

جامعة الجزائر (2)

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس و علوم التربية و الأطفونيا

الموضوع:

قلق المستقبل عند طلاب الجامعة

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي

تحت إشراف الأستاذ:

- فرحات بلمان

من إعداد الطالبة:

- رحمين أمينة

السنة الجامعية: 2014/2015

الإهداء

الحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات، أحمد الله الذي أعانني على القيام بهذا

العمل المتواضع لعل من أبسط مستلزمات الوفاء و التقدير

ان أهدي هذا العمل المتواضع إلى من قال فيهما عز و جل :

"و أخفض لهما جناح الذل من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا"

إلى أمي و أبي أطال الله في عمرهما و حفظهما . فهما اللذان كانا الدعامة

و الركيزة في حياتي و منبع الصبر و النصيحة و الدعاء و كانا الباعث

و المحفز للإستمرار في الحياة العملية.

إلى زوجي أسامة

و إلى جميع أخواتي و أزواجهن : نجية و خالد و أبنائهم (مريم - سارة -

شريف). زبيدة و جمال و ابنتهم أماني ،نبيلة و احمد و أبنائهم (سفيان - انس -

منير) إلى سعيدة و كمال و ابنائهم

إلى أختي العزيزة إيمان .

إلى صديقاتي المقربات اللاتي أجدنهم في السراء و الضراء : أسماء-إيمان - وافية

-نوال - ريمة-ماريا-مريم

كلمة شكر

أحمد الله الذي أعانني ووفقني لإنجاز هذا العمل المتواضع ، إذ أتوجه بأسمى

آيات التقدير و الاحترام إلى كل من خاطب عقلي بحكمة و تواضع ،

إلى من علمني أن النجاح إرادة و إيمان و أخص بالذكر الأستاذ الفاضل

فرحات بلمان الذي لم يبخل علي بتوجيهاته و نصائحه.

كما أشكر جزيل الشكر الأستاذة ساييل وحيدة على كل المساعدات

و النصائح و الإرشادات التي قدمتها لي.

و كذلك الأستاذة ناصري وردة التي لم تبخل علي بالمعلومات في الجانب

التطبيقي وبمساعدها في إنجاز هذا العمل ،

و خالص الشكر لمن أبوا إلا أن تظهر بصمتهم في هذا العمل .

دو أن أنسى أفراد عينة البحث الذين لولاهم لما تم هذا البحث.

فہرست

الفهرس

الفهرس		
قائمة الجداول		
قائمة الأشكال		
أ	مقدمة	
الباب الأول: الجانب النظري		
الفصل الأول : الإطار العام للبحث		
الصفحة	المحتوى	الرقم
1	الإشكالية	1
8	الفرضيات	2
9	سبب إختيار الموضوع	3
9	أهمية الدراسة	4
11	أهداف الدراسة	5
11	حدود البحث	6
12	تحديد المفاهيم	7
الفصل الثاني : القلق و قلق المستقبل		
	أولا : القلق	

16	مفهوم القلق	1
16	لغة	1-1
17	إِصطلاحا	2-1
19	تصنيفات القلق	2
19	القلق الموضوعي العادي	1-2
19	القلق العصابي او المرضي	2-2
20	التفسير الفسيولوجي للقلق	3
21	أعراض القلق	4
21	الأعراض الجسمية	1-4
22	الأعراض النفسية و الاجتماعية	2-4
22	الأعراض المعرفية	3-4
23	النظريات المفسرة للقلق	5
23	نظرية التحليل النفسي	1-5
31	النظرية السلوكية	2-5
32	النظرية الإنسانية	3-5
36	النظرية المعرفية	4-5
44	نظرية الدافع	5-5
46	نظرية الحالة - السمة	6-5

ثانيا : قلق المستقبل

54	مفهوم قلق المستقبل	1
58	الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل	2
62	أسباب قلق المستقبل	3
66	سمات ذوي قلق المستقبل	4
69	التأثير السلبي لقلق المستقبل	5
70	التعامل مع قلق المستقبل	6

الفصل الثالث : الطالب و الحياة الجامعية

78	تعريف الطالب	1
78	الحياة الجامعية	2
82	مفهوم الجامعة	3
83	نشأة الجامعة	4
84	وظائف الجامعة الجزائرية	5
85	مهام الجامعة الجزائرية	6

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

88	المنهج المتبع في الدراسة	1
89	الدراسة الإستطلاعية	2
91	أدوات الدراسة	3

91	خطوات إعداد مقياس قلق المستقبل	1-3
93	تطبيق المقياس	2-3
93	تصحيح المقياس	3-3
95	صدق و ثبات المقياس	4
95	صدق المقياس	1-4
97	ثبات المقياس في البيئة الجزائرية	2-4
98	إجراءات الدراسة الميدانية	5
98	مكان إجراء البحث	1-5
98	فترة إجراء البحث	2-5
99	عينة الدراسة	6
99	طريقة إختيار العينة	1-6
100	خصائص العينة	2-6
104	المعالجة الإحصائية	7
الفصل الخامس: عرض و مناقشة النتائج		
105	عرض نتائج فروض البحث	1

105	عرض نتائج الفرضية الأولى	1-1
107	عرض نتائج الفرضية الثانية	2-1
108	عرض نتائج الفرضية الثالثة	3-1
111	عرض نتائج الفرضية الرابعة	4-1
113	مناقشة النتائج	2
113	مناقشة الفرضية الأولى	1-2
117	مناقشة الفرضية الثانية	2-2
120	مناقشة الفرضية الثالثة	3-2
123	مناقشة الفرضية الرابعة	4-2
126	الإستنتاج العام	
هـ	خاتمة	
و	توصيات و الإقتراحات	
قائمة المراجع		
الملاحق		

فهرس الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
92	مهاور مقياس قلق المستقبل و عبارات كل محور	1
94	مفتاح التصحيح و مستويات قلق المستقبل	2
97	الإرتباطات الداخلية لمقياس قلق المستقبل	3
100	توزيع أفراد العينة حسب الجنس	4
101	توزيع أفراد العينة حسب التخصص	5
102	توزيع افراد العينة حسب المستوى الاقتصادي	6
103	توزيع الأفراد حسب المستوى الجامعي	7
106	نتائج اختبار كاف تربيع للعينة الواحدة حسب مستويات قلق المستقبل	8
107	المتوسطات الحسابية و الإنحراف المعياري للذكور و الإناث	9
109	درجات قلق المستقبل مقارنة المستوى الاقتصادي	10

110	تحليل التباين أنوفا يبين دلالة الفروق في درجات قلق المستقبل حسب المستوى الاقتصادي	11
111	الشعب الثلاثة و درجة قلق المستقبل المتعلقة بكل شعبة	12
112	قيمة اختبارات عند مستوى الدلالة 0.01	13

فهرس الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
75	مصادر قلق المستقبل	1
75	تأثير قلق المستقبل	2

مفصله

مقدمة:

في الوقت الحاضر، يعيش الإنسان في عالم متغير وتحت تأثيرات إجتماعية وثقافية واقتصادية وسياسية، تعقدت الحياة التي يعيشها وتحولت من البسيطة إلى المركبة و لم يعد الإنسان قادرا على تحقيق هدفه ولم تعد الأهداف قادرة على أن تجلب الطمأنينة و الأمن النفسي، و أهم ما يميز هذا العصر أنه عصر يتشكل من خلال فتوحات علمية مذهلة في وسائل الاتصالات و المواصلات وأصبحنا في عصر يستحيل معه التنبؤ بما هو تقدم قادم (محمد 2002.ص257).

