ISSN : 2661 – 7897
المجلد (03) العدد (01)
جوان (2020)

مجلة الإبراهيمي للدراسات النفسية والتربوية

قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين في الهجرة من وجهة نظرهم

Anxiety The Future Among The Graduates Of Palestinian Universities Willing To Emigrate From Their Point Of View

د. نظمية فخري حجازي، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

ملخص:

هدفت الدراسة التعرف على قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، بلغت العينة (700) خريج، واستخدمت الباحثة مقياس القلق من تصميمها، وكان أهم نتائج الدراسة أن استجابات أفراد العينة للمقياس كانت مرتفعة، وجود فروق في درجة قلق المستقبل تعزى لكافة المتغيرات المستقلة، وقدمت الباحثة عدة مقترحات أهمها تشجيع الشباب الفلسطيني على التخلي عن بعض الممارسات السلبية تجاه الرغبة بالتوظيف وإشاعة روح المبادرة بالتطوع والرغبة في ممارسة العمل الخاص والبقاء بالوطن.

الكلمات المفتاحية: قلق المستقبل، الهجرة.

Abstract:

The study aimed to identify future anxiety among Palestinian university graduates Wishing to emigrate, He used the descriptive analytical method, The sample reached (700) graduates, and the researcher used the anxiety scale of her design. The most important results of the study were that the responses of respondents to the scale were high, And there are differences in the degree of anxiety of the future due to all independent variables, The researcher presented several proposals, the most important of which is to encourage Palestinian youth to abandon some negative practices Towards the desire to hire and spread the initiative to volunteer and the desire to do private work and stay in the motherland.

Key words: future anxiety, migration.

مقدمة

القلق من المستقبل هو نتيجة حتمية للإحباط والصراعات التي يواجهها الخريج الجامعي نتيجة لما يتعرض له من ضغوط ومتطلبات تفرضها طبيعة الحياة التي يعيشها في مراحل حياته: بسبب الاعتداءات والحروب السياسية، وغيرها من الأسباب، فمن الطبيعي أن يصبح القلق هاجساً يؤرق الشباب عامة والخريجين خاصة، وإذا وصل التفكير من القلق في المستقبل إلى حالة يشعر بها الخريج بالعجز عن مواجهة ضغوط الحياة فإن هذا القلق سوف يؤثر على صحتهم النفسية، وتكيفهم الاجتماعي، ومستقبلهم الأكاديمي وعلى مختلف نواحي الحياة الأخرى **(مصلح، 2017، ص 36)**.

إن هجرة الخريجين الجامعيين من أرض الوطن إلى بلاد الخارج تشكل خطراً حقيقياً على تطور المجتمع الفلسطيني وتقدمه، حيث اتسعت هذه الظاهرة في السنوات الأخيرة نظراً لعدم الاستقرار السياسي، وانعدام فرص العمل وتدهور الأوضاع المعيشية والاقتصادية، وغياب أجواء الأمن والأمان المستقبلي، وهذا شكل دافعاً أساسياً لهجرة الشباب الفلسطيني، وتكتسب هذه الظاهرة أهمية متزايدة في ظل تزايد أعداد المهاجرين خاصة من الكوادر العلمية المتخصصة، مما يحرم الوطن من الاستفادة من خبرات ومؤهلات وعقول هذه النخبة المؤهلة، مما يؤثر سلباً على الاقتصاد الفلسطيني، وعلى التركيب الهيكلي للسكان وقواه البشرية **(مصلح، 2017، ص17)**.

1. إشكالية الدراسة وتساؤلاتها:

إن التفكير في المستقبل عاملاً يسبب القلق لدى الفرد، فهو جانب مهم في حياة الإنسان فلا يوجد إنسان سوي لا يفكر جديّاً في مستقبله، ويبلغ جل جهده من أجل أن يكون مستقبله مهيئاً، مريحاً وآمناً له ولعائلته، وقد كانت الهجرة وللأسف وسيلة من وسائل الوصول إلى مستقبل أكثر أمناً وراحة حيث بها يحرم الوطن من أكثر الناس كفاءةً وعلماً وخبرةً، وبالتالي شكلت على المجتمع خطراً بشكل عام. وقد أشار مركز الإحصاء الفلسطيني أن سبب رغبة الشباب من الفئة العمرية (15-29) في الهجرة كانت بسبب الظروف الاقتصادية وعدم توفر فرص عمل بنسبة (40.3%) ولتحسين ظروف المعيشة كانت (15.1%). ومن هذا المنطلق كان لابد من تسليط الضوء على هذا الموضوع من خلال السؤال الرئيس الآتي:

- ما مستوى قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم؟

انبثق عن هذا السؤال الرئيسيالتساؤلات الفرعية التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى للمتغيرات الديمغرافية (الجنس والتخصص، مكان السكن، عدد أفراد الأسرة، الدخل لدى العائلة)؟

2. فرضيات الدراسة:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (الجنس).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (التخصص).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (مكان السكن).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (عدد أفراد الأسرة).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (مستوى الدخل).

3. أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- معرفة درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية.

- معرفة إذا ما كان هناك فروق في مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة تعزى للمتغيرات الديمغرافية (الجنس، التخصص، مكان السكن، عدد أفراد العائلة، مستوى الدخل لدى العائلة).

4. أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة بالنقاط الرئيسية التالية:

أ. **الأهمية النظرية:** تسليط الضوء على شريحة هامة في المجتمع وهم الطلبة الخريجين فهم بناة الأمة وأساس المجتمع، كما أنها تعالج موضوع حيوي وعلى جانب كبير من الأهمية وهو قلق المستقبل لدى الطلبة الخريجين الراغبين بالهجرة وتدعو الدراسة إلى إثارة مزيد من الاهتمام بموضوع هجرة الخريجين إلى الخارج وحرمان الدولة من الاستفادة من خبرات ومؤهلات الكفاءات..

ب. الأهمية التطبيقية: إثراء المكتبات العامة بمزيد من الدراسات حول القلق من المستقبل والاتجاه نحو الهجرة ومساعدة المسئولين والمختصين في الحد والتخفيف من قلق المستقبل وظاهرة الهجرة إلى الخارج، والبحث عن بدائل أفضل للتخفيف من قلق المستقبل، وتقديم بعض التوصيات والمقترحات التي من الممكن أن تحقق جميع الأهداف التي سعت إليها الدراسة.

5. حدود الدراسة:

- المحدد الزماني: طبقت الدراسة في نهاية العام 2019 بداية العام 2020.
- المحدد المكاني: تطبق الدراسة في المحافظات الشمالية (طولكرم، نابلس، جنين،قلقيلية).
- المحدد البشري: وهم خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية.

6. مصطلحات الدراسة:

قلق المستقبل: سمة نفسية بارزة من خلال تعرض العنصر البشري لمجموعة من التغيرات التي تعبر عن شعور سائد بعدم الوثوق بالمستقبل (أبو فضة، 2013، ص43).

تعرف الباحثة قلق المستقبل إجرائياً: حالة من الاضطراب النفسي، والترقب والحذر من الوقوع بمشكلات مستقبلية نتيجة عدم توافر الوظائف، وسوء الأحوال، والحروب السياسية.

الاتجاه نحو الهجرة: رغبة الخريج الجامعي العاطل عن العمل في ترك مكان إقامته لينتقل للعيش في بلد أو دولة أخرى، وذلك مع نية البقاء في المكان الجديد لفترة طويلة، أطول من كونها زيارة أو سفر **(مصلح، 2017، ص 8)**.

تعرف الباحثة إجرائياً الاتجاه نحو الهجرة بأنه "الرغبة والميول إلى الانتقال إلى مكان إقامة جديدة بحثاً عن سبل أفضل للمعيشة، والراحة، قد تكون أسباباً مادية أو معنوية ونفسية".

الهجرة : هو انتقال الإنسان من حال إلى آخر، أي أن يترك الأرض إلى ارض أخرى وتعني الانتقال الجغرافي من منطقة إلى أخرى بقصد الإقامة الدائمة أو المؤقتة **(فوجو، 2012، ص 10)**.

تعرف الباحثة الهجرة إجرائياً بأنها "ترك خريج الجامعات المكان الأصلي لإقامتهم والبحث عن مكان آخر يقيمون فيه سواء لفترة قصيرة أو طويلة وذلك لأسباب معينة قد تكون اقتصادية، سياسية، اجتماعية".

7. الإطار النظري والدراسات السابقة:

يشكل المستقبل لدى الشباب بشكل خاص مجالاً كبيراً يضم كل ما من شأنه 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 بعضهما، إذ يمكن التعرض لهما بشكل متزامن، ولكن في حال طغى التفكير السلبي على الفرد فأنه سيؤدي إلى القلق بشأن المستقبل **(الأقصري، 2002، ص 10)**.

أسباب قلق المستقبل:

القلق من المستقبل عند الشباب خاصة يكون نتاجا لغياب الأمن النفسي في مجتمع لا يتيح له فرصة الوفاء بالتزاماته فيشعر بأنه في وسط عالم عدائي مليء بالتناقضات لكونه يقف حائلاً أمام تحقيق ذاته من خلال دور اجتماعي يعطيه الإحساس بالتفرد لأن فقدان الإنسان لذاته المتفردة يجعله لا يشعر بالأمان وينتابه القلق ويغيب المعنى من حياته **(أبو فضة، 2013، ص 31)**.

وتقسم أسباب قلق المستقبل إلى:

أسباب شخصية واجتماعية ذكرها: (الإمامي، 2010، ص 54).

- عدم وجود القدرة الكافية للفرد للتكيف مع المشكلة التي يعاني منها.
- عدم وجود المعلومات الكافية لبناء الأفكار والتكهن بالمستقبل.
- عدم القدرة على الفصل بين الأماني والتطلعات عن الواقع الذي فيه.
- التفكك الأسري وما يحتويه من مشاكل.
- عدم مساعدة الفرد من قبل الوالدين أو من يقوم مقامهما على حل مشاكله.
- الشعور بالعزلة وعدم الانتماء للأسرة أو للمجتمع.
- الشعور بعدم الأمان والإحساس بالضياع.

أعراض قلق المستقبل:

أولاً: أعراض فسيولوجية وتتمثل في: شحوب الوجه، تعبير الخوف على الوجه، سرعة نبضات القلب، ارتفاع ضغط الدم، سرعة التنفس، والشعور بالاختناق، جفاف الحلق وصعوبة البلع، آلام في المعدة والأمعاء، صعوبة التبول والرغبة المستمرة فيه.

