

تصميم استبيان لقياس الشعور باليأس لدى الراشدين

وتقنين الإستبيان على عينات من البيئة الجزائرية

أ. بشير معمرية - علم النفس - الجزائر

maamria03@yahoo.fr - bashir_psy@hotmail.com

يعتبر اليأس من المتغيرات النفسية المميزة للشخصيات العاجزة والسلبية والمضطربة. وقد بين العلماء أن اليأس من العوامل التي تؤدي إلى تخطير الاتزان النفسي لدى الشخص. ويرى مارتن سيلجمان M.Seligman 1980 أن الشعور باليأس هو حالة من عدم الرغبة في الشوق وإتمام المهام الصعبة. وعدم الرغبة في بلوغ معايير الشوق على الآخرين، وانعدام مروح المناسبة. (فاروق عثمان: 215 - 216). ويرتبط الشعور باليأس بالقلق والاكتئاب والعجز عن التوافق وما ينبج عنه من مشاعر العجز عن التحكم في البيئة وانخفاض درجة تحمل الضغوط.

تعريف اليأس

Despaire Hopelessness

Hope

(: 18) .

(632 - 633)

% 75

: 83

(: 1566)

Despaire

نظرية آرون بيك في اليأس

A. Beck

(1996)

()

(: 266)

علاقة اليأس بالاكتئاب والانتحار

The triad of Depression and

Holplessness Cognitive

(: 478)

1992 1990)

(Spangler & al 1993

Gupta & al 1991

The Standardized Assessment of Depressive Disorders

1983 (SADD)

:

(: 29 - 28)

(: 474)

M. B. Gurtman 1981

) Abramson & al 1978

T. Cox 1978

(: 75 - 71)

1975

(: 28)

J. Dyer & N. Kreitman 1984

34 - 15

120

Nelson 1989

1990

(: 474) (Keel & al 1993

P. S. Fry 1984

Dooley & al 1986

Levindal & Hosp 1990

1991

A. Dodds 1993

(: 296 - 295)

البعد الأول:

البعد الثاني:

البعد الثالث:

(: 53)

K. L. Silbert & al 1991

M. Dyck 1991

A. Dixon & al 1992

B. Yang & al 1994

:)

(: 54 : 482 :

A. Kazdin & al 1986

:

(1)

(: 297)

◆ هدف الدراسة

◆ أهمية الدراسة

الاتجاه السلبي نحو المستقبل	الاتجاه السلبي نحو الحاضر	الاتجاه السلبي نحو الذات
1. المستقبل الغامض.	1. النظرة السلبية إلى الحياة.	1. الشعور بالعجز.
2. القلق على المستقبل.	2. الشعور بأن العالم ظالم.	2. الكسل.
3. فقدان الأمل في المستقبل.	3. العلاقات مع الآخرين سيئة.	3. كره الذات.
4. التوقع السلبي.	4. لا هدف في الحياة.	4. تحقير الذات
5. الخوف من المستقبل.	5. التشاؤم.	5. نقص الدافعية.
6. تعميم الفشل.	6. فقدان الاهتمام.	6. فقدان السيطرة.
7. المستقبل سيكون كالحاضر.	7. فقدان معنى الحياة.	7. الانسحاب.
	8. فقدان الأمل.	8. الشعور باليأس.
	9. الشعور بالفراغ.	9. نقص المهارات الاجتماعية.

3. 53

4. 13

10 05
04

30

(3)

◆ وصف الاستبيان وخطوات إعداده

() 30

.1

()

40

.2

(2):

البعد الأول: الاتجاه السلبي نحو الذات	
4. أشعر بأنني سيء الحظ.	15. أشعر بالقنوط.
9. أشعر بأن لا قيمة لي في الحياة	16. أشعر بالعجز عن فعل أشياء جميلة
14. يسيطر علي اليأس.	لنفسي.
البعد الثاني: الاتجاه السلبي نحو الحاضر	
3. فقدت الأمل في كل شيء.	10. فقدت الاهتمام بالحياة.
7. الهدف من حياتي ليس واضحاً.	11. اليأس نصيبي في الحياة.
البعد الثالث: الاتجاه السلبي نحو المستقبل	
8. يبدو مستقبلي مظلماً.	

