مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية
Eissn :2602-5264 Issn : 2353-0499
المجلد11/ العدد: 01 (2023)، ص: 276-285

قلق المستقبل وعلاقته بنوعية الحياة لدى الطالب الجامعي

Future anxiety and its relationship to the quality of life of the university student

بومعزوزة نسيمة[1]، براهيمي شبلي[2]

[1] جامعة الجزائر 2 (الجزائر)، n.boumazouza@outlook.fr

[2]جامعة الجزائر 2 (الجزائر)، bchebli@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2023/01/02 تاريخ القبول: 2023/02/08 تاريخ النشر: 2023/03/05

ملخص:

تهدف الدراسة الحالية الى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل و نوعية الحياة لدى طلبة الجامعة، مع تحديد مجال قلق المستقبل الأكثر تأثيرا على الطلبة، ولتطبيق الدراسة تم إتباع المنهج الوصفي مع استخدام مقياس قلق المستقبل للخالدي (2002)، و مقياس نوعية الحياة المختصر لمنظمة الصحة العالمية(2008)، على عينة قوامها 228 طالبا و طالبة من كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الجزائر2 ، وتم التوصل إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين قلق المستقبل و نوعية الحياة لدى طلبة الجامعة، وأن طلبة الجامعة أكثر قلقا حول المجال النفسي لديهم.

الكلمات المفتاحية: قلق المستقبل، نوعية الحياة ، طلبة الجامعة.

Abstract:

The current study aims to identify the relationship between future anxiety and the quality of life among university students, with determining the most axis of future anxiety. In order to implement the study, the descriptive approach was followed with the use of the future anxiety scale of Al-Khalidi (2002), and the World Health Organization's Abbreviated Quality of Life Scale (2008), on a sample of 228 male and female students from the

Faculty of Social Sciences at the Algers university 2, and it was found that there is a statistically significant positive correlation between future anxiety and quality of life among university students, and that university students are more concerned about their psychological field
Keywords: Future Anxiety, Quality of life, Students.

***المؤلف المرسل:** شبلي براهيمي.

1. مقدمة

يعيش الإنسان المعاصر جملة من الظروف الصعبة و الضغوطات التي من شانها أن تجعله في حيرة دائمة و سعي لإيجاد الحلول المناسبة لتخطيها. و لاشك أن توقع الفرد لأحداث مستقبلية قد تحدث له وما تنطوي عليه من تهديد كفيلة أن تثير في نفسه ما يسمى بالقلق من المستقبل مما يؤثر على نوعية حياته.

ومن البديهي أن نجد طلاب الجامعة هم الأكثر تعرضا لقلق المستقبل لما يمثل لهم الدخول في معترك الحياة الصعبة و الرغبة في الحصول على منصب عمل يوفر لهم حياة كريمة، كي يتسنى لهم بناء مستقبل يسعدهم و يحقق طموحاتهم. كما أن نوعية حياتهم تختلف من طالب لآخر لان هذه الأخيرة تتأثر بعدة عوامل منها السمات الخاصة بالأفراد أنفسهم أو بيئاتهم أو التفاعل بينهما.

ومن هذا المنطلق تهدف الدراسة الحالية إلى كشف العلاقة بين نوعية الحياة و قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة.

2. الإشكالية:

تعد ظاهرة القلق بصفة عامة و قلق المستقبل بصفة خاصة ظاهرة واضحة في مجتمع مليء بالتغيرات في المجالات كافة، لما يتولد معها من الشعور بعدم الارتياح و افتقار الأمن النفسي و تدني اعتبار الوقت و التفكير السلبي اتجاه المستقبل.

ويشكل المستقبل لدى الشباب بشكل خاص مجالا كبيرا يضم كل ما من شانه أن يبعث على القلق بما يحمله من أحداث، فإما أن ينظر الفرد إلى مستقبله بتفاؤل وأمل، وإما بتشاؤم ويأس، وهاتان الحالتان لا نستطيع عزلهما عن بعضها إذ يمكن

التعرض لهما بشكل متزامن، لكن في حال طغى التفكير السلبي على الفرد فانه سيؤدي إلى قلق المستقبل.(الأقصري،2002، ص10)