فمع تقدم الحياة الحديثة و تطورها السريع أصبح الإنسان يواجه العديد من المواقف التي قد تهدد حياته و مستقبله و تزيد من قلقه تجاه ما يكتنف مستقبل حياته و ما يتوقعه من أحداث قد لا يقوى على مواجهتها كما أن القلق من المستقبل يشكل خطرا على صحة الأفراد و سلوكهم فقد يكون هذا القلق ذا درجة عالية فيؤدي إلى اختلال في توازن حياة الفرد مما يكون له الأثر الكبير سواء من الناحية النفسية أو الجسمية ،و ما يتبع ذلك من تأثيرات في مختلف جوانب حياة الفرد(سعد،1993).

لقد أخذت ظاهرة القلق تتزايد في العقود الأخيرة و تبرز كقوة مؤثرة في حياة الفرد نتيجة لما يتعرض له من ضغوطات و متطلبات تفرضها طبيعة الحياة التي يعيشها في مختلف مراحل حياته، و خاصة مرحلة الشباب و ما تحمله من طموحات و آمال ، و ما يواجهها من صعوبات ، و ما يخبؤه الغد و المستقبل خلف ستائره المجهول و الغامض. كما أن الانشغال بالمستقبل ليس عرضيا بل هو ثمرة حتمية لما يفكر فيه الأفراد لتنظيم حياتهم استنادا إلى أهدافهم المستمدة من فهمهم لمستقبلهم و تخطيطهم له (زيدان، 2007)

فعلى الفرد ان يستثمر وقته بشكل جيد إذا أراد تحقيق أهدافه و طموحاته.وعلينا ان ندرك أن هذا الإستثمار لايتقصر على الوقت الراهن الذي نعيشه حاليا بل يتضمن أيضا ذلك الفضاء الزمني الممتد الذي نسميه المستقبل و خير قول على استثمار الحاضر و التطلع للمستقبل هو قول الرسول محمد صلى الله عليه و سلم "اعمل لدنياك كأنك تعيش أبدا، و اعمل لآخرتك كأنك تموت غدا" فإذا تمعنا في هذا القول وجدنا له ابعاد متعددة تتضمن:الزمن، الاخلاق، التخطيط، الموازنة، و عدم الإهتمام بجانب و إهمال جانب.

ولكن قد يكون الزمن نفسه مصدر للارتباك و القلق و الخوف لدى الفرد فقد يكون غير واثق مما يخبأه له المستقبل و غير متأكد من أن يخطط

له قد ينجح أو يفى بالغرض المطلوب ، و بالتالي يصبح المستقبل للفرد هالة ضبابية تخفي في عتماتها ما يوافق أو يخالف توقعات الفرد المستقبلية.

إن القلق من المستقبل لا يقتصر على فئة معينة من الأفراد، و إنما يطال معظم فئات المجتمع ، و من ضمن هذه الفئات الطلبة على اختلافهم ، و اختلاف مراحلهم الدراسية و من ضمنها طلبة الجامعات و الكليات، فقد يظهر قلق المستقبل لديهم في ظل مجتمع مليء بالتغيرات المرتبطة بالعوامل الاقتصادية و الاجتماعية و البيئية و تفاعلاتها التي تنعكس على سلوكيات الطلبة ، التي تدفعهم إلى الشعور بالإضطراب و القلق نتيجة للتناقضات بين ما هو حسي و ما هو واقع ملموس ، و ما بين الأحلام التي يطمحون إلى تحقيقها و ما يتوقعونه مستقبلا ، ذلك جميعه قد يضعهم في صراعات نفسية و اضطرابات انفعالية نتيجة التفكير في المستقبل و خاصة إن كانت هناك مؤشرات سلبية تظهر في أفق المستقبل المجهول (إبراهيم ،2003)

هذه الظروف التي يعيشها الطالب الجامعي، و الذي يواجه تحديات كثيرة مثل التكيف الأكاديمي والتكيف العاطفي (الزواج و الأسرة) و التكيف المهني (أي مهنة سيتجه إليها و أمامه الآلاف من العاطلين)...كل هذه التحديات و غيرها من المشاكل الإقتصادية والأسرية تبعث في كثير من الأحيان الإحساس بالتوتر و الضيق و القلق (بدر،1993،ص8)

يعتبر طلبة الجامعات عماد المستقبل يقع على عاتقهم الدور الكبير في عملية بناء وتطوير المجتمع ضمن التخصصات المختلفة التي يدرسونها وبالتالي تلعب معرفة مستوى قلقهم اتجاه المستقبل دورا أساسيا في التعرف على مدى قدرتهم على التكيف ومجابهة التحديات، واجتيازها بنجاح بدون آثار سلبية تؤثر على قدرتهم على العطاء. تهتم الدراسة الحالية بقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات منها الجنس والمستوى الاقتصادي و التخصص الجامعي.

الباب الأول:

الجانب النظري

الفصل الأول:

الإطار العام للبحث

1- مشكلة البحث

2-الفرضيات

3- أهمية البحث

4- اهداف الدراسة

5- تحديد المفاهيم

1-الإشكالية

تعتبر الجامعة من أهم المؤسسات التي تساهم إسهاما كبيرا في بناء شخصية الشاب بشكل عام والطالب بشكل خاص لما تقدمه من مناهج متطورة وما توفره من علاقات إنسانية وتفاعل اجتماعي، ولذا يمكن القول أن شخصية الطالب تتبلور وتتضح خلال فترة الإعداد الجامعي وأن ذلك يشمل اتجاهات الطالب وقيمه وقدراته العقلية، فضلا عن حاجاته ودوافعه العديدة.

وتصل مظاهر النمو المختلفة لدى طلاب الجامعة مع بداية السن 19سنة إلى أعلى مستوياتها، في هذه الفترة، تتضح قدراتهم العقلية والمعرفية بشكل أكبر لاسيما القدرات التي تتطلب السرعة في الاستجابة والدقة في التذكر، وكذا النمو الجسمي والانفعالي والاجتماعي. يتميز سلوك الطالب الجامعي بمظاهر نمائية تظهر على شكل عدم الاستقرار الانفعالي، تتمثل في صعوبة التوافق أو التوتر و شعور بالغرابة وإحساس بالقلق يتعلق بشكل خاص بمظهرين، أحدهما الخوف من الفشل في الدراسة وثانيهما الخوف أو القلق من المستقبل المجهول و غير المحدد، قد يؤدي إلى إعاقه التحصيل الأكاديمي و ضعف التركيز و إهمال الواجبات و الملل من المحاضرات و الخوف من الامتحانات .

