



جامعة المنصورة
كلية التربية



الحصانة النفسية وعلاقتها بكل من إدارة الذات وقلق المستقبل لدى طلاب التعليم الثانوى العام

إعداد

د / دينا صلاح الدين إبراهيم معوض

أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية – جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة

العدد ١٢٢ – إبريل ٢٠٢٣

الحصانة النفسية وعلاقتها بكل من إدارة الذات وقلق المستقبل لدى طلاب التعليم الثانوى العام

د / دينا صلاح الدين إبراهيم محوض
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية – جامعة المنصورة

المستخلص:

الهدف من هذا البحث هو التعرف على مستوى الحصانة النفسية، وإدارة الذات، والقلق المستقبلى لدى طلاب التعليم الثانوى العام، وكشف طبيعة العلاقة بين الحصانة النفسية وإدارة الذات والقلق المستقبلى، وكذلك تحديد الأهمية النسبية لمساهمات كل من إدارة الذات والقلق المستقبلى فى التنبؤ بالحصانة النفسية لدى الطلاب. أعد الباحث ثلاث أدوات تم تطبيقها على العينة. تتكون العينة من (275) ذكراً و(205) إناث من المدارس التابعة للإدارات التعليمية الشرقية والغربية بالمنصورة. أظهرت النتائج أن مستوى إدارة الذات جاء فى درجة متوسطة، بينما مستوى القلق للمستقبل جاء فى درجة عالية. توجد علاقة سلبية بين الحصانة النفسية وإدارة الذات والقلق المستقبلى لدى الطلاب.

Abstract

The current study aimed to identify the level of psychological immunity, self-management, and future anxiety among general secondary education students, and to reveal the nature of the relationship between psychological immunity and both self-management and future anxiety for them, as well as determining the relative weight of the contributions of each of self-management and future anxiety in predicting psychological immunity among students. the students.

The researcher prepared three instruments that were applied to the sample. The sample consists of (275) male and (205) female students from the schools of the eastern and western Mansoura educational administrations. Results revealed the level of self-management came in a medium degree, while the level of anxiety for the future came in a high degree. There is negative correlation between students'

average scores on the psychological immunity scale and their average scores on the future anxiety scale.

Keywords: psychological immunity , self-management , future anxiety.

المقدمة :

?? ?? ??? ??? ? ?? ?? ? ? ?? ??
?? ?? ? ? ?? ?? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
.(? ? ? ?
? ?? ?? ? ?? ?? ?? ? () ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
. ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
.(
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
.(Timm , 1993) ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
.(?)

?? ?? ?? ?????? ? ? ? ?
 ? ?????? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

مشكلة الدراسة:

? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ?

.(?) ? ?

: ? ? ? ? ? ?

- ? ? ? ? ? ?
- ? ? ? ? ? ?
- ? ? ? ? ? ?
- ? ? ? ? ? ?
- ? ? ? ? ? ?
- ? ? ? ? ? ?
- ? ? ? ? ? ?
- ? ? ? ? ? ?

أهداف الدراسة :

: ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
- ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
- ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
- ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟

أهمية الدراسة :

■ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
: ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
- ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
- ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
- ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
■ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
- ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
- ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟
؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟

?? ? ? ? ??? ? ??? ??? ? ? ? ? -
. ? ? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

محددات الدراسة :

: ??? ? ? ? ? ? ? ?
????? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
???? ? ? ? ? ? ? ?
. ? / ???? ? ??? ? ???? ? ? ? -
? ? ? : ???? ? ? ? ? ? ? ? -
. (???? ?) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

مصطلحات الدراسة :

Psychological Immunity : ? ? ■

? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
. (? ? ? ?) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? : ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
. ???

Self – Management : ? ? ? ? ? ? ■

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
. ???

Future Anxiety : ?? ■

 ?? ? ? ?? ?? ??
 . ? ? ?? ? ? ??? ?? ?? ?? ?
 ?? ? ??? ?? ?? ? ? ? ? ? ?
 ? ?? ?? ? ? ? ?? ?? ? ?
 . ? ??? ?? ? ?? ? ? ?

الإطار النظري :

Psychological Immunity ? ? : ??

