨,٠٠) %

جدول (١٨)

الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث  
على المحور الثالث (المجال الاجتماعي المجال الاجتماعي)

ن=٢١٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديري	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	أرى أن الهجرة إلى الخارج ستكون الحل الأخير لما أعانيه من مشكلات.	٢٥٠	٦٢,٥٠	٨٠	٢٠,٠٠	٧٠	١٧,٥٠	٨١,٦٧	٩٨٠	١٥٣,٥٠
٢	أثق بقدرتي على حل أية مشكلة اجتماعية تواجهني.	٨٩	٢٢,٣٠	٧٥	١٨,٨٠	٢٣٦	٥٩,٠٠	٧٨,٩٢	٩٤٧	١١٩,٣٢
٣	عندي أمل أن أتكيف مع عملي.	٤٨	١٢,٠٠	٨٩	٢٢,٣٠	٢٦٣	٦٥,٨٠	٨٤,٥٨	١٠١٥	١٩٥,٤٦
٤	أخشى أن تجربني ظروف في على التعامل مع أفراد لا أنسجم معهم.	٢٤٤	٦١,٠٠	٧٣	١٨,٣٠	٨٣	٢٠,٨٠	٨٠,٠٨	٩٦١	١٣٨,١٦
٥	أرى أن القيم الأخلاقية ترتقي يوماً بعد آخر	١٠٥	٢٦,٣٠	٥٤	١٣,٥٠	٢٤١	٦٠,٣٠	٧٨,٠٠	٩٣٦	١٤٠,١٧
٦	أخشى أن تكون علاقات الآخرين معي غير صادقة	٢٧٩	٦٩,٨٠	٧٩	١٩,٨٠	٤٢	١٠,٥٠	٨٦,٤٢	١٠٣٧	٢٤٣,٨٥
٧	أرى أنني سأواكب سرعة تغيير بعض مفردات الحياة.	٢٦٩	٦٧,٣٠	٧٠	١٧,٥٠	٦١	١٥,٣٠	٨٤,٠٠	١٠٠٠٨	٢٠٧,٣٧
٨	لدي أصدقاء وصديقات أعتمد عليهم وقت الحاجة	٢٧٣	٦٨,٣٠	١٥	٣,٨٠	١١٢	٢٨,٠٠	٨٠,٠٨	٩٦١	٢٥٤,٧٤
٩	أرى أن العلاقات الاجتماعية صادقة كلما تقدم العمر بي.	٢١٨	٥٤,٥٠	٩٧	٢٤,٣٠	٨٥	٢١,٣٠	٧٧,٧٥	٩٣٣	٨١,١٩
١٠	أخشى استمرار تدهور العلاقات الاجتماعية والإنسانية بين الأفراد في المستقبل.	٢٥٣	٦٣,٣٠	٦٣	١٥,٨٠	٨٤	٢١,٠٠	٨٠,٧٥	٩٦٩	١٦٢,٧٦
١١	خوفي على نفسي من غدر الذين من حولي.	٢٤٢	٦٠,٥٠	١٠١	٢٥,٣٠	٥٧	١٤,٣٠	٨٢,٠٨	٩٨٥	١٤٠,١١
١٢	أتوقع بضعف علاقات الاجتماعية في المستقبل	٢٣٥	٥٨,٨٠	٩٩	٢٤,٨٠	٦٦	١٦,٥٠	٨٠,٧٥	٩٦٩	١٢٠,٣٧
١٣	أخشى بأن تتغير حياتي نحو الأسوأ في المستقبل	٢٣٦	٥٩,٠٠	٣٨	٩,٥٠	١٢٦	٣١,٥٠	٧٥,٨٣	٩١٠	١٤٧,٦٢
١٤	أخشى أن يضمم الآخرون لي أمراً ما في المستقبل	٢٤١	٦٠,٣٠	٩٦	٢٤,٠٠	٦٣	١٥,٨٠	٨١,٥٠	٩٧٨	١٣٤,٥٠

تابع جدول (١٨)

الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث  
على المحور الثالث (المجال الاجتماعي المجال الاجتماعي)

ن=٢١٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديري	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
١٥	يقلقني عدم التوافق مع الشريك مستقبلا	٢٧٧	٦٩,٣٠	٦٥	١٦,٣٠	٥٨	١٤,٥٠	٨٤,٩٢	١٠,١٩	٢٣٢,٣٩
١٦	أخشى أن لا أوفق في حياتي الزوجية مستقبلا	٢٨٢	٧٠,٥٠	١٣	٣,٣٠	١٠٥	٢٦,٣٠	٨١,٤٢	٩٧٧	٢٨٠,٣٩

كا عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩١

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (المجال الاجتماعي) لاستبيان (قلق المستقبل) في جميع العبارات حيث كانت قيمة كا المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥، كما اتضح أن النسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٧٥,٨٣) %، (٨٦,٤٢) %

جدول (١٩)

الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث  
على المحور الرابع (المجال الصحي)

ن=٢١٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديري	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	أعاني من جفاف الفم عندما أفكر بمستقبلي.	٢٠٩	٥٢,٣٠	١٠٤	٢٦,٠٠	٨٧	٢١,٨٠	٧٦,٨٣	٩٢٢	٦٥,٥٠
٢	ألاحظ أن يدي ترتعش عندما أقوم بعمل ما.	٢٥٧	٦٤,٣٠	٦٦	١٦,٥٠	٧٧	١٩,٣٠	٨١,٦٧	٩٨٠	١٧٢,٥١
٣	أعرق كثيراً وبسهولة حتى أيام البرد.	٢٣٨	٥٩,٥٠	١٠٤	٢٦,٠٠	٥٨	١٤,٥٠	٨١,٦٧	٩٨٠	١٣١,١٨
٤	أخشى من انتشار الأوبئة والأمراض بشكل أوسع مستقبلا	٢٢٩	٥٧,٣٠	٩٣	٢٣,٣٠	٧٨	١٩,٥٠	٧٩,٢٥	٩٥١	١٠٣,٨١
٥	أشعر أن قلبي يدق بشدة وصدري ضاغط عليه.	٢٤٦	٦١,٥٠	٤٠	١٠,٠٠	١١٤	٢٨,٥٠	٧٧,٦٧	٩٣٢	١٦٣,٣٤
٦	أخشى من الإصابة بعاهاات بدنية تعوق عملي	٢٤٨	٦٢,٠٠	٩٨	٢٤,٥٠	٥٤	١٣,٥٠	٨٢,٨٣	٩٩٤	١٥٥,١٨

تابع جدول (١٩)

الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لاجابات عينة البحث  
على المحور الرابع (المجال الصحي)

ن=٢١٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الوزن التقديرى	الاهمية النسبية	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
٧	تحصل عندي الآلام في المعدة كلما تأملت مستقبلي.	٢٨١	٧٠,٣٠	٦٤	١٦,٠٠	٥٥	١٣,٨٠	١,٠٢٦	٨٥,٥٠	٢٤٥,٦٢
٨	عند مراجعتي للطبيب يؤكد أن ما أعانيه من الأم راجع إلى أسباب نفسية.	٢٨٣	٧٠,٨٠	١٩	٤,٨٠	٩٨	٢٤,٥٠	٩٨٥	٨٢,٠٨	٢٧٥,٤١
٩	أشعر بالخوف من الشيخوخة مستقبلاً	٢٤٥	٦١,٣٠	٧٦	١٩,٠٠	٧٩	١٩,٨٠	٩٦٦	٨٠,٥٠	١٤٠,٣٢
١٠	أخشى أن أتعرض إلى بعض الأمراض الجسدية مستقبلاً	٢٤٩	٦٢,٣٠	٦٤	١٦,٠٠	٨٧	٢١,٨٠	٩٦٢	٨٠,١٧	١٥٢,٥٠
١١	ينتابني حالات ضغوط واضطراب عندما أفكر في أمور المستقبل	٢٨٤	٧١,٠٠	٧٤	١٨,٥٠	٤٢	١٠,٥٠	١,٠٤٢	٨٦,٨٣	٢٥٩,٢٢
١٢	أتوقع استمرار الظروف الضاغطة الحالية مما يؤدي إلى تدهور صحتي.	٢٦٣	٦٥,٨٠	٧٧	١٩,٣٠	٦٠	١٥,٠٠	١,٠٠٣	٨٣,٥٨	١٩٠,٢٤

