

قلق المستقبل وعلاقة بمستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الرابعة

في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد

١ . د . اميره عبدالواحد منير

١ . د . شيماء عبد مطر التميمي

الملخص

يهدف البحث الى:

١- التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة /بغداد /الجادرية.

٢- التعرف على درجات القلق تبعا لاختلاف الجنس (ذكور، اناث) لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد / الجادرية .

اما فروض البحث فهي:

١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد / الجادرية .

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح تبعا لمتغير الجنس (ذكور ، اناث) كما اعتمدت الباحثتان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية على عينة من طلبة المرحلة الرابعة البالغ عددهم (١٦٠) طالبا وطالبة ، وتم استخراج الاسس العلمية للمقياسي من خلال الوسائل الاحصائية التي استخدمتها الباحثتان ، وبعد تحليل نتائج البحث ومناقشتها تم التوصل الى بعض الاستنتاجات منها:

١- ان قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الرابعة (ذكور واناث) له تأثير سلبي من خلال عدم تكيفهم مع الظروف المحيطة بهم خاصة فقدان الامن والاستقرار الاجتماعي والنفسي وكثرة البطالة بين الشباب .

٢- هناك اختلاف بين الذكور والاناث من حيث قلقهم نحو المستقبل ومستوى طموحاتهم بدلال ان النتائج كانت لصالح الذكور حيث كان قلقهم عالي قياسا للاناث.

اما اهم التوصيات فهي: على المؤسسات التربوية الاهتمام بالارشاد التربوي والنفسي في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وذلك بحث طلبة الجامعة على الدراسة والتفوق فيها من اجل تحديد مستقبلهم واسلوب حياتهم كي لا يكونوا عرضة للأمراض النفسية والاجتماعية.

Summary

The research aims to:

1-identify the relationship between anxiety and the future level of ambition in the fourth stage students in college of Physical Education and Sport Sciences/ University of Baghdad / Jadiriyah.

2-to identify the degree of concern depending on the different sex (male, female) students of the fourth stage students in college of Physical Education and Sport Science/ University of Baghdad /Jadiriya

While most researchers proposed

1- There are significant t different between anxiety and the future level of ambition in the fourth stage students in college of Physical Education and Sport Sciences/ University of Baghdad / Jadiriya

2- There are significant differences between anxiety and the future level of ambition according to gender differences Sex (male, femal)

The researchers descriptive approach I've adopted style survey on a sample of students stage IV's (160) students, was extracted scientific bases for the metrics through statistical methods used by the researchers, and after analyzing the results of research and discussion was reached some conclusions, including:

1-The future concern for the students of the fourth stage (males and females) have a negative impact by not Adapt to their particular circumstances and social and psychological stability and the large number of srcurity loss

2-There is adifference between males and females The most important recommendations are: the educational institutions, educational and psychological attention to the guidance in the faculties of Physical Education and Sports Science by urging college students to study and excel in order to determine their future and their life style so as not to be vulnerable to the psychological and social diseases.

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

ممالا شك فيه أن التفكير والقلق من المستقبل من الأمور التي أصبحت لا تشغل بال أو فكر الشباب فقط بل أصبح التفكير في المستقبل والتنبؤ به من الأمور التي تهتم المجتمعات والشعوب المتحضرة ، والشباب اليوم هم سر بقاء المجتمعات واستمرارها والدافع الى تطورها والتي يمكن الاعتماد عليها في التنبؤ بمستقبلها اذ يلعب الشباب دورا مهما في حياة المجتمع حيث ان حياتهم ونشاطهم وامكانياتهم وقدراتهم على العطاء تجعلهم اكثر قدرة على احداث التغييرات وفي جميع مجالات الحياة ،وقد اكد(روسو) على اهمية الفرد في مرحلة الشباب اذ قال يمكن اصطلاح الرجال والشعوب في عهد الشباب لانهم من الذين سيتحملون مسئولية تقدم وازدهار بلادهم ويفكرون بشكل كبير في المستقبل ويتخوفون منه وما يخبأه لهم .

يستمد البحث الحالي أهميته في تناوله لموضوع قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية وعلاقته بمستوى الطموح في ضوء متغير الجنس لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة بغداد الجادرية ، على أساس ان قلق المستقبل يتضمن العديد من العناصر في شخصية الطلبة سواء الانثى ام الذكر من حيث (عدم ثقة الشخص في نفسه وفي قدرته على إرجاع ما يحدث له من مواقف غير سارة إلى مواقف خارجية كما أن علاقته بالآخرين تكون مضطربة الأمر الذي يؤدي الى توتره وتردده، كما ان مستوى الطموح يرتبط بمصدر القدرة في حياة الفرد والأشخاص في البيئة الذين يتم فيه التوحد معهم أو تقليدهم ومحاكاتهم وكذلك أسلوب التنشئة الاجتماعية وأسلوب التربية الأسرية والتشجيع والتدعيم والإثابة والعقاب. واعتبرت كمحددات لمستوى الطموح (نانسي بيل وروبرت (1993) Bell Nancy & Robert أن مستوى الطموح لدى الشباب محدد هام للإقدام على المخاطرة



ويكتسب مستوى الطموح من مصادر خارجية عن الأسرة أو داخلية للفرد أي هدف محدد للفرد في أنشطة حياته قد يستطيع أو لا يستطيع تحقيقه.

وتعود أهمية البحث في التعرف على طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل و مستوى الطموح لكي يتسنى للمعنيين توجيه الشباب في ضوء ما يسفر عنه البحث من نتائج كما ان دراسة المشكلات المتعلقة بالمستقبل الشخصي تعكس مؤشرات غاية في الأهمية، كصورة الذات والتوتر النفسي والدافعية العامة بصفة عامة، والدافعية للدراسة بصفة خاصة. ونظراً لما يشهده المجتمع من تغيرات متلاحقة، تؤثر على الأفراد والجماعات، لذا ثمة حاجة إلى استكشاف مشكلات الشباب المتعلقة بالمستقبل وطموحاتهم المستقبلية.