: ? ?? ? ■

? ???? ?? ? : ? ?(Olah , 2004 , 654) ? ? ?
 ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ?
? ?? : ? ?() ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ?
??? ? ? : ? ?(Excelsias , 2011 , 21) ? ? ?
???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ?
? ?? ? : ? ?(Albert , 2012 , 104) ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

:

: ? ? -

 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

)?? ? ?? ? ?? ? ? ? ? ? ?? ? ???

. (?

: ? ? -

?? ? ? ??? ?? ? ? ? ? ?

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

. (? ?) ?? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ??? ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

. ??? ? ?? ?? ? ?

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

. (? ? ?) ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

: ?? ? ? ? ■

? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

(? ?):

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ?? ? ? ?? ? -
 .?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 : ? ? ■
 ?? ?? ? ? ?? (Kegan , 2006 , 90) ? ??
 ?? ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ???? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (Barbanell , 2009 , 16) ? ?
 ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .? ?? ? ? ? ?
 : ?(Olah , 2010 , 10) ? ? ? ? ?
 . ?? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 (Albert , 2012 , 105) ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ?? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? -

: ? ?? ?? ? ■

: ? ? ?? ?-

? ?" ?? ? ? (Wolp) ? ?? ? ?? ?? ?

? ? ? ? ?? ?? ? ? " ? ? ?? ?? ? ?

? ? ? ? ? " ? ??" ? ?? ?? ? ? ? ? ? ?

?? ?? ? ?? ? ? ? ? ? ?? ?? ?? ? ? ?

.(?) ??

: ?? ? ? ?? -

? ?? ?? ? ?? ? ?? ?? ?? ?? ?

? ?? ? ? ? ? ?? ? ??? ?? ? ? ? ?? ?

? ?? ?? ?? ?? ? ?? ?? ?? ?? ? ? ??

?? ?? ?? ? ?? ?? ??? ?? ? ?? ?? ? ?? ?? ?

.(?? ??) ?

: ?? ? ? ?? -

? ?? ? ? ? ?? ? ?? () ? ?? ? ??

? ?? ? ?? ?? ?? ?? ?? ? ? ? ? ?? ??

? ?? ?? ?? ?? ?? ?? ?? ? ?? ? ?? ??

. ? ? ?

? ?? ?? ?? ?? ? ? ? ?? ??? ?? ?? ?? ?

? ?? ?? ?? ?? ? ?? ? ?? ? ? ? ?

(Olah , 2009) ? ?? ?? ?? ?? ? ? ? ?? ? ? ? ? ??

???? ? ? ? ? " ? ?? ?? ?? ?? ?? ? ? ?" : ??

?? ??? ?? ??? ?? ?? ? ?? ?? ? ? ? ? ? ?

(PICI) ? ?? ? ? ?? ?? ?? ?? ?? ? ? ?

? ?? ?? ?? ?? ? () ?? ? ? ?? ? ? ()

?? ??? ? ? ? ?? ??? ? ?? ? ? ?? ? ? ?

. ?? ? ? ? ?? ? ? ?? ?

? ?? ? ?? ? (Patrick , 2010) ?? ??? ??
 ?? ???? ? ?? ?? ? ?? ? ?? ??
 ?? () ?? (TAIS) ? ?? ? ?? ? ??
 ?? ???? ?? ?? ?? ?? ???? ??? ?? ??
 ?? ??? ? ?? ?? ? ? ?? ? ?
 ? ?? ?? ??? ? ???? ?? ? ? ?? ?? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? (Lesley & Hill , 2011) ? ? ? ?
 ? ? ?? ???? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ???? ???? ? () ? ???? ? ? ? ?
 ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? (Lornicz , et al ., 2011) ??? ?? ? ? ? ?
 ????? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ????? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ? ? ?
 ? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (Bona , 2014) ? ? ? ?
 ?? ? (-) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ?? ? ? ?? ? ?? ? ???? ?? ?
 . ? ?? ?? ? ???? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? (? ?) ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? (-) ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? (? ? ? ?) ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? (? ?) ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ??? ? ? ? ?(? ?) ??? ? ? ?
 () ? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ?? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

Self Management ???????:

: ????????? ? ■

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 (Fox , et al ., 2003) ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? : ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ?