ويعد القلق أكثر الاضطرابات انتشارا من بين الأمراض النفسية بنسبة تتراوح بين 30-40% من الاضطرابات العصائبية(الشاذلي 1999.ص31) ويعتبر القلق اتجاه المستقبل أحد أوجه

القلق العام، وفي هذا الإطار يشير المشيخي (2009، ص 184) إلى أن قلق المستقبل من الأمور التي تشغل بال الشباب و تعطل أدوارهم، وتمنعهم من اتخاذ فلسفة واقعية في الحياة وعدم الوصول إلى صياغة أهداف واضحة خصوصا في ظل ضغوط الحياة العصرية والعوامل المؤثرة عليهم كأعباء المعيشة و أزمة البطالة ، و قلة الدخل و التغيرات المستمرة التي يمر بها هذا العصر. و قد أظهرت دراسة شند و الأثور (2006) وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد، ومنه يمكننا الإشارة إلى وجود علاقة بين قلق المستقبل و ظاهرة الهجرة غير الشرعية (الحرقة) والتي تعتبر حسب الدراسات السابقة من أهم نتائج عدم استقرار الشباب و قلقه مما ينتظره وهو الإحساس بانسداد الآفاق وفقدان الأمل في كل ما هو مجهول.

كما أشارت دراسة ديتر شونويتز وآخرون (1995) إلى أن الطلبة ذوي القلق المرتفع غير قادرين على اتباع التعليمات التدريسية والتي تنظم العمل داخل الجامعة و يقل تأثير بيئة التعلم بالنسبة لهم. وبينت الدراسة ضرورة الاهتمام بدراسة القلق من المستقبل سواء في المدارس أو الجامعات. وفي هذا الصدد أكد كل من أبوبكر مرسى(1997) ودراسة نادية رضوان(1997) على أهمية دراسة البعد المستقبلي وأثره في حياة الشباب وما يترتب عليه من فقدانهم للأمل في المستقبل و معاناتهم من بعض الأزمات والاضطرابات وهذا ما يسمى قلق المستقبل حيث لاحظ الباحثان قلة الدراسات العربية و الأجنبية التي تناولت هذا

المتغير وعلاقته بكل من مستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من مستويات اجتماعية واقتصادية وثقافية مختلفة.

يحمل القلق الذي يعاني منه الطالب الجامعي تأثيرا سلبيا على شخصيته ومستقبله و كلما زادت درجة قلق المستقبل أو عدم القدرة على تحديد ما يريده كلما ظهرت اضطرابات عديدة لدى الشباب الجامعيين (بدر، 2003).

و لاشك أن حالة ضعف الأمن النفسي التي قد يعاني منه الطالب الجامعي ذات آثار خطيرة، منها شعوره بتدني قدرته على ضبط الأحداث و التنبؤ بها، هذا ما يدفعه إلى العجز والاستسلام وضعف الدافع للإنجاز لديه، فيميل إلى الانسحاب و الاكتئاب فينظر إلى العالم من حوله و كأنه مصدر تهديد (Seligman & Grarber, 1989).

وترى حنان العناني (1995) أن قلق المستقبل يرجع إلى خبرات ماضية مؤلمة و ضغوط الحياة العصرية وطموح الإنسان و سعيه المستمر نحو تحقيق ذاته و إيجاد معنى لوجوده. ويشير حسن شمال (1999) إلى أن السبب يكون بفعل عوامل اجتماعية و ثقافية، بمعنى أن هناك أمورا داخل المجتمع تستثير التوجس والخوف من الأيام المقبلة التي ستعتمد على تغيير أهداف الفرد الحياتية فضلا عن ذلك يرى بأنه يمكن أن تسلط الضوء على طبيعة المناخ الاجتماعي المهيأ لحالة القلق من المستقبل فيما يلي (ضغوط الحياة، أزمة السكن، ارتفاع الأسعار، غياب العدالة التوزيعية، قلة فرص العمل لخريجي المعاهد و الجامعات).

كما دلت دراسة دولين بيركنز وآخرون (Perkins, Dollean; et al., 1995) إلى ضرورة توجيه وإرشاد طلاب المرحلة الثانوية لحل مشكلات صعوبات التعلم وزيادة الحماس لديهم للتخطيط لمستقبلهم وإعطائهم تمارين تمكنهم في التخطيط لاتخاذ قرارات خاصة بمستقبلهم وأنه يجب أن نهتم بما يلي : أحلام الطلاب نحو المستقبل ، رؤية الطالب عن المستقبل ، وقت الفراغ وكيفية استغلاله ، أساليب التعلم المناسبة ، وضع الأحلام موضع التنفيذ ، وهذا يتطلب من المعلم إرشاد الطلاب نحو عمل خطة للمستقبل.

أجرى زاليسكي و جونسون (2000) دراسة حول تأثير قلق المستقبل و مركز الضبط على الاستراتيجيات المستخدمة من قبل مشرفين عسكريين ومشرفين مدنيين؛ تهدف الدراسة إلى معرفة إن كانت الدرجات المرتفعة أو المنخفضة للمشرفين على مقياس قلق المستقبل مرتبطة باستخدام أساليب أكثر قوة للتأثير على المرؤوسين، أظهرت النتائج أن الأشخاص المشرفين الذين سجلوا علامات مرتفعة على مقياس قلق المستقبل كانوا يستخدمون استراتيجيات سلطة و قوة أكثر شدة عند محاولتهم التأثير على مرؤوسيهـم مثل التهديد والعقاب والإكراه الشخصي، كما أن الأشخاص المشرفين الذين سجلوا علامات منخفضة على مقياس قلق المستقبل قد استخدموا استراتيجيات تتصف بالتعاون والعقلانية في المعاملة أثناء التأثير على مرؤوسيهـم (سعود ، 2005) .

و قد وجد زاليسكي 1996 أن الإنسان بطبيعته عندما ينظر و يتأمل المستقبل فإنه يخاف الكثير من الأشياء التي يمكن أو يتوقع أن يواجهها في المستقبل و يرى أيضا أن كل أنواع

القلق لدينا لها بعد زمني قصير و محدود نسبيا يؤثر فينا لمدة فترات زمنية محدودة على العكس فإن قلق المستقبل يشير إلى التأثير بعيد المدى أي المستقبل البعيد.

(Zaleski 1996. 165-174)

وتؤكد نتائج العديد من الدراسات على أهمية دراسة المستقبل وقلق المستقبل والتوجه نحو المستقبل منها الدراسة الطولية لجيسيلا ترومسدروف Trommsdorff, Gisela (1997) حول توجه المراهقين نحو المستقبل و التي بينت أن استجابات طلاب الجامعة للتوجه نحو المستقبل (تصور زمن المستقبل) محدد بعدة عوامل هي (الشخصية - الأسرة - الرفاهية المادية - المهنة) وطوال مدة الدراسة التي استمرت قرابة العامين تم دراسة (الآمال والمخاوف ومحل التبعة والتفاؤل لدى المراهقين) في ضوء متغيرات الجنس والعمر والاختلاف في المستوى التعليمي وقد ظهر فروق ذات دلالة إحصائية لهذه المتغيرات.