ويمكن اعتبار قلق المستقبل نتيجة للصراعات والضغوط والاضطرابات التي يواجهها الشباب في الحياة عامةٍ والحياة الجامعية خاصة (عبد المنعم واخرون،2017، ص 386)، وهو خبرة انفعالية غير سارة يشعر فيها الفرد بخوف غامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدا من صعوبات،والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالتوتر والضيق والانقباض عند الاستغراق في التفكير فيها، وضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات والإحساس بفقدان القدرة على التركيز (القحطاني، 2015، ص17) ولذلك فمن الطبيعي أن يشعر الطالب بالقلق، ولكن إذا وصل التفكير في المستقبل إلى حالة يشعر فيها الطالب بالعجز عن مواجهة ضغوط الدراسة والحياة فإن هذا القلق سوف يؤثر سلبا على صحته النفسية وعلى إنجازه، الأكاديمي وطموحاته الحالية والمستقبلية. (عبد المنعم وآخرون،2017، ص386)

و تعد مرحلة التعليم الجامعي مناهم المراحل التعليمية التي تؤثر في تنمية مدركات المتعلمين لنوعية حياتهم، لان طلبة الجامعة يمرون بمرحلة نمائية مهمة، فهم يستعدون للالتحاق بالمهن المختلفة، والزواج والاستقرار الأسري، ومن ثم فإن نظرتهم لنوعية حياتهم تؤثر في أدائهم الدراسي، وفي دافعيتهم للانجاز وتحقيق الأهداف الذاتية والموضوعية لهم. (منسي، كاظم، 2010، ص43)

وتعد نوعية الحياة من المفاهيم التي جذبت اهتمام الكثير من الباحثين، ومع تزايد الاهتمام بها زادت التساؤلات حولها، فنجد أن هناك الكثير من المفاهيم و المصطلحات التي تصاحبها في الاستخدام وتتداخل معها في المعنى، كجودة الحياة والرضا عن الحياة، والتوجه نحو الحياة، والرفاهية والسعادة...وغيره، و عادة ما يشير مصطلح نوعية الحياة إلى الدرجة التي تعتبر فيها حياة الشخص مرغوبا فيها مقابل غير المرغوب فيها، مع التركيز على عناصر خارجية، مثل العوامل الاقتصادية والاجتماعية والبيئية، وعلى النقيض من التعريف الذاتي للرفاه، والتي تقوم على الخبرة الذاتية، وغالبا ما يعبر عن نوعية الحياة على أنها أكثر موضوعية، وتصف ظروف حياة الشخص و ليس رد الفعل لتلك الظروف، و مع ذلك فان بعض

العلماء يحدد نوعية الحياة بشكل أوسع، ليشمل ليس فقط نوعية ظروف الحياة، ولكن أيضا التصورات الذاتية للأفراد، والأفكار و المشاعر وردود الفعل على تلك الظروف، كما تم لدى البعض الجمع بين العوامل الموضوعية و الذاتية. (البلقي،2014، ص8)

إن الطلبة في المرحلة الجامعية عاشوا قبل جائحة كورنا الكثير من الظروف والضغوطات التي جعلتهم يتأخرون في المضي قدما نحو تكوين حقيقي ومتكامل، منها الإضرابات المتكررة وظاهرة الحراك ثم تلتها جائحة كورونا، كل هذه العوامل وغيرها أثرت على صيرورة الحياة البيداغوجية والتعليمية للأسرة الجامعية، فأصبح الطالب يشعر بمشكلة حقيقة في التكوين وتخوف مستمر من الفشل في إتمام مساره الدراسي وقلق على مستقبله.أضف إلى ذلك بروتوكولات متنوعة من أهمها التعليم الافتراضي و التعليم عن بعد كمكمل للتعليم الحضوري و التي لم يكن يعرف عنها ربما سوى التسمية ،ومازال تطبيقها يواجه صعوبات كبيرة تقنية وبيداغوجية، كون الطلبة يستخدمون مواقع الفايسبوك أكثر من مواقع الجامعة والايميل الاكتروني... للتواصل مع أساتذتهم ومتابعة كل جديد. كل هذه الظروف وغيرها قد يؤثر على الجانب الصحي والنفسي وهذا ما من شأنه أن يؤثر على نوعية حياة الطالب الجامعي وطريقة تقييمها.(بن غذفة،2021، ص64)

و في ضوء ما سبق تحاول الدراسة الحالية الإجابة على التساؤلات التالية:

-هل توجد علاقة بين قلق المستقبل و نوعية الحياة لدى طلبة الجامعة؟

-ما مستوى قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الجزائر 2؟

-هل يعد طلبة جامعة الجزائر 2 أكثر قلقا في المجال الاقتصادي؟

-هل توجد فروق في قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الجزائر 2 تعزى لمتغير نوع الجنس؟

-هل توجد فروق في نوعية الحياة لدى طلبة جامعة الجزائر 2 تعزى لمتغير نوع الجنس؟

3. فرضيات الدراسة:

-توجد علاقة بين قلق المستقبل و نوعية الحياة لدى طلبة الجامعة.

-قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الجزائر 2 مرتفع.

-يعد طلبة جامعة الجزائر 2 أكثر قلقا في المجال الاقتصادي؟

-توجد فروق في قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الجزائر 2 تعزى لمتغير نوع الجنس.

-توجد فروق في نوعية الحياة لدى طلبة جامعة الجزائر 2 تعزى لمتغير نوع الجنس.

4. أهمية الدراسة:

- طلبة الجامعة هم مثل ومعيار المجتمع كونهم المستقبل الذي يعول عليه في بناء المجتمعات والتطور والازدهار.
- نوعية الحياة يعتبر من المواضيع المهمة و الحيوية، التي لها علاقة مباشرة بحياة الفرد اليومية، عند بحث المستوى وجودة المعشية في أي مجتمع.
- تناول مفهوم قلق المستقبل وعلاقته بنوعية الحياة قد يفيد كثيرا من المطالعين لهذه المذكرة على فهم كيفية التعامل مع الواقع والاستمتاع بالحياة.

5. أهداف الدراسة:

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين نوعية الحياة و قلق المستقبل لدى الطالب الجامعي.
- معرفة مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة.
- التعرف على الفروق في نوعية الحياة وقلق المستقبل بالنسبة إلى نوع الجنس.
- التعرف على مستوى نوعية الحياة لدى طلبة الجامعة.

6. تحديد مفاهيم الدراسة:

1.6. قلق المستقبل:

يعرفه حافظ (2002) قلق المستقبل بأنه: "شعور الخوف من المستقبل و المخاطر التي يمكن أن تواجهه فيه، وينشا هذا القلق عندما يكون الواقع الذي يعيش فيه غير مشبع لرغباته و محبط له، كما ينشأ عندما تكون الظروف المحيطة به ليست في جانبه، لذلك يكون القلق إنذارا بخطر محتمل. (مرسي،2002،ص 95)

و يمكن تعريفه إجرائيا بأنه الدرجة الكلية التي سيحصل عليها الطالب الجامعي من خلال إجابته على بنود مقياس قلق المستقبل للخالدي (2002) والذي يحتوي

قلق المستقبل المرتبط بالجوانب النفسية والصحية والأسرية والاجتماعية والاقتصادية.

2.6. نوعية الحياة:

تعرفها منظمة الصحة العالمية بأنها: "إدراك الفرد لمكانته في الوجود في سياق ثقافته و نظامه القيمي المرتبط بأهدافه و توقعاته و معاييره ومخاوفه. (قجال و عيسو،2018 ، ص270)

و يمكن تعريفها إجرائيا بأنها مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطالب الجامعي في مقياس نوعية الحياة المختصر لمنظمة الصحة العالمية المعرب من طرف بشرى اسماعيل أحمد (2008)

7. منهج الدراسة:

نتيجة لطبيعة البحث الذي نحن بصدد دراسته تم تبني المنهج الوصفي لأنه يتناسب مع موضوع الدراسة الحالية، و يعرف المنهج الوصفي على أنه: "أسلوب من أساليب التحليل المركز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد أو فترة أو فترات زمنية معلومة، وذلك من أجل الحصول على نتائج علمية ثم تفسيرها بطريقة موضوعية". (دويدري،2000، ص 183)

8. مجتمع وعينة الدراسة:

تم تطبيق الدراسة الحالية على طلبة الجامعة من مختلف التخصصات لبحث قلق المستقبل ونوعية الحياة بأبعادها لديهم باعتبارهم يعيشون ظروف الحياة نفسها والقوانين والاجراءات التنظيمية في الجامعة والحياة نفسها، ومن أجل تحقيق ذلك تم اختيار عينة تتكون من 200 طالب وطالبة من جامعة الجزائر 2 من مختلف التخصصات بطريقة المعاينة العرضية، والجدول التالي يوضح خصائص عينة الدراسة:

الجدول رقم (01) خصائص أفراد عينة الدراسة.

