قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات

سهام ضيف الله علي الفايدي
المملكة العربية السعودية – مدينة تبوك

ملخص

استهدف البحث الحالي التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طالبة جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات، حيث تألفت عينة الدراسة من (186) طالبة ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس قلق المستقبل للخالدي (2002)، وتم استخراج دلالات الصدق والثبات للمقياس في البيئة السعودية، وقد أشارت نتائج البحث إلى أن مستوى قلق المستقبل كان مرتفعاً بشكل عام لدى طالبات جامعة تبوك، وتبين أن قلق المستقبل فيما يتعلق بالمجال الصحي والمجال الاقتصادي، والمجال النفسي كان مرتفعاً لدى طالبات جامعة تبوك، أما قلق المستقبل فيما يتعلق بالمجال الأسري والمجال الاجتماعي، فكان متوسط المستوى لدى طالبات جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية، وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى قلق المستقبل بمجالاته يعزى للسنة الدراسية، والتخصص، والتحصيل العلمي.

الكلمات المفتاحية : قلق المستقبل، طالبات جامعة تبوك.

Abstract

This research aimed to identify the level of future anxiety for female students in Tabuk University in Saudi Arabia in light of some variables, where the study sample consisted of 186 female students whom showed the highest degree of anxiety of the future in the University of Tabuk in Saudi Arabia, and to achieve the objectives of the study the of future anxiety based on Khalidi scale (2002), the scale of semantics validity and reliability in Saudi Arabia environment was extracted, and the search results indicated that the level of future anxiety was generally higher for the students of Tabuk University, it shows that the anxiety future concerns the areas of health and economy, while the psychological field was high in female students in the University of Tabuk, and the anxiety for future with respect to family and social issues, which marked medium level among students of the University of Tabuk in Saudi Arabia, and found that there were no statistically significant differences in the level of future anxiety in its fields attributed to school year, major and educational achievement.

Keyword: Future Anxiety, Female Students

1- مقدمة

يعيش الإنسان في عصر كثير التداخلات والتغيرات والتفاعلات المصحوبة بالعديد من التعقيدات في مختلف المجالات التي أثرت في الحياة ومظاهرها، وما يصاحبها من اضطرابات سلوكية ونفسية نتيجة لضغوط الحياة، فمع التطور السريع للحياة الحديثة يواجه الإنسان العديد من المواقف التي قد تهدده بحياته ومستقبله، وترفع من مستوى القلق لديه وتزيده تجاه ما يحتويه مستقبله الحياتي، وما يتوقعه من أحداث قد لا يتوقعها أو لا يستطيع مواجهتها ويقوى عليها.

إن ما يشكله قلق المستقبل على صحة الأفراد وسلوكاتهم من أخطار، قد يكون ذا درجة عالية مما يؤدي إلى اختلال في توازن حياة الإنسان والأفراد بشكل عام، ما يكون له الأثر الكبير على الناحية النفسية أو الجسمية وما يتبعه من تأثيرات في مختلف جوانب الحياة.

ويُعد القلق جزءاً من حياة الإنسان يؤثر في سلوكه ويعتبر هذا طبيعياً، فالقلق هو علامة تدل على إنسانية الفرد، وحقيقة من حقائق الوجود، وجانب دينامي في بناء الشخصية ومتغيرمن متغيرات السلوك. وقد ينشأ القلق عند جميع الأفراد في مختلف مواقف التحدي التي تواجههم، وهي حالة طبيعية، لأن القلق قد يشكل دافعاً للفرد لاتخاذ القرارات والاجراءات السلوكية المناسبة لمواجهة هذه المواقف.

ومن الملاحظ أن القلق في تزايد في الآونة الأخيرة ويبرز كقوة مؤثرة في حياة الأفراد وزادت درجته عن الحد الطبيعي الأمر الذي يؤدي إلى ارتباطه بالاضطرابات السلوكية، وأكثر ما يكون القلق أو من يواجهه هم فئة الشباب لما يدور حولهم من صعوبات وما يخبئه الغد والمستقبل لهم خلف المجهول والمبهم، في ظل انشغالهم العام بالمستقبل الذي يعلقون عليه آمالهم في تصورهم بأنه الثمرة سوف تجنى وراء ذلك المستقبل، في خضم الأهداف المستمدة من فهمهم لذلك المستقبل وتخطيطهم له. (زيدان، 2007).

وقد نبعت كلمة "القلق" من الكلمة اللاتينية الأصل (Anxietes) التي يقصد بها اضطراباً في العقل، والذي يعرف القلق بصفة عامة بأنه "حالة نفسية ارتبطت بحالات الخوف والهمُّ والتي تؤذي الإنسان نفسياً وجسمياً" (الشاوي، 1999: 22).

وفي كثير من الأحيان يكون القلق غير صحى مما يؤدي إلى اضطراب في سلوك الأفراد، والذي يحدث عند وجود مؤثر أو خطر حقيقي محسوس ينشأ بسبب انعدام الأمن الذي يحدث لدى الفرد (بن علو، 1993).

ويرى لازاروس وفولكمان (Lazorus & Folkman, 1999) أن القلق العام عبارة عن ظاهرة عقلية، أو بدنية تتشكل من خلال تقييم المرء المعرفي للمحفز، وتحدث هذه الظاهرة نتيجة لتفاعل المرء مع البيئة، بحيث يعتمد وجود القلق على وجود المسبب له.

وفي دراسة لزاليسكي (Zaleski, 1996) يرى أن القلق العام بجميع أنواعه يتضمن عنصر القلق من المستقبل. حيث أن قلق المستقبل يشير إلى المستقبل المتمثل بمدة زمنية طويلة، ويتم تصوره على شكل حالة من الغموض بشأن أمور متوقعة الحدوث في المستقبل البعيد، أو توقع حدوث أمر سيء.

وفي دراسة لننفس العالم زالسكي (Zaleski, 1996: 165) عرف القلق بأنه: "حالة من التوجس وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات السلبية في المستقبل، ويرى أن حالة القلق الشديد تحدث من تهديدها ومن أن شيئاً كارثياً حقيقياً يمكن أن يحدث للفرد".

وتعرف الجمعية الأمريكية السيكولوجية المشار إليها بليكلاني (2008: 24) قلق المستقبل بأنه: "خوف أو توتر أو ضيق ينبع من توقع خطر مما يكون مصدره مجهولاً إلى درجة كبيرة أو غير واضح المصدر، ويصاحب كل من القلق والخوف متغيرات تسهم في تنمية الإحساس والشعور بالخطر".

وفي خضم التعريفات السابقة لقلق المستقبل يظهر أن العديد من التعريفات أشارت إلى أن هذا النوع من القلق يؤثر بشكل مباشر على حياة الأفراد الحالية والمستقبلية، وأنه ينتج عن توقع حدوث أمر ما، وأنه مقترن بالخوف وعدم الطمأنينة والشعور بالتهديد نتيجة لبعض الظروف المحيطة.