◆ عينة التقنين

513 447 960

1- العينة الأولى: 273
517 25 - 18
244 1.56
20.12 1.14

(4)

مجتمعات العينات	الجنس		المجموع
	الذكور	الإناث	
طلاب جامعات	25	34	59
الحاج لخضر	28	35	63
باتنة،	32	38	70
وباجي مختار	31	35	66
عناية،	27	33	60
وورقلة	26	28	54
التعليم الثانوي	28	24	52
والمهني	20	23	43
وإداريون	14	18	32
وإداريون ومهنيون	11	05	16
المجموع	242	273	515

البعد الأول: الاتجاه السلبي نحو الذات	
1. أشعر بالضعف أمام أي شيء	11. أتجنب عمل أي شيء لأنني سأفشل فيه مهما حاولت.
2. أكره نفسي.	12. ليس لدي أي حماس أو رغبة لفعل أي شيء.
3. أشعر بأنني لا قيمة لي.	13. أشعر بأنني فقدت السيطرة على كل شيء.
4. أشعر بأنني سيء الحظ.	14. يسيطر علي اليأس.
5. أشعر بالعجز عن فعل أي شيء.	15. أشعر بالقنوط.
6. أشعر بأنني لست جديراً بالحياة.	16. أشعر بالعجز عن فعل أشياء جميلة لنفسي.
7. أشعر باليأس.	
8. أفكر في إنهاء حياتي.	
9. أشعر بأن لا قيمة لي في الحياة.	
10. أتجنب تكوين علاقات مع الآخرين لأنني سأفشل.	
البعد الثاني: الاتجاه السلبي نحو الحاضر	
1. أشعر بأن لا هدف لي في الحياة.	8. أشعر بأن الظروف من حولي تعمل ضدي.
2. أشعر أن حياتي تسير بطريقة سيئة.	9. أشعر بأن التعاسة تحيط بي.
3. فقدت الأمل في كل شيء.	10. فقدت الاهتمام بالحياة.
4. أفشل في كل شيء أعمله.	11. اليأس نصيبي في الحياة.
5. أشعر بأنه لا يوجد أمل أعيش من أجله.	12. أشعر بأن هذا العالم غير صالح للحياة.
6. أشعر بأن حياتي لا معنى لها.	13. أشعر بأن لا شيء يثير اهتمامي.
7. الهدف من حياتي ليس واضحاً.	14. علاقاتي مع الآخرين لا معنى لها.
البعد الثالث: الاتجاه السلبي نحو المستقبل	
1. أشعر أن مستقبلي غامض.	7. أشعر أن مستقبلي سوف يكون سيئاً مثل حاضري.
2. أتوقع الفشل في المستقبل.	8. يبدو مستقبلي مظلماً.
3. أشعر بالقلق على مستقبلي.	9. أشعر بالخوف من المستقبل.
4. ظروفي السيئة سوف تبقى على حالها.	10. خبراتي السيئة جعلتني أفقد الأمل في المستقبل.
5. فقدت الأمل في المستقبل.	
6. أتوقع أن تحدث لي أشياء سيئة	

**0.517	**0.510	**0.542	13
**0.623	**0.481	**0.523	14
**0.611	**0.555	**0.642	15
**0.544	**0.412	**0.405	16
**0.456	**0.487	**0.482	17
**0.429	**0.511	**0.512	18
**0.452	**0.465	**0.437	19
**0.410	**0.533	**0.523	20
**0.510	**0.433	**0.412	21
**0.481	**0.603	**0.443	22
**0.555	**0.412	**0.504	23
**0.482	**0.464	**0.486	24
**0.437	**0.529	**0.507	25
**0.523	**0.422	**0.456	26
**0.412	**0.455	**0.414	27
**0.443	**0.427	**0.500	28
**0.516	**0.566	**0.450	29
**0.458	**0.545	**0.502	30

** معاملات الارتباط دالة إحصائية عند مستوى 0.01.

(6)

0.01

(25 - 18) .