الجنس	العدد	النسب المئوية
ذكور	48	%24
اناث	152	%76

المجموع	200	% 100

يتضح من الجدول(08) فيما يتعلق بتوزيع عينة الدراسة وفقا لمتغير الجنس أن نسبة

(24%) من أفراد العينة هم ذكور وأن نسبة (76%) هم من جنس الإناث وهذه النسبة متفاوتة و يعود ذلك إلى ارتفاع نسبة الطالبات في الجامعات.

9. أدوات الدراسة:

قصد تطبيق الدراسة الحالية تم استخدام أدوات الدراسة التالية:

1.9. مقياس قلق المستقبل للخالدي (2002):

بعد الاطلاع على الادبيات و الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع قلق المستقبل تم استخدام مقياس الخالدي (2002)، باعتباره مقياسا ملائما لبحث أهداف الدراسة الحالية، والمقياس يتكون من (48) فقرة موزعة على خمسة مجالات و هي (المجال النفسي، المجال الاقتصادي، المجال الاجتماعي، المجال الصحي، المجال الأسري)،و الجدول الموالي يوضح توزيع البنود على محاور المقياس:

جدول رقم (02) فقرات قلق المستقبل و أبعاده.

	المجال	الفقرات الايجابية	الفقرات السلبية	المجموع
1	المجال النفسي	1،7،8،12	2،3،4،5،6،9،10،11	12
2	المجال الاقتصادي	14،18،19	13،15،16،17	7
3	المجال الاجتماعي	20،23،25،26، 27	21،22،24،28،29،30،31،32،33	14
4	المجال الصحي	/	34،35،36،37،38،39،40،41،42	9
5	المجال الأسري	45،47،48	43،44،46	6
المجموع		15	33	48

ويمكن الإجابة على بنود المقياس وفق خمسة بدائل (تعبر عني تماما، تعبر عني كثيرا، تعبر عني بدرجة متوسطة، تعبر عني بدرجة قليلة، لا تعبر عني على

الإطلاق)، وأعطيت الدرجات لكل بديل من البدائل الخمسة في البنود الموجبة على التوالي: 0، 1، 2، 3، 4. والعكس بالنسبة للبنود السالبة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

عرف المقياس في صورته الأصلية تنقيحا وتقنينا يتطابق والمعمول به في ميدان القياس النفسي حيث تم التحقق من صدقه الظاهري، والتحقق من ثباته بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار، وكانت نتيجة ثبات المقياس بين التطبيقين(0.938) ، وبطريقة الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من المجالات الخمس الرئيسية مع بعضها ومع الدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت نتائج معاملات الارتباط بين المجالات ما بين(0.46-0.779) (السبعاوي،2007)وللتحقق من اتساق بنود المقياس تم استخدام معامل ألفا لكرونباخ وتراوحت النتائج بين 0,72 و0,85.

2.9. مقياس نوعية الحياة المختصر لمنظمة الصحة العالمية من تعريب بشرى اسماعيل احمد (2008):

اعتماد مقياس نوعية الحياة -الصورة المختصرة- الذي أعدته منظمة الصحة العالمية (WHOQOL-BREF) و قامت بتعريبه بشرى اسماعيل احمد (2008)، و كان اختيار هذا المقياس لوضوح عباراته و تمتعه بالصدق و الثبات في مجتمعات عربية مختلفة منها المصرية و اللبنانية و الجزائرية والفلسطينية، ويتألف المقياس من 26 عبارة تتضمن مواقف و توجهات الفرد نحو الحياة و مدى رضاه عن هذه الظروف و المواقف، و تضمن المقياس عبارة تتعلق بنوعية الحياة العامة، و عبارة عن الصحة العامة و (24) عبارة تمثل أربعة أبعاد فرعية للمقياس، و فيما يلي وصف لهذه الأبعاد:

1-**بعد الصحة الجسمية (Physical Health):** يتكون من 7 عبارات تمثل : الأنشطة الحياتية اليومية، الاعتماد على العقاقير الطبية، القوة و الإجهاد، قابلية الحركة و التنقل، الألم و العناء، النوم و الراحة، القدرة على العمل، و تمثله العبارات (3،4،10،15،16،17،18)