وقلق المستقبل يؤثر بشكل مباشر على مواقف الأفراد تجاه مستقبلهم، أو تجاه ما سيحدث معهم وما يمكن أن يحدث، وبالتالي يصبح المستقبل مصدراً يستدعي القلق والرعب نتيجة

للإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل، مما يؤدي بالفرد إلى عدم الثقة في القدرة على التعامل مع الأحداث المحيطة به، والنظر بشكل سلبي لها بسبب تداخل الأفكار وتشتتها وتداخل الماضي الحاضر والمستقبل، مما يؤدي إلى عدم القدرة على التركيز والتكيف مع ما يدور حول الفرد من أحداث تعترض مستقبله، والذي يسبب زيادة في القلق نحو المستقبل (بن علو، 1993).

وقد أظهرت بعض الدراسات أن هناك العديد من مصادر قلق المستقبل، أهمها كان التهديد لدى الفرد، أكان التهديد مباشراً واضحاً أم كان مبهماً غامضاً، ويرتبط التوقع بالأحداث المستقبلية والخوف من ذلك المستقبل الذي يحمله من تهديد يواجه الفرد، وينشأ هذا القلق (قلق المستقبل) من أمور يتوقع حدوثها في المستقبل، ويكون التوقع هذا مصاحب لحالة من التوجس والذي يصعب على الفرد التعامل معها، مما يؤدي إلى توتراً واضطراباً في مختلف جوانب السلوك (Barlow, 2000)

وفي دراسة لداينز (2006) والتي أشار بها إلى أن أسباب قلق المستقبل تنبثق من عوامل اجتماعية، إذ أن لردود الأفعال الوجدانية في التغيرات الاجتماعية والأخلاقية في البيئة المحيطة والتي تولد مشاعر القلق والخوف من الضعف، والتي تؤدي بالفرد إلى عدم وضوح الواقع والمستقبل، وبالتالي يمكن أن يقاد الفرد من خلالها إلى دوامة كبيرة من التفكير والقلق في ذلك المستقبل.

2- مشكلة الدراسة

في ظل الخوف من الفشل الدراسي، فإن قلق الطالبات في تزايد مستمر، وهذا القلق يحذو بالطالبات إلى ما يحمله المستقبل بمفاجآت بعد الانتهاء من الدراسة والتخرج، ويتزايد مستوى القلق في حالة توقع الخطر والشعور بعدم الاستقرار وقلة في الأمن في ظل الكثير من الطموحات التي تطمح كل طالبة إلى تحقيقها، وفي حالة عدم إشباع هذه الرغبات ينبثق التوتر والذي يعتري الطالبات القلق الذي يحد من قدراتهن وامكاناتهن، فقد أخذت العديد من الدراسات قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات مثل (حسن، 1999؛ السفاسفة والمحاميد،

2007) والتي أشارت نتائجها إلى أنه وفي الواقع أن مشاعر الطلبة تتسم بالقلق من المستقبل وبشكل مرتفع.

وفي ضوء المرحلة التي تتمثل في تحقيق هدف الطالبات في الحصول على العمل بعد الانتهاء من المرحلة الدراسية في الجامعة لتحقيق حياة كريمة، تظهر بعض العوامل التي ترتبط بقلق المستقبل لدى طالبات الجامعات والتي تؤثر على الحياة بشكل عام، إذ تعد مصادر أساسية لقلق المستقبل باعتبارها العناصر الأساسية، والحاجات التي ترتبط بالنمو والتطور وتحقيق الذات.

ويشكل قلق المستقبل خطورة ظاهرة على إدراك الطالبات وقدراتهن وطموحاتهن المستقبلية مما يجعلهن عرضة للاضطرابات النفسية والسلوكية، وعدم القدرة على التكيف الفعال، مما يؤثر على المستقبل العملي والعلمي للطالبات، ومن الملاحظ أن قلق المستقبل يشغل حيزاً كبيراً من المشكلات النفسية لدى الطالبات وخاصة فيما يتعلق بالمستقبل والآمال التي تبنى عليه، ويظهر أن قلق المستقبل يشمل على الكثير من المشكلات التي تحيط بالطالبات أو المجتمع ككل، وبالتحديد فإن مشكلة الدراسة تكمن في الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما مستوى قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية.
- هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك يعزى لمتغير السنة الدراسية، والتخصص، والتحصيل العلمي.

3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى ما يلي:

- بيان مستوى قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية.
- التعرف إلى الفروق في مستوى قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية باختلاف السنة الدراسية، والتخصص، والمستوى الدراسي.

4- أهمية الدراسة

إن دراسة القلق لها أهمّية بارزة في العصر الحالي الذي يطلق عليه اسم عصر القلق، وتنبع أهمية هذه الدراسة في تناولها لقلق المستقبل والذي يؤثر في حياة الطالبات في جامعة تبوك خاصة ويؤثر في مختلف أمور الحياة عامة، وتبرز أهمية الدراسة في التعرف إلى مستوى قلق

المستقبل لدى طالبات جامعة تبوكن الذي يمكن أن يزود الباحثين والجهات المسؤولة بمعلومات تفيد في تخطيط برامج الإرشاد والتوجيه في الجامعات، وان هذه الدراسة توفر أداة قياس قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك، في غياب أدوات القياس ذات العلاقة بموضوع الدراسة.

وتتركز أهمية الدراسة الحالية في أنها تركز على فئة معينة من أفراد المجتمع وهي طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية اللواتي من المأمول منهن أن يقوموا بالتطوير والتحديث المستقبلي للمجتمع، لذلك فإن الدراسة الحالية تنطلق من اهتمامها بدراسة ما يتعرضن له من ضغوطات نفسية وسلوكية تتركز في قلق المستقبل والتفكير به.

وفعلياً يمكن الاستفادة من الدراسة الحالية في نتائجها لتوجيه أنظار المختصين في تنظيم برامج إرشادية وتوعوية من أجل الحد من قلق المستقبل لدى طالبات الجامعات، والعمل على توجيه القلق لديهن نحو المستقبل ليكون فاعلاً ومليء بالانجازات والتنظيم والتخطيط للحياة المستقبلية لهن، وتكمُن أهميّة الدراسة الحالية في جانبين، هما:

- **الجانب النظري:** إنها تكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية، إذ أن هذه الشريحة من الشرائح المهمة التي لم تحظى بدراسات كافية للكشف عن مستوى قلق المستقبل لديهم ، ولهذا فإن الأدب التربوي والإطار النظري فيها سيكون ركيزة للباحثين والدارسين.
- **الجانب التطبيقي:** لفت أنظار القائمين والمشرفين والجامعات في المملكة العربية السعودية بأن تقدم لهم الدراسة مستوى قلق المستقبل في ضوء بعض المتغيرات لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية، فقد تظهر لديهن فروق ذات دلالة إحصائية قد تكون مختلفة في بعض المتغيرات. الأمر الذي يساهم في تطبيق برامج إرشادية، لخفض مستوى قلق المستقبل لديهن مما ينعكس على توافقهم وانسجامهم مع الحياة.

5- مصطلحات الدراسة

احتوت الدراسة المصطلحات الآتية:

5-1 القلق: هو حالة انفعالية نفسية يتداخل فيها الخوف ومشاعر الرهبة والحذر والرعب والتحفّز. موجّهة نحو المستقبل، أو الظروف المحيطة (سرحان؛ وزملائه، 2004).

5-2 قلق المستقبل: عرف زاليسكي (Zaleski,1996) قلق المستقبل بأنه حالة من التوجس والخوف وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات غير المرغوبة في المستقبل وفي حالة قلق المستقبل القصوى فإنه قد لا يكون تهديداً حاداً أو هلعاً من أن ثمة شيء كارثي حقيقي، يُمكن أن يحدث للشخص.