وتوصلت دراسة الصبوه و آخرون (1991) إلى أن أهم المشكلات النفسية للطلبة سواء : (في الكليات العلمية أو الإنسانية) و (الطلبة المتفوقين و المتأخرين دراسيا) و (طلبة السنة الأولى و النهائية) و (لكلا الجنسين ذكور و إناث) هي الخوف و القلق من الامتحانات يليها الخوف من المستقبل ثم الشعور بالذنب، أما المشكلات الخاصة بالمستقبل بعد التخرج فكانت لكل المجموعات هي ارتفاع نفقات الزواج و صعوبة الحصول على عمل (الصبوه و آخرون، 1991، ص 171) .

و هدفت دراسة العكيلي (2000) إلى معرفة مستوى قلق المستقبل والكشف عن العلاقة الإرتباطية بين قلق المستقبل ودافع العمل، والكشف عن الفروق بين قلق المستقبل تبعاً لمتغيرات الجنس والسن، أجريت على عينة مكونة من 278 من الذكور و الإناث من الموظفين في مدينة بغداد باستخدام مقياس جاسم لقلق المستقبل (1996)، أسفرت النتائج إلى وجود علاقة سلبية دالة بين قلق المستقبل و دافع العمل.

كما درس فريدمان (1991) قلق المستقبل لدى الجنسين وتوصل إلى أن الذكور لديهم قلق نحو المستقبل بينما الإناث لديهن قلق نحو مظهرهن الجسمي بالإضافة إلى النواحي الاجتماعية(منذر عبد الحميد ، سعاد محمد علي، 2001، ص 207-208).

و تشير دراسة جلوريسا كانينو Canino Glorisa (2004) تناولت دراسة قلق المستقبل من منظور إرشادي علاجي إلى ضرورة تقديم نصائح وتفسيرات للأطفال والمراهقين لكون عدم الاهتمام بتقديم إرشادات للمراهقين والأطفال إلى ظهور أمراض جسمية ناتجة عن هذا القلق.

كل هذه الدراسات دفعت بالباحثين إلى الاهتمام بقلق المستقبل وعلاقته بمتغيرات مختلفة و ذلك لأن قلق المستقبل في حد ذاته يمثل موضوعاً خصباً ومن موضوعات الاهتمام الحديثة والمعاصرة نسبياً على المستويين النظري والواقعي.

وانطلاقاً من هذه الأدبيات نحاول من خلال الدراسة الحالية معرفة نسبة مستوى قلق المستقبل عند طلاب الجامعات في الجزائر، و مقارنة مستوى قلق المستقبل عند طلاب مختلف التخصصات وتحديد الفرق إذا كان موجوداً، بين الجنسين الذكور والإناث في درجة قلق المستقبل ومدى الاختلاف بين الطلاب في درجة القلق من المستقبل وفقاً لاختلاف المستوى الاقتصادي.

ومن ثم قمنا بطرح التساؤلات الآتية:

1- هل يعاني الطلاب الجزائريين من قلق المستقبل مرتفع؟

2- هل تختلف درجات قلق المستقبل بين الذكور والإناث ؟

3. هل يوجد اختلاف في درجات قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة وفقاً للمستوى الاقتصادي لأسرته؟

4- هل يوجد اختلاف في درجات قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة وفقاً للتخصص الذي يدرسه (طب- علوم تقنية -علوم إنسانية)؟

2- الفرضيات:

للإجابة على التساؤلات المدرجة في الإشكالية، اقترحنا الفرضيات التالية:

- يعاني الطلاب الجزائريين من قلق مستقبل مرتفع

- يظهر الذكور درجات قلق المستقبل مرتفعة مقارنة بالإناث

- يظهر الطلاب ذوي مستوى اقتصادي مرتفع درجات قلق المستقبل بشكل أقل من الطلاب ذوي مستوى اقتصادي منخفض.

- يظهر الطلاب في تخصص علوم إنسانية قلق مستقبل مرتفع مقارنة بالتخصصات الأخرى (طب- علوم تقنية)

3 - سبب اختيار الموضوع:

من أسباب اختيارنا لهذا الموضوع هو ملاحظتنا المتكررة لطلاب الجامعات وحديثهم المستمر عن تخوفاتهم للمستقبل في ظل التغيرات التي طرأت في السنوات الأخيرة على المجتمع الجزائري على المستوى الاقتصادي والاجتماعي والسياسي جعلت الشباب الجزائري يفقد ثقته في مستقبله و يتخوف من كل ما هو مجهول. ونظرا لأهمية الموضوع، نحتاج لدراسات تفسر لنا المشكلات التي تعاني منها فئة فعالة في المجتمع و هي فئة الشباب الجامعي.

4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في أنها تهتم بشريحة هامة في المجتمع الجزائري وهي الشباب الجامعي كونه الركيزة الأساسية التي يتشكل منها مجتمع الغد بكل تفاصيله وعناصره ومقوماته، مما يفرض على الباحثين التعرف على سماتهم و آمالهم و مخاوفهم. ونتوقع أن تفيد نتائج هذه الدراسة الجامعات الجزائرية في التعرف على الجوانب النفسية، والمخاوف المستقبلية التي تعيق تقدم الطلبة وتؤثر على تحصيلهم، و العمل على إيجاد الحلول المناسبة لها. كما يمكن أن تساعد هذه الدراسة المرشدين النفسانيين على مستوى الجامعات للتعرف على مخاوف الطلبة والتغلب عليها و استثمار إمكاناتهم على النحو الأفضل.

يعتبر الاهتمام بدراسة قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات اهتماما بالمجتمع بأسره لكونهم سيقودون المجتمع مستقبلا وإن إغفال طاقتهم أو تجاهلها، يجعلهم يتحولون من طاقات منتجة و مبدعة إلى طاقات تدميرية، تدمر ذاتها و مجتمعا في آن واحد إن لم تجد لها مخرجا مناسباً بعيداً عن كثير من الأمراض والاضطرابات السلوكية التي تفتك بها (كنعان و المجيد، 1999، ص86).

فيعتبر قلق المستقبل أحد الهواجس التي تؤرق المجتمعات نظراً للتغيرات التي عصفت بالأفراد و جعلت المستقبل مبهماً، فأكثر ما يخشاه الناس هو المجهول وغالبا ما نجد النظرة العامة للمستقبل سلبية في ظل اضطراب الحياة وازدياد حدة المشاكل الحياتية، وتسارع الأحداث السياسية والضغط الاقتصادي، إضافة إلى الإحباط التي يمر به في أوجه الحياة المختلفة.

ويشير المشيخي (2009، ص53.54) في دراسته حول قلق المستقبل إلى أن هذه الضغوط والتغيرات أدت إلى تغير في أساليب حياة الأفراد و انعكست على قيمهم و سلوكياتهم و أنماط تفكيرهم خصوصا لدى الطلبة الجامعيين، إذ أن الحياة الجامعية تعج بالظروف المثيرة للقلق سواء على الصعيد الدراسي أم الاجتماعي، مما يؤثر على سلوك الطلبة و يصبح مهددا لهم و معرقلا لمسيرة حياتهم.