2- **بعد الصحة النفسية(Psychological Health)** : يتكون من (6) عبارات

تمثل: صورة الجسم والمظهر العام والمشاعر السلبية والمشاعر الايجابية، وتقدير الذات، ومعتقدات الفرد الدينية والروحية، التفكير و التعليم، التذكر و التركيز ، وتمثله العبارات **(5،6،7،11،19،26)**

3-**بعد العلاقات الاجتماعية (Social Relationship) :** بتضمن هذا البعد ثلاث عبارات : العلاقات الشخصية، و المساندة الاجتماعية و النشاط الجنسي، و تمثله العبارات **(20،21،22)**

4-**بعد البيئية (Environment):** يتكون هذا البعد من 08 عبارات تمثل المواقف التالية: الموارد المادية، الحرية، الأمن و الأمان المادي، الرعاية الصحية والاجتماعية من حيث التوافر والجودة، والبيئة الأسرية، الفرص المتاحة لاكتساب المعارف وتعلم المهارات، والاشتراك وإتاحة الفرصة للإبداع والأنشطة الترفيهية، والبيئة الطبيعية وما تتضمنه من تلوث وضوضاء ومناخ و وسائل النقل،و تمثله العبارات **(8،9،12،13،14،23،25)**

يعطي البديل الاول علامة واحدة و البديل الثاني علامتان وهكذا الى غاية البديل الخامس الذي يمنح خمس علامات. حيث تشير العلامة (1) الى اقل درجة في مستوى نوعية الحياة اما العلامة (87) تمثل اعلى درجة في مستوى نوعية الحياة، و يعبر الرقم (1) على اصغر درجة **(سيئة جدا، غير راض ابدا، ليس دائما، سيئ جدا)** و يعبر رقم (5) عن اكبر درجة **(جيدة جدا، راض جدا، بدرجة بالغة، كثيرا)**.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم الاعتماد لحساب صدق المقياس على الصدق التمييزي، وتم التوصل إلى دلالة إحصائية بين طرفي الخاصية في كل الأبعاد، وببحث الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس تم التوصل الى معاملات ارتباط دالة تراوحت بين 0,71 و0,84.

وتم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا لكرونباخ وتم التوصل الى معامل للمقياس ككل يقدر بـ 0,88، وباستخدام طريقة التجزئة النصفية تم التوصل الى معامل جيتمان يقدر بـ 0,81.

10. عرض نتائج الدراسة:

1.10.عرض نتائج الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على أنه "توجد علاقة بين قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى طلبة الجامعة " ولاختبار صحة الفرضية يتم استخدام معامل الارتباط بيرسون والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (03) العلاقة بين قلق المستقبل ونوعية الحياة.

	الأبعاد	قلق المستقبل	الدلالة الاحصائية
نوعية الحياة	الصحة الجسمية	0,25	دال عند 0,01
	الصحة النفسية	0,31	دال عند 0,01
	العلاقات الاجتماعية	0,25	دال عند 0,01
	البيئة	0,25	دال عند 0,01

يتضح من خلال الجدول رقم (03) أنه توجد علاقة دالة إحصائيا عند مستوى 0,01 بين قلق المستقبل وكل أبعاد نوعية الحياة، أي أن المتغيران يزيدان معا وينخفضان معا لدى الطالب الجامعي.

2.10.عرض نتائج الفرضية الثانية: تنص الفرضية الثانية على أن "الطالب الجامعي أكثر قلقا في المجال الاقتصادي في حياته الجامعية" ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام تحليل التباين الأحادي والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (04) الفروق بين أبعاد قلق المستقبل.

	مجموع التباينات	درجة الحرية	متوسط التباين	F	الدلالة الإحصائية
داخل المجموعات	78898,707	4	19724,677	455,762	,000
خارج المجموعات	49121,061	1135	43,278		
المجموع	128019,768	1139			

يتضح من خلال الجدول رقم (04) أنه توجد فروق بين كل أبعاد قلق المستقبل ولاختبار أي نوع من القلق الأكثر انتشارا لدى الطالب الجامعي تم استخدام اختبار شيفيه والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (05) اختبار شيفيه لدلالة الفروق بين أنواع قلق المستقبل.