١-٢ مشكلة البحث:

اجرت الباحثتان مقابلات ميدانية مع مجموعة طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة بغداد الجادرية توصل الى ان مشكلة البحث تكمن في أن غالبية طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة بغداد لديهم ترقب وخوف من المستقبل من أشياء محددة وقد عبروا عن توجسهم وترقبهم للمستقبل القريب والبعيد ومن عدة جوانب أهمها المستقبل الوظيفي ، العوامل الاجتماعية والثقافية، ضغوط الحياة، قلة او عدم توفر فرص العمل لخريجي الكلية وهذا معناه أن هناك أمور داخل المجتمع تستثير التوجس والخوف من الأيام المقبلة التي ستعتمد على تغيير أهداف الطلبة الحياتية وبالتالي انخفاض في مستوى اداءهم الرياضي سواء داخل الكلية او كلاعبين في الاندية الرياضية لذا جاءت هذه الدراسة كوسيلة للتعرف على الاسباب المؤدية الى مرض العصر وهو القلق النفسي وعلاقة بمستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد الجادرية،

١-٣ اهداف البحث

يهدف البحث الى:-

١- التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد/ الجادرية .

٢- التعرف على درجات قلق المستقبل تبعاً لاختلاف الجنس (ذكور – إناث) لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد/ الجادرية.

١-٤ فروض البحث:

١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد/ الجادرية.

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بغداد

الجاذبية.

١-٥-٢ المجال المكاني: القاعات الدراسية والملاعب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بغداد

الجاذبية.

١-٥-٣ المجال الزمني: ٢٠١٦/٢/٢٢ - ٢٠١٦/٤/٢٥

٢-الدراسات النظرية

١-٢ الدراسات النظرية

١-٢-١ مفهوم قلق المستقبل (٦:انترنت)

ظهر قلق المستقبل نتيجة تعرض الشخص لمجموعة من التغيرات المعبرة عن الشعور بعدم الثقة بالمستقبل ، ويعاني فيه الفرد من الاكتئاب والافكار السيئة وقلق الموت واليأس بشكل غير طبيعي . وهاملتون يرى قلق المستقبل هو قلق ناتج عن التفكير بالمستقبل. أما (Zaleski) فيراه بأنه حالة من الخوف وعدم الاطمئنان ، فالشاب مثلا لديه كثير من المجالات التي يمكن ان تظهر له حالات من القلق المستقبلي منها المجال الاجتماعي ، المجال الاقتصادي ، مجال العمل ، المجال الصحي ، أما معوض فيرى (قلق المستقبل) على أنه ذلك القلق الناتج عن التفكير بالمستقبل وما يخبئ له من مفاجأة ، والشخص الذي يعاني من قلق المستقبل تكون نظرتة للحياة نظرة تشاؤمية، مكتئب تراوده الافكار السلبية والشعور باليأس، والعزلة وعدم الامان. أوقد يكون (قلق المستقبل) خوفاً من شر مرتقب الحدوث في المستقبل ، وهذا ناتج عن التكامل بين قلق الماضي والحاضر والمستقبل . وقد يكون قلق المستقبل قلقاً محدوداً يمكن أن يدرك الفرد أسبابه ودوافعه، وهذا الإدراك مصحوب بالخوف والشك والاهتمام الزائد بما سوف يحدث من تهديدات أو مخاطر أو تغيرات شخصية أو غير شخصية ، وكل هذا ينشأ من الشعور باليأس وعدم الثقة بالنفس وعدم الامان. فقلق المستقبل خبرة إنفعالية غير سارة تحدث للفرد حالات من الخوف الغامض والتنبؤ السلبي للأحداث التي سوف تقع فيشعر بالتوتر والضيق والانقباض عند إسهاب التفكير فيها، مما يؤدي الى ضعف في قدرة الفرد على تحقيق أهدافه وطموحاته والشعور بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام، والشعور أيضاً بالانزعاج وعدم القدرة على التركيز والامان نحو المستقبل. وأنه (قلق المستقبل) يمثل الإطار الذي يضم جميع العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية، فبعض الأشخاص تكون لديهم خبرة أكثر من غيرهم في تحديد خطورة الحالات المستقبلية لكونهم يمتلكون معلومات عن تلك الحالات الخطرة ، والمقدرة على التعامل مع الخطر بشكل إيجابي وفعال، فعندما تنشط تلك المعلومات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز تلقائياً عند الشخص أفكاراً سلبية عن ذلك الخطر وبذلك يكون



مستعداً لها . فالتصورات الخاطئة والأفكار السلبية (كالتشاؤم والإحباط والتقدير السلبي للذات والشعور بالفشل) التي يحملها ويعتقد بها الفرد هي السبب في حالته المزاجية السيئة ، فالشخص هنا يرى أن الحياة ماهي الا بلاء وغلاء وهم وحزن ومعاناة (نظرة سلبية) فيتحول لديه الحال الى حالة من التوتر وعدم الاطمئنان قد ينقلب الى حالة من الاكتئاب بمرور الزمن . بينما يرى آخرون بأن قلق المستقبل هو قلق ناتج عن التفكير غير العقلاني وغير الواقعي في المستقبل والخوف من أحداث سيئة يتوقع حدوثها مستقبلاً، وآخر يراه هو اضطراب نفسي سببه حالة خوف من المستقبل لأسباب قد تكون واضحة أو مجهولة ، تجعل الشخص في حالة سلبية تشعره بالتوتر أو العجز عن مواجهة الواقع وتحدياتها أو هو اضطراب نفسي المنشأ ناتج عن خبرات غير سارة تترافق مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات (باستحضار ذكريات وخبرات الماضي غير السارة) مع تضخيم السلبيات وتجاهل الايجابيات للذات والواقع ، كل هذا يجعل الفرد في حالة من التوتر وعدم الاستقرار والأمن ، فيدفع به لتدمير الذات والعجز وتعميم الفشل والى حالة من التشاؤم وقلق التفكير في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية والأفكار الوسوسة. فالقلق حالة وجدانية تتعلق بالمستقبل ليتها فيها الفرد لمحاولة التكيف والتعامل مع الأحداث والمخاطر والتحديات القادمة . وأن من أشكال الاضطراب الفكري للشخص القلق هي :

١. يكون دائماً في محيط الأفكار التي تدور حول الحالات السلبية .