5- أهداف الدراسة:

يستهدف البحث الحالي:

- قياس مستوى قلق المستقبل عند طلاب الجامعات الثلاثة : جامعة الجزائر 1-جامعة الجزائر 2 -جامعة هواري بومدين.
- التعرف على دلالة الفروق في مستوى قلق المستقبل (مرتفع جدا، مرتفع، متوسط، منخفض) حسب متغير الجنس (ذكر ، أنثى).
- التعرف على دلالة الفروق في مستوى قلق المستقبل (مرتفع جدا، مرتفع، متوسط، منخفض) حسب متغير المستوى الاقتصادي (مرتفع ، متوسط، منخفض)
- التعرف على دلالة الفروق في مستوى قلق المستقبل (مرتفع جدا، مرتفع، متوسط، منخفض) حسب متغير التخصصات (علمي ، أدبي ، تقني).

6- حدود البحث:

6-1-المجال الزمني:

تم تطبيق البحث خلال الفترة الممتدة من شهر نوفمبر 2014 إلى شهر مارس 2015.

6-2-المجال المكاني:

تم إجراء البحث في ولاية الجزائر العاصمة على مستوى 3 جامعات :

* جامعة الجزائر 2.

* جامعة هواري بومدين للعلوم و التكنولوجيا.

* جامعة الجزائر 1 /كلية الطب علي محرزى.

7- تحديد المفاهيم:

7-1 مفهوم القلق:

القلق استجابة انفعالية لخطر يخشى من وقوعه و يكون موجها للمكونات الأساسية للشخصية ، و الإستجابة هذه تحمل معها معنى داخليا يتصل بالشخص و يضيفه على العالم الخارجي . (الرفاعي 2003، ص200)

أما بارلو (Barlow,2004) فيعرّف القلق بأنه "حالة مزاجية سلبية تتميز بأعراض التوتر البدني والتخوف من المستقبل كما وإنها تتميز بالتأثير السلبي من حيث أن الشخص يركّز على إحصائية خطر أو سوء حظ لايمكن السيطرة عليه".

7-2 قلق المستقبل future anxiety

يعرف القلق كلغة كما ورد في لسان العرب لابن منظور بأنه انزعاج ، فيقال قلق الشيء قلقا ، فهو قلق و مقلق و اقلق الشيء من مكانه ، و قلقه : أي حركه . و القلق أيضا أن لا يستقر في مكان واحد (ابن منظور .1414، ص333)

يعرف أحمد رجب السيد (2008 ،ص14) قلق المستقبل بأنه حالة انفعالية غير سارة تنتاب الفرد أثناء التفكير في المستقبل يتوقع خلالها تهديدا لمستقبله، و لما سوف يكون عليه في المستقبل ، و الشعور بشيء من التشاؤم و عدم الرضا و عدم الإطمئنان و الثقة في المستقبل و الخوف من المشكلات الاجتماعية و الاقتصادية مصحوبة بشيء من عدم التركيز و التفكير و التوتر و الضيق و الشعور ببعض الأعراض الجسمية كالصداع و الضعف العام .

و يعرفه العشري 2004 بأنه خبرة انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوفا غامضا نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدا من الصعوبات و التنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة (العشري ، 2004،ص 148)

و تعرفه الباحثة ناهد سعود 2005 بأنه حالة انفعالية مضطربة غير سارة تحدث لدى الفرد من وقت لآخر تتميز هذه الحالة بعدة خصائص منها شعوره بالتوتر و الضيق و الخوف الدائم و عدم الإرتياح و الكدر و الغم و فقدان الأمن النفسي تجاه الموضوعات التي تهدد قيمه أو كيانه يقترن بتوقع و ترقب خطر و مجهول ، يمكن حدوثه في المستقبل و قد تكون هذه الحالة مؤقتة أو سمة مستمرة.

ويعرف قلق المستقبل إجرائيا في هذا البحث بالدرجة التي يتحصل عليها الطالب الجامعي أو الطالبة الجامعية في مقياس قلق المستقبل للدكتورة زينب شقير المعد لأغراض هذا البحث.

3-7 الطالب الجامعي:

الطالب الجامعي هو الذي يتلقى دروس و محاضرات و التدريب على كيفية الحصول على المعلومات في مؤسسة التعليم العالي للحصول بعد اجتيازهم لهذه المرحلة على شهادة ليسانس أو ماستر.(مصطفى مزيش ، 2009)

أما التعريف الإجرائي للطالب الجامعي نقصد به طلبة و طالبات كل من جامعة الجزائر 2 ،
جامعة هواري بومدين، الذين ينتمون إلى الكليات : العلوم الإنسانية،العلوم التقنية
ويدرسون في السنة الثالثة ليسانس و ماستر 1 ،ماستر 2 ، و جامعة الجزائر 1، من طلبة
الطب الذين يدرسون في السنوات الخامسة ، السادسة ، و السابعة.

الفصل الثاني:

القلق و قلق المستقبل

أولاً: القلق

1- مفهوم القلق

2- تصنيفات القلق

3- التفسير الفيزيولوجي للقلق

4- أعراض القلق

5- النظريات المفسرة للقلق

ثانياً: قلق المستقبل

1- مفهوم قلق المستقبل

2- أسباب قلق المستقبل

3- سمات ذوي قلق المستقبل

4- التأثير السلبي لقلق المستقبل

5- التعامل مع قلق المستقبل

تمهيد:

يعتبر الخوف و القلق من المستقبل سمة من سمات هذا العصر فالتطور و التقدم الحضاري و التكنولوجي ، و التغيرات السريعة المتلاحقة المختلفة الاجتماعية ،الثقافية،السياسية ،الاقتصادية...إلخ ساهمت في جعل الإنسان حائراً قلقاً وسط هذه الموجة الحضارية و يبحث عن الطمأنينة و سكينه النفس.

لذلك يعتبر القلق من المستقبل نوعاً من أنواع القلق الذي يشكل خطراً على صحة الأفراد خاصة فئة الشباب الجامعي الذي تكون كل نظرتة تهاؤل و امل في المستقبل. و قد يكون هذا القلق ذا درجة عالية فيؤدي إلى إختلال في توازن الفرد و يكون أثره اكبر على الفرد سواء من الناحية العقلية ، الجسمية ، السلوكية.

و في هذا الفصل نحاول التعرف أكثر على موضوع القلق بصفة عامة و قلق المستقبل بصفة خاصة .

أولاً : القلق

1- مفهوم القلق

يعد القلق من الانفعالات الإنسانية الأساسية وجزء طبيعي في كل آليات السلوك الإنساني وهو يمثل أحد أهم الاضطرابات المؤثرة على صحة الفرد ومستقبله إضافة إلى تأثيره على صحة الفرد ومستقبله إضافة إلى تأثيره السلبي على مجالات الحياة المختلفة.

لذلك يعتبر القلق من العوامل الرئيسية المؤثرة في الشخصية الإنسانية وموضوع القلق كان ولا يزال من أهم الموضوعات التي تفرض نفسها دائماً على اجتهادات الباحثين في العلوم النفسية لما له من أهمية وعمق وارتباط بأغلب بل بكل المشكلات النفسية.