مجالات قلق المستقبل		الفرق بين المتوسطات	الدلالة الاحصائية
المجال النفسي	المجال الاقتصادي	14,557*	,000
	المجال الاجتماعي	,982	,637
	المجال الصحي	7,250*	,000
	المجال الاسري	21,917*	,000

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن الفرق بين متوسط المجال النفسي والمجالات المتبقية متفاوت ويمكن القول أن القلق لدى الطالب الجامعي يمكن ترتيب مجالاته من الأكثر انتشارا إلى الأقل انتشارا كما يلي: القلق النفسي ثم يليه القلق في المجال الصحي ثم القلق في المجال الاقتصادي ثم القلق في المجال الأسري وأخيرا القلق في المجال الاجتماعي، أي أن القلق النفسي هو الأكثر انتشارا لدى الطالب الجامعي.

11.تفسير و مناقشة فرضيات الدراسة:

1.11.تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

من خلال عرض نتائج الدراسة تبين أنه توجد علاقة موجبة بين قلق المستقبل ونوعية الحياة وهو ما يتوافق ودراسة المشاغبة (2014) وبن غذفة (2021) و لقمش (2022)، و يخالف ما تم التوصل إليه في دراسة سوفية (2019)، و يمكن تفسير العلاقة الموجبة بين نوعية الحياة في كل الأبعاد الجسمية والنفسية والعلاقات الاجتماعية والبيئية مع قلق المستقبل بأن قلق الطلبة ورآهم المستقبلية القلقة دفع بهم لتعويض ذلك بالالتزام بالحفاظ على الصحة والاهتمام بالعناية الشخصية لضمان سلامتهم وبالتالي تحقيق بعد الصحة الجسمية رغم كل المخاوف التي لحقت الجوانب الأخرى، قناعة منهم أن الحفاظ

على السلامة الجسمية هو الذي يضمن ما تبقى من مكتسبات، وأن الصحة تاج على الرؤوس وما سواها يهون أمام ذاك.

وقلق الطلبة على مستقبلهم ومسارهم الدراسي جعلهم يستعملون اساليب و تقنيات جديدة كالدراسة عن بعد و التعليم الالكتروني والذي خفف من الحجم الساعي وخفض من تكاليف الطلبة و الجهد و اتسم بالمرونة و تخطي الحواجز بين المعلم و المتعلم.

ورغم أن نوعية حياة بعض الطلبة جيدة حسب نتائج الدراسة إلا انه ظهر لديهم القلق المستقبلي والغموض الحياتي، والكدر بسبب النظرة التشاؤمية للغد و غياب الراحة النفسية و انعدام الأمل و التفاؤل، و هذا ما أشارت إليه دراسة Kaparounaki و اخرون في دراستهم على الطلاب الجامعيين أن الحجر الصحي يؤثر على صحتهم العقلية من خلال زيادة في القلق و الاكتئاب و في مجموع الأفكار الانتحارية.

إن القلق المشترك بين الطلبة جراء الظروف الجامعية الحالية جعل منهم أكثر تعاطفا مع بعضهم سواء في الجانب الصحي أو العاطفي أو الدراسي.

فالطالب الجامعي المقيم يشعر بشيء من الوحدة و الاغتراب و يظل في خوف و قلق مستمر كونه بعيدا عن أهله و مقر سكنه، لكن الحياة الجامعية داخل الإقامة تتحسن من خلال خدمات النقل و الإطعام و الإيواء و غيرها، و بالتالي الشعور بالرضا عن خدمات الإقامة الجامعية، وهذا يعتبر كمحفز للطالب للمثابرة و النجاح و تحسين ظروفه و بالتالي إدخال البهجة و السرور على الأهل و الشعور بتقدير الذات خاصة في ظل الظروف الصعبة، بالنسبة لفئة الطلبة العاملين فان العمل يحسن من نوعية حياتهم و يضمن لهم تحمل الكثير من الأعباء، لكن هذا قد يجعل الطالب في قلق من عدم التوفيق بين الدراسة و العمل ،و الخوف من الفشل في احد هذين الجانبين او كلاهما.