وتعرفه شقير (شقير، 2005) قلق المستقبل على انة خلل او اضطراب نفسى المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشوية وتحريف إدراكى معرفى للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات ودحض للايجابيات الخاصة بالذات والواقع ، تجعل صاحبها فى حالة من التوتر وعدم الامن، مما قد يدفعة لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدى به الى حالة من التشاؤم وقلق التفكير فى المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة ، والافكار الوسواسية وقلق الموت واليأس .

وتعرفه الباحثة نظرياً بأنه شعور غامض غير سار مصحوب بالتوتر والخوف مما يحمله المستقبل من احداث.

ويعبر عنه إجرائياً في هذه الدراسة بالدرجة التي تحصل عليه الطالبة الجامعية على مقياس قلق المستقبل المستخدم في هذه الدراسة.

5-3 طالبات جامعة تبوك: هن الطالبات اللواتي يدرسون في جامعة تبوك وقد أنهوا المرحلة الثانوية العامة بنجاح والتحقوا بالدراسة بجامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية والتي تمتد بها الدراسة لمدة (أربعة سنوات) وتمنح درجة البكالوريوس.

6- حدود الدراسة: تقتصر الدراسية الحالية على عينة من طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية، وفي جميع السنوات الدراسية المتمثلة بالسنة الأولى وحتى الرابعة، وبالتخصصين العلمي والأدبي، وفي المستوى الدراسي للعام الدراسي (2016/2015).

7- الإطار النظري والدراسات السابقة

ينشأ القلق مع الإنسان منذ الخلق، وتتعدد أسبابه بالعديد من الظروف كالحروب والكوارث الطبيعية أو الصدمات، أو الحالات الصعبة في حياة الشخص، وهذا ما كان عليه في الماضي، أما في الوقت الحاضر فقد تغيرت أسباب القلق إلى أمور عديدة لها ارتباط بالتقدم التقني والتكنولوجي والمهني في عصر المعلومات بشكل عام، إضافة إلى ضعوط الحياة المستمرة والأمراض الخطيرة وقلة الفرص الوظيفية والغلاء المعيشي، أضف إلى ذلك ما تعانيه الشعوب من ثورات داخلية في البلدان والتي تؤثر على أبناء العالم العربي، فهذه الأمور تنعكس سلبياً على حياة الفرد والتي تؤدي إلى التفكك الأسري وإلى الاضطرابات النفسية الشديدة والمشكلات الاجتماعية التي تؤدي إلى ارتفاع معدلات القلق وخصوصاً فيما يتعلق بقلق المستقبل.

فالقلق يصيب كافة أفراد المجتمع ولاكه يتفاوت من شخص إلى آخر، إذ يقول إبراهيم (1998): "إن جميع الأفراد تعرضوا دون استثناء للحظات شعروا خلالها بالاضطراب النفسي بكل ما يتسم به من توتر شديد والوقوع تحت رحمة الانفعالات القوية التي تعجزهم عن التفكير الملائم والتصرف الفعال ويؤدي ذلك إلى استجابات انفعالية حادة يطلق عليها القلق".

ويعتبر قلق المستقبل من الاضطرابات النفسية أو الخلل الذي ينجم عن الخبرات السابقة والتي تكون غير سارة، وما إلى ذلك من تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية الغير سارة، مع تضخيم للسلبيات واستبعاد ما هو إيجابي الخاص بالذات والواقع، في حين تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الاستقرار، والشعور بعدم الأمان، الأمر الذي قد يؤدي بالشخص إلى تدمير ذاته والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، مما يؤدي بالفرد إلى حالة من التشاؤوم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس (شقير، 2005).

وترى هورني Horney أن القلق هو استجابة انفعالية لخطراً موجهاً للمكونات الأساسية للشخصية، إذ تشير إلى وجود ثلاثة عناصر أساسية للقلق وهي: الشعور بالعجز، والشعور بالعداوة، والشعور بالعزلة.

وتفيد هورني بوجود مصادر رئيسة للقلق تكمن في أشكال المعاملة داخل الأسرة ومحيطها من حيث الروابط العاطفية، وأهم هذه الأشكال حرمان الأطفال من العاطفة والحب أو الحنان، ونبذة من قبل الأسرة، وتركه في اللامبالاة دون تحقيق حاجاته، والخلافات العائلية وتدني فرص تحقيق العدالة في التعامل، والقسوة وقلة التقدير والاحترام وهضم الحقوق الفردية وأساليب العقاب (حنتول، 2004).

7-1 النظريات المفسرة لقلق المستقبل

أولاً: نظرية التحليل النفسي

إن من أوائل رواد هذه النظرية سيجموند فرويد، والذي كان يرى أن الصراعات قائمة بين قوى الشخصية المختلفة (الهو، الأنا، الأنا الأعلى) حيث يرى فرويد أن قلق المستقبل هو الشعور الغامض الغير سار بالخوف والتحفز والتوتر والمصحوب ببعض الأعراض الجسمية، وهو ردة الفعل لحالة الخطر، ويرى فرويد أيضاً أن قلق المستقبل الأول الذي يتعرض له الفرد هو قلق الصدمة نتيجة الانفصال عن الأم في حالة الميلاد وماذا سوف يأتي في المستقبل.

ثانياً: النظرية السلوكية

تعتمد هذه المدرسة على أن يتعلم الفرد القلق كأي سلوك آخر مكتسب ومتعلم، إذ يرى سكينر أن السلوك هو نتاج مرور الفرد بخبرات تثير القلق وتعزز بدرجة جعلت منها مثيراً قوياً ومستمر، ودولار وميلر فقد رأوا بأنهما يفسران القلق، بأنه نتيجة لتوقع الألم الذي يرتبط وله علاقة بالمثيرات الخارجية من جهة وبالعمليات الداخلية من جهة أخرى (كرميان، 2007).

ثالثاً: نظرية التعلم الاجتماعي:

يعتبر باندورا Bandura من رواد هذه النظرية، والذي يعتبر أن القلق هو نتيجة لحدوث متغيرات غير مرغوب بها في ظل وجود استعداد لظهور القلق لدى الفرد نتيجة

للمفهوم السلبي لدى الشخص عن قدراته وعن ذاته، فالقلق يعبر عن المثيرات الخارجية المستجابة لكنه يرتبط ارتباطاً مباشراً بالسمات الشخصية (الوجدانية والعقلية) (التونسي، 2002).

رابعاً: النظرية المعرفية

ترجع هذه النظرية اضطرابات قلق المستقبل إلى أنماط التفكير اللاعقلاني أو غير المنطقي التي تسبق المواقف مما تؤدي إلى خلل في تفكير الفرد نحو المواقف والأحداث والأشخاص، مما يؤدي إلى رسم صور خيالية ومريبة تشكل لديه اضطراب قلق المستقبل وخاصة في المواقف الاجتماعية، بالتالي يميل الفرد إلى التقليل من قدرته على مواجهة هذه المواقف (Oltmanns and Thomas, 1998).