ولذلك لا يمكن الحديث عن قلق المستقبل إلا في ضوء فهم القلق بشكل عام ولذا تحاول الباحثة أن تقوم بعرض هذا البحث مهمة بكل ما يتعلق بموضوع الدراسة الحالية.

1-1- لغة:

-قلق يقلق قلقتا: اضطرب

-بات قلقتا: لم يستقر في مكانه

المعنى اللغوي لكلمة قلق في المعجم الوسيط بمعنى قلق الشيء قلقل أي حركه فلم يستقر في مكان واحد اضطرب وانزعج فهو قلق (مصطفى وآخرون 1973) و هو حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث و المقلق شديد القلق و يقال رجل مقلق و امرأة مقلقة (الكعبي 1997، ص 27).

1-2- اصطلاحا:

أما التعريف السيكولوجي فكما يعرفه معجم علم النفس و الطب النفسي 1990 أنه شعور عام بالفرع و الخوف من شر مرتقب و كارثة توشك أن تحدث ، و القلق استجابة لتهديد غير محدد كثيرا ما يصدر من الصراعات اللاشعورية و مشاعر عدم الأمن و النزاعات الغريزية الممنوعة المنبعثة من داخل النفس و في الحالتين يعبئ الجسم إمكانيته لمواجهة التهديد فتوتر العضلات و يتسارع النفس و نبضات القلب (فرج 1990 ،ص 219) و يعرف ريتشارد .م.سوين 1988 Richard.M القلق بأنه حالة انفعالية غير سارة يستثيرها وجود الخطر ويرتبط بمشاعر ذاتية من التوتر و الخشية . (غرابة 2003،ص 110).

وترى حنان العناني (2000، ص112) القلق بأنه إشارة إنذار نحو كارثة توشك أن تقع وإحساس بالضيق في موقف شديد الدافعية مع عدم التركيز و العجز عن الوصول إلى حل مثمر .

كما يعرف دافيد هارولدفنك 1998 القلق بأنه حالة من عدم الاتزان المستمر تنشأ بسبب وجود صراع داخلي فيما بين الاستجابات الانفعالية.

ويعرفه عكاشة 1998 بأنه شعور غامض غير سار يتميز بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي الذي يأتي في نوبات تتكرر في نفس الفرد وذلك مثل الضيق في التنفس أو الشعور بنبضات القلب أو الصداع. ويظل القلق العصابي هو النوع الذي لا يدرك المصاب به مصدره حيث تنتابه حالة من الخوف الغامض غير المبرر كما أن له العديد من الأعراض التي تبدو واضحة على الشخص القلق خاصة في تلك المواقف الضاغطة التي تبعث توتراته وآلامه النفسية.

و عموماً فإنه بدءاً من الدليل التشخيصي الأمريكي الثالث للطب النفسي أصبح يستخدم مصطلح اضطراب القلق Anxiety disorder كبديل لمصطلح عصاب القلق. غرابة (2003، ص 112)

وترى الباحثة بأنه بالرغم من اختلاف الباحثين في تعريف القلق و تنوع تفسيراتهم له إلا أنهم اتفقوا على أن القلق هو نقطة بداية الاضطرابات السلوكية و له تأثير على صحة الفرد و إنتاجيته.

2 - تصنيفات القلق :

يصنف القلق إلى:

1-2 - القلق الموضوعي العادي (خارجي المنشأ) حيث يكون هذا القلق خارجياً و موجوداً فعلاً و يطلق عليه أحيانا اسم القلق الواقعي أو القلق الصحيح أو القلق السوي objective anxiety و قد يطلق عليه القلق الدافع drive anxiety أو القلق الإيجابي positive anxiety و ذلك لارتباط هذا النوع من القلق بموضوع حقيقي يحمل مخاطر حقيقة ، و لذا يكون القلق في هذه الحالة هو رد فعل مبرر لموضوع خارجي بحيث يهيئ الفرد نفسه للتعامل مع هذا الموضوع و تجنب مخاطره.

2-2-القلق العصابي أو المرضي: (داخلي المنشأ) و هو نوع من القلق لا يدرك المصاب به مصدر علته وكل ما هنالك أنه يشعر بحالة من الخوف الغامض دون مبرر موضوعي لذلك فهو قلق مرضي morbid ويسمى أحيانا بالقلق الهائم الطليق Free- Floating anxiety الذي يتمثل في الشعور بعدم الارتياح و ترقب المصائب و هذا الشعور مستمر و دائم لدى الفرد (فايد 2003 ص49).

3-التفسير الفسيولوجي للقلق:

تنشأ أعراض القلق النفسي من زيادة في نشاط الجهاز العصبي غير الإرادي بنوعيه "السمبثاوي" و "الباراسمبثاوي" و من ثم تزيد نسبة "الأدرينالين" و "النورأدرينالين" في الدم فيتحرك السكر في الدم، مع شحوب في الجلد، فيزداد العرق ويجف الحلق، و أحيانا ترتجف الأطراف و يعمق التنفس.

أما ظواهر نشاط الجهاز "الباراسمبثاوي" فأهمها كثرة التبول والإسهال ووقوف الشعر، وزيادة الحركات المعوية مع اضطراب الهضم، والشهية، والنوم.

ويتميز القلق فسيولوجيا بدرجة عالية من الانتباه هو اليقظة المرضية في وقت الراحة مع بطء التكيف للكرب ، أي أن الأعراض لا تقل مع استمرار التعرض للإجهاد نظرا لصعوبة التكيف في مرض القلق.

والمركز الأعلى لتنظيم الجهاز العصبي "اللاإرادي" هو الهيپوثلاموس (المهاد التحتي)، وهو مركز التعبير عن الانفعالات، وهو على اتصال دائم بالمخ الحشوي والذي وهو مركز الإحساس بالانفعال.

كذلك الهيپوثلاموس على اتصال بقشرة المخ متلقي التعليمات منها للتكيف بالنسبة للمنبهات الخارجية، و من ثم توجد دائرة عصبية تعمل من خلال سيالات و شحنات كهربائية و كيميائية و أن الموصلات العصبية المسؤولة عن ذلك هي (السيروتونين،

و النورأدرينالين ، و الدوبامين) و التي تزيد نسبتها في هذه المراكز من أي جزء آخر في المخ ، مع وجود "الأسيتيلكولين" في قشرة المخ.

وإن أسباب معظم الأمراض النفسية والعقلية هي خلل في توازن هذه الموصلات العصبية.
(عكاشة 1998، ص 111)

4- أعراض القلق:

يمكن تقسيم أعراض القلق إلى ثلاث فئات هي: الأعراض الجسمية، الأعراض النفسية والاجتماعية، الأعراض المعرفية وفيما يلي عرض لأهم هذه الأعراض.

4-1 الأعراض الجسمية:

شحوب الوجه، واتساع فتحة العين، وتعبير الخوف على الوجه، وبرودة الأطراف وسرعة ضربات القلب، وارتفاع ضغط الدم، وسرعة التنفس، والشعور بالاختناق، وجفاف الحلق، وصعوبة البلع، وعسر الهضم، وألام المعدة والأمعاء وخاصة الأمعاء الغليظة والشعور بالانتفاخ، وكثرة الغازات وصعوبة التبول.