2.11.تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

من خلال عرض نتائج الدراسة تبين ان الطالب الجامعي أكثر قلقا في المجال النفسي في ظل ظروف الحياة الجامعية وهو ما يتوافق و دراسة التيجاني

(2010) و دراسة تمبسكي(2012) و دراسة خواجة (2020) حول القلق لدى عينة من طلبة دبلوم التعليم العام بمحافظة جنوب الشرقية في سلطنة عمان و دراسة اميطوش(2020) التي توصلت إلى أن الآثار النفسية المترتبة عن الحياة الجامعية جاءت في المرتبة الأولى و الاجتماعية في المرتبة الثانية و الاقتصادية في المرتبة الثالثة، و هذا يؤكد أن الجانب النفسي كان الأكثر ، و يخالف ما تم التوصل إليه في دراسة الين تشو (2016) التي تربط بين توقع مستقبل اقتصادي غير مستقر والشعور بالألم البدني وهو ما يصف الوضع في فترة وباء كورونا، حيث ترى تشو أن عدم الأمان الاقتصادي هو أكثر ما يشغل الطلبة وهو يقلل من إحساس الأشخاص بالتحكم في حياتهم ويؤدي بدوره إلى ازدياد الشعور بالألم، و دراسة ليال الرفاعي (2020) بعنوان قلق المستقبل لدى الشباب الجامعيين في الأزمة الاقتصادية في لبنان، و التي بينت أن قلق الطالب في المستوى الاقتصادي و الاجتماعي اكبر من القلق في المجال النفسي، ويرجع ذلك الى عدة اعتبارات فالدراسات التي توصلت الى ترشيح القلق الاقتصادي أو الاجتماعي على عينات في بلدان تعاني أزمة اقتصادية خانقة هي من يؤثر على توجهات ومعاناة الأشخاص بها فقد تجد أغلب شرائح المجتمع وليس الطلبة فقط يعاني القلق المرتبط بالجوانب الاقتصادية، ونظير ذلك فالمجتمعات التي تتميز باستقرار اقتصادي في وسط الفوضى العالمية تجد أفراده ينخفض لديهم القلق في الجوانب الاقتصادية، ويتركز القلق على جوانب أخرى، فالطالب الجامعي الجزائري كعينة من المجتمع الجزائري يعاني مما تعاني منه شرائح المجتمع، ويتأثر بالتداعيات الاقتصادية والاجتماعية المجتمعية، والتحديات و الصعوبات والتهديدات التي تجعل أفكاره مشوهة و سلوكياته خاطئة و هي حالة مكتسبة من البيئة التي يعيش فيها. ، فهو في تفكير وقلق مستمر حول مستقبله المهني، والأسري والاجتماعي وهو ما يظهر في قلقه النفسي المستقبلي، والواقع الحالي للطالب الجامعي والأساليب الجديدة المتبعة في التعليم والقوانين المحدثة، يمكن أن تكون مربكة له فيرى عدم جدواها حسب رأيه في تحقيق المستوى الذي يطمح إليه من مشواره الجامعي، و كمثال عن ذلك نقص التربصات في بعض التخصصات للطلبة المقبلين على التخرج و الذي من شانه تزويد الطلبة بمعارف تطبيقية جديدة من خلال التعامل المباشر

مع الواقع، ويمكن القول في جانب آخر أن الإنسان كائنا اجتماعيا بطبعه و هذا ما يجعله في معادلة صعبة الحل، فمن ناحية هو ملزم بالاحتكاك مع الأفراد و من ناحية أخرى يرفض السلوكات غير المقبولة في المجتمع، وهذا يجعله في قلق نفسي دائم مستمر، و أشارت دراسة مقلاتي (2017) أن أغلبية أسباب انتشار العنف في المؤسسات التربوية الجزائرية هو افتقاد البعد الأخلاقي عند بعض الطلبة و مسايرة الآخرين لهم، وأكدت هذه الدراسات على التأثير السلبي لجماعة الرفاق من خلال بعض سلوكياتها . ومن بين الأسباب كذلك شعور الطالب بالرفض من طرف الجماعة يجعله يحس بالعزلة و عدم التواصل يؤدي به إلى اتخاذ موقف سلبي تجاه بقية الطلبة ما يجعله في قلق نفسي مستمر.