ويذهب أصحاب النظرية المعرفية أن الشخص القلق اجتماعياً يعاني من خلل في الإدراك والتصور، فيتسلل إليه العديد من الأفكار، فيشعر الشخص الذي يعاني من القلق بأنه عرضة للفناء الذي يتربص به في كل مكان، وهو عاجز عن دفع الكوارث، ويرى بعض المعرفيين أن القلق يظهر عندما تولد الحياة والمواقف مشاعر ونزوات لا يجرؤ العصابي على الاعتراف بها. فيحل القلق مكان الغضب أو الحب الذي تستدعيه الحياة، بسبب الشعور المزمن بالإثم وزوال احترام الذات (المرزوقي، 2007).

خامساً: النظرية الإنسانية

انطلق فيها المنظرين من زاوية تختلف عما سبق من النظريات في تفسير قلق المستقبل، فهم يؤكدون على خصوصية الإنسان بين الكائنات الحية، ويرون فيه كلاً متكاملاً، ويرى الإنسانيون أن أهم مصادر القلق الإنساني هو السعي المتواصل إلى إيجاد مغزى وجوده أو هدف لوجوده، فإذا لم يجدّ النتيجة؛ فأنه عرضة لقلق المستقبل، وأشاروا إلى ما يسمى بالخوف من المستقبل المتمثل فيما يحمله من أحداث تهدد حياة الإنسان ووجوده، فقلق المستقبل ينشأ مما يتوقع الإنسان حدوثه، وليس ناشئاً عن ماضيه، كما أن الفرد الذي يشعر بقلق المستقبل يعيش

مجموعة كبيرة من المشاعر والأحاسيس وغير المرغوبة، ومنها التوتر وضعف التركيز (رضوان، 2002).

وللقلق أعراض منها:

أولاً: الأعراض الجسمية: وهي تتمثل في التغيرات التي تحدث للفرد وبجسمه مثل الأطراف الباردة، وسرعة في نبضات القلب، والجفاف في الحلق وارتفاع في ضغط الدم، بالإضافة إلى سرعة التنفس، وانتفاخ البطن وتراكم الغازات داخله، بالإضافة إلى الخمول، والتوتر.

ثانياً: الأعراض النفسية والاجتماعية: والتي تتمثل في مشاعر الاكتئاب، ونقد الذات والتردد وخاصة في اتخاذ القرارات، بالإضافة إلى الانطواء، والعزلة، والتسرعن واللاتكيف.

أسباب قلق المستقبل

يعزى قلق المستقبل عند الأفراد إلى عدد من الأسباب ذكرها الرفاعي (2003) والعناني (2005)، ويمكن تلخيصها على النحو التالي:

- الاستعداد الوراثي.

- الضعف النفسي والشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي الذي تفرضه بعض الظروف البيئية مثل: مكانة الفرد ومركزه وأهدافه.

- الصدمات والمتاعب والأزمات وما يرافقها من توتر نفسي شديد، وشعور بالذنب، والخوف وتوقع والعقاب.

- مواقف الحياة الضاغطة، كالضغوط الناجمة عن التغيرات الثقافية والبيئية الحديثة، ومطالب الحياة التي أصبحت في تزايد نظرا للتغير الكبير في مجالات الحياة المختلفة الثقافية والتربوية والعلمية والاقتصادية وما يرافقها من خوف وهم، والشعور بالحرمان، وعدم الأمان، واضطراب الأسرة وتفككها، والإحساس بالوحدة.

- مشكلات الطفولة والمراهقة وأساليب التنشئة الاجتماعية الخطأ كالتسلط، القسوة، الحماية الزائدة، التذبذب في المعاملة، الإهمال، التفريق على أساس الجنس أو اللون أو العمر أو الطبقة، وما يرافق ذلك من توتر وتهديد وعدم الشعور بالامن.

– التفكير بالمستقبل والسعي المستمر نحو تحقيق الذات، والطموح، وما يرافق ذلك من صراع بين خبرات الماضي المؤلمة وضغوط الحياة العصرية.

فقلق المستقبل نوع من أنواع القلق المريبة التي تشير إلى التوجس من الغير معلوم ويحدث بسبب ظروف ومواقف ماضية وقد تكون حاضرة، يعاصرها الفرد فتؤدي به للشعور بنقص الأمن والتنبؤ بالأخطار وعدم توازن بحيث يصيبه سلبية وقنوط يجعلانه مشكلة حقيقية ومخيفة قد تؤدي به للإصابة بالكآبة أو مشاكل نفسية عصبية أخرى، فتشير أيضا إلى أن قلق المستقبل قد يصدر من معتقدات فاشلة وسلبية فيفسر المواقف والخبرات بشكل سلبي وغير واقعي، فيسير به هذا إلى التوجس والقلق اللذان يجعلانه يخل بالتحكم بنفسه وبمشاعره وتصرفاته، فيصبح الفرد في حالة من عدم الطمأنينة والتوازن النفسي.(شقير، 2005)

لقد أخذ قلق المستقبل الاهتمام الواسع من قبل علماء النفس ونال مفهوم قلق المستقبل خاصة قسطاً من اهتمام الباحثين النفسيين، وقد أكدت الدراسات التي بحثت في قلق المستقبل الأهمية الخاصة به ومؤثراته ونتائجه على النفس البشرية، كما أظهرت هذه الدراسات دور قلق المستقبل في العديد من جوانب الحياة للفرد الحالية والسمتقبلية وعلاقته بسماته الشخصية، كما أن هذه الدراسات أخذت قلق المستقبل من خلال العديد من الجوانب وبعينات مختلفة.

ولقد اختلفت أهداف الدراسات فبعضها ما هدف للكشف عن مستوى قلق المستقبل والعلاقة بين الهدف من الحياة وبين قلق المستقبل وقلق الموت كدراسة رابابورت (Rappaport, 1993) التي أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية وقد تكونت عينة الدراسة من (58) فرداً، وقد تم في هذه الدراسة استخدام مقياس قلق المستقبل وقلق الموت، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط موجب بين الهدف من الحياة وقلق المستقبل، أما العلاقة بين الهدف من الحياة وقلق الموت فقد كانت سلبية، كما أشارت النتائج إلى أن درجة قلق المستقبل كانت مرتفعة.

كما هدفت بعض الدراسات إلى الكشف عن قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي كما جاء في دراسة (السبعاوي، 2007) والتي هدفت

التعرف إلى مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية بشكل عام، كما هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة ما بين متغير قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية ومتغيري الجنس (طلاب وطالبات) والتخصص الدراسي (علمي وإنساني)، أما عينة الدراسة فقد تكونت من (578) طالباً وطالبة، ويمثلون نسبة (15.270%) تقريباً من مجتمع البحث الأصلي، استخرجت الباحثة صدق أداة البحث عن طريق الصدق الظاهري والصدق الذاتي واستخرج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي وطريقة إعادة الاختبار على عينة من الطلبة بلغت (50) طالباً وطالبة وكان معامل الثبات لأداة البحث (0.938) واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة في تحليل البيانات ومعالجتها إحصائياً، منها معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لعينة واحدة ومعامل ارتباط بوينت باسيريال وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري لمقياس قلق المستقبل ولصالح القيمة المتحققة، وهذا يعني أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة بشكل عام عالٍ. كما وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير الجنس ولصالح الإناث. وفي ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذه الدراسة قدمت التوصيات والمقترحات اللازمة ومن أهمها ضرورة الاهتمام الإرشاد التربوي والنفسي في كلية التربية والعمل على فتح مكتب للاستشارة النفسية التي تعني بمشكلات الطلبة. وأن تعمل كلية التربية على توفير بعض الفعاليات والبرامج والأنشطة العلمية والرياضية والترفيهية من أجل مساعدة الطلبة في تخفيف قلق المستقبل.