كا<sup>٢</sup> عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩١

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (المجال الصحي) لاستبيان (قلق المستقبل) في جميع العبارات حيث كانت قيمة كا<sup>٢</sup> المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥، كما اتضح أن النسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٧٦,٨٣ %، ٨٦,٨٣ %)

جدول (٢٠)

الاهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لإجابات عينة البحث  
على المحور الخامس (المجال الاسرى)

ن=٢١٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الوزن التقديرى	الاهمية النسبية	كا
		%	ك	%	ك	%	ك			
١	أتوقع أن تحصل لي خلافات أسرية مستقبلاً	٦٤,٠٠	٣٤	٨,٥٠	١١٠	٢٧,٥٠	٩٤٦	٧٨,٨٣	١٩٠,٩٤	
٢	يتملكني شعوراً بالاطمئنان على مستقبل أسرتي.	١٣,٣٠	٨٥	٢١,٣٠	٢٦٢	٦٥,٥٠	١,٠٠٩	٨٤,٠٨	١٩٠,٠٩	
٣	أخشى أن أفقد أحد أفراد أسرتي	٦٧,٠٠	٦١	١٥,٣٠	٧١	١٧,٨٠	٩٩٧	٨٣,٠٨	٢٠٤,٤٠	
٤	أشعر بالاطمئنان على أفراد أسرتي على الرغم من انتشار الظواهر السلوكية غير السليمة.	٦٧,٠٠	٢٨	٧,٠٠	١٠٤	٢٦,٠٠	٩٦٤	٨٠,٣٣	٢٢٥,٦٨	
٥	أشعر بالقلق لضعف قدرتي في مساعدة أقرب الناس لي	٥٢,٨٠	١٠٢	٢٥,٥٠	٨٧	٢١,٨٠	٩٢٤	٧٧,٠٠	٦٨,٧١	
٦	أنا قلق بشأن مستقبل أولادي	٦٠,٥٠	٧٢	١٨,٠٠	٨٦	٢١,٥٠	٩٥٦	٧٩,٦٧	١٣٣,٥٨	
٧	أرى أن دوري في الأسرة سيزداد قوة.	١٨,٠٠	٩٣	٢٣,٢٥	٢٣٥	٥٨,٧٥	٩٦٣	٨٠,٢٥	١١٧,٩٤	
٨	أخاف من تفاقم المشاكل العائلية مع ازدياد صعوبة الحياة	٥٩,٠٠	٩٤	٢٣,٥٠	٧٠	١٧,٥٠	٩٦٦	٨٠,٥٠	١٢٠,٧٤	
٩	يشغلني التفكير في احتمال فشل الحياة الأسرية	٦٣,٧٥	٣٤	٨,٥٠	١١١	٢٧,٧٥	٩٤٤	٧٨,٦٧	١٨٨,٧٧	
١٠	أتمنى الزواج ولكنى أخاف أن لا يسعدني مستقبلاً	٦٥,٥٠	٩٢	٢٣,٠٠	٤٦	١١,٥٠	١,٠١٦	٨٤,٦٧	١٩٤,١٨	
١١	يزعجني ارتفاع نسبة الطلاق في المجتمع	٧٥,٧٥	٣٠	٧,٥٠	٦٧	١٦,٧٥	١,٠٣٦	٨٦,٣٣	٣٢٨,٩٩	
١٢	أشعر بقلق من أنني سوف لا أوفر الظروف الجيدة لأسرتي	٦٨,٧٥	٤١	١٠,٢٥	٨٤	٢١,٠٠	٩٩١	٨٢,٥٨	٢٣٢,٧٢	