ثانياً: أعراض نفسية واجتماعية تتمثل في: التوتر والانزعاج لأتفه الأسباب، الأحلام المزعجة، اضطرابات في النوم، الخوف الشديد من شر مرتقب، العجز الذي لا يرتبط بخطر حقيقي، الانسحاب وعدم التفاعل مع الآخرين.

ثالثا: أعراض عقلية تتمثل في: اضطرابات التفكير، عدم التركيز، صعوبة إعمال العقل **(الشرافي، 2013، ص 38)**.

الموجه النظري:

تعددت النظريات المفسرة للقلق وذلك بتعدد المدارس المفسرة لها واعتمدت الدراسة الحالية على النظرية الإنسانية وذلك لمناسبتها للدراسة الحالية حيث يرى كارل روجرز أن قلق المستقبل ينشأ عندما يكون الفرد غير قادر على إعطاء استجابات تقود إلى النجاحات وإلى إرضاء الحاجات الاجتماعية، الأمر الذي يخلق لدى الفرد صراعات تؤدي بدورها إلى إثارة مشاعر القلق لاسيما القلق من المستقبل فتنشأ مشاعر عدم الرضا عن الذات، هذا الشعور يؤدي بدوره إلى نشوء مشاعر عدم الأمن النفسي الذي يهدد الذات نفسها وحيثما يستمر الصراع وتزداد شدة القلق يتمركز السلوك الإنساني أكثر فأكثر في خفض القلق من خلال الميكانزمات الدفاعية، وكنتيجة لذلك تزداد ردود الفعل ذات الطبيعة الدفاعية وتتحول نحو الأفراد الآخرين المحيطين بالفرد الذين يتفاعل معهم **(بعلي، 2015، ص 103)**.

الهجرة:

تعتبر ظاهرة هجرة الأيدي العاملة من أهم الظواهر الاقتصادية والاجتماعية التي حظيت باهتمام الباحثين والمؤسسات الدولية ويعود ذلك إلى كبر حجمها واتساع نطاقها في أماكن مختلفة من العالم إضافة لما لها من تأثير على التنمية والتطور الاقتصادي والاجتماعي للبلد المرسل لتلك العمالة والمستقبل لها على حد سواء.فالهجرة تحدث تغييرات ديمغرافية في كلا البلدين المستقبل والمرسل أو المصدر لها **(فوجو، 2012، ص 10)**.

تتميز الهجرة الخارجية من الضفة الغربية وقطاع غزة بعدة خصائص من أهمها أن غالبية المهاجرين هم من الذكور ومعظمهم من الشباب في سن ما بعد 21- 35 سنة. أما فيما

يتعلق بعلاقتهم برب الأسرة فإننا نجد أن غالبيتهم من الأبناء ثم البنات وبالنسبة لحالتهم الاجتماعية فإننا نجد أن حوالي ثلثيهم متزوجون. أما عن الوضع التعليمي للمهاجرين من الضفة الغربية وقطاع غزة فان المعلومات المتوفرة عن ذلك تشير إلى أن غالبيتهم قد أنهى المرحلة الدراسية الثانوية أو الجامعية وان معظمهم من ذوي المهارات **(مصلح، 2017، ص 8)**.

تصنيفات الهجرة:

يمكن تصنيف الهجرة من حيث الدوافع والمسببات إلى:

أ. هجرة اختيارية: تندرج ضمن التطلعات والبحث الفردي عن الأفضل.

ب. هجرة إجبارية (قسرية): أو بعبارة أدق تهجير ، حيث تفرض قوة خارجية على غير إرادة الأفراد أو الجماعات بمختلف فئاتها وشرائحها ومنها "العقول" مغادرة أوطأنها الأم **(فوجو، 2012، ص 12)**.

الموجه النظري:

تعددت النظريات المفسرة للهجرة وذلك بتعدد المدارس المفسرة لها واعتمدت الدراسة الحالية على نظرية القرار: وتقوم هذه النظرية على أساس أن المهاجر يتخذ قرار الهجرة نتيجة عوامل مختلفة منها نفسية واجتماعية واقتصادية وتؤدي البيئية دوراً أساسياً في جعل الإنسان أو الجماعة تتخذ قرار الهجرة حيث يتخذ المهاجر قرار الهجرة بنفسه إذا كانت احتياجاته غير متوفرة في موطنه الأصلي **(النجار، 2013، ص37)**.

أولاً: الدراسات العربية:

دراسة مصلح (2017): بعنوان "بعض العوامل النفسية وعلاقتها بالاتجاه نحو الهجرة لدى خريجي الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة، هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين العوامل النفسية والاتجاه نحو الهجرة لدى الخريجين الجامعيين في قطاع غزة تبعا لعدة متغيرات ديمغرافية واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وذلك على عينة مكونة من (940) فردا من خريجي الجامعات في قطاع غزة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين كل من قلق المستقبل والاغتراب النفسي بالاتجاه نحو الهجرة تعزى للمتغيرات (الجنس، دخل الأسرة)، وعدم وجود فروق في مستوى قلق المستقبل تعزى للمتغيرات (الحالة الاجتماعية، طبيعة العمل). وأوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بالإرشاد والتوجيه من متخصصين نفسيين واجتماعيين لمساعدة الخريجين للحد من قلق المستقبل والاغتراب النفسي، والتي تساعدهم على رفع مستوى طموحهم والتقليل من الاتجاه نحو الهجرة.