وقد قامت (خليل، 2011) بدراسة بعنوان مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، وقد هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الإيجابية وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، وهل يختلف مستوى الإيجابية وقلق المستقبل باختلاف الجنس والتخصص الدراسي، فضلاً عن التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين المتغيرين، وتألفت عينة البحث من (990) طالباً وطالبة، ولتحقيق أهداف البحث تم بناء مقياسين أحدهما لقياس الايجابية والآخر لقياس قلق المستقبل، وتم استخراج دلالات الصدق والثبات للمقياسين، وقد أشارت البحث إلى أن الطلبة عينة البحث يتمتعون بمستوى من الإيجابية أعلى من المتوسط

الفرضي للمقياس، كما أظهرت النتائج أن قلق المستقبل لدى أفراد العينة أقل من المتوسط الفرضي للمقياس فضلاً عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ما بين المتغيرين.

وفي دراسة (إبراهيم، 2011) بعنوان قلق المستقبل وأثره على التحصيل العلمي لدى طلاب الجامعة، هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستوى قلق المستقبل وعلاقته بالتحصيل العلمي لدى طلاب الجامعة، حيث تألفت عينة الدراسة من طلبة جامعة المجمعة بالمملكة العربية السعودية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس قلق المستقبل عليهم وقياس مستوى التحصيل الدراسي لهم، وجاءت نتائج الدراسة بوجود هذا النوع من القلق فإنه يؤثر تأثيراً سلبياً على أدائهم الأكاديمي وتحصيلهم العلمي، كما ينعكس أيضاً على توافقهم النفسي والاجتماعي والدراسي، مما يعيق تقدمهم وانجازهم، وفي ضوء النتائج أوصت الباحثة بتأسيس مركز للارشاد والتوجيه النفسي بالكليات يهدف التعرف إلى المشاكل المستقبلية للشباب الجامعي ومساعدته على حلها، وضرورة توعية طلاب الجامعة وإدراكهم ما للزمن من قيمة ينبغي استغلالها في تحقيق أهدافه وطموحاته.

وفي دراسة لـــ(العكايشي، 2000) التي هدفت إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة والكشف عن دلالة الفروق في مستوى قلق المستقبل بين طلبة الجامعة تبعاً لمتغيرات الجنس، والتخصص الدراسي، والسكن (الريف، والحضر) واعدت الباحثة مقياساً لقلق المستقبل وتألفت عينة الدراسة من (230) طالباً وطالبة من المراحل المنتهية لدى طلبة الجامعة المستنصرية بالعراق، تمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي وتحليل التباين الثلاثي، وتوصلت الدراسة إلى أن متوسط درجات قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس بفرق دال معنوياً ووجود فرق دال معنوياً بين قلق المستقبل والجنس ولصالح الإناث كما أشارت النتائج إلى وجود فرق دال معنوياً بين قلق المستقبل والسكن ولصالح الحضر وكما أشارت إلى عدم وجود فرق دال معنوياً بين قلق المستقبل والتخصص.

وأشارت دراسة (أحمد، 2000) التعرف إلى طبيعة العلاقة الارتباطية ما بين قلق المستقبل وقلق الاختبار وكل من متغيرات الدافعية للانجاز ومستوى الطموح ومفهوم الذات، حيث تكونت عينة الدراسة من (300) طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية في محافظة المينيا بمصر، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية ما بين قلق المستقبل وقلق الاختبار وبين الدافعية ومستوى الطموح ومفهوم الذات، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل يعزى للجنس.

وفي دراسة لـــ (مساوي، 2012)، بعنوان قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات، والتي تهدف إلى التعرف على معرفة مستوى درجة قلق المستقبل لدى الطالب المعلم واختلاف درجة قلق المستقبل باختلاف العمر الزمني والتخصص الأكاديمي والمعدل التراكمي، وقد طبق مقياس قلق المستقبل على عينة مقدارها (109) طالباً تحت التخرج من كلية المعلمين بجامعة جيزان بالمملكة العربية السعودية، وباستخدام تحليل التباين تم التوصل إلى وجود مستوى عال من قلق المستقبل لدى الطلاب المعلمين، وعدم وجود فروق دالة احصائياً في مستوى قلق المستقبل باختلاف العمل الزمني لدى الطلاب المعلمين، وعدم وجود فروق دالة احصائية في قلق المستقبل باختلاف التخصص الاكاديمي لدى الطلاب المعلمين، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في درجة قلق المستقبل تعزى للمعدل التراكمي لدى الطلاب المعلمين.

وفي دراسة أخرى أجراها كوليش وآخرون (Kolayis & others 2010) والتي هدفت إلى الكشف عن أثر الأنشطة البدنية على القلق والثقة بالنفس لدى عينة من الأيتام قدرت ب25 مشارك في هذا البرنامج الرياض و الذي امتد ل8 أسابيع ، نتج عن هذه الدراسة بان الأنشطة البدنية مفيدة للأطفال الذين يعيشون في دور الأيتام والذين يفقدون للحب والرعاية ،وهذه النتائج تتفق مع حالات الاكتئاب النفسي لدى هؤلاء الأطفال بحيث تساعدهم ليكونوا أقوياء نفسيا وتهيئ لهم الصحة الجسدية والسعادة والنجاح في المستقبل.

وقام بولانوسكي (Bolanowski,2005) بدراسة القلق إزاء المستقبل المهني بين الأطباء الشباب في جامعة بون الطبية ،وهدفت هذه الدراسة على التركيز والاهتمام على فئة

المتدربين الذين سيصبحون قريبا جزءا أساسيا من نظام الرعاية الصحية. بدايةً ذكر بأن العقبات التي يواجهونها في بداية مهنتهم قد تشجعهم أو قد تعرقل مهمتهم ومهنتهم. وقد أورد بعض العوامل التي تحفز عملية القلق إزاء المستقبل ومنها:

تم تطوير استبيان للدراسة، وجمعت الإجابات من عينة تمثيلية صغيرة من المتدربين البولنديين والمتدربين الفرنسيين وهي (1000) شخص. تم بناء مقياس لقياس القلق وكانت نتائج الدراسة كالتالي:

أن القيمة المتوسطة لمؤشر القلق، ذات النتيجة العالية في بولندا كانت لصالح المتدربين الذين هم على دراية بالواجبات اليومية للطبيب، والذين يشعرون بالاستقلال اقتصاديا.

نتائج اختبار قلق المستقبل على عينة من المتدربين الفرنسيين كانت أقل بكثير منها على المتدربين البولنديين، وأظهرت بأن القيم التي تنبع من الإجهاد المهني المفرط التي قد يكون لها تأثير سلبي على وظائف الفرد كلها وعلى نظام الرعاية الصحية في بولندا. وأيضا إن التغييرات المناسبة في منهج الدراسات الطبية وما يرافقه من لوائح قانونية قد يقلل من الإفراط في القلق حول المستقبل في تخريج الأطباء في بولندا.