? : ? ? ? ? ? ? (Gureasko , et al ., 2005) ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

. ? ? ?? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? -

.? ? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

: ? ? ? ? ? ? ? ■

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

: ? ? ? ? ? ()

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

: ? ? ? ? ? ? ? ? ?

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

: ? ? ? ? ? ? ? ? ? ■

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

:

: ? ? ? ?? ? -

? ?? ?? Bandura (1977) ??? ? ? ? ?? ?? ?
 ?? ? ?? ? ??? ? ? ? ?? ? ? ? ?
 Robert , C .,) ?? ??? ? ??? ? ??? ? ? ? ? ? ?? ?
 . (2003

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . (

: ? ? ? ?? ? -

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 (Leventhal , 1984) ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

: ? ? ? ? ? ? ? ? -

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ???? ?? ? ???? ? ? ?? ?? ? ?? ???
 .?? ? ?? ??
 ?? ??? ???? ???? ?? ? ?? ???? ? ?? ? ?
 ? ???? ? ? ???? ???? ???? ????
 ? ? ? ???? ?? ? ? ???? ???? ???? ????
 ? ? ? ???? ? ? ???? ???? ? ???? ????
 .?? ?
 : ? ? ?? ? -
 ?? ? ???? ? ???? ???? ???? ????
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ???? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .(? ? ?) ???? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 Denise & John ,) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . (2006 , 7
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? (Gorden , 2002) ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? () ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

??? ?? ???? ??? ????? ?? ???? ???? ???? ?
?? ? ? ? ???? ???? ? ???? ???? ? ????
. ???? ???? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ???? ? ? ? ? () ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ()
?
?
?
. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

Future Anxiety ? ? :

: ? ? ? ? ■

?
?
?
. ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? : ? ? () ? ? ? ?
. ?
?
?
?
?
. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ?? ? ?? ?? ?? ?? ? : ?? () ?? ?? ?
 ?? ? ?? ? ? ? ? ?? ?? ??? ? ??? ??
 .? ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ???
 : ?? ? ? ■
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 :(?? ? ? ? ? ?-?
 . ?? ? -
 . ? ??? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 :(??) ? ? ?-?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ???? ? ? ? ? -
 . ?? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 :(???) ? ? ?-?
 . ?? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -

?? ???? ???? ???? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . (? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ■
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . (? ?) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . (? ? ? ?) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .(???) ? ? ???? ? ? ?
 : ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .?? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ??? ? ? ? ? ? - ? ? - ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?
 .(?) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .(? ?) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 - ? ? - ? ? : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ?? ? ? () ? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ???? ? ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??
 . ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ? ? ? ?
 ?
 ?
 ?? ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ? ? ? () ? ? () ?
 ?
 ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??
 ? (? ? ? ? - ? ? ?) ? ? ? (? - ? ?) ? ? ? ? ? ? ?
 (-) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?
 ?
 . ?
 ??
 ?
 ??
 . ?
 ??
 ?
 () ? ? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?
 ?

???? :

: ? ? ?-

?? ?? ? ?? ?? ??? ?? ? ? ? ? ?? ? ??

???? ? ? ?? ?? ? ()?? ? ()? ?? ? ()

.? ??? ?? ??? ? ? ? ? ?? ?? ?? ?? ? ??? ???

: ??? ? ?-

? ?? ? ?? ?? ??? ? ()? ??? ? ?? ?

?? ??? ??? ???? ???? ? ? ? ??? ? ? ?? ? ?? ?

(? ?- ?? ?)?? ? ??? ???? ? () ?? ?? ?

. (?-) ????? ?

() ??

????? ? ?? ? ? ???? ? ?

?		??				? ?
%	?? ?	%	?? ?	%	?? ?	?? ?
,		,		,		?? ?
,		,		,		? ?
						?

????? ???:

: (???? ??) ? ?? -

? ?? ? ?? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ?

???? ? ?? ? ? ?? ? ? ?? ? ? ? ? ?

(AIS) ? ?? ? ? ? (Olah , 2005) ?

???? ? (? ?) ??? ? ?? ? (Lapesly , 2010)

(Tsiakalis , 2014) ? ? ? ? ? (???) ?

. (? ?) ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ??? ? ?? ??? ?? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ?
 . () ??? ? ? -
 . () ??? ? ? -
 . () ??? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? - ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

() ??

? ?? ? ??? ? ? ? ?