(7)

(242 =) .

(273 =) .

المتغيرات	الاتجاه السلبي نحو الذات	الاتجاه السلبي نحو الحاضر	الاتجاه السلبي نحو المستقبل
الاتجاه السلبي نحو الذات	—	**0.831	**0.802
الاتجاه السلبي نحو الحاضر	**0.851	—	**0.762
الاتجاه السلبي نحو المستقبل	**0.835	**0.781	—

** معاملات الارتباط دالة إحصائية عند مستوى 0.01.

(7)

0.01

ب- صدق المحك بأسلوب التلازم

() : 21 : (83 - 77) .

(356 :)

()

(8) .

(273 =) . (242 =) .

2- العينة الثانية: 205 445 240
37 - 26
.2.37 31.08
.2.11 29.73

(5)

المجموع	الإناث	الذكور	الجنس	
			الكليات والمهن	المرحلة
50	27	23	كلية الآداب والعلوم الإنسانية	طلاب المرحلة الجامعية الأولى
55	25	30	كلية الحقوق والعلوم السياسية	المرحلة الجامعية الأولى
42	22	20	كلية الاقتصاد وعلوم التسيير	المرحلة الجامعية الأولى
39	21	18	كلية العلوم	المرحلة الجامعية الأولى
30	14	16	كلية الهندسة	المرحلة الجامعية الأولى
57	29	28	كلية الشريعة	المرحلة الجامعية الأولى
28	17	11	الإداريون	المهنيون
12	-	12	التجار	المهنيون
07	02	05	المحامون	المهنيون
22	16	06	الممرضون	المهنيون
29	18	11	المعلمون	المهنيون
44	31	13	أساتذة التعليم المتوسط	المهنيون
30	18	12	أساتذة التعليم الثانوي والتقني	المهنيون
445	240	205	المجموع	

◆ مدة الدراسة

2005 2004

◆ الشروط السيكومترية للاستبيان

أ. العينة الأولى (الفئة العمرية: 18 - 25 سنة)

1- الصدق: (205 - 182)

أ- الصدق التكويني بأسلوب الاتساق الداخلي

العينات	معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية		
	عينة الذكور ن = 242	عينة الإناث ن = 273	العينة الكلية ن = 515
1	**0.563	**0.566	**0.489
2	**0.462	**0.697	**0.492
3	**0.580	**0.549	**0.597
4	**0.563	**0.547	**0.425
5	**0.489	**0.563	**0.606
6	**0.492	**0.524	**0.614
7	**0.597	**0.623	**0.479
8	**0.425	**0.544	**0.563
9	**0.606	**0.536	**0.542
10	**0.614	**0.429	**0.523
11	**0.479	**0.477	**0.487
12	**0.563	**0.410	**0.509

2-الثبات:

حساب معامل الاتساق عبر الزمن بأسلوب
تطبيق وإعادة تطبيق الاستبيان

103	117	
20		
.001	0.621 :	- 1
.001	0.583 :	- 2

طريقة التجزئة النصفية بأسلوب فردي /
زوجي

242 =	273 =	
0.938 :		- 1
0.968		
0.817 :		- 2
0.899		

حساب معامل ألفا لكرونباخ

0.920

II. العينة الثانية (الفئة العمرية : 26 - 37 سنة)

1-الصدق :

أ-الصدق التكويني بأسلوب الاتساق الداخلي

(11)

معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية			العينات البنود
عينة الإناث ن = 240	عينة الذكور ن = 205	العينة الكلية ن = 445	
**0.524	**0.407	**0.566	1
**0.477	**0.481	**0.497	2
**0.487	**0.555	**0.549	3
**0.432	**0.487	**0.547	4
**0.481	**0.487	**0.563	5
**0.521	**0.511	**0.524	6
**0.497	**0.465	**0.623	7
**0.444	**0.433	**0.544	8
**0.503	**0.420	**0.536	9
**0.401	**0.503	**0.429	10
**0.471	**0.521	**0.477	11
**0.432	**0.464	**0.510	12
**0.547	**0.529	**0.507	13
**0.486	**0.522	**0.481	14

المتغيرات	اليأس	الاكتئاب	خواء المعنى	احتمال حدوث الانتحار
اليأس	—	**0.688	**0.714	**0.642
الاكتئاب	**0.755	—	**0.523	**0.630
خواء المعنى	**0.756	**0.657	—	**0.568
احتمال حدوث الانتحار	**0.674	**0.397	**0.527	—

** معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

(8)

، 0.01

ج- الصدق التمييزي بأسلوب المقارنة
الطرفية

% 27

0.938 :

0.968

0.817 :

0.899

65

- 1

(9)

القيمة "ت"	العينة الأعلى ن = 65		العينة الدنيا ن = 65		القيمة "ت"
	ع	م	ع	م	
**20.20	2.25	7.45	10.12	33.63	الشعور باليأس

** قيمة " ت " دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

(9)

0.01

74

- 2

(10)

القيمة "ت"	العينة الأعلى ن = 74		العينة الدنيا ن = 74		القيمة "ت"
	ع	م	ع	م	
**19.98	2.45	8.32	11.17	35.06	الشعور باليأس

** قيمة " ت " دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

رقم (10)

0.01

0.01 (13)

ج- الصدق التمييزي بأسلوب المقارنة
الطرفية

% 27

55 - 1

(14)

المتغير	العينة الأعلى ن = 55		العينة الدنيا ن = 55		قيمة "ت"
	ع	م	ع	م	
الشعور باليأس	37.52	11.35	9.51	3.06	**17.51

** قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

(14)

0.01

65 - 2

(15)

المتغير	العينة الأعلى ن = 65		العينة الدنيا ن = 65		قيمة "ت"
	ع	م	ع	م	
الشعور باليأس	39.27	12.91	9.65	3.24	**17.90

** قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

(15)

0.01

2- الثبات:

أحساب معامل الاتساق عبر الزمن بأسلوب
تطبيق وإعادة تطبيق الاستبيان

112 97

20

0.01

0.557 :

0.01

0.561

**0.521	**0.444	**0.492	15
**0.492	**0.456	**0.432	16
**0.527	**0.566	**0.521	17
**0.524	**0.401	**0.503	18
**0.437	**0.452	**0.415	19
**0.529	**0.471	**0.486	20
**0.531	**0.524	**0.507	21
**0.415	**0.485	**0.456	22
**0.563	**0.464	**0.521	23
**0.504	**0.502	**0.500	24
**0.524	**0.432	**0.428	25
**0.416	**0.521	**0.602	26
**0.540	**0.591	**0.465	27
**0.544	**0.501	**0.514	28
**0.622	**0.435	**0.601	29
**0.415	**0.421	**0.527	30

** معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

(11)

0.01

(37 - 26)

(12)

(205 =)

(240 =)

المتغيرات	الاتجاه السلبي نحو الذات	الاتجاه السلبي نحو الحاضر	الاتجاه السلبي نحو المستقبل
الاتجاه السلبي نحو الذات	—	**0.754	**0.795
الاتجاه السلبي نحو الحاضر	**0.771	—	**0.751
الاتجاه السلبي نحو المستقبل	**0.734	**0.741	—

** معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

(12)

0.01

ب- صدق المحك بأسلوب التلازم

(21)

(13)

(240 =)

(205 =)