هذه التغييرات يمكن أن تشمل ما يلي: (أ)إشراك الطلاب في فحص وعلاج المرضى في "الحياة اليومية" في مؤسسات الرعاية الصحية، (ب) المزيد من الممارسة الطبية؛ (ج) خلق فرص أفضل لكسب العيش في المهن الطبية، (د) و بذل الجهود في مجال عملي تعليمي أكثر جدوى.

وقد تم إجراء دراسات عديدة في المملكة العربية السعودية كان هدفها أن تحدد أنواع المخاوف وحالات القلق والإكتئاب الاكثر شيوعاً وإلى أي مدى ترتبط بالتغيرات الإجتماعية الشديدة التي تمر على المجتمع السعودي، اظهرت النتائج بان 33% من مشكلات المخاوف تتعلق بالدراسة والمستقبل لدى العينة، واشارت دراسات عربية في نتائجها بأن الإناث أكثر قلقاً وتعرضاً للتوتر والضغط النفسي مقابل الذكور وذلك يعود للمزاجية والتقلب الإنفعالي وتعرضهن لضغوط نفسية وبيئية أكثر من الذكور (ابراهيم، 2002).

8- إجراءات الدراسة

يتناول هذا الفصل وصفاً للطريقة والإجراءات التي تم تطبيقها من أجل تحقيق أهداف الدراسة، ويتضمن وصفاً لمنهجية البحث، وتحديد مجتمع الدراسة والعينة، وكيفية إعداد وتطوير أداة الدراسة، وأساليب التأكد من صدق الأداة وثباتها وإجراءات تطبيقها كما يتضمن تحديد متغيرات الدراسة والطرق التي تم من خلالها معالجة البيانات إحصائياً.

9- منهج الدراسة

تحقيقا لهدف الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي الذي يقوم على جمع البيانات ودراسة الظاهرة كما هي في الواقع، والكشف عن العلاقات بين المتغيرات لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها بصورة رقمية.

9-1 مجتمع الدراسة وعينتها

يتكون مجتمع الدراسة من كافة طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية، حيث تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة المتاحة من الطالبات اللواتي يشعرن بقلق المستقبل، والبالغ عددهن (194) طالبة، إذ تم توزيع (194) استبانة الدراسة عليهن، وبعد استرجاع الاستبانات تم استبعاد (8) استبانات لعدم صلاحيتها لأغراض التحليل الاحصائي بسبب عدم اكتمال الاستجابات في بعض الاستبانات أو عدم مشاركة بعض الطالبات في التعبئة، فتمثلت العينة النهائية بـــ (186) طالبة يعانين من قلق المستقبل، والتي تمثل ما نسبته (96%) من العينة الرئيسة، وفيما يلي عرضاً للتوزيع الديمغرافي لأفراد عينة الدراسة:

الجدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الخصائص الديموغرافية

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
السنة الدراسية		
أولى	24	12.9
ثانية	31	16.7
ثالثة	42	22.6
رابعة	89	47.8
المجموع	186	100.0
التخصص		
علمي	48	25.8
أدبي	138	74.2
المجموع	186	100.0
التحصيل العلمي		
منخفض	107	57.5
متوسط	53	28.5
مرتفع	26	14.0
المجموع	186	100.0

2-9 أداة الدراسة: "مقياس (قلق المستقبل)" لـــ (الخالدي، 2002): لقد تم البحث من قبل البحثة عن الأدبيات السابقة ذات العلاقة، وبعد الاطلاع على تلك الأدبيات تم استخدام مقياس الخالدي (2002)، ويتكون هذا المقياس من (48) فقرة، ويتضمن خمسة مجالات فرعية وهي (المجال النفسي، المجال الاقتصادي، المجال الاجتماعي، المجال الصحي، المجال الأسري).

1-2-9 صدق المحتوى: بعد التعرف إلى الصدق الظاهري الذي حققه المقياس في صورته الأصلية في دراسة (السبعاوي، 2007)، تم عرض المقياس الذي يتكون من (48) فقرة على عدداً من المحكمين من أساتذة الإرشاد النفسي، وعلم النفس، وذلك لإبداء آرائهم في صدق

المضمون وإنتماء العبارات للمقياس ومدى ملاءمتها لقياس ما وضعت لقياسه، ودرجة وضوحها، ومن ثم تم اقتراح بعض التعديلات الطفيفة في صياغة بعض الفقرات، وقد تم اعتماد معيار (80%) لبيان صلاحية الفقرة، وبناء على آراء المحكمين تم تعديل بعض الفقرات من ناحية الصياغة لزيادة وضوحها، واعتبرت الباحثة آراء المحكمين وتعديلاتهم دلالة على صدق محتوى أداة الدراسة وملاءمة فقراتها وتنوعها، وبعد إجراء التعديلات المطلوبة، تحقق التوازن بين مضامين المقياس في فقراتها، وقد عبر المحكمين عن رغبتهم في التفاعل مع فقراتها، مما يشير للصدق الظاهري للأداة.

2-2-9 ثبات الأداة: بعد التعرف إلى ثبات الصورة الأصلية للمقياس في دراسة (السبعاوي، 2007)، والتي اعتمدت طريقة الاختبار وإعادة الاختبار على (40) طالباً وطالبة، حيث كانت نتيجة ثبات المقياس بين التطبيقين (0.938)، وتم اختبار ثبات أداة الدراسة بطريقة الاتساق الداخلي وقد تم استخدام طريقة حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من المجالات الخمس الرئيسة مع بعضها ومع الدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت نتائج معاملات الارتباط بين المجالات ما بين (0.46 – 0.779) وهي نسبة مقبولة في الدراسات والأبحاث الإنسانية، وللتعرف إلى إتساق كل فقرة من المقياس مع البعد الذي تنتمي إليه الفقرة، تم إستخدام حساب معاملات الإرتباط بين كل فقرة من الفقرات في المقياس عن طريق استخدام معامل (ألفا كرونباخ) ويبين الجدول (2) نتائج الاختبار.

الجدول رقم (2): معاملات الثبات لفقرات أداة الدراسة باستخدام اختبار كرونباخ ألفا

مجالات الدراسة	الفقرات	معامل ألفا
المجال النفسي	1، 7، 8، 12، 2، 3، 4، 5، 6، 9، 10، 11	0.77
المجال الاقتصادي	13، 14، 15، 16، 17، 18، 19	0.84
المجال الاجتماعي	20، 21، 22، 23، 24 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33	0.81
المجال الصحي	34، 35، 36، 37، 38، 39، 40، 41، 42	0.72
المجال الأسري	43، 44، 45، 46، 47، 48	0.76
الأداة ككل	48	0.85

يتضح من الجدول (2) أن قيم معامل كرونباخ ألفا للأبعاد الفرعية للمقياس تراوحت بين (0.72 -0.84) وكما بلغت قيمة معامل الثبات باستخدام كرونباخ ألفا للدرجة الكلية للمقياس (0.85).