٢. عدم القدرة على مناقشة الأفكار المخيفة و السيئة .

٣. تعميم الأثر السلبي والضرر ليجعل منه حالة شمولية (٨:٩٧).

٢-١-٢ مظاهر قلق المستقبل(١:انترنت)

لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر هي :

أ- مظاهر معرفية : هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص وتفكيره وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائم من الحياة معتقداً قرب أجله، وأن الحياة أصبحت نهايتها وشيكة، أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية او العقلية .

ب- مظاهر سلوكية : مظاهر نابعة من أعماق الفرد تتخذ أشكالاً مختلفة تتمثل في سلوك الفرد ، مثل تجنب المواقف المحرجة للشخص وكذلك المواقف المثيرة للقلق .

ج- مظاهر جسدية : ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسيولوجية مثل ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، ارتفاع ضغط الدم ، إغماء ، توتر عضلي ، عسر الهضم ، فالقلق لا يجعل الفرد يفقد اتصاله بالواقع بل يمكنه ممارسة أنشطته اليومية، وداركاً عدم منطقية تصرفاته ، أما في الحالات الحادة فأن الفرد يقضي معظم وقته للتغلب على مخاوفه ولكن دون فائدة .

أن من أهم أسباب قلق المستقبل لدى الفرد هي :
أولاً . أسباب شخصية

- أ- عدم وجود القدرة الكافية للفرد للتكيف مع المشكلة التي يعاني منها .
 - ب- عدم وجود المعلومات الكافية لبناء الأفكار والتكهن بالمستقبل .
 - ج- عدم القدرة على الفصل بين الأماني والتطلعات عن الواقع الذي فيه .
- ثانياً . أسباب اجتماعية

- أ- التفكك الاسري وما يحتويه من مشاكل .
- ب- عدم مساعدة الفرد من قبل الوالدين أو من يقوم مقامهم على حل مشاكله .
- ج- الشعور بالعزلة وعدم الانتماء للأسرة أو للمجتمع .
- د- الشعور بعدم الامان والاحساس بالضياع .

٢-١-٤ مفهوم مستوى الطموح:

"لقد ظهر مصطلح مستوى الطموح في الدراسات التي قام بها (ليفين) وتلاميذه عام ١٩٢٩ في المانيا ثم ترجم الى الانكليزية وشاع استخدامه في كتب ودراسات وابحاث تتصل بمجالات مختلفة في علم النفس ويبين ليفين ان هوب اول من تناول مستوى الطموح بالدراسة والتحديد على نحو مباشر وكان ذلك في البحث الذي قام به عن علاقة النجاح والفشل بمستوى الطموح، ويوضح (اوين ١٩٣٠) وهو اول من اهتم بدراسة الظاهرة وتحليلها تجريبيا او بوصفها سلوكا او فعالية لتحقيق هدف فيه شيء من الصعوبة". (٢٠:٣٣٣)، (ويعد فرانك ١٩٣٥) الطموح على انه مستوى الاداء الذي يتوقع الفرد الوصول اليه في عمل مألوف لديه وبذلك احتفظ فرانك بجوهر مستوى الطموح كما جاء لدى هوب وقد ذكر فرانك ان هوب قد حدد بمفهوم مستوى الطموح على انه المجموع الكلي لتوقعات الفرد واهدافه او غاياته الذاتية فيما يتعلق بأدائه التالي في عمل محدد. (١٨:١١٩)، وقد عرفت (كاميليا) مستوى الطموح نقلا عن (درايفر ١٩٥٢) (بأنه الاطار المرجعي الذي يتضمن باعتبار الذات او هو المستوى الذي على اساسه يشعر الفرد بالنجاح او الفشل). (١٠:٩) كما عرفت بثنينة نقلا عن (موراي) بانه محاولة الوصول الى هدف

معين بجد ومثابرة. (٣:١٢٨)، اما (عنان) فقد وضع سنة ١٩٨٠ في تجربته قياس مستوى الطموح وعلاقته ببعض جوانب الشخصية لدى السباحين، اذ تمثل تجربة قياس مستوى الطموح احدى المهام التجريبية التي يضمها القياس في علم النفس الرياضي في الالعاب الفردية والجماعية وفي ضوء الاهداف المدرجة والمتوقعة يحتاج المدرب الى الكشف عن الاداء المتوقع. (١٤:٦٤٧)، ومن خلال ما ورد يمكن للباحثان اعطاء تعريف



اجرائي لمفهوم مستوى الطموح بانه غاية يهدف الفرد بلوغها والوصول اليها في حياته وعلى ضوء ما يواجهه من نجاح او فشل في تحقيق اهدافه.