المتغيرات	اليأس	الاكتئاب	خواء المعنى	احتمال حدوث الانتحار
اليأس	—	**0.771	**0.751	**0.544
الاكتئاب	**0.704	—	**0.712	**0.444
خواء المعنى	**0.756	**0.682	—	—
احتمال حدوث الانتحار	**0.516	**0.473	**0.532	—

** معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

مجلة شبكة العلوم النفسية العربية: العدد 9 - جاتفي - فيفري - مارس 2006

90 -

ب- طريقة التجزئة النصفية بأسلوب فردي / زوجي

♦ مجالات استخدام الاستبيان

$$\begin{array}{ccc} .240 = & & 205 = \\ & & 0.865 : \\ 0.817 : & & .0.927 \\ & & 0.899 \end{array}$$

37 - 26 25 - 18 :

ج- حساب معامل ألفا لكرونباخ

.0.891

ملاحظة

♦ المعايير

أولا : المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

.SPSS

-1 :

$$= \frac{\quad}{\quad} =$$

$$= \quad = \quad = \quad =$$

-2 :

$$= \sqrt{\frac{\quad}{\quad}} =$$

$$= \quad = \quad = \quad =$$

(16)

الإناث		الذكور		العينة
ع	م	ع	م	
17.18	19.95	17.75	23.44	الفئة العمرية: 25 - 18 سنة
20.89	26.10	17.81	21.03	الفئة العمرية: 37 - 26 سنة

ثانيا: الدرجات المعيارية الثانية

$$50 + 10 X \frac{\quad}{\quad} =$$

$$10 \quad = \quad = \quad =$$

50

27

33

30

(19)

.37 - 26

الدرجة الخام	الدرجة التانية	الدرجة الخام	الدرجة التانية	الدرجة الخام	الدرجة التانية
72	61	55	31	38	1
73	62	56	32	39	2
73	63	56	33	39	3
74	64	57	34	40	4
74	65	58	35	40	5
75	66	58	36	41	6
75	67	58	37	42	7
76	68	59	38	42	8
76	69	60	39	43	9
77	70	60	40	83	10
78	71	61	41	44	11
78	72	61	42	44	12
79	73	62	43	45	13
79	74	62	44	46	14
80	75	63	45	46	15
80	76	74	46	47	16
81	77	64	47	47	17
81	78	65	48	48	18
82	79	65	49	48	19
83	80	66	50	49	20
83	81	66	51	50	21
84	82	67	52	50	22
84	83	67	53	51	23
85	84	68	54	51	24
85	85	69	55	52	25
86	86	69	56	52	26
87	87	70	57	53	27
87	88	70	58	53	28
88	89	71	59	54	29
88	90	71	60	55	30

(20)

.37 - 26

الدرجة الخام	الدرجة التانية	الدرجة الخام	الدرجة التانية	الدرجة الخام	الدرجة التانية
66	61	52	31	37	1
67	62	52	32	38	2
67	63	53	33	38	3
68	64	53	34	39	4
68	65	54	35	39	5
69	66	54	36	40	6
69	67	55	37	40	7
70	68	55	38	41	8
70	69	56	39	41	9
71	70	56	40	42	10
71	71	57	41	42	11
71	72	57	42	43	12
72	73	58	43	43	13
72	74	58	44	44	14
73	75	59	45	44	15
73	76	59	46	45	16
74	77	60	47	45	17
74	78	60	48	46	18
75	79	60	49	46	19
75	80	61	50	47	20
76	81	61	51	47	21
76	82	62	52	48	22
77	83	62	53	48	23
77	84	63	54	49	24
78	85	63	55	49	25
78	86	51	56	49	26
79	87	64	57	50	27
79	88	65	58	50	28
80	89	65	59	51	29
80	90	66	60	51	30

(17)