وقد تم تصنيف الفقرات الايجابية والفقرات السلبية كما هو موضح في الجدول

الجدول الرقم (3): يبين الفقرات الإيجابية والفقرات السلبية للمقياس

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

3-2-9 مفتاح تصحيح المقياس: تم مراعاة أن يتدرج مقياس (ليكرت الخماسي) المستخدم في الدراسة تبعاً لقواعد وخصائص المقاييس كما يلي:

الفقرات الايجابية				
4	3	2	1	0
الفقرات السلبية				
0	1	2	3	4

واعتماداً على ما تقدم فإن قيم المتوسطات الحسابية التي توصلت إليها الدراسة تم التعامل معها على النحو الآتي وفقاً للمعادلة التالية:

القيمة العليا – القيمة الدنيا لبدائل الإجابة مقسومة على عدد المستويات، أي:

$\frac{(4-0)}{3} = \frac{4}{3} = 1.33$ وهذه القيمة تساوي طول الفئة.

وبذلك يكون المستوى المنخفض من قلق المستقبل 0.00 + 1.33= 1.33

ويكون المستوى المتوسط من قلق المستقبل 1.34+ 1.33= 2.67

ويكون المستوى المرتفع من قلق المستقبل 2.68- 4.00

3-9 متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على العديد من المتغيرات:

- قلق المستقبل: ويشمل المتغيرات الفرعية الآتية:
- المجال النفسي. - المجال الاقتصادي. - المجال الاجتماعي. -المجال الصحي. -المجال الأسري.

4-9 المعالجات الإحصائية المستخدمة

تم استخدام أساليب الأحصاء الوصفي للإجابة عن أسئلة الدراسة، كالآتي:

- استخراج التكرارات والنسب المئوية لوصف أفراد عينة الدراسة.
- للإجابة عن السؤال الاول تم إستخدام المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية.
- للإجابة عن السؤال الثاني تم استخدام تحليل التباين المتعدد المشترك .

10- نتائج الدراسة

يتضمن هذا الفصل الإجابة عن أسئلة الدراسة، حيث تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتعرف إلى استجابات أفراد عينة الدراسة عن "قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك في ضوء بعض المتغيرات"، وفيما يلي الاجابة عن أسئلة الدراسة التالية:

1-10 نتائج السؤال الأول: ما مستوى قلق المستقبل في كل من (المجال النفسي، والمجال الاقتصادي، والمجال الصحي، والمجال الأسري) لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية.

للإجابة عن السؤال الأول، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتعرف إلى مستوى قلق المستقبل في كل من (المجال النفسي، والمجال الاقتصادي، والمجال الصحي، والمجال الأسري) لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية، والجدول (4) يوضح ذلك:

الجدول رقم (4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتعرف إلى مستوى قلق المستقبل في كل من (المجال النفسي، والمجال الاقتصادي، والمجال الصحي، والمجال الأسري) لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	المستوى
4	**المجال الصحي**	3.61	0.55	1	مرتفع
2	**المجال الاقتصادي**	2.81	0.60	2	مرتفع
1	**المجال النفسي**	2.71	0.34	3	مرتفع
5	**المجال الأسري**	2.42	0.39	4	متوسط
3	**المجال الاجتماعي**	2.30	0.33	5	متوسط
	قلق المستقبل ككل	2.77	0.22		مرتفع

يتضح من الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لـــ (لقلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية)، تراوحت ما بين (3.61 و 2.30)، حيث حاز قلق المستقبل على متوسط حسابي إجمالي (2.77)، وهو من المستوى المتوسط، وقد حاز قلق المستقبل فيما يتعلق بالمجال الصحي على أعلى متوسط حسابي حيث بلغ (3.61)، وبانحراف معياري (0.55)، وهو من المستوى المرتفع، وقد جاء في المرتبة الثانية قلق المستقبل فيما يتعلق بالمجال الاقتصادي والذي حاز على متوسط حسابي (2.81) وبانحراف معياري (0.60) وهو من المستوى المتوسط، وجاء المجال الثالث المتعلق بالمجال النفسي، والذي حاز على متوسط حسابي (2.71) وبانحراف معياري (0.34) وهو من المستوى المتوسط، وفي المرتبة الرابعة جاء المجال الأسري بمتوسط حسابي (2.42) وبانحراف معياري (0.39) وهو من المستوى المتوسط، وفي

المرتبة الخامسة والأخيرة جاء قلق المستقبل فيما يتعلق بالمجال الاجتماعي، والذي حاز على متوسط حسابي (2.30) وانحراف معياري (0.33) وهو من المستوى المتوسط.

هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك يعزى لمتغير السنة الدراسية، والتخصص، والتحصيل العلمي.

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار التباين المتعدد المشترك MANOVA للتعرف إلى الفروق في قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك يعزى لمتغير السنة الدراسية، والتخصص، والتحصيل العلمي، والجدول (5) يوضح ذلك:

الجدول رقم (5): تحليل التباين المتعدد المشترك MANOVA للتعرف إلى دلالة الفروق في قلق المستقبل بأبعاده (المجال النفسي، المجال الاقتصادي، المجال الاجتماعي، المجال الصحي، المجال الأسري) باختلاف السنة الدراسية والتخصص والتحصيل العلمي

المصدر	المجال	مجموع المربعات	df	متوسط المرفعات	F	الدلالة الاحصائية
السنة الدراسية	النفسي	.023	3	.008	.066	.978
	الاقتصادي	.638	3	.213	.597	.618
	الاجتماعي	.925	3	.308	2.908	.036
	الأسري	.370	3	.123	.796	.498
	الصحي	1.682	3	.561	1.894	.132
	الكلي	.312	3	.104	2.187	.091
التخصص	النفسي	.019	1	.019	.164	.686
	الاقتصادي	.784	1	.784	2.198	.140
	الاجتماعي	.121	1	.121	1.143	.286
	الأسري	.042	1	.042	.271	.603
	الصحي	.821	1	.821	2.774	.098
	الكلي	.076	1	.076	1.590	.209
التحصيل العلمي	النفسي	.395	2	.198	1.719	.182
	الاقتصادي	.238	2	.119	.333	.717

يتضح من الجدول (6) أن قيمة (ف) كانت (0.066، 0.597، 2.908، 0.796، 1.894، 2.187) لأبعاد قلق المستقبل باختلاف السنة الدراسية، وهذه القيم غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$). وتظهر النتائج أن قيمة (ف) كانت (0.164، 2.198، 1.143، 0.271، 2.774، 1.590) لأبعاد قلق المستقبل باختلاف التخصص، وهذه القيم غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$).

وتظهر النتائج أن قيمة (ف) كانت (1.719، 0.333، 1.275، 0.485، 0.647، 0.724) لأبعاد قلق المستقبل باختلاف التحصيل العلمي، وهذه القيم غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$).

1- مناقشة النتائج والتوصيات

أظهرت نتائج الدراسة أن جاء مستوى قلق المستقبل لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية مرتفع المستوى في بعض مجالاته مثل المجال الصحي، والمجال الاقتصادي، والمجال النفسي، وجاء قلق المستقبل متوسط المستوى في المجال الأسري والمجال الاجتماعي، وجاء قلق المستقبل مرتفع المستوى بشكل عام لدى طالبات جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية،

وفيما يتعلق بارتفاع قلق المستقبل فيما يتعلق بالمجال الصحي، فقد تعزى هذه النتيجة إلى أن القلق الصحي هو قلق أساسي في حياة الفرد وهو من المفروض أن يتزود به الفرد وهو عادة ما يكون مصاحباً في الحياة ولا حياة طبيعية بدونه، وإذا اختفى من حياة الفرد أصبح إنساناً مريضاً متبلد الوجدان وهو مرتبط بإبداع الإنسان، وهو نوع يؤدي إلى تعطيل طاقات الفرد وجعله عرضة للضيق والتوتر ويصبح لدى الفرد إحساس بالعجز والفشل.