٢-١-٥ النظريات التي تناولت مستوى الطموح

١- نظرية المجال (لليفين):

اعتمدت نظرية ليفين على مستوى الطموح وعلاقته بتحديد الهدف والوصول اليه اذ يتصور ليفين ان الفرد يتحرك في مجاله الحيوي حركة مستمرة وفي مجموع هذه الحركة يحقق اهدافه في كل مرحلة من مراحله وسمى ليفين حركة الفرد في مجاله الحيوي (حيث الحياة) فالحيث هو قطاع من حياة الفرد الراهنة ومن ثم فهو يخضع لكل المؤثرات التي تؤثر في بيئة الفرد المتغيرة من ناحية وفي العوامل المؤثرة في الفرد من ناحية اخرى. أي ان حيث الحياة يخضع لخبرات الفرد واماله وطموحاته والقيم الاجتماعية والاقتصادية التي تؤثر فيه وفقا للشروط الخارجية التي يوجد فيها الشخص وهكذا يكون لكل فرد حيث حياة مستقل بذاته نظرا لاختلاف الظروف المؤثرة في الافراد. (١٢:٤٢٦)

٢- نظرية اسكالونا:

وتمثل هذه النظرية القيمة الذاتية لتفسير مستوى الطموح واول من جاء بالتحليل النظري الموجه بوساطة البحوث المتعلقة، اذ اكدت صاحبة هذه النظرية (١٩٤٠) على هذه الحقيقة وجاء علماء اخرون لتطويرها كان ابرزهم (فستنكر ١٩٤٢) و(دمبو) (وسيرز ١٩٤٤) (١٩:١٣)، ووفقا لأفكار هذه النظرية وما حصل عليها من تطورات فكرية وحقائق وبديهيات علمية تم الاعتقاد (ان الخيارات ترتبط بالقيمة الذاتية للهدف، اذ ان النجاح المتوقع يكون ذا قيمة ايجابية وان الفشل يكون ذا قيمة سلبية فضلا عن هذا فان قيمة النجاح او الفشل يفترض ان تعتمد جزئيا على صعوبة المهمة فيبدو ان الجذب الذي يحدثه النجاح يزداد بزيادة صعوبة المهمة بينما تكبر القيمة السلبية للفشل كلما قلت صعوبة المهمة). (١٧:١٦١)

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث

أعتمد المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية وذلك لكونه المنهج الذي ينسجم مع طبيعة ومتطلبات البحث فضلا عن انه يعمل على تحقيق أهداف البحث وبطريقة علمية إذ يعرف غرايبة المنهج الوصفي (هو منهج يتضمن دراسة الحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة ظاهرة أو موقف أو مجموعة من الناس أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة من الأوضاع ولا تقتصر الدراسات الوصفية على معرفة خصائص الظاهرة بل تمتد إلى معرفة المتغيرات والعوامل التي تسبب وجود الظاهرة) (٩:٢٤)

٣-٢ مجتمع البحث وعينة:

اختارت الباحثتان مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بغداد الجادرية كونهم المرحلة المنتهية في الكلية للعام الدراسي ٢٠١٥-٢٠١٦ والبالغ عددهم (٢٠٩) طالبا وطالبة حيث بلغ عدد الذكور (١٤٤) اما عدد الاناث فقد بلغ (٦٥) طالبة وهو يمثل مجتمع البحث موزعين على (١٠) شعب منها (٧) شعب للذكور و(٣) شعب للأناث، وقبل توزيع المقياسين تم اختيار بالطريقة العشوائية (١٠) للتجربة الاستطلاعية (٥) من الذكور و (٥) من الاناث، وبعد توزيع المقياسين (مقياس قلق المستقبل ومقياس مستوى الطموح) اصبحت عينة البحث (١٦٠) طالبا وطالبة عدد الذكور (١٠٠) اما الاناث (٦٠) حيث تم ابعاد (٣٩) استمارة للذكور كونها لم يتم الاجابة عليها بشكل منظم من قبلهم وقد شكلت عينة البحث التي عددها (١٦٠) بنسبة مئوية قدرها (٧٩,٦٠١٪) من المجتمع الكلي للبحث والجدول (١) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعينة.

جدول (١) يبين تفاصيل مجتمع وعينة البحث

المرحلة	عدد الشعب	عدد افراد المجتمع	المستبعدون	عدد افراد العينة	النسبة عينة البحث
الرابعة	الرابعة ١٠ شعب أ- ٢١ طالب ب- ٢١ ج- ٢٠ د- ٢١ هـ ٢٠ و- ٢١ ز- ٢٠ ح- ٢٣ طالبة ط- ٢٠ ي- ٢٢	٢٠٩ الذكور (١٤٤) الاناث (٦٥)	(١٠) ذكور واثاث للتجربة الاستطلاعية (٣٩) ذكور لعدم اكتمال الاجابة عليها	(160) الذكور (١٠٠) الاناث (٦٠)	٧٩,٦٠١٪
المجموع	١٠	٢٠٩	٤٩	١٦٠	

٣-٣ الوسائل المستخدمة جمع المعلومات :

- المصادر العربية والأجنبية .
- المقابلات الشخصية .
- مقياس قلق المستقبل .ملحق (١) ،مقياس مستوى الطموح .ملحق (٢)
- الوسائل الاحصائية.



٣-٤ مقياس قلق المستقبل:

تم الاعتماد على مقياس قلق المستقبل المعد من قبل شيماء عبد (٥٧:٧) حيث صمم هذا المقياس من قبلها لتطبيقه على طلاب كليات التربية الرياضية للذكور والاناث، والذي استخدمته على طلاب المرحلة الرابعة بعد ان جمعت فقرات المقياس وصاغتتها ثم استخرجت الاسس العلمية للفقرات وصلاحياتها وبالتالي فقد بلغ عدد الفقرات (٢٣) فقرة، كتبت تعليمات الاستبيان بشكل واضح ومفهوم اذ طلب من الطالب ان يضع علامة (/) تحت البديل المناسب امام كل فقرة من الفقرات والذي يعبر عن راية مع التأكيد على اهمية الدقة والصراحة في الاجابة، وقد وضع امام كل فقرة ثلاث بدائل هي (نعم- احيانا- كلا) واعطيت الدرجات (٣-٢-١) للفقرات الايجابية و(١-٢-٣) للفقرات السلبية ليكون اعلى درجة للمقياس هي (٦٣) واقل درجة (٣٢)

٣-٥ مقياس مستوى الطموح

استخدمت الباحثتان مقياس الطموح المعد من قبل تحرير ابراهيم (٥٧:٤) الذي قامت بتعديله بما يتناسب مع طالبات كلية التربية الرياضية علما بان (خليل ابراهيم رسول) قد استخدم المقياس قبل تعديله على طلاب المرحلة الاعدادية في بغداد عام ١٩٨٤ واستخدم المقياس نفسه ايضا من قبل (صادق كاظم جريو) على طلاب جامعة بغداد كلية التربية ابن رشد ٢٠٠١ المكون من ٧٦ فقرة . والمقياس كما موضح في الجدول (١) ادناه يتكون من (٧) محاور على اساس العوامل المؤثرة في مستوى الطموح وتشمل محاور (الثقة - القناعة - المهاري - الناحية الاجتماعية - التحدي - الثقافي - التشاؤم) .