? ? : ? ? ? ? ?			? ? : ? ? ? ? ?			? ? : ? ? ? ? ?		
??			?			??		
??		??	??		??	??		??
??	? ? ?	?? ?	??	? ? ?	?? ?	??	? ? ?	?? ?
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	
,	,		,	,		,	,	

? (,) ??? ? ?? ? ? ?? ??() ?? ?
. ? ?? ? ?? ? ?? ? ?? ? ??
: ? ? ?? ? ?? ? ? -
? ? ? ?? (? ?? ?) ? ?? ? ?? ? ?
?? ?? ? ? ?? ?? ?? ?? ? ?? ? ?
. ??? ?? ? ?? ? ?()

? ? ?? ? ?? ? ?? ??? () ??

????	? ??	? ?? ? ?
,	,	?? ? ?
,	,	? ? ?
,	,	?? ? ?

?? ? ? ???? ? ? ? ?? ??() ?? ?
 . ? ?? ??? ? ? (,)
 : ? ?? ? -?
 : ?? ? ?? ? ?? ? ? ? ? ? ?
 : ? ?? ? -
 ? ? ?? ?? ? ? ? ?? ? ?? ? ? ?
 ? ? ? ?? ?? ? ??? ? ? ? ? ? ?
 () ?? ? ? ??? ? ? ? ??? ? ? ? ? ?
 : ?

? ?? ? ?? ? () ??

? ?? ?? ??	?? ??	? ?? ? ?
,	,	?? ? ?
,	,	? ? ?
,	,	?? ? ?
,	,	? ?

?? ? ?? ? ?? ? ? ?? ??() ?? ? ?
 . ? ? ? ?? ??(,) ? ? ?(, - ,)
 : ? ? ? ?? -
 ? ?? ?? ? ?? ?? ? ? ? ?? ? ?? ?? ?? ? ?
 ? ? ? ?? ? ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?? ?
 . ?() ??

?	??	?? ? ?? ? ??	() ??
???	???	?? ? ?	
,		?? ? ?	
,		? ? ?	
,		?? ? ?	
,		? ?	

?? ? ?? ? ? ? ?? ??() ?? ?
 ? ?(,)? ? ?(, - ,)?? ? ? ? ? ? ?
 . ?? ? ?? ??? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ()? ? ?? ?? ? ?? ? ? ? ? ?
 : ? ? ??? () ? ? ? ? ? ?
 . ?? ? ? : ? ?? ? -
 : ? ?? ?? ??
 ? ? ? : ? ? ? -
 : ? ?? ?? ??
 ? ? ? : ? ? ? ? -
 : ? ?? ?? ??
 : (??? ??) ? ?? ?? ?? -
 ??? ? ?? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? (? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? (? ? ? ?) ? ? ? ? ? ? ? ? (? ?)
 . (? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . () ??? ? ? ? -
 . () ??? ? ? ? -
 . () ??? ? ? ? -

? ??? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ?? ? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ?? ?? ? ? ? ? ? (?) ? ? ? ? ? ?
 ? ? ?? ?? ?? () ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ?? ? ? ?? () ?
 . ???? ? -
 . ? ???? -
 . ? ? ? -
 . ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? - ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? () ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ?

?? ? ?		? ?? ? ??		?? ? ? ? ? ?		? ?? ? ?? ?	
?? ?	?? ?	?? ?	?? ?	?? ?	?? ?	?? ?	?? ?
**	,	**	,	**	,	**	,
**	,	**	,	**	,	**	,
**	,	**	,	**	,	**	,
**	,	**	,	**	,	**	,
**	,	**	,	**	,	**	,
**	,	**	,	**	,	**	,
**	,	**	,	**	,	**	,

. (,) ? ? ? ? ? *

? (,) ??? ? ?? ? ? ?? ??() ?? ?
 . ? ?? ? ?? ???? ? ?? ? ??
 :? ? ?? ? ??? ?? ? -
 ? ? ???? (? ??) ? ?? ? ?? ? ?
 ?? ?? ? ? ?? ? ?? ?? ?? ? ?? ? ?
 . ??? ? ? ? ? ? ?()
 ? ? ?? ???? ? ?? ?? () ??