وقد أظهرت الدراسة ارتفاع مستوى قلق المستقبل بخصوص المجال الاقتصادي، وقد تعزى هذه النتيجة إلى ارتفاع أسعار بعض المواد التي تباع في الجامعة والتي تعد مصدر للضغط النفسي والقلق، في ضوء زيادة مستلزمات ومتطلبات الدراسة، إضافة إلى مصروف الجيب الشخصي والذي تحتاجه الطالبات لتغطية مصاريف الطعام والشراب والقرطاسية، وتشعر

الطالبات بالضغط الاقتصادي أو القلق الاقتصادي نتيجة إلى ضعف وعدم تفعيل المنح الجامعية وخصوصاً للمتفوقات منهن والتي تشكل ضغوطاً نفسية لعدم توفر فرص لتعزيز التفوق الدراسي والأكاديمي والتحصيلي من قبل الجامعة.

وتبين من خلال النتائج ارتفاع مستوى قلق المستقبل في المجال النفسي، وقد تعزى هذه النتيجة إلى الضغوط الاقتصادية والضغوط الصحية، يصبح لدى الطالبات نوع من أنواع القلق النفسي أو المرض النفسي نتيجة تراكم بعض الأمور التي تعجز الطالبات عن تحقيقها، فيتولد لديهن نوع من أنواع القلق النفسي التي ترهق الطالبة نفسياً.

أما فيما يتعلق بالمجال الأسري والاجتماعي فقد جاءا متوسطي المستوى بالنسبة لقلق المستقبل المتعلق بهما، وذلك نتيجة للدعم الأسري والاجتماعي واللذان يرتبطان ببعضهما البعض، وذلك لأن الأسر تهمها بناتها الطالبات ودعمهم نفسياً واجتماعياً، نظراً للحرص الزائد والاهتمام بمصلحة الطالبات من خلال الدعم الأسري المتمثل بالأم والأب، وهذا يدل على الدعم المعنوي الذي يمكن أن يحد من قلق المستقبل ويخفف المشكلات التي تواجه الطالبات في جامعة تبوك.

وأثبتت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل بأبعاده (المجال النفسي، المجال الاقتصادي، المجال الاجتماعي، المجال الصحي، المجال الأسري) باختلاف السنة الدراسية والتخصص والتحصيل العلمي، أي أن الطالبات باختلاف سنواتهم الدراسية وتخصصاتهم وتحصيلهم العلمي لديهم مستويات متساوي من قلق المستقبل، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على الاتفاق العام على المشكلات والصعوبات التي تواجه الطالبات في جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية، وبما أن نتائج هذه الدراسة متعلقة بقلق المستقبل بشكل عام وعدم ورود أي من الدراسات السابقة التي تفصل المجالات الفرعية لقلق المستقبل، فقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (العكايشي، 2002) ودراسة (مساوي، 2012).

المراجع

أولا: المراجع العربية

1- مساوي، محمد (2012) قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة كلية التربية بالزقازيق، دراسات تربوية ونفسية، مصر.

2-المرزوقي، جاسم (2007). علاقة القلق والاكتئاب والضغط النفسي والتفكير اللاعقلاني بمستوى السكر في الدم لدى مرضى السكري. رسالة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

3- فراج، محمد أنور إبراهيم (2006). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من طلاب كلية التربية،مجلة كلية التربية، 16 (2)، جامعة الإسكندرية، مصر.

4-العناني، حنان (2005). الصحة النفسية، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

5-العكايشي، بشرى أحمد جاسم (2000)، قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية، العراق.

6-صلاح كرميان (2007) سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة وقتية من الجالية العراقية في استراليا، رسالة دكتوراه، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدانمارك.

7-شقير، زينب محمود (2005)، مقياس قلق المستقبل، (ط1)، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

8-شقير، زينب (2005) مقياس قلق المستقبل، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

9- شقير، زينب (2005) " مقياس قلق المستقبل " ط1 .مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

10-الشاوي، سعاد (1999) أثر أسلوب الإرشاد وقت الفراغ في خفض قلق المستقبل لدىبنات دور الدولة. أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

11-السفاسفة، محمد والمحاميد، شاكر (2007) قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 8 (3)، 127 - 142

12-سرحان، وليد والتكريتي، عدنان وحباشنة، محمد (2004). القلق، عمان، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع.

13-السبعاوي، فضيلة (2007)، قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي، مجلة كلية التربية، جامعة الموصل، العراق.

14-زيدان، سها (2007). هواجس المستقبل عند الشباب. دراسة ميدانية على طلاب جامعة دمشق كلية التربية ، جامعة دمشق.

15-الرفاعي، نعيم (2003). الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية التكيف، دمشق جامعة دمشق.

16-رضوان، سامر (2002). الصحة النفسية. عمان: دار المسيرة.

17-داينز، روبين (2006) إدارة القلق، القاهرة: ترجمة دار الفاروق للنشر والتوزيع.

18-خليل، عفراء (2011)، مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة دراسات، العلوم التربوية المجلد 38، ملحق 3.

19-حنتول، أحمد موسى (2004) أنماط السلوك الإجرامي في مرحلة الرشد وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية لدى عينة من المودعين في سجون المنطقة الغربية، رسالة ماجستير مقدمة إلى كلية التربية، جامعة أم القرى بمكة المكرمة.

20-حسن، محمود (1999) قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات، مجلة المستقبل العربي، 9 (24)، 121-113.

21-التونسي، عديلة (2002)، القلق والاكتئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير مقدمة إلى كلية التربية بجامعة أم القرى بمكة المكرمة.

22- بن علو، الأزرق (1993) الإنسان والقلق، القاهرة: دار سينا للنشر والتوزيع.

23-بليكلاني، ابراهيم (2008) تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو في النرويج، رسالة ماجستير غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك، الدنمارك.

24-أحمد، حسانين (2000)، قلق المستقبل وقلق الامتحان وعلاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المينيا، مصر.

25-إبراهيم، منى (2011) قلق المستقبل وأثره على التحصيل العلمي لدى طلاب الجامعة، ورقة عمل، مؤتمر التحصيل العلمي المنعقد بكلية المجتمع بجامعة المجمعة، جامعة المجمة المملكة العربية السعودية الزلفي، السعودية.

26-ابراهيم، عبد الستار(2002)، القلق: قيود من الوهم، القاهرة – مصر :مكتبة الأنجلو المصرية.

27-إبراهيم، عبد الستار (1998) العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث، أساليبه وميادين تطبيقه، الدار العربية للنشر والتوزيع، القهرة.

المراجع الأجنبية:

28-Barlow, D. (2000) Unraveling the Mysteries of Anxiety and Its Disorders from the Perspective of Emotion Theory. American Psychologist, 55, 1247-1263.

29-Bolanowski, Wojciech. (2005). Anxiety about Professional future among young Doctors: International journal of Occupational Medicine and Environmental health, 18 (4): 374-