دراسة أحمد (2017): بعنوان "الفرق في مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلاب التعليم الثانوي والجامعي والتكوين المهني "هدفت التعرف إلى الفروق في مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة المرحلة الدراسية: الثانوية، الجامعية، والتكوين المهني، وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) و (المستوى التعليمي ثانوي والجامعي، تكوين مهني) ولتحقيق ذلك طور الباحث استبانة لقلق المستقبل تضمن (30) فقرة، طبقت على عينة من (1200) طالب وطالبة ينتمون إلى المراحل الدراسية الثلاثة، اتبع الباحث المنهج الوصفي المقارن وأظهرت النتائج وجود مستوى متوسط من قلق المستقبل بلغت (60.08%) و (28.83%) قلق منخفض (11.08%) قلق مرتفع، كما وجدت فروق دالة في مستوى قلق المستقبل بين الذكور والإناث لصالح الإناث ووجدت فروق دالة في قلق المستقبل تعزى إلى المرحلة الدراسية لصالح التعليم الثانوي والتكوين المهني.

دراسة دندي (2017): بعنوان "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق"، هدفت التعرف إلى العلاقة بين المساندة الاجتماعية وقلق المستقبل، وتعرف مستوى المساندة الاجتماعية، تألفت العينة من (322) طالباً وطالبة (154ذكراً) و (168أنثى)، من طلبة جامعة دمشق من مستوى السنة الرابعة وقد طبقت الباحثة مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس قلق المستقبل وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في قلق المستقبل لصالح الذكور.

دراسة شلهوب (2016): بعنوان "قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية" هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة، تبعا للمتغيرات (الجنس، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي). وقد اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي حيث طبقت على عينة حجمها (300) من الشباب المرتادي مراكز الإيواء المؤقت في مدينتي دمشق والسويداء. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي)، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير (الحالة الاجتماعية).

ثانيا: الدراسات الأجنبية:

دراسة (Mello ,2015): بعنوان "التوجه للمستقبل عند الشباب الأمريكيين الأفارقة ذي الدخل المنخفض" كان الهدف من الدراسة هو تقصي العلاقة بين الانجاز الأكاديمي والتوجه للمستقبل عند الشباب الأمريكيين الأفارقة ذوي الدخل المنخفض ومعرفة الاختلافات بين الذكور والإناث في التوجه للمستقبل والانجاز الأكاديمي. وتكونت عينة

الدراسة من (280) شاب و(125) شابة، تراوحت أعمارهم من (21-25) عاما، وطبق عليهم مقياس التوجه للمستقبل وتم قياس درجاتهم الأكاديمية من خلال التقارير الجامعية في المواد الأكاديمية، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: أكثر من 70% من التوقعات كانت إيجابية بالنسبة للشباب في مجال التعليم والعمل، وكان الذكور أقل توجها للمستقبل من الإناث وكانت الإناث أكثر تفاؤلاً بالنسبة لإمكانية الحصول على عمل في المستقبل, وحصل الطلاب ذوي التوجه الأعلى للمستقبل على درجات في المواد الأكاديمية أعلى من درجات الطلاب ذوي التوجه الأقل للمستقبل.

دراسة (Zaleski & Janson,2015): بعنوان "قلق المستقبل لدى المشرفين العسكريين". هدفت الدراسة إلى معرفة قلق المستقبل لدى المشرفين العسكريين فقد استخدمت الدراسة مقياس زالسكي واستبيان السلطة لرافن واستبيان روتر لمركز الضبط. وتوصلت النتائج إلى أن الأشخاص المشرفين الذين سجلوا علامات مرتفعة كانوا يستخدمون استراتيجيات سلطة وقوة أكثر شدة عند محاولتهم التأثير على مرؤوسيهم مثل التهديد والعقاب والإكراه الشخصي، وأن الأشخاص المشرفين الذين سجلوا علامات منخفضة على مقياس قلق المستقبل قد استخدموا استراتيجيات تتصف بالتعاون والعقلانية أثناء التأثير على مرؤوسيهم.

دراسة (Ari, 2011): في تركيا فهدفت إلى الكشف عن قلق المستقبل والهوية النفسية وأنماط التعاطف لدى طلبة المدارس الثانوية العليا والكليات، تكونت عينة الدراسة من (1525) طالباً وطالبة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود اختلافات بين بعدي الاستكشاف والالتزام في ضوء مستوى الحميمية والقلق من المستقبل، فكلما تميزت الشخصية بالحميمية تدنت السلوكات السلبية وازدادت مستويات استكشاف البيئة المحيطة والالتزام، مع انخفاض المخاوف والقلق من المستقبل المتمثلة بضعف العلاقة مع الآخرين وعدم القدرة على العيش في البيئة الاجتماعية المحيطة. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تدني المخاوف والقلق من المستقبل لدى الذكور مقارنة بالإناث خاصة في المجالين الاقتصادي، والتعليمي وفرص التعليم الأفضل.