???	? ??	????? ? ?
,	,	???? ?
,	,	?????
,	,	?? ???
,	,	? ?

?? ? ? ?? ?? ? ? ? ?? ??() ?? ?
 . ???? ? ?? ? (,)
 :? ?? ? -?
 :? ?? ?? ???? ? ? ? ?
 :? ?? ? -
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ?() ? ? ? ? ?
 ????? ? ?? ? () ??

? ?? ?? ?	? ?? ?	????? ? ?
,	,	???? ?
,	,	?????
,	,	?? ???
,	,	? ?
,	,	? ?

?? ? ?? ???? ? ? ?? ??() ?? ?
 . ? ? ? ? ?? ??(,) ? ? ??(, - ,)
 : ? ? ? ?? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ?() ?? ? ? ?
 ???? ? ? ? ? ? ? ? ? () ??

???	? ? ?	????? ? ?
,		???? ?
,		?????
,		? ? ? ? ?
,		? ?
,		? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?(,) ? ? ? ? ? (, - ,) ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ? ? ? ? () ? ? ? ? ? ? ? ?
 ???? ? : ? ? ? ? -
 : ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? : ? ? ? ? -
 : ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? : ? ? ? ? -
 : ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? : ? ? ? ? -
 : ? ? ? ? ? ? ?

(????) ?? ? -
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
?? ? ? (?? ? ? ?) ?? ? ? ?
?? ? ? (? ? ? ?) ?? ? ? (??)
. (? ? ? ?) ?? ? ? (?? ? ?)
? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
: ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
. () ??? ? -
. () ??? ? ? -
. () ??? ? ? ? -
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
%) ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
?? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (?
: ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ?
. ? ? ? ? ? -
. ? ? ? ? ? ? -
. ? ? ? ? ? -
. ? ? ? ? ? ? -
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ?
: ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
: ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? - ?
: ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
: ? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ?		? ???? ?		??? ???		() ??	
?? ? ??? ?		?? ?? ?		?? ? ???		? ?? ? ? ?	
?? ?	?? ?? ?	?? ?	?? ?? ?	?? ?	?? ?? ?	?? ?	?? ?? ?
** ,		** ,		** ,		** ,	
** ,		** ,		** ,		** ,	
** ,		** ,		** ,		** ,	
** ,		** ,		** ,		** ,	
** ,		** ,		** ,		** ,	
** ,		** ,		** ,		** ,	
** ,		** ,		** ,		** ,	
** ,		** ,		** ,		** ,	
** ,		** ,		** ,		** ,	

. , ?? ? ?**

:? ? ?? ? ??? ?? ? -

? ? ?? ? (? ??) ???? ??? ? ?

?? ?? ? ? ?? ? ?? ?? ? ?? ? ?

. ??? ?? ? ?? ? ? ()

? ? ?? ?? ? ? ?? ??? () ??

????	? ??	?? ? ? ?
,	,	? ?? ?
,	,	?? ?? ?
,	,	?? ?
,	,	?? ?? ?

?? ? ? ?? ?? ? ? ? ?? ??() ?? ?

. ?? ? ??? ? ? (,) ?

:? ?? ? -?

:? ?? ?? ?? ? ? ? ? ?



: ? ?? ? -

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
: ?() ?? ? ? ? ? ? ? ? ?
?? ? ? ? ? ? () ??

? ?? ?? ?	? ? ? ? ?	? ? ? ? ?
,		? ?? ?
,		? ? ? ? ?
,		?? ?
,		?? ?? ?
,		? ?

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
: ? ? ? ? ? -
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
: ?() ?? ? ? ? ?
?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ??

? ?? ?? ?	? ? ? ? ?	? ? ? ? ?
,		? ?? ?
,		? ? ? ? ?
,		?? ?
,		?? ?? ?
,		? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
?(,) ? ? ? ? ? (, - ,) ? ? ? ? ? ? ?
. ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

??? ()? ? ?? ?? ?? ? ? ? ? ?
 : ? ? ???? () ? ? ? ? ?? ??
 ? ?? ? : ? ?? ? -
 : ???? ?? ??
 ? ??? ? : ?? ? -
 : ???? ?? ??
 ?? ? : ? ?? ? -
 : ???? ?? ??
 ?? ?? ? : ??? ? -
 : ???? ?? ??
 : ???? : ?
 ? ??? ?? ?? ??? ? ??? : ? ? ? ?
 ??? ??? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ?
 ? ? ? ?