ومن الأعراض الجسمية للقلق أيضا الضعف العام ونقص الطاقة الحيوية والنشاط الحركي الزائد، و اللزمات العصبية مثل: اختلاج الفم، قتل الشارب، مص الإبهام، وقضم الأظافر، ورمش العينين. (العناني 2000، ص 113)

4-2 الأعراض النفسية والاجتماعية:

الشعور بالخوف وعدم الراحة الداخلية وترقب حدوث مكروه، ويترتب على ذلك تشتت الانتباه، وعدم القدرة على التركيز والنسيان، وكذلك الأرق، وعدم القدرة على النوم. وتسيطر على الفرد في حالات القلق مشاعر الاكتئاب والشعور بالعجز عند اتخاذ قرارات حاسمة، أو سرعة اتخاذ قرارات لا تنفذ مع الميل الشديد لنقد الذات ووضع متطلبات صارمة على ما يجب عمله.

كما يبدو الشخص القلق في حالة اضطراب في توافقه مع الآخرين، حيث يميل للعزلة والبعد عن التفاعلات الاجتماعية ويبدو عليه عدم القدرة على إحداث تكيف بناء مع الظروف والأشخاص والمواقف الاجتماعية. (ابراهيم، 1994، ص 24)

4-3 -الأعراض المعرفية:

وتتضمن مجموعة من الخصائص المعرفية كالاتي:

4-3-1 -التطرف في الأحكام: فالأشياء إما بيضاء أو سوداء أي ان الشخص القلق والمتوتر يفسر المواقف باتجاه واحد وهذا فيما يبدو ما يسبب له التعاسة والقلق والتوتر يفسر المواقف باتجاه واحد وهذا فيما يبدو ما يسبب له التعاسة والقلق.

4-3-2 -كذلك ميل العصائبيين إلى التصلب، أي مواجهة المواقف المختلفة المتنوعة بطريقة واحدة من التفكير.

3-3-4 -يتبنون أيضا اتجاهات ومعتقدات عن النفس والحياة لا يقوم عليها دليل منطقي كالتسلطية، والجمود العقائدي، مما يحول بينهم وبين الحكم المستقل، واستخدام المنطق بدلا من الانفعالات.

4-3-4 -وهم يميلون للاعتماد على الأقوياء ونماذج السلطة وأحكام التقاليد، مما يحولهم إلى أشخاص مكفوفين وعاجزين عن التصرف بحرية انفعالية عندما تتطلب لغة الصحة النفسية ذلك. (المرجع السابق 1994، ص 25)

وترى الباحثة أن الملاحظ في تفكير الأشخاص القلقين أنه يتسم بالبعد عن المنطقية، وتبني الأفكار والمعتقدات المطلقة، وغير الواقعية أحيانا.

5- النظريات المفسرة للقلق:

5-1- نظرية التحليل النفسي:

5-1-1- نظرية التحليل النفسي الكلاسيكي:

يرتكز تحليل "فرويد" للقلق باعتباره إشارة إنذار للأنا بأن تقوم باتخاذ مواقفها الدفاعية مستخدمة ميكانيزماتها الخاصة ضد ما يهددها وهي إما ان تنجح في ذلك أو ان تسقط الأنا فريسة للقلق النفسي.

وقد قام "فرويد" بتحديد أنواع القلق في نوعين أساسيين وهما: القلق الموضوعي والقلق العصابي، ثم أضاف إليهما فيما بعد القلق الخلفي... وفيما يلي عرض لهذه الأنواع:

أ- **القلق الموضوعي**: وهو " خبرة انفعالية مؤلمة ترجع لإدراك الفرد لموضوع ما في محيط عالمه على انه خطر ومهدد"، والقلق الموضوعي هو استجابة مفهومة للخطر، ويشمل حالة انتباه حسي متزايد وتوتر حركي يمهدان الاستجابة للقلق.

" ويعني هذا النوع، ارتباط القلق بمثير موضوعي خارجي يتعلق بالانا، وينتج عندما يدرك الفرد خطرا ما في الواقع أو في البيئة، وذلك بهدف الإعداد لمواجهة هذا الخطر والتغلب عليه أو التخفيف من آثاره، وهو مفهوم قريب من السواء ومن حالات الخوف لأن كلاهما مرتبط بموضوع محدد بدرجة ما"

ب- **القلق الخلقى**: وهو نوع من الخوف الموضوعي، حيث أنه يرتبط بموضوع محدد المعالم، إلا انه ليس خارجي المصدر، بل يكون مصدره الأنا الأعلى ويبدو في صورة إحساس الأنا بالذنب أو الخجل الناتجين عن تهديد "الهو" وذلك في تلك الحالات المتعلقة بالضمير أو القيم والتقاليد الأخلاقية او ذات الطابع العقائدي.

ج- **القلق العصابي**: وهو قلق شديد لا تتضح معالم المثير فيه، ويبدو على شكل خوف من المجهول " وفي التحليل النفسي فإن هذا النوع من القلق يكون مصدره "الهو" أو الغرائز التي تفشل الأنا بميكانيزماتها الدفاعية في صدها، ومن هنا فإن القلق يحدث في الأنا لا شعوريا بعيدا عن إدراك الشخص. (العناني، 2000، ص 116)

وقد قسم "فرويد" القلق العصابي إلى نوعين هما:

د- **القلق الهائم الطليق**: وهو حالة خوف عام شائع طليق مستعد لأن يتعلق بأية فكرة مناسبة، وهو يتربص بأية فكرة لكي يجد مبررا لوجوده وهو يؤثر في أحكام الفرد ويؤدي إلى توقع الشر، ويسمى فرويد هذه الحالة " التوقع القلق" أو " بالقلق المتوقع"

و يتضمن القلق الهائم استجابة مفرطة مبالغا فيها لمواقف لا تمثل خطرا حقيقيا ، و قد لا تخرج في الواقع عن إطار الحياة العادية ، و لكن الفرد الذي يعاني من القلق يستجيب لها غالبا كما لو كانت تمثل خطرا ملحا أو مواقف تصعب مواجهتها.

هـ- **قلق المخاوف المرضية**: وهو كالخوف من الأماكن المتسعة أو المرتفعة أو المغلقة وهي مخاوف تبدو غير معقولة، ويختلف هذا النوع من القلق عن القلق الموضوعي في ارتباط القلق الموضوعي بخطر خارجي حقيقي على عكس المخاوف المرضية.

حيث يخاف الفرد في جميع المواقف حتى غير المخيف منها، وذلك نتيجة الإلحاح المستمر لغرائز الهو المكبوتة على الأنا والدفاعات، مما يجعل الفرد في حالة خوف وتوجس دائمين من أن تغلبه غرائزه، فنجده يتجنب كثيرا من المواقف، ويتسم سلوكه بالعزلة والانطواء، ويستنفذ جزءا أكبر من طاقته في تعزيز دفاعاته، وبالطبع فإن الفرد ينسب إلى هذه الموضوعات الخارجية في الموقف صفات التهديد والخطر مع أن التهديد والخطر ينبعثان من داخله.