8. منهجية الدراسة:

1.8. منهج وتصميم الدراسة:

قامت الباحثة بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي باعتباره أنسب المناهج في دراسة الظاهرة حيث يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما هي على أرض الواقع ويصفها بشكل دقيق، ويعبر عنها كميا وكيفيا، ووصف الظواهر والتوصل إلى استنتاجات

وتعميمات ذات معنى تساهم في فهم الواقع وتطويره وقد تم جمع البيانات من المصادر الأولية والثانوية.

- المصادر الأولية: لمعالجة الجوانب التحليلية لجأت الباحثة إلى جمع البيانات الأولية من خلال المقياس كأداة رئيسية للدراسة.

- المصادر الثانوية: وتمثلت في:

- الكتب والمراجع العربية التي كتبت في هذه الدراسة.

- الاستعانة بالانترنت والتقارير الموجودة على صفحاته.

- رسائل الماجستير التي تناولت مواضيع ذات علاقة بالدراسة.

2.8. مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع خريجي الجامعات الفلسطينية في المحافظات الشمالية البالغ عددهم حسب جهاز الإحصاء المركزي " 38 ألف خريج"، وتكونت عينة الدراسة من (700) من خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية وتم إختيار العينة بالطريقة القصدية،والجدول (1) يوضح وصفا لعينة الدراسة تبعا لمتغيراتها المستقلة.

جدول رقم (1): توزيع العينة تبعا لمتغيراتها المستقلة.

الجنس	العدد	النسبة المئوية %
ذكر	494	70.6
أنثى	206	29.4
التخصص		
العلوم الإنسانية	43	6.1
العلوم الاقتصادية	43	6.1
الهندسة بفروعها	43	6.1
الطب والعلوم الصحية	43	6.1
الزراعة والبيئة	165	23.6
الإعلام والعلاقات العامة	206	29.4
أخرى اذكرها	157	22.4
مكان السكن		

مدينة	287	41
قرية	328	46.9
مخيم	85	12.1
عدد أفراد العائلة		
فردين	127	18.1
6-3	280	40
8-6	209	29.9
9 فأكثر	84	12
مستوى الدخل		
أقل من 1000	0	0
2000-1001	210	30
3000-2001	329	47
3001 فأكثر	161	23

3.8. أدوات الدراسة:

تم استخدام "مقياس القلق من تصميم الباحثة والمكون من (20 فقرة).

صدق الأداة: تم عرض المقياس على عدد من المحكمين لإبداء الرأي في الفقرات من حيث، مدى وضوح اللغة وسلامتها لغوياً، ومدى شمولها للموضوع المدروس، وإضافة أي معلومات أو تعديلات يروها مناسبة، ووفق هذه الملاحظات تم إعداد المقياس بصورته النهائية.

ثبات الأداة: استخدمت الباحثة معامل الثبات كرونباخ ألفا وقد بلغ معامل الثبات لمقياس القلق 0.83، وهذا مؤشر على ثبات المقياس.

4.8. إجراءات الدراسة:

تم إجراء الدراسة وفق خطوات علمية منظمة وهي:

- وضع المقياس بصورته النهائية (منظمة ومرئية).
- دراسة مجتمع الدراسة وتحديد العينة التي تمثل موضوع الدراسة والتي تنطبق عليها شروط الدراسة.

- جمع المقاييس من أفراد العينة وفرزها و تصنيفها وادخالها إلى الحاسوب بشكل رموز.
- معالجة البيانات باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للدراسات الاجتماعية (spss).
- الوصول إلى النتائج ونقدها ومناقشتها.

5.8. المعالجات الإحصائية:

من أجل معالجة البيانات تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية للدراسات الاجتماعية (spss) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- اختبار معامل ثبات المقياس كرونباخ ألفا.
- حساب التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية.
- اختبار (ت) للمجموعات المستقلة (Independent-samples T-test).
- تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA).
- اختبار (LSD) للمقارنات البعدية.

9. نتائج الدراسة ومناقشتها:

تم اعتماد النسب المئوية التالية من أجل تفسير النتائج المتعلقة بتساؤلات الدراسة.

(80 % فأعلى مستوى الأثر بدرجة كبيرة جداً، 70 – 79.9 %مستوى الأثر بدرجة كبيرة، 60 – 69.9 % مستوى الأثر بدرجة متوسطة، 50 - 59.9 % مستوى الأثر بدرجة قليلة).

السؤال الرئيس: ما مستوى القلق لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم؟

من أجل الإجابة عن السؤال الرئيس تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات والنسب المئوية لبيان درجة القلق. والجدول التالي يبين ذلك:

جدول رقم (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لدرجة القلق لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية

الرتبة	رقم السؤال	السؤال	المتوسطات الحسابية	الانحراف المعياري	%	درجة الأهمية
10	1	غلاء المعيشة يقلقني.	3.44	1.4	68.8	مرتفعة
16	2	أؤمن بأن الحظ هو الأساس في الحياة.	2.93	1.56	58.6	متوسطة

