

## ملحق رقم (4): مقياس قلق المستقبل (قبل تعديلات المحكمين)

بسم الله الرحمن الرحيم

الأستاذ الفاضل / د. .... حفظه الله ورعاه

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يقوم الباحث بدراسة بعنوان " العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة " وهي متطلب تكميلي للحصول على درجة الماجستير من كلية التربية - قسم علم النفس بجامعة الأزهر بغزة.

ولتحقيق ذلك تقتضي متطلبات البحث إعداد أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات ، لذا قام الباحث بإعداد المقياس بعد الإطلاع على المقاييس والأدبيات السابقة.

ولأنكم ممن يتمتعون بخبرة علمية ومن ذوي الاختصاص في مجال العلوم النفسية والتربوية، يرجى من سيادتكم التكرم بمراجعة الإستبانة ووضع آرائكم وتعديلاتكم التي ترون أنها ضرورية لإثراء الإستبانة وذلك من خلال .

- 1- مدى ملائمة الفقرات للبعد الذي تنمي إليه .
- 2- إضافة أو حذف ما ترونه من فقرات .
- 3- تعديل الفقرات من حيث الصياغة .
- 4- إرشاداتكم وتقييمكم للمقياس .

أشكر لكم حسن تعاونكم وبارك الله فيكم

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،،

الباحث

أحمد محمود جبر

يعرف الباحث قلق المستقبل بأنه "حالة انفعالية نحو المستقبل تتسم بالتوتر وتوقع الشر والخوف من حدة المشاكل الحياتية المتوقعة سواء كانت اقتصادية أو اجتماعية أو سياسية وقد يصاحب هذه الحالة العديد من الاضطرابات التي تؤثر سلباً على سلوك الفرد".

ينكون مقياس قلق المستقبل من 46 عبارة موزعة على أربعة مجالات هي ( مجال القلق العام - المجال الاجتماعي - المجال السياسي - المجال الاقتصادي )

#### مجال القلق العام:

حالة من عدم الارتياح والخوف الدائم تنشأ نتيجة للتوقع السلبي للأحداث المستقبلية لمختلف جوانب الحياة والشعور بأن الحياة بلا معنى ، وترتبط هذه النظرة بتوقع الفرد لحوادث غير معروفة أو مصائب منتظرة تهدد حياته بأكملها.

لا تنطبق على الإطلاق	تنطبق بدرجة ضعيفة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	العبارة	
					أشعر بالقلق تجاه المستقبل	1
					أشعر أن الحياة عقيمة بلا معنى ولا مستقبل واضح	2
					أخاف من الأحداث السارة لأن سيعقبها أحداث مؤلمة	3
					أهتم بالمستقبل وأشعر بجدية نحوه	4
					أشعر أن المستقبل سيكون مشرقاً وستحقق آمالي في الحياة	5
					منذ فترة وأنا أعاني من الأرق أثناء النوم	6
					أشعر بالتوتر عندما أفكر في التخطيط لمستقبلي	7
					لدي شعور بقرب انهيار العالم من حولي	8
					يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء حظ	9
					أشعر بالتفاؤل تجاه المستقبل وأن الأمور سوف تتحسن	10
					أسعد لحظات حياتي سوف تكون في المستقبل	11
					المستقبل مصدر خطر غامض أمامي	12
					أشعر بان المستقبل يحمل في طياته أخباراً سارة	13
					أعتقد أن الأمل كلمة جوفاء لا معنى لها	14
					سيكون مستقبلي مظلماً	15
					أرى أن الآمال والأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غداً	16

## المجال الاجتماعي:

ويتمثل بالخوف والتوجس من المشكلات الاجتماعية التي قد تعصف بحياة الأفراد مستقبلاً بما في ذلك المشكلات الأسرية والتجارب الشخصية السيئة والعلاقات العامة بين الأفراد والتي من الممكن أن تهدد الفرد واستقلاله.

لا تنطبق على الإطلاق	تنطبق بدرجة ضعيفة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	العبارة	
					أخشى تدهور علاقاتي الاجتماعية في المستقبل	1
					أقلق كثيراً من التدهور الأخلاقي في العالم	2
					يقلقني ما يطرأ على القيم والأعراف من تغيرات	3
					أشعر بضغط نفسي نتيجة لقلق أهلي الدائم على مستقبلي	4
					أشعر بالقلق الشديد على مستقبل عائلتي	5
					أخشى حدوث خلافات تهدد مستقبل أسرتي	6
					أخشى أن لا أوفق في حياتي الزوجية مستقبلاً	7
					أتوقع أن تحصل لي خلافات أسرية مستقبلاً	8
					تراودني فكرة موت شخص عزيز علي	9
					أخشى الدخول في علاقات جديدة خوفاً من الفشل	10

## المجال السياسي:

حالة من الخوف الشديد تنشأ بسبب الأحداث السياسية والتقلبات المتوقعة حدوثها وينشأ هذا الخوف لدى الفرد من الخبرات والأحداث السياسية المعاصرة التي من الممكن أن تلقي بظلالها على المستقبل.

لا تنطبق على الإطلاق	تنطبق بدرجة ضعيفة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	العبارة	
					أعتقد أن الحراك السياسي في الدول العربية يبعث على التشاؤم	1
					أشعر بقلق شديد نتيجة ما يحدث من تطرف فكري - عقائدي في بلدي	2
					أشعر بالتفاؤل تجاه الوفاق الوطني الفلسطيني مستقبلاً	3
					أخشى من العدوان الخارجي على بلدي	4
					أشعر بأن الحراك السياسي في الدول العربية سينعكس سلباً على الوضع الفلسطيني	5
					أخشى حدوث صدام فكري عقائدي في بلدي	6
					تقلقني التغيرات السياسية المتوقعة حدوثها في المستقبل	7
					أخشى من وقوع صدام جديد بين أبناء الفصائل في بلدي	8
					أشعر بالتفاؤل حيال إمكانية إعادة بناء النظام السياسي الفلسطيني	9
					أشعر بالتشاؤم حيال إمكانية قيام الدولة الفلسطينية مستقبلاً	10

المجال الاقتصادي:

الخوف من عدم القدرة على الوفاء بمتطلبات الحياة نتيجة تفاقم الأزمات الاقتصادية والتي تنذر بمستقبل أسوأ ممثلاً في أزمة البطالة والتضخم وارتفاع الأسعار والفوضى المالية والاقتصادية.

لا تنطبق على الإطلاق	تنطبق بدرجة ضعيفة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	العبارة	
					كثرة البطالة في المجتمع تنبئ بقلّة فرص العمل بعد التخرج	1
					أتوقع أن أجد صعوبات للحصول على دخل يسد حاجاتي المعيشية مستقبلاً	2
					أتوقع أن أسعار المواد تزداد زيادة عالية في الأيام المقبلة	3
					يشغلني كثرة متطلبات الحياة والتزاماتها المادية المتزايدة	4
					أشعر بأن الحصار المفروض على بلدي يسير إلى الأسوأ	5
					أخشى العجز عن مواجهة المطالب المادية مستقبلاً	6
					أخشى مواجهة الحياة العملية مستقبلاً	7
					أشعر بان المعاناة المادية والاقتصادية بشكل عام ستزيد سوءاً	8
					أشعر بالقلق لعدم الاطمئنان على مستقبلي المادي	9
					أرى أن مهنتي في المستقبل لا قيمة لها	10