جدول (١) يبين محاور فقرات المقياس مستوى الطموح بالأرقام

المحاور	الفقرات
الثقة	١٠-١٥-١٧-٢٢-٧٥
القناعة	١-٦-١٦-٤١-٧٢-٧٠
المهاري	٨-٢٨-٢٩-٣٠-٣٥-٤٠-٤٢-٤٨-٥٠-٥١-٥٢-٥٩-٦١-٦٧-٦٨-٧١
الاجتماعي	٩-٣١-٣٨-٤٣-٤٤-٥٣-٥٥-٦٠-٦٣-٦٥
التحدي	٢-٥-١٢-٢٧-٣٦-٣٩-٤٥-٥٧-٦٤-٧٦
الثقافي	٣-٤-١٤-١٩-٢٤-٣٢-٤٩-٦٦-٦٩-٧٢-٧٤
التشاؤم	٧-١١-١٣-١٨-٢٠-٢١-٢٣-٢٥-٢٦-٣٣-٣٤-٣٧-٤٦-٤٧-٥٤-٥٦-٥٨-٧٣

وقد وضع امام كل فقرة خمسة بدائل تمثل مستوى الفرد وتعبيره عن رغبته وما يعتقد من ان هذا الاختبار يكون جزءاً من شخصيته . وحددت الاوزان من (١-٥) درجات كل فقرة حسب البدائل التي يستجيب لها الطالب، فأعطيت بدائل الفقرات الايجابية الاوزان الاتية (٥) درجات للبديل تنطبق علي دائما و(٤) للبديل كثيرا ما تنطبق

علي، و(٣) درجات للبديل تنطبق علي احيانا ، و(٢) درجات للبديل نادرا لا تنطبق علي ، ودرجة واحدة للبديل لا تنطبق علي اطلاق.

٦-٣ اجراءات البحث

١-٦-٣ التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية تدريباً عملياً للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابلها خلال اجراء الاختبارات لتفاديها (١٣:١٤) لأجل اعطاء الصورة الدقيقة لمفردات المقياس المرشح للتطبيق في ضوء مشكلة البحث، بعد تحديد عينة البحث تم اجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاثنين المصادف ٢٠١٦/٢/٢٢ على عينة مكونة من (١٠) طلاب (٥) من الذكور و(٥) من الاناث اذ تم اختيارهم عشوائيا من طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية جامعة بغداد الجادرية وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو لمعرفة صلاحية المقياسين وملائمتها لعينة البحث والوقت المستغرق للأجابة عليهما ، وقد ثبت للباحثان صلاحية المقياسين وملائمتها لأفراد عينة البحث.

٧-٣ الاسس العلمية للمقياسين

١-٧-٣ ثبات المقياسين:

يقصد به مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف لقياسها (١١:٢٩١) ، ولقد تم ايجاد معامل الثبات بطريقة الاختبار او عادة الاختبار اذ تم تطبيق المقياس قيد البحث على (١٠) طلاب من طلاب المرحلة الرابعة في يوم الاثنين ٢٢ / ٢٠١٦ / ٢٢ ثم تم اعادة الاختبارات بعد (١٠ ايام) يوم الاربعاء ٢ / ٢٠١٦ ، وبعد استخدام قانون معامل الارتباط البسيط لبيرسون تم الحصول على درجة ثبات عالية في اختبار مقياس قلق المستقبل والتي قيمته ٩٢٪ وهي قيمة ذات دلالة معنوية يمكن الاعتماد عليها، اما درجة ثبات اختبار مقياس مستوى الطموح فقد كانت درجة عالية قيمتها ٩٠٪ وهي قيمة ذات دلالة معنوية يمكن الاعتماد عليها .

٢-٧-٣ صدق المقياسين:

يقصد به ان تكون وسيلة القياس صادقة اذا كانت تقيس ما تدل على قياسه والحاجة الى هذه الصفة الواضحة (٥:١٤)، اذ ان الاختيار الصادق "هو الاختبار الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم من اجل قياسها ولا يمكن ان نقيس شيئا اخر بدلا عنها او بالإضافة اليها (١٢:٢٥٥) ، وتم الحصول على درجة صدق عالية في اختبار مقياس قلق المستقبل فكان معامل الصدق الذاتي (٩٦٪) وهي قيمة ذات دلالة معنوية يمكن الاعتماد عليها وكان معامل الصدق الذاتي لاختبار مقياس مستوى الطموح (٩٤٪) وهي قيمة ذات دلالة معنوية عالية يمكن الاعتماد عليها

٣-٧-٣ الموضوعية

لقد تم ايجاد الموضوعية للمقياسين المستخدمين في البحث من خلال عرضها على اثنين من ذوي الاختصاص في علم النفس الرياضي × اذ اجمع جميع الخبراء والمتخصصين على صلاحية المقياس المعد رياضيا.^١

٣-٨ اجراءات تطبيق المقياس

بعد ان تحقق من صدق المقياسين وثباتهما وموضوعيتهما واعداه رياضيا اصبح جاهزا للتطبيق ،وبعد تحديد البحث تم تطبيقه في الايام الاحد والثلاثاء والاربعاء المصادفين ٢٠-٢٢-٢٣/٣/٢٠١٦، ومن اجل الحصول على معلومات دقيقة تخدم اهداف البحث فقد حرصت الباحثتان على ايجاد جو من الثقة والارتياح بينهما وبين عينة بحثهما ،كما راعت الباحثتان شرح تعليمات المقياسين الذي يوضح كيفية الاجابة عليهما شرحا مفصلا ليتسنى للطلاب الاجابة بشكل صحيح على صلاحية المقياس المعد رياضيا.