14	3	يراودني فكرة الموت وبذلك أخشى على أفراد عائلتي في المستقبل.	3.05	1.67	61	متوسطة
8	4	الأمراض الخطرة المنتشرة تزيد من قلقي في المستقبل.	3.47	1.38	69.4	مرتفعة
1	5	البطالة وقلة الحيلة تقلقني.	4.65	0.47	93	مرتفعة جدا
15	6	الخوف من المجهول يجعلني أقلق.	2.94	1.21	58.8	متوسطة
10	7	الشعور بالفراغ وفقدان الأمل يقلقني.	3.44	1.19	68.8	مرتفعة
7	8	ضغط الحياة وعدم الرضا يدفعني للقلق من المستقبل.	3.49	1.14	69.8	مرتفعة
12	9	التزامي بالتعاليم الدينية يخفف من قلقي.	3.34	1.08	66.8	مرتفعة
4	10	القضاء والقدر ورحمة الله يمنحني أملا جميلا.	3.76	0.423	75.2	مرتفعة
17	11	رغبتي وطموحي بالأفضل يقلل من قلقي.	2.87	1.23	57.4	متوسطة
6	12	الثقة بالله يقلل من قلقي.	3.52	0.70	70.4	مرتفعة

8	13	اختيار شريك/ة الحياة يقلقني.	3.47	0.69	69.4	مرتفعة
3	14	الوحدة والخوف من الفشل يقلقني.	3.92	0.62	78.4	مرتفعة
2	15	الخوف من فقدان العمل يقلقني.	4.34	1.03	86.8	مرتفعة جدا
18	16	الخوف من التفكك الأسري يدفعني للقلق.	2.58	1.19	51.6	متوسطة
19	17	عدم قدرتي على حل المشكلات يقلقني.	2.22	1.47	44	متوسطة
13	18	عدم قدرتي على الفصل بين الأمنيات والواقع يزيد من قلقي.	3.16	0.86	63.2	متوسطة
5	19	الشعور بعدم الأمان يزيد من قلقي.	3.7	0.82	74	مرتفعة
2	20	ينخفض مستوى القلق لدي عندما استغرق بأحلام اليقظة وكأنني أعيش بالخارج.	4.34	1.03	86.8	مرتفعة جدا
		الدرجة الكلية	3.38	0.33	67.6	مرتفعة

يبين الجدول السابق أن درجة الأهمية لمقياس قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية كانت مرتفعة بشكل عام حيث بلغت النسبة 67.6%.، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى الغموض الذي يكتنف مستقبل الشباب في ظل انعدام فرص العمل وعدم القدرة على مواكبة التطورات السريعة لدى الشباب ومن ثم عدم قدرتهم على سدّ احتياجاتهم المختلفة.

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية في المحافظات الشمالية الراغبين بالهجرة من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (الجنس).

من أجل اختبار الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة حيث كانت النتائج كما هي في الجدول التالي:

جدول رقم (3): نتائج اختبار(ت) للعينات المستقلة تبعا لمتغير الجنس.

ذكر العدد = 494		أنثى العدد = 206		ت المحسوبة	مستوى الدلالة
المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
3.605	0.21	3.41	0.15	12.009	0.001

ت الجدولية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) (1.96).

يتضح من خلال الجدول رقم (3) أن قيمة ت المحسوبة قد كانت (12.009) وهذه القيمة أعلى من القيمة الجدولية (1.96) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير الجنس، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية.

جدول رقم (4): نتائج اختبار(LSD) للمقارنات البعدية في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة من وجهة نظرهم تبعا لمتغير(الجنس).

	ذكر	أنثى
ذكر	/	0.001
أنثى	0.001	/

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين في الهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

تم رفض الفرضية الصفرية وتعزو الباحثة ذلك إلى أن المشاكل والأحداث لم تستثني أحد من كلا الجنسين من الآثار القاسية المسببة للقلق من المستقبل وبالتالي فإن

الذكر لا يختلف عن الأنثى التي أصبحت تمثل المجتمع بأسره، فالمرأة استطاعت أن تتخلص من قيود العادات والتقاليد الموروثة الخانقة وأصبحت شريكة للرجل في جميع الأعمال حيث قطعت مشواراً طويلاً حتى أصبحت تقوم بعدة أدوار في الوقت نفسه، فأصبحت صانعة قرار وتتحمل المسؤولية حالها حال الرجل وبالتالي أصبحت تبحث عن طرق لتوفير سبل الحياة الكريمة، وفي مثل هذه الظروف الحالية أصبحت الهجرة من أهم السبل التي تطرقها المرأة لتحقيق ذلك وتتفق هذه الدراسة مع (مصلح، 2017)، (شلهوب، 2016)، (أحمد، 2017) دراسة) 2011 ,Ari)؛ وتختلف مع دراسة كل من (دندي،2017)، دراسة (Mello ,2015).

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (التخصص). من اجل اختبار الفرضية تم استخدام اختبار ONE WAY ANOVA حيث كانت النتائج كما يلي:

جدول رقم (5): نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير التخصص.

مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع مربع الانحرافات	متوسط الانحراف	ف المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	6	20.99	3.499	0.212	0.02
داخل المجموعات	693	11.43	0.016		
المجموع	699	32.4			

ف الجدولية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) (2.70).

* دالة عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$).

يتضح من خلال الجدول رقم (5) أن قيمة ف المحسوبة قد كانت (0.212) وهذه القيمة أقل من القيمة الجدولية (2.70) أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات في المحافظات الشمالية الراغبين بالهجرة من وجهة نظرهم تعزى لمتغير التخصص. وبذلك نقبل الفرضية الصفرية.