.25 - 18

الدرجة الخام	الدرجة التانية	الدرجة الخام	الدرجة التانية	الدرجة الخام	الدرجة التانية
71	61	54	31	37	1
71	62	55	32	38	2
72	63	55	33	38	3
72	64	56	34	39	4
73	65	56	35	40	5
73	66	57	36	40	6
74	67	57	37	41	7
75	68	58	38	41	8
75	69	59	39	42	9
76	70	59	40	42	10
76	71	60	41	43	11
77	72	60	42	44	12
77	73	61	43	44	13
78	74	61	44	45	14
79	75	62	45	45	15
79	76	62	46	46	16
80	77	63	47	46	17
80	78	64	48	47	18
81	79	64	49	47	19
81	80	65	50	48	20
82	81	65	51	49	21
82	82	66	52	49	22
83	83	66	53	50	23
84	84	67	54	50	24
84	85	68	55	51	25
85	86	68	56	51	26
85	87	69	57	52	27
86	88	69	58	53	28
87	89	70	59	53	29
87	90	70	60	54	30

(18)

.25 - 18

الدرجة الخام	الدرجة التانية	الدرجة الخام	الدرجة التانية	الدرجة الخام	الدرجة التانية
73	61	56	31	38	1
74	62	57	32	39	2
75	63	57	33	40	3
75	64	58	34	40	4
76	65	58	35	41	5
76	66	59	36	41	6
77	67	59	37	42	7
77	68	60	38	43	8
78	69	61	39	43	9
79	70	61	40	44	10
79	71	62	41	44	11
80	72	62	42	45	12
80	73	63	43	45	13
81	74	63	44	46	14
82	75	64	45	47	15
82	76	65	46	47	16
83	77	65	47	48	17
83	78	66	48	48	18
84	79	66	49	49	19
84	80	67	50	50	20
85	81	68	51	50	21
86	82	68	52	51	22
86	83	69	53	51	23
87	84	69	54	52	24
87	85	70	55	52	25
88	86	70	56	53	26
89	87	71	57	54	27
89	88	72	58	54	28
90	89	72	59	55	29
90	90	73	60	55	30

المراجع

الأخصائين النفسيين المصرية (رانم) يناير.
8. عماد محمد مخيمر (2003). إدراك الطفل للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس. دراسات نفسية تصدر عن رابطة الأخصائين النفسيين المصرية (رانم) عدد أكتوبر.
9. فاروق السيد عثمان (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية. الطبعة الأولى دار الفكر العربي - القاهرة.
10. ماياسة أحمد النبال (1998). بعض المتغيرات الوجدانية لدى بعض فئات الاعتماد العقاقيري في ريف مصر وحضرها. مجلة علم النفس تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب 48.
11. محمد السيد عبد الرحمن (1998). المهارات الاجتماعية والاكثاب واليأس لدى الأطفال. دراسات في الصحة النفسية الجزء الثاني دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع - القاهرة.
12. محمد عبد التواب معوض (1998). أثر الإرشاد بالمعنى في خفض خواء المعنى لدى عينة من العميان. مجلة الإرشاد النفسي تصدر عن مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس - القاهرة العدد الثامن.
13. هشام إبراهيم عبد الله (1995). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكثاب واليأس لدى عينة من الطلاب والعاملين. المؤتمر الدولي الثاني لمركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس المجلد الثاني 25 - 27 ديسمبر.