?? ?? ?	? ? ?	???? ?	? ? ? ?? ?	? ? ? ?	? ?
? ?	?	,	,	,	?? ? ?
? ?	? ?	,	,	,	? ? ?
? ?	? ?	,	,	,	?? ? ?
? ?	---	,	,	,	? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (% ,) ???
 (% ,) ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (% ,)
 . ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

2017 年 1 月 1 日以前，我国《公司法》规定，股份有限公司的董事会成员中，应当有三分之一以上为独立董事。2018 年 10 月 26 日，新修订的《公司法》正式施行，其中规定，上市公司董事会成员中应当至少包括三分之一独立董事。这一规定旨在提高上市公司治理水平，保护中小股东利益。

然而，在实际操作中，独立董事制度面临着诸多挑战。首先，独立董事的选聘机制不够完善，容易导致“人情董事”或“花瓶董事”现象。其次，独立董事的履职保障不足，使其难以有效行使监督权。最后，独立董事的薪酬激励机制不完善，影响了其积极性和独立性。

针对上述问题，学术界和实务界提出了多项改进建议。一是完善独立董事的选聘程序，引入中小股东提名权。二是强化独立董事的履职保障，包括提供必要的信息和资源。三是优化薪酬激励机制，避免薪酬与业绩过度挂钩。四是加强监管力度，加大对违规行为的处罚。

综上所述，独立董事制度作为完善公司治理的重要一环，其有效实施对于提升上市公司质量、增强投资者信心具有重要意义。未来应进一步深化改革，推动独立董事制度从“形式独立”向“实质独立”转变。

参考文献

作者	年份	期刊名称	卷号	期号	页码
王	2018	《中国会计》	18	1	115-120
李	2017	《审计研究》	17	4	78-85
张	2019	《公司治理》	19	2	45-52
陈	2016	《证券市场》	16	3	90-95
刘	2020	《现代管理》	20	5	101-108

?? ? ? ?? ????? ? ???? ??() ?? ?
 ??? ? ? ? ? ? ???? ? ? (% ,) ???
 ?? (% ,) ??? ? ? ? ? ???? ?? ??? (% ,)
 ? ?? ??? ?(% ,) ??? ? ? ? ? ? ? ?
 (% ,) ? ????? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ?? ? ? ? ? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ?
 ? ???? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ?() ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ?

??	?? ?	?? ?	?? ?	?? ?	?? ?
?? ?	?? ?	?	?	?	?? ?
??	??	,	,	,	? ? ?
??	??	,	,	,	? ? ? ?
??	?	,	,	,	?? ?
??	??	,	,	,	?? ? ?
??	-	,	,	,	? ?

??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (% ,)
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (% ,)
 ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (% ,)

?? (% ,) ? ?????? ?? ? ? ?? ?? (% ,)
 .?? ??
 ?? ? ? ?? ? ? ? ? ?? ?? ?? ? ? ??
 ? ? ? ??? ? ? ? ? ?? ? ? ? ? ?? ?
 ? ? ??? ? ?? ? ? ?? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ?? ?? ? ? ? ? ?? ?? ? ?? ? ?? ?
 ?? ?? ?? ?? ? ?? ? ?? ? ???? ? ? ?? ???
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?() ?? ?? ?? ? ? ? ? ? ?
 ? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ()
 ? ?? ? () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ?
 ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : ?? ? ?
 ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ?() ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?	?	?	???	?? ?	???
?	?	?	???	?? ?	?? ?
** ,	** ,	** ,	** ,	** ,	?? ? ?
** ,	** ,	** ,	** ,	** ,	? ? ?
** ,	** ,	** ,	** ,	** ,	?? ? ?
** ,	** ,	** ,	** ,	** ,	? ?

. (,) ?? ? ? **

?? ? ? ?? ?? ?? ?() ?? ? ? ??
? ??? ?? ?? ?? ?? ???? ?? ?? (,) ?? ? ?
?? ?? ?? ? ? ???? ? ???? ? ? ??
???? ? ?? ? ? ?? ? ? ?? ? ?? ? ?? ? ??
? ?? ? ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?	?	?	?	?	???????
?	?	?	?	?	
.	-	.	-	.	?? ? ?
.	-	.	-	.	? ? ?
.	-	.	-	.	?? ? ?
.	-	.	-	.	? ?