تعزو الباحثة ذلك إلى أن الطالب الخريج هو من قام باختيار تخصصه من ذاته وبناء على قناعته فهو مقتنع ويثابر من أجل الحصول على درجة أو مكانة مميزة ،فالحاجة إلى التخصصات جميعها واحدة ولكن حين يخرج إلى سوق العمل يصطدم بقلة الراتب وعدم مواءمة الراتب مع احتياجات سوق العمل مما يجعله في قلق دائم على مستقبله، ويدفعه للتفكير بالهجرة للخارج.

الفرضية الثالثة : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (مكان السكن). تم استخدام اختبار ONE WAY ANOVA حيث كانت النتائج كما في الجدول رقم (6)

جدول رقم (6): نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير مكان السكن.

مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع مربع الانحرافات	متوسط الانحراف	ف المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	2	3.8	1.915	46.68	0.007
داخل المجموعات	697	28.59	0.041		
المجموع	699	32.42			

ف الجدولية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) (3.09).

* دالة عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$).

يتضح من خلال الجدول رقم (6) أن قيمة ف المحسوبة قد كانت (46.68) وهذه القيمة أعلى من القيمة الجدولية (3.09) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (مكان السكن), وبذلك نرفض الفرضية الصفرية.

جدول رقم (7): نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تبعا لمتغير (مكان السكن).

	قرية	مدينة	مخيم
قرية	/	0.006	

مدينة	0.006	/	
مخيم			/

من الجدول السابق يتضح:

- عدم وجود فروق في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم لصالح (القرية، المخيم).
- وجود فروق في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم لصالح المدينة.

تم رفض الفرضية الصفرية: وتعزو الباحثة ذلك إلى أن أغلبية الأهالي والسكان يلجئون للهجرة من المدينة بحثا عن فرص العمل المناسبة وظروف معيشية أفضل لهم وبالإضافة إلى ذلك فأنه في ظل وجود وسائل الاتصال والتواصل المتمثلة في الانترنت والفيس بوك وغيرها، فقد أصبح العالم قرية صغيرة امتزجت فيها الثقافات وتقاربت الأفكار ولذلك ف إن ثقافة أهالي المدينة لا تختلف عن ثقافة أهالي القرية أو المخيم فجميعهم يمتلكون الثقافة والتطلعات ذاتها وبالتالي نفس الظروف الحياتية لهم ونفس القلق من المستقبل.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (عدد أفراد العائلة). من اجل اختبار الفرضية تم استخدام اختبار ONE WAY ANOVA حيث كانت النتائج كما في الجدول الآتي:

جدول رقم (8): نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير(عدد أفراد العائلة).

مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع مربع الانحرافات	متوسط الانحراف	ف المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	3	7.18	2.39	66.03	0.000
داخل المجموعات	696	25.24	0.036		
المجموع	699	32.4			

ف الجدولية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) (2.70).

* دالة عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$).

يتضح من خلال الجدول رقم (8) أن قيمة ف المحسوبة بلغت (36.67)،وهذه القيمة أعلى من القيمة الجدولية (2.70) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (عدد أفراد العائلة). وبذلك نرفض الفرضية الصفرية، ولأجل معرفة لصالح من الفروق استخدم اختبار المقابلات البعدية ونتائج الجدول التالي تبين ذلك.

جدول رقم (9): نتائج اختبار(LSD) للمقارنات البعدية في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية وجهة نظرهم تبعا لمتغير عدد أفراد العائلة.

	فردين	6-3	8-6	9 فأكثر
فردين				0.566
6-3			0.001	
8-6		0.001		
9 فأكثر	0.566			

من الجدول السابق يتضح:

عدم وجود فروق في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم لصالح (فردين، من3-6).

وجود فروق في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم لصالح ((6-8)، (9 فأكثر)).

تم رفض الفرضية الصفرية وتعزو الباحثة ذلك إلى الشاب الخريج إذ يشعر بنفسه عبئاً على العائلة بمجرد عدم وجود فرصة عمل مناسبة أو عدم حصوله على الراتب المطلوب فنجده يصطدم بالواقع المخيب للآمال بمجرد اختلاف الواقع عن طموحاته وبالتالي يبحث عن أي سبيل من شأنه أن يخرجه من وضعه فيفكر بالهجرة إلى الخارج.

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات

الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (مستوى دخل العائلة)، ومن اجل اختبار الفرضية تم استخدام اختبار ONE WAY ANOVA حيث كانت النتائج كما في الجدول التالي:

جدول رقم (10): نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (مستوى دخل العائلة).

مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع مربع الانحرافات	متوسط الانحراف	ف المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	2	4.787	2.39	*60.35*	*0.009*
داخل المجموعات	697	27.6	0.04		
المجموع	699	32.42			

ف الجدولية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) (2.70)

* دالة عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة ف المحسوبة قد كانت (60.35)، وهذه القيمة أعلى من القيمة الجدولية (2.70) أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية في المحافظات الشمالية الراغبين بالهجرة من وجهة نظرهم تعزى لمتغير (مستوى دخل العائلة) ، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية. ومن أجل معرفة لصلح من النتائج تم استخدام اختبار (**LSD**) والجدول رقم (11) يبين ذلك.

جدول رقم (11): نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية في المحافظات الشمالية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم تبعا لمتغير مستوى دخل العائلة.