كا عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩١

يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (المجال الاجتماعي) لاستبيان (قلق المستقبل) في جميع العبارات حيث كانت قيمة كا المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥، كما اتضح أن النسب

النسبة لاجابات افراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين ( ٧٧,٠٠ % ،  
٨٦,٣٣ % )

مناقشة نتائج البحث:

مناقشة نتائج الفرض الاول :

جاءت هذه النتيجة مطابقة لتوقعات الباحث وبينت ان قلق المستقبل لدى مدربي  
اكاديميات السباحة يتسم بالارتفاع .

تتفق هذه النتيجة مع نتائج عدة دراسات أشارت إلى أن عينه الدراسه يعانون من قلق  
مستقبل مرتفع مثل دراسات: بشري العكايشي (٢٠٠٠)(١)، وشاكر عقلة المحاميد، و، محمد  
إبراهيم السافسفة (٢٠٠٧)(٥)، وراجي الصرايرة، و، نايل الحجايا (٢٠٠٨)(٢)، وفضيلة  
عرفات السبعواوي (٢٠٠٨)(٨)، وهبة مؤيد محمد (٢٠١٠)(١٥)، وماجد أحياب رمضان  
(٢٠١٠)(٩)، ومحمد عسلية، و أنور البنا (٢٠١١)(١٣)، ومحمد على معشي  
(٢٠١٢)(١٤)، وبولانسكي، Bolanowski (٢٠٠٥)(١٦).

ويشير محمد علاوي ٢٠١٢م ، ان موضوع القلق يحتل مركزا رئيسيا في علم النفس  
بشكل عام وعلم النفس الرياضي بشكل خاص لما له من اثار واضحة ومباشرة في احتلال  
الوظائف النفسية او الوظائف الجسمية او كليهما وقد اشار العديد من الباحثين الي ان القلق يعد  
بمثابة انذار او اشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ  
عليه، كما قد يؤدي القلق اذاا زاد عن حدته لي فقدان التوازن النفسي "الامر الذي يثير الفرد  
لمحاولة اعادة التحكم في هذا التوازن النفسى لاستعادة مقوماته باستخدام العديد من الاساليب  
السلوكية المختلفة" (١١: ٣٧٩)

ويعزو الباحث هذه النتيجة الى الخوف من المستقبل والصراع والوهم والاحباط التي  
يتعرض لها مدربي اكاديميات السباحة في حياته اليومية وكذلك اثناء عمله ، وكذلك الخوف من  
عدم تلبية متطلبات اسرته ، وكذلك نتيجة الضغوط ، وما يخيبه الغد من اشياء مجهوله ، وكذلك  
التفكير الزائد وانعدام الامن في بيئة العمل.

وبهذا يتحقق الفرض الاول الذي ينص على :-

ما هي استجابات مدربي اكاديميات السباحة عن قلق المستقبل ؟

## الإستخلاصات والتوصيات

أولاً: الإستخلاصات :

من خلال ما تحقق من فروض البحث ووفقاً لما توصلت اليه نتائج التحليل الاحصائي وفي ضوء عرض ومناقشة النتائج وفي حدود عينه البحث والادوات المستخدمة امكن الباحث التوصل إلى أن:-

• قد توصلت الباحث إلى مقياس قلق المستقبل ويحتوى على خمس محاور و (٦٧) عبارة.