1. القرآن الكريم.
2. بشير معمريه (2002). القياس النفسي وتصميم الاختبارات النفسية للطلاب والباحثين. منشورات شركة باتنيت للمعلوماتية والخدمات المكتبية والنشر - باتنة الطبعة الأولى.
3. جابر عبد الحميد جابر , علاء الدين كفاي (1991). معجم علم النفس والطب النفسي. الجزء الرابع دار النهضة العربية القاهرة.
4. حسين علي فايد (1998). الفروق في الاكثاب واليأس وتصور الانتحار بين طالبات الجامعة وطلابه. دراسات نفسية تصدر عن رابطة الأخصائين النفسيين المصرية (رانم) عدد يناير.
5. سيد عبد العظيم محمد (1998). أثر الإرشاد المعرفي في خفض الشعور باليأس لدى عينة من المكفوفين. مجلة الإرشاد النفسي تصدر عن مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس - القاهرة العدد الثامن.
6. عبد الستار إبراهيم (1998). الاكثاب، اضطراب العصر الحديث: فهمه وأساليبه وعلاجه. سلسلة عالم المعرفة المجلس الوطني للثقافة والآداب - الكويت نوفمبر عدد 239.
7. عبد الفتاح محمد دويدار (1992). المكونات العاملة والمعالم السيكومترية لمقياس اليأس للأطفال في البيئة المصرية. دراسات نفسية تصدر عن رابطة

استبيان الشعور باليأس للراشدين

() : : :
: : :
: : :

تعليمات

X

العبارة	لا	نادرا	أحيانا	غالبا
1 - أشعر بالضعف أمام أي شيء
2 - أشعر بأن لا هدف لحياتي
3 - أشعر بأن مستقبلي غامض
4 - أكره نفسي
5 - أشعر بأن حياتي تسير بطريقة سيئة
6 - أتوقع الفشل في المستقبل.
7 - أشعر بأنني عديم القيمة
8 - أفضل في كل شيء أعمله
9 - أشعر بأنني سوف أفشل في المستقبل
10 - أشعر بالعجز عن فعل أي شيء
11 - أشعر بأنني فقدت الأمل
12 - أشعر بأن ظروف السيئة سوف تبقى على حالها
13 - أشعر بأنني لست جديرا بالحياة
14 - أشعر بأن حياتي لا معنى لها
15 - فقدت الأمل في المستقبل
16 - أشعر باليأس
17 - أشعر بأن الظروف من حولي تعمل ضدي
18 - أتوقع أن تحدث لي أشياء سيئة في المستقبل
19 - أفكر في إنهاء حياتي
20 - أشعر بأن التعاسة هي حظي في الحياة
21 - أشعر بأن مستقبلي سوف يكون سيئا مثل حاضري
22 - أتجنب تكوين علاقات مع الآخرين لأنني سأفشل
23 - أشعر بأن هذا العالم غير صالح للحياة
24 - أشعر بالخوف من المستقبل
25 - أتجنب عمل أي شيء خوفا من الفشل
26 - أشعر بأن لا شيء يثير اهتمامي
27 - خبراتي السيئة جعلتني أفقد الأمل في المستقبل
28 - ليس لدي حماس أو رغبة لفعل أي شيء
29 - أشعر بأن علاقاتي مع الآخرين لا معنى لها
30 - أشعر بأنني فقدت السيطرة على كل شيء

ورقة تصحيح الإجابات وتقدير الدرجات الفرعية والدرجة الكلية للاستبيان

..... : : :
 : : :
 :

الاتجاه السلبي نحو المستقبل	الاتجاه السلبي نحو الحاضر	الاتجاه السلبي نحو الذات
..... - 3 - 2 - 1
..... - 6 - 5 - 4
..... - 9 - 8 - 7
..... - 12 - 11 - 10
..... - 15 - 14 - 13
..... - 18 - 17 - 16
..... - 21 - 20 - 19
..... - 24 - 23 - 22
..... - 27 - 26 - 25
 - 29 - 28
	 - 30
..... المجموع المجموع المجموع

..... :

مجلة الإنسان والتطور



www.arabpsynet.com/Journals/ME/index.me.htm

الأعمال المتكاملة: ترجمات يحيى الرخاوي

الناس والطريق - الموت والحنين - ذكر ما لا ينفقال

أ.د. يحيى الرخاوي - مصر



Summary: www.arabpsynet.com/Books/Yahia.B1.1.htm

المولد النبوي الشريف: أجمل التهاني

عن أسرة شبكة العلوم النفسية العربية