	1000 فأقل	2000-1001	3000-2001	3001
1000 فأقل	/	/	/	/
2000-1001	/	0.004	/	/
3000-2001	/	0.004	/	/

3000 فأكثر	/	/	/	/

من الجدول السابق يتضح:

عدم وجود فروق في قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم لصالح كل من ((1000شيقل فأقل)،(3000 فأكثر)).

وجود فروق في درجة قلق المستقبل لدى خريجي الجامعات الفلسطينية الراغبين بالهجرة في المحافظات الشمالية من وجهة نظرهم لصالح كل من ((2001-3000)، (1001-2000)).

تم رفض الفرضية الصفرية ، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن جميع الخريجين تقريبا يمتلكون نفس المستوى من الراتب في بداية تخرجهم وبذلك فإن الدخل يعتبر متقارب لدى الجميع فلا يؤثر على قناعة الجميع بأن الوظيفة غير ملائمة لاحتياجاته واحتياجات السوق: وهذا يتفق مع دراسة (مصلح، 2017).

خاتمة

خريجي الجامعات هم الشباب الذين يقع على عاتقهم بناء المجتمع وتطوره من خلال مساهمتهم في عملية التنمية المستدامة وتطوير مجتمعهم فهم عماد أي أمة وسرّ النهضة فيها، إلا أنّ هذه الشريحة الواسعة قد تواجه العديد من المشاكل التي قد تؤثر في حياتهم وبذلك يطورون فكرا وسلوكاً يمتاز بالقلق من المستقبل وعليه جاءت هذه الدراسة للتعرف على درجة القلق من المستقبل لديهم والخروج بتوصيات تساهم في التخفيف من ه من خلال توفير احتياجاتهم وإشراكهم في تنمية مجتمعاتهم.

المقترحات:

- عمل دورات تدريبية لتدريب الخريجين على كيفية استغلال قدراتهم وإمكانياتهم في حال تعثر الحال في إيجاد وظيفة لهم بعد التخرج، للحد من فكرة الهجرة لديهم.
- تشجيع الشباب الفلسطيني على التخلي عن بعض الممارسات الموروثة السلبية تجاه الرغبة بالتوظيف وإشاعة روح المبادرة بالتطوع والرغبة في ممارسة العمل الخاص والبقاء بالوطن.
- الاهتمام أكثر بالشباب والتعرف على مشاكلهم وهمومهم ووضع مشاكلهم على سلم الأولويات والإيمان أكثر بقدراتهم لإشعارهم بأهميتهم في تطوير المجتمع.

المراجع:

- أبو فضة، خالد. (2013). **قلق المستقبل وعلاقته بأزمة الهوية لدى المراهقين الصم في محافظات غزة**. رسالة ماجستير غير منشورة، غزة، الجامعة الإسلامية.
- **أحمد، زقاوة. (2017). الفرق في مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلاب التعليم الثانوي والجامعي والتكوين المهني. المجلة العربية لعلم النفس. المغرب:** مطبعة ووراقة بلال.
- الأقصري، يوسف.(2002). **كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل**. عمان: دار الطائف.
- الإمامي، عباس. (2010). **علاقة سمة التفاؤل والتشاؤم بقلق المستقبل لشباب الجالية العربية في الدانمارك- مدينة ألبورك**. رسالة ماجستير غير منشورة، الدنمارك، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدانمارك.
- بعلي،مصطفى. (2015). **القبول والرفض الوالدي كما يدركه الأبناء وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية**. أطروحة دكتوراه. الجزائر، جامعة محمد خيضر- بسكرة.
- **دندي، إيمان. (2017). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. سوريا: مجلة جامعة البعث.**
- الشرافي، ماهر. (2013). **الأنهاك النفسي وعلاقته بكل من قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى العاملين في الأنفاق.** رسالة ماجستير غير منشورة، غزة، الجامعة الإسلامية.
- شلهوب، دعاء. (2016). **قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية**. رسالة ماجستير غير منشورة، سوريا، جامعة دمشق.
- فوجو، ميسون. (2012). **استراتيجيات التنمية البشرية ودورها في الحد من ظاهرة هجرة الكفاءات العلمية في فلسطين**. دراسة ماجستير غير منشورة، غزة، الجامعة الإسلامية.
- مصلح، راشد. (2017). **بعض العوامل النفسية وعلاقتها بالاتجاه نحو الهجرة لدى خريجي الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة**. رسالة ماجستير غير منشورة، غزةن جامعة الأزهر.
- النجار، أماني محمد. (2013). فعالية برنامج علاجي قائم على أنشطة اللعب لتخفيف قلق المستقبل وأثره على تحسين مستوى الطموح لدى المراهقات الصغار ضعاف السمع. **مجلة كلية التربيه ببنها**، مصر.
- Ari, R. (2011). **Analysis of ego identity process of adolescents in terms of attachment styles and gender**. Procedia: Social and Behavioral Sciences, 2 (10): 744-750.
- Mello, M. (2015). **Tomorrows Forecast (Future orientation as aprotective factor)**. http//www.black success foundations.org.
- Zaleski Z. & Janson, G. (2015). **Effect of Future anxiety and locus of Control on Power Strategies used by military and Civilian Supevisiors**. Studia-psychologica V42.