٣-٩ الوسائل الاحصائية:

تم معالجة البيانات الاحصائية كالآتي :

-النسبة المئوية (١٦ : ٢٧٥) -قانون الارتباط البسيط لبرسون (١٥ : ٨٢) -قانون الصدق الذاتي (٢ : ٥٥٣) -تم

معالجة باقي البيانات الاحصائية باستخدام نظام (spss) وهي

-الوسط الحسابي . - الانحراف المعياري .

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤-١ عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط لنتائج اختبار قلق المستقبل واختبار مستوى الطموح.

جدول (٣)

نتائج علاقة الارتباط لبرسون بين نتائج اختبار قلق المستقبل واختبار مستوى الطموح لعينة البحث

(ذكور واثاث)

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل قيمة الارتباط	المعنوية الحقيقية	نوع الفرق
قلق المستقبل	٥٣,٣٩٣٨	٤,٧٣٧٢٤	٠,٨٦٩	٠,٠٠٠	معنوي
مستوى الطموح	١٨٨,١٣١٣	١٣,٢٩٩٧٠			

معنوي $\geq (٠,٠٥)$ عند درجة حرية (١٥٨)

١ - الخبيرين:

- أ. د. علي يوسف / علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد / الجادرية.

- أ. م. د. تماضر عبدالعزيز / علم النفس الرياضي ، جمناسك / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد / الجادرية

يتبين من الجدول اعلاه ان قيمة الوسط الحسابي لأختبار قلق المستقبل (٥٣,٣٩٣٨) والانحراف المعياري فقد بلغ (٤,٧٣٧٢٤) اما الوسط الحسابي لأختبار مستوى الطموح بلغ (١٨٨,١٣١٣) والانحراف المعياري فقد بلغ (١٣,٢٩٩٧٠) وان قيمة الارتباط بين قلق المستقبل ومستوى الطموح قد بلغت (٠,٨٦٩) والمعنوية الحقيقية بلغت (٠,٠٠٠) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوي بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى افراد عينة البحث.

٤-٢ عرض وتحليل نتائج علاقة الارتباط لبيرسون بين نتائج اختبار قلق المستقبل و مستوى الطموح للذكور من عينة البحث .

جدول (٤)

نتائج علاقة الارتباط بين نتائج اختبار قلق المستقبل و مستوى الطموح للذكور من عينة البحث.

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط	القيمة الحقيقية	نوع الفرق
قلق المستقبل	٥٤,٤٧٠٠	٣,٨٤٦٧٠	٠,٩٣٢	٠,٠٠٠	معنوي
مستوى الطموح	١٩٤,٩٣٠٠	٧,١٩٦٠٤			

معنوي $\geq (٠,٠٥)$ عند درجة حرية (٩٨)

يتبين من الجدول اعلاه ان قيمة الوسط الحسابي لأختبار قلق المستقبل (٥٤,٤٧٠٠) والانحراف المعياري فقد بلغ (٣,٨٤٦٧٠) اما الوسط الحسابي لأختبار مستوى الطموح بلغ (١٩٤,٩٣٠٠) والانحراف المعياري فقد بلغ (٧,١٩٦٠٤) وان قيمة الارتباط بين قلق المستقبل ومستوى الطموح قد بلغت (٠,٩٣٢) والمعنوية الحقيقية بلغت (٠,٠٠٠) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوي بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى افراد عينة البحث من الذكور.

٤-٣ عرض نتائج علاقة الارتباط لبيرسون بين نتائج اختبار قلق المستقبل و مستوى الطموح للإناث من عينة البحث.

جدول (٥)

نتائج علاقة الارتباط لبيرسون بين نتائج اختبار قلق المستقبل و مستوى الطموح للإناث من عينة البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط	القيمة الحقيقية	نوع الفرق
قلق المستقبل	٥١,٦٠٠٠	٥,٥١٤٨٥	٠,٩٦٠	٠,٠٠٠	معنوي
مستوى الطموح	١٧٦,٨٠٠٠	١٣,٤٤٨٩٦			

معنوي $\geq (٠,٠٥)$ عند درجة حرية (٥٨)

يتبين من الجدول اعلاه ان قيمة الوسط الحسابي لأختبار قلق المستقبل (٥١,٦٠٠٠) والانحراف المعياري



فقد بلغ (٥,٥١٤٨٥) اما الوسط الحسابي لاختبار مستوى الطموح بلغ (١٧٦,٨٠٠) والانحراف المعياري فقد بلغ (١٣,٤٤٨٩٦) وان قيمة الارتباط بين قلق المستقبل ومستوى الطموح قد بلغت (٠,٩٦٠) والمعنوية الحقيقية بلغت (٠,٠٠٠) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوي بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى افراد عينة البحث من الاناث.