ثانياً: التوصيات :

إستناداً إلى النتائج الذى توصل إليها الباحث من خلال إجراء هذا البحث يوصى الباحث بالآتى:-

- إعداد برامج إرشادية لتخفيف قلق المستقبل المهني لدى مدربي اكاديميات السباحه.
- تحديد مهام مدربي اكاديميات السباحه بدقة ووضوح وتعريفهم بها عند استلام العمل.
- تشجيع العمل التعاوني بين مدربي اكاديميات السباحه القدامى والجدد.
- تطوير نظام الإشراف والمتابعة الدورية لمدربي اكاديميات السباحه.
- زيادة تقدير إدارة الاكاديميات لجهود مدربي اكاديميات السباحه وإبرازها داخل المجتمع.
- تحسين المناخ بحيث يكون جاذباً لمدربي اكاديميات السباحه لبذل مزيد من الجهد في العمل.
- مساعدة مدربي اكاديميات السباحه على إدراك مشكلاتهم الاجتماعية والاقتصادية ومحاولة إيجاد حلول لها.
- توجيه الباحثين إلى الاهتمام بدراسة ظاهرة قلق المستقبل وآثاره النفسية والاجتماعية على مدربي اكاديميات السباحه.

## المراجع

أولاً : المراجع العربية :-

- ١- بشري العكايشي (٢٠٠١م): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية، بغداد، الجمهورية العراقية.
- ٢- راجي الصرايرة، ونائل الحجايا (٢٠٠٨م): القلق على المستقبل المهني وعلاقته بالرضا عن الدراسة والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي والنوع لدى طلبة كلية العلوم التربوية جامعة الطفيلة التقنية، مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس، ٤ (٢) ٦١٣-٦٤٦.

- ٣- روبين داينز (٢٠٠٦م): إدارة القلق، ترجمة: دار الفاروق للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ٤- سها زيدان (٢٠٠٧م) : هواجس المستقبل عند الشباب ، دراسة ميدانية علي طلاب جامعة دمشق ، كلية التربية ، جامعة دمشق .
- ٥- شاكرا عقلة المحاميد، محمد إبراهيم السافسفة (٢٠٠٧م): قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، ٨ (٢) ١٢٤-١٤٢.
- ٦- صفاء جابر شاهين، ومحمد فتوح غنيم (٢٠١٤م): قلق المستقبل الرياضى وعلاقته ببعض الجوانب النفسية لدى لاعبي سيف المبارزة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- ٧- صلاح حميد كرميان (٢٠٠٨م): سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدي العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية باستراليا، رسالة دكتوراه غير منشورة. الأكاديمية المفتوحة في الدانمارك.
- ٨- فضيلة عرفات السبعواوي (٢٠٠٨م): قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة الموصل.
- ٩- ماجد أحياب رمضان (٢٠١٠م): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة كليات التربية، مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية جامعة الانبار، (٤)، ١٥١ - ٣٠٠.
- ١٠- محمد الزواهره (٢٠١٥م): العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد (٣)، العدد (١٠).
- ١١- محمد حسن علاوى (٢٠١٢م): علم النفس الرياضي والممارسة البدنية، ط (٥)، القاهرة.
- ١٢- محمد سمير عمر (٢٠١٧م): قلق المستقبل وعلاقته ببعض الجوانب غير المعرفية لدى ناشئ كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
- ١٣- محمد عسلىة، أنور البنا (٢٠١١م): فعالية برنامج في البرمجة العصبية في خفض قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الأقصى المنتسبين للتنظيمات بمحافظة غزة، مجلة جامعة النجاح للأبحاث- العلوم الإنسانية، ٢٥ (٥)، ٦١٣ - ٦٤٦.
- ١٤- محمد على معشي (٢٠١٢م): قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات، دراسات تربوية بجامعة الزقازيق، (٧٥)، ٢٧٩ - ٣٠٦.

١٥- هبه مؤيد محمد (٢٠١٠م): قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات،  
مجلة البحوث التربوية والنفسية العراق، (٢٦)، ٣٢١ - ٣٧٩.

ثانياً : المراجع الأجنبية :-

- ١٦- **Bolanowski, W** (٢٠٠٥): Anxiety about professional future among young doctors, International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health, ١٨ (٤), ٣٦٧-٣٧٤.
- ١٧- **Moline, R.** (١٩٩٠): Future Anxiety: Clinical Issues of Children in the Latter Phases of Foster Care, Children & Adolescent Social Work Journal, Vol. (٧), No.(٦), ٥٠١-٥١٢.