?? ? ?? ? ? ?? ???? ?() ?? ?
? ? ? ? ? ? ? ? (??- ?- ?) ? ? ?
? ? ? ? ? ? (?? ?- ?- ? ?- ? ?) ? ? ?
?
?? ?? ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ?? ? ? ???? ? ? ? ? ? ?
 ?? () ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ???? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? (Multiple Regression) ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? (Stepwise Analysis) ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 :
 : ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ?

?? ??	(?)	? ?? ?	R ₂	Beta	?? ?? ? (SR)	(B) ?? ?	? ? ? ?
,	,	,	,	,	,	,	? ??? ?????

??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ?
 ? ? ? ? (,) ? (?) ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (,) ? ? ?
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 (? ? ? ? ? ×) + ? ? ? ? = ? ? ? ? ?
 (? ? ? ? ? × ,) + , =

: ? ? ?? -

?? ?? ? ???? ???? ? () ?? ?

. ? ?? ?? ? ?

? ?? ???? ???? ? () ??

?? ??	(?)	? ?? ?	R ₂	Beta	? ? ?? ? (SR)	?? ? (B) ?? ?	?? ? ?
'	'	'	'	'	'	'	? ??? ????

? ? ? ??? ? ?? ?() ?? ?

? ? ?(,) ? (?) ?? ? ???? ? ???

?? ?? ? ?? ? ?? ? ?(,)?? ?

: ? ? ?? ???? ? ?

(? ????×) + ?? ?? = ? ? ?

(? ????× ,) + , =

: ?? ? ?? -

?? ?? ? ???? ???? ? () ?? ?

. ? ?? ?? ?? ?

?? ?? ???? ???? ? () ??

?? ??	(?)	? ?? ?	R ₂	Beta	? ? ?? ? (SR)	?? ? (B)	?? ? ?
'	'	'	'	'	'	'	? ??? ????

??? ? ?? ? ??? ? ?? ?() ?? ?

? ? ?(,) ? (?) ?? ? ???? ? ?

? ?? ?? ?? ? ?? ? ?? ? ?(,)??

: ? ? ?? ???? ?

$$(\text{???} \times \text{??}) + \text{??} \text{??} = \text{??} \text{?} \text{?}$$

$$(\text{???} \times \text{?, ?}) + \text{?, ?} =$$

: ? ?? -

? ?? ???? ? () ?? ?
 . ? ?

? ?? ???? ? () ??

?? ??	(?)	? ?? ?	R ₂	Beta	? ? ?? ? (SR)	(B) ?? ?	?? ? ?
,	,	,	,	,	,	,	? ??? ?????

? ??? ? ? ??? ? ?? ?() ?? ?

?? ? ? ?? ?(,) ? (?) ?? ? ?????

? ? ??? ?? ?? ??? ? ??? ? ?? ?(,) ?
 : ? ? ?

$$(\text{???} \times \text{?, ?}) + \text{?, ?} = \text{?} \text{?}$$

?? ?? ? ? ???? ? ?? ? ?? ? ?? ?

? ???? ???? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ??? ? ???? ? ? ?

?? ?? ? ? ? ? ? ? ? : ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ?

??? ???? ? ?? ?? ??? ???? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : ? ??? ? ? ? ? ? ?

: ?? ? ?? -

?? ?? ? ?? ? ??? ? () ?? ?

. ? ?? ?? ?? ?

?? ?? ?? ? ??? ? () ??

?? ??	(?)	? ?? ?	R ₂	Beta	?? ?? ? (SR)	(B) ?? ?	?? ? ?
,	,	,	,	-	,	,	? ??? ??

??? ? ?? ? ??? ? ?? ?() ?? ?

? ? ? ?(,) ? (?) ?? ? ?? ? ?

? ?? ?? ?? ?? ?? ? ?? ? ? (,) ???

: ? ? ? ? ?? ?

(?? ×) + ??? ?? = ?? ? ?

(?? × ,) - , =

: ? ? ?? -

?? ?? ? ?? ? ??? ? () ?? ?