٤-٤ مناقشة النتائج

من خلال الجدول (٢) يتبين أن هناك عوامل كثيرة تؤثر على قلق المستقبل لدى الشباب منها مستوى الطموح فهو من أكثر المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل وأيضاً هم الأكثر في إعطاء أهمية للأهداف بعيدة المدى ، والدراسة الجادة هي السبيل لتحقيق أهدافهم وطموحاتهم والتخفيف من قلق المستقبل لديهم. كما أن التردد والشك والقلق من المستقبل كلها عوامل تؤثر بالسلب على الاختيار المهني وتحقيق الهدف والاتجاه وكذلك تؤثر على مستوى الطموح لدى طلاب الجامعة، فالمستقبل لدى الطلاب مرتبط بالقدرة على بناء أهداف شخصية بعيدة المدى والعمل على تحقيقها وهو مكون رئيسي لسلوك الشخص، وعدم القدرة من الناحية النفسية لبعض الناس على إنجاز الخطط المستقبلية البعيدة المدى وهذا كله يرتبط بالافتقار إلى منظور زمن المستقبل، وقد يصاب الفرد بالإحباط أو الانسحاب، وزيادة القلق لدى الطلاب يجعلهم غير قادرين على اتباع التعليمات التدريسية وتنظيم العمل داخل الجامعة مما يؤثر على بيئة التعلم لديهم، هذا من ناحية ومن ناحية أخرى هناك عوامل دافعية مرتبطة باختيار الكلية بالنسبة للطلبة الجدد ومرتبطة باتخاذ قراراتهم المهنية وأن هؤلاء الطلاب لديهم أهداف نحو المستقبل ويوجهون أنفسهم بالنسبة لاختيار مهنة المستقبل ولا بد أن تكون ذات عامل جذب وتوفر لهم المكانة الاجتماعية المرموقة وهذا هو جوهر قلق المستقبل لديهم، ويؤكد (إبراهيم بدر) أنه بقدر ما يكون قلق المستقبل حافزاً على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه نحو المستقبل وبقدر ما ينخفض مستوى التوجه نحو المستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه من هذا المستقبل ودفاعه ضد هذا القلق بالإغراق في الحاضر. (١): ٣٩، وترى الباحثتان أن هذه النتيجة منطقية إذ من الضروري دراسة قلق المستقبل من منظور إرشادي علاجي بحيث يتضمن إعطاء نصائح وتفسيرات وتوجيهات وإرشادات حتى لا يصابوا بأمراض جسمية ناتجة عن هذا القلق، فضلاً عن ضرورة زيادة الحماس لدى الشباب للتخطيط لمستقبلهم وإعطائهم نصائح تمكنهم من اتخاذ قرارات خاصة بمستقبلهم والاهتمام بأحلامهم ورؤية الطلاب عن المستقبل واستثمار وقت الفراغ واستغلاله واختيار أساليب التعلم المناسبة بالإضافة إلى وضع الأحلام موضع التنفيذ. (٦٠:٢٠).

ويمكن القول إن مشاكل الشباب الجامعي تكاد تكون واحدة فمشاكلهم تدور حول الصعوبة في إيجاد فرصة عمل مناسبة بعد تخرجهم من الجامعة وإذا وجدها البعض نجدهم يعانون من قلة الدخل الذي لا يتناسب مع تلبية احتياجاتهم الأساسية من مسكن - ملابس - مأكول وتدبير نفقات الزواج، بالإضافة إلى إن الجميع يعاني من تأخر

سن الزواج سواء ذكور أم إناث ، فالشباب الجامعي يعاني من الضغوط النفسية المتعددة منها ضغوط أو أعباء دراسية كثيرة وضغوط انفعالية – وأخرى فسيولوجية راجعة إلى طبيعة المرحلة الجامعية التي تقابل مرحلة المراهقة المتأخرة وما لها من مطالب نمو خاصة بهذه المرحلة التي تتميز بالطاقة والنشاط والحيوية والحماس والإقدام والمخاطرة والجرأة والشجاعة وطموح وآمال كثيرة يسعى الشباب إلى تحقيقها (٥٩:١٨)، هذا إلى جانب دوافع ثانوية يسعى إلى إشباعها كل ذلك لا يجد في بيئته المنزلية أو الجامعية أو المجتمعية من يستثمر كل هذه الطاقات ويستغلها لصالح الشباب ولصالح المجتمع نفسه ، من هنا يزداد قلق الشباب من المستقبل ذلك المجهول بالإضافة إلى إحساسه بالضيق لعدم قدرته على تحقيق طموحاته وشعوره أن يكون المستقبل أسوأ من الحاضر الذي يعيشه وضيق العمر دون إنجاز أي شئ.

ويتضح من الجداول (٤،٣) أن هناك فروقا دالة إحصائية في مستوى الطموح بين طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة تبعا للجنس (ذكور – إناث) ولصالح الذكور ويمكن تفسير ذلك أن ما توفره ثقافة المجتمع من تدعيمات تساعد على نمو الشخصية نمواً يتفق مع ممارسة حرية الاختيار والتعبير ، فثقافة المجتمع تعمل على رفع شأن دور الذكر في مقابل دور المرأة مما يزيد من مكانة الذكر للتفوق بإتاحة الفرص له وتضيق الخناق على الأنثى وهذا التدعيم الدائم والمستمر ليس فقط من المؤسسات الموجودة في المجتمع ولكن التدعيم من داخل الأسرة نفسها وتشجيعها للذكر ومحاباته على اخوته البنات فالأنثى لا يتاح لها كافة الخبرات الثقافية والحضارية والإدارية التي هي متاح للرجل وأن جميع الامتيازات متاحة للرجال ولا تتاح مثلها للنساء هذا من ناحية ومن ناحية أخرى فرصة الكفاح مهيأة للذكور أكثر من الإناث فالبيئة الأسرية التي تعيش الفتاة في كنفها تجعلها مقيدة في اختيارها لمهنتها ولا تستطيع كسر حواجز العادات والتقاليد وتقبل أن تكافح من أجل تحقيق طموحها المهني في تعمير الأماكن النائية أو قبولها لأي مهنة في مكان بعيد عن إقامة أسرتها أو سفرها للخارج بمفردها وبالتالي أصبحت الفتاة في حالة من الصراع والحيرة والتردد. كما وترى الباحثتان أن الذكور أكثر طموحا من الناحية المهنية لأنهم يعرفون جيدا أنهم سيتحملون مسؤولية بناء أسرة والإنفاق عليها ولا بد أن يكون لديهم طموحات كثيرة يسعون إلى تحقيقها لكي يثبتوا وجودهم ويحققوا مكانة اجتماعية مرموقة داخل المجتمع وينظر إليهم الآخرون نظرة احترام ويكافحون من أجل الترقى والوصول إلى أعلى المناصب الإدارية بينما الإناث بعد تحقيقها للطموح الأكاديمي وإحراز النجاح والتفوق والتخرج من الجامعة فمعظمهن يتجهن بعد ذلك إلى الزواج وتكوين أسرة ويفكرن في التفرغ لحياتهن الزوجية وبعض منهن يتزوجن وهن طالبات مما يجعلهن أقل طموحا مهنيا من الذكور بالإضافة إلى ذلك نجد الذكور أكثر مثابرة من الإناث فطبيعة نمط السلوك المتوقع منهم حيث يتقبل منهم الأخطاء عن أداء أدوارهم والجميع يغفر لهم ويسامحهم بعكس الفتاة لا أحد يغفر لها إذا وقعت في الخطأ فالذكر هو المسئول عن أسرته من خلال دوره الذي يؤديه وتزداد قيمته ويرتفع شأنه في أسرته



تبعاً لمثابرتة وإخلاصه في العمل وإتقانه له.