12.خاتمة:

من خلال الدراسة الحالية وباتباع الإجراءات المنهجية الملائمة تم التوصل إلى أنه توجد علاقة بين قلق المستقبل و نوعية الحياة لدى الطالب الجامعي، بحكم انتهاج الطلبة لأساليب جديدة لمواصلة المسار الدراسي و سعيهم للتكيف و التخفيف من حدة الضغوط في الحياة الجامعية، والخوف من الرفض، والتعاطف مع زملاء الدراسة، كل ذلك ساهم بشكل أو بآخر في تحفيز الطلبة و رغبتهم في الحصول على نوعية حياة جيدة مما يؤدي لقلق مستقبلي لديهم حول الأوضاع الأسرية والمهنية والاجتماعية التي تستقبلهم فور تخرجهم من الحياة الجامعية، وتم التوصل إلى أن الطالب الجامعي أكثر قلقا في المجال النفسي في الحياة الجامعية، وذلك لمدى حرص الطلبة على السعي لتحقيق فعالية الذات وقلة الخبرة في التعامل مع مواقف الإحباط سواء في المجال الدراسي أو المجتمعي.

ومن أجل ذلك تم اقتراح ما يلي:

-تنظيم ورشات ولقاءات إرشادية تهدف إلى إعداد الطلبة لما بعد تخرجهم من الجامعة، وتوعيتهم بأهمية التخطيط للغد وذلك لتحسين توقعاتهم اتجاه مستقبلهم، وبالتالي تعزيز الثقة بالنفس لديهم لتخطي العقبات و الأزمات التي ستواجههم في المستقبل.

- تفعيل مخرجات الدراسات في علم النفس الايجابي، حتى يتسنى لطلبة الجامعة دراستها والبحث فيها وتمثلها، وبذلك فتح السبل أمامهم لأجل فهم ذواتهم والاطلاع على جوانب القوة في شخصيتهم وتعزيزها.

-ضرورة المرافقة النفسية للطالب الجامعي خاصة المقبل منه على التخرج في مساره الجامعي للارتقاء بالصحة النفسية و التكيف الاجتماعي.

قائمة المراجع:

- الاقصري يوسف، (2002)، *كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل*، عمان: دار الطائف للنشر.
- البقلي احمد عبد العزيز، (2014)، *مفهوم نوعية الحياة: النشأة و التطور*، ورقة بحثية في المؤتمر السنوي الثالث و الأربعين قضايا السكان و التنمية الواقع و تحديات المستقبل ما بعد 2015، القاهرة.
- بن غذفة شريفة، (2021)، نوعية الحياة لدى الطلبة الجامعيين، *مجلة الآداب و العلوم الاجتماعية*، 18(2)، الجزائر
- بن غذفة شريفة، (2021)، نو عية الحياة في ظل جائحة كورونا: دراسة استكشافية على عينة من طلبة الجامعة، *دراسات نفسية وتربوية*، 14(2)،جامعة محمد لمين دباغين، سطيف، الجزائر.
- دويدري وحيد رجاء، (2000)، *البحث العلمي أساسياته النظرية و ممارساته العملية*، دمشق: دار الفكر المعاصر.
- السبعاوي فضيلة عرفات، (2008)، قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي، *مجلة التربية والعلم*، 15(2)، القاهرة، مصر.
- عبد المنعم يسريه و آخرون، (2017)، قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح و ادارة الوقت لدى عينة من طلاب كلية الاقتصاد المنزلي، *المجلة العلمية لكلية التربية النوعية*،1(9)، القاهرة، مصر.
- القحطاني محمد بن مترك، (2016)، قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار غير العقلانية فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب وطالبات قسم علم

النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، *مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية*، العدد 41، السعودية.

- قجال عقيلة و عيسو سعيدة، (2018)، الصلابة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى مرضى السرطان، *دراسات نفسية وتربوية*، 11(1)، الجزائر.
- كاظم احسان خضير وعبد العزيز ثائر، (2021)، دراسة مقارنة قلق المستقبل لدى الطلبة من ذوي شهداء الحشد الشعبي و اقرانهم العاديين في المرحلة الاعدادية، *مجلة فصلية محكمة*، 10(38)، جامعة كربلاء، العراق.
- مرسي أبو بكر، (2002)، *أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للارشاد النفسي*، مصر: مكتبة النهضة المصرية.
- مقلاتي سامي (2017) *تفسير ظاهرة العنف في الجامعة الجزائرية من طرف هيئة التدريس*، أطروحة دكتوراه في علم النفس الاجتماعي غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، الجزائر.