. ? ?? ?? ? ?

? ?? ?? ?? ? ??? ? () ??

?? ??	(?)	? ?? ?	R ₂	Beta	? ? ?? ? (SR)	(B) ?? ?	?? ? ?
,	,	,	,	-	,	,	? ??? ??

? ? ? ? ?? ? ?? ?() ?? ??

? ? ?(,) ? (?) ?? ? ?? ? ? ???

?? ?? ? ?? ? ?? ? ? (,) ?? ?

: ? ? ?? ?? ? ?

(?? ×) + ??? ?? = ? ? ?

(?? × ,) - , =

: R_2 ? R_2 -

?? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ?

. ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ? ? ? ? ? ? () ? ?

?? ??	(?)	? ?? ?	R_2	Beta	? ? ?? ? (SR)	(B) ?? ?	?? ? ?
,	,	,	,	-	,	,	? ??? ??

?? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ?

? ? ? ? (,) ? (?) ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? (,) ? ? ?

: ? ? ? ? ? ? ?

(? ? ×) + ? ? ? ? = ? ? ? ? ?

(? ? × ,) - , =

: ? ? ? ? -

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ?

. ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? () ? ?

?? ??	(?)	? ?? ?	R_2	Beta	? ? ?? ? (SR)	(B) ?? ?	?? ? ?
,	,	,	,	-	,	,	? ??? ??

? ??? ? ? ? ? ? ? ? () ? ? ?

? ? ? ? (,) ? (?) ? ? ? ? ? ? ?

: ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

(? ? × ,) - , = ? ? ?

? ?? ? ?? ? ? ?? ? ??? ??? ?
 ?? ? ? ? ??? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ?? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ??? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

خلاصة وتوصيات:

: ? ? ??? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 .?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .??
 : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 .?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 .?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 : المراجع المستخدمة:
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .??
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . - () ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ???? ? ? ?? : () ? ? -
 ?? ? ? ???? ? ? ?? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .?? ?
 ? ?? ? ? ?? : () ?? ?? ? -
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .() ? ()
 ? ? ?? ??? ? ?? : () ? ? ? ? ? ? -
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .?? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . - ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? ? -
 .
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? -
 () ? ? ? ? ? ? - ? ? ? ? ? ? ? ?
 . - () ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? -
 . ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 .() ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ?

? ??? ???? : () ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? : ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . - () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? ? ? -
 ?
 . ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? ? ? -
 () ?
 . () ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? ? ? -
 . ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? ? ? -
 . () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ? -
 ?
 . - ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? -
 . ?
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? : () ? ? ? ? ? ? ? -
 ?
 . - () ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?

?? ? ? ? ? ? ?? ? ??: () ? ?? ? -
 . ? ?
 ? ??? ???? ? ? : () ? ???? ? ? ? -
 ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 . ??? ? ? ?
 ?? ? : () ? ?? ?? ? ? ? ? ? ? ? ? -
 . ? ? ? ? ? ? ?

- 27- Barbanell , L (2009) : Breaking the Addiction to please Goodby . Guilt , London : Little field publishers .
- 28- Excelsias , Gloria & David stone , Joshua (2011) : The Importance of Developing psychological Invulnerability . from : www.IAMUniversity.org .
- 29- Fox , N . & Calkins ,S (2003) : The Development of self control of Emotion , Motivation and Emotion , vol . 27 , No (1) , PP . 7 – 26 .
- 30- Kegan , H (2006) : The Psychological Immunity system , A new look at protection and survival – Herman , U.S.A , Library of congress .
- 31- Olah , Attila (2009) : Psychological calimmunity , A new concept of coping and resilience , Dubrovnik , Coping & Resilience International conference .
- 32- Patrick , Hill (2010) : Young people's feeling of invulnerability has drawbacks – and benefits , Journal of Early Adolescnce University of Illinois , Retrived , August , 15 .
- 33- Shin , S . K & Myung , S (2007) : Across – Cultural study of Teacher's believes and strategies on classroom behavior management in urban American and Korean school systems , journal Articles Reports , Ivaluation Education and Urban society , vol 39 , No 2 , PP . 286 – 309 .
- 34- Timm , P. (1993) : Successful self – Management , Revised Edition , crisp Learning publication, Canada.