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات:

لقد توصلت الباحثتان الى الاستنتاجات التالية :

- ١- أن قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الرابعة (ذكور واثاث) له تأثير سلبي من خلال عدم تكييفهم مع الظروف المحيطة بهم خاصة فقدان الامن والاستقرار الاجتماعي والنفسي وكثرة البطالة بين الشباب .
- ٢- هناك اختلاف بين الذكور والاثاث من حيث قلقهم نحو المستقبل ومستوى طموحاتهم بدلالة ان النتائج كانت لصالح الذكور حيث كان قلقهم عالي قياسا للاثاث.

٥-٢ التوصيات:

أوصت الباحثتان بما يلي:

- ١- إجراء دراسة تستهدف الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل ومتغيرات أخرى منها السمات الشخصية ،الثقة بالنفس ، مفهوم الذات ، الضغوط النفسية والاتزان الانفعالي .
- ٢- إجراء دراسة مماثلة على بعض طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في العراق ومقارنة نتائجها مع نتائج الدراسة الحالية.
- ٣- أن قلق المستقبل لدى جميع الشباب الجامعي لا يتوقف عند حدما بل كثرت وتعددت أسبابه لذلك من الضروري اهتمام المؤسسات التربوية بمناقشة مشاكل مستقبل الشباب ومناقشة أسلوب حياتهم كي لا يكونوا عرضة للوقوع في براثن الأمراض النفسية .
- ٤- ضرورة الاهتمام بالإرشاد التربوي والنفسي في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة والعمل على تشكيل لجنة خاصة في كل كلية للاستشارة النفسية تعني بمشكلات الطلبة وجعلهم اقل قلقا واكثر مرونة لمواجهة مواقف الحياة المعقدة.
- ٥- أن تعمل كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة على توفير بعض الفعاليات الترفيهية اضافة للبرامج والأنشطة العلمية والرياضية من أجل مساعدة الطلبة في تخفيف قلق المستقبل .
- ٦- ضرورة توعية طلاب الجامعة وحثهم على الدراسة والتفوق فيها من اجل تحديد مستقبلهم وإدراكهم ما للزمن من قيمة ينبغي استغلالها في تحقيق أهدافه وطموحاته.

المصادر

- ١- إبراهيم محمود وإبراهيم بدر : مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد ٣٨ ، المجلد الثالث عشر، ٢٠٠٣ .
- ٢- السيد فؤاد البهي: علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي، ١٩٥٨.
- ٣- بثينة امين قنديل: التغير النفسي والاجتماعي في قرية مصرية، كلية البنات، جامعة عين شمس، الكتاب السنوي، ١٩٧٤.
- ٤- تحرير ابراهيم : مستوى الطموح و علاقة بالأداء الحركي في الجمناستك الايقاعي ،رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية ،جامعة بغداد، ٢٠٠٥.
- ٥- ديو بولد فانراين : منهج البحث في التربية وعلم النفس (ترجمة)محمد نبيل واخرون القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٩٦
- ٦- سوسن شاكر مجيد ٢٠٠٩ www.e-monist.com/arabeducationgroup
- ٧- شيماء عبد. مطر، قلق المستقبل وعلاقة ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية الرياضية، مجلة كلية التربية الرياضية للبنات، ع ٢ ، ٢٠٠٦.
- ٨- طلعت منصور: أسس علم النفس ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٩٥
- ٩- فوزي غراييه وآخرون : اساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والانسانية ، ط٢، الاردن، دار وائل للنشر والتوزيع
- ١٠- كاميليا عبد الفتاح: دراسة تجريبية للتوازن الانفعالي وعلاقته بمستوى الطموح، رسالة ماجستير ،كلية الاداب ، القاهرة، جامعة عين شمس، ١٩٦١
- ١١- محمد حسن علاوي : ، سيكولوجية التدريب والمنافسات ، القاهرة ، دار المعارف، ١٩٧٨
- ١٢- محمد حسن علاوي، محمد نصرالدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠
- ١٣- مروان عبد الحميد : الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ،عمان، دار الفكر، ١٩٩٩.
- ١٤- محمود عبد الفتاح عنان: سيكولوجية التربية الرياضية، نظرية تطبيق تجربة، ط١، القاهرة ، دار الفكر العربي، ١٩٩٥)
- ١٥- نزار الطالب ، محمود السامرائي : مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية والرياضية ،العراق ، دار الكتب ،جامعة الموصل، ١٩٨١
- ١٦- وديع ياسين ، حسن محمود العبيدي :التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، العراق ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٠ .
- 17- Atkinson, John.W. And joelo Reyner.Motivation achievement USA.V.Hwiston and Sons, Ine year 1974
- 18- Eysenck.H.j.The. Structure of human personality.London Methuen and LTD.Co.Year, 1970.
- 19-Frank.J.D.J.D. Invdual differnees of the level of aspiration Hmer..Psychal.47.1954.
- 20-Hurlock, Elizabeth.B.Development.psychology third Ed. New Uork.McGraw=Hill Book Company, Year198 □
- 21- O wink. And et.AL.Level of as piration In. J.M.Hunt (Edit) personality and behavior disorder.New York. The Ronold press Comp, 1944.