وينتهي فرويد في نظريته إلى أن القلق ينشأ عن كبت الرغبة الجنسية أو احباطها ومنعها من الإشباع، وحينما تمنع الرغبة الجنسية من الإشباع تتحول الطاقة الجنسية (الليبيدو) إلى قلق ويتم هذا التحول بطريقة فسيولوجية بحتة. وقد أدى هذا الرأي إلى إبعاد موضوع القلق عن نطاق أبحاث التحليل النفسي لمدة من الزمن فالقلق وفقا لهذه النظرية لا يحدث العصاب وإنما يحدث العصاب أولاً ويساعد العصاب على كبت الرغبة الجنسية، وحينما تكبت الرغبة الجنسية تتحول الطاقة الجنسية وبطريقة مباشرة إلى القلق. (كفافي، 1990، ص 347)

5-1-2- القلق في التحليل النفسي الحديث:

كانت لنظرية "فرويد" دور بارز و هام في ظهور العديد من النظريات النفسية و التي قامت في بعض الأحيان بمخالفته و في بعض الأحيان مرتكزة أو مستفيدة من آرائه النظرية، و هناك جهود مجموعة من العلماء التحليليين الذين انشقوا عن فرويد بارتياحهم مدارس تحليلية أخرى تقلل من أهمية الغرائز في تفسير السلوك الإنساني مقارنة بما قدمه فرويد، و من هؤلاء العلماء:

أ-أوتورانك Ottorank:

صدمة الميلاد عند "أوتورانك Ottorank وليست العقدة الأوديبيية هي المشكلة الرئيسية للإنسان فهي التي تحرك في اللاشعور ذلك القلق الأصلي الناشئ عن الانفصال عن رحم الأم، وذهب إلى أن الطفل قبل ولادته كان ينعم باللذة والسعادة في جنة الرحم، و ميلاده

عبارة عن طرد له من هذه الجنة فيشعر بصدمة شديدة مؤلمة ينتج عنها شعور بالقلق الأولي ثم تأتي خبرات الانفصال التالية لتكرر شعور الإنسان بالقلق. (فرويد، 1997 ص 35)

ب- ألفرد أدلر Alfred Adler

يرى "آدلر" في كتابه " تفهم مستقبل الإنسانية"، أن الأطفال عادة ما يشعرون بضعفهم وعجزهم إذا ما قارنوا أنفسهم بالكبار، ويؤدي ذلك إلى شعور الفرد في المستقبل بالنقص والذي يحاول تعويضه عن طريق كسب حب و صداقة الآخرين، ولكنه يسقط في القلق إذا ما فشل في ذلك.

كما يرى أن من اهم الأسباب المؤدية للمرض هي التعويض اللاسوي عن الشعور بالنقص فالشعور بالإحباط ينتج عن عدم الإحساس بالكفاية، ولهذا لا يشعر الفرد بالارتياح مما قد يدفعه إلى التفوق أو المبالغة والإصابة بالمرض والعصاب، وفي الشخصيات العصابية تكون محاولات التخلص من الشعور بالنقص عصابية تعويضية، تهدف إلى تحقيق الأمن عن طريق التفوق والسيطرة على الآخرين.

و عموما فقد ركز " أدلر Adler" على التأثيرات الثقافية في السلوك مفترضا أن الشخصية اجتماعية بفطرتها و أن الشعور بالنقص يتوسط الدافعية الإنسانية (ليندا دافيدوف ، 2000، ص 177).

ج-كارل يونج Jung:

يعتقد يونج أن القلق عبارة عن رد فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي. فالقلق هو خوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي غير المعقولة التي لازالت باقية فيه من حياة الإنسان البدائية ويعتقد يونج أن الإنسان يهتم عادة بتنظيم حياته على أسس معقولة منظمة، وأن ظهور المادة غير المعقولة من اللاشعور الجمعي يعتبر تهديدا لوجوده.

ونلاحظ أن يونج يتبنى فكرة أن الناس يرثون اللاشعور الجمعي الذي يجمع ذكريات الأجداد وكذلك علاقاتهم وخبراتهم، وتنتج هذه الذكريات الصور العقلية مثل حكمة الرجل المسن والأرض الأم ويفترض أن العبارات الشعرية والدينية مشتقة من هذا المصدر. ويقسم يونج الناس إلى صنفين:

1-المنطوي: وهو يركز أفكاره على ذاته بشكل انطوائي.

2-المنبسط: وهو الذي يركز انتباهه وشعوره كليا نحو ما هو خارج ذاته ويقع المرض عندما يصل الفرد إلى درجة من الانطواء أو الانبساط تمنعه من التكيف مع المجتمع (المرجع السابق، 2000، ص 177)

د- كارن هورني Karen Horney:

اهتمت "هورني" بالدوافع العدوانية أكثر من الدوافع الجنسية (عكس فرويد)، واعتبرت أن الخطر الذي يثيره القلق ليس - كما يعتقد فرويد- مجرد زيادة التنبيه وشدة الإثارة

الصادرة عن دوافع العدوان، وإنما خوف الفرد من توجيه هذا العدوان إلى الأشخاص الذين لهم أهمية عنده، والذي يعتمد عليهم ويحبهم، وبالتالي يكون معرضاً لفقدان حبهم واحترامهم وعطفهم.

وترى " هورني " أن الطفل الذي لا يشعر بالحب والاحترام في سنواته الأولى يميل إلى إظهار الكره والعداء نحو والديه ونحو الأشخاص الآخرين عامة ، كما أنه يتوقع الأذى والضرب من الآخرين، ونتيجة لضعفه واعتماده على والديه فهو يكون في حالة صراع بين عدوانه تجاه الوالدين واعتماده عليهما مما يولد لديه القلق.

كما أكدت على أن خبرات الأطفال المتنوعة تنتج أنماطاً مختلفة من الشخصيات والصراعات وأكدت أيضاً على الآثار السلبية للإحساس بالعزلة والضعف.

حيث ترى "هورني" أن السلوك الإنساني السوي يستمد من الشعور بالطمأنينة وأن أساس القلق يرجع إلى عدم قدرة الفرد على الوصول إلى حالة الطمأنينة، التي ترجع إلى علاقاته مع والديه، وهذا يؤدي إلى تكوين نظرة عدائية للعالم باعتباره عدواً مهدداً له.

كما ترى ان هناك أربع طرق يلجأ إليها الفرد للتهرب من القلق هي: التبرير والإنكار والتحذير وتجنب المواقف التي قد تؤدي إلى التفكير. (ليندا دافيدوف، 2000م، ص 177)

هـ- إريك فروم Erich Fromm:

يرى "فروم" أن تكيف الإنسان لبيئته لا يتم بالغيرة ولكن بالتعلم والتدريب والثقافة له ، وأن الإنسان يواجه مصاعب عصابية نتيجة للحاجات الجديدة التي تولدها ثقافته وللقبوض

والإحباطات التي تنقل بها الثقافة كاهله فإذا كانت الثقافة مريضة وعوامل الهدم فيها هي الغالبة فإن الإحباطات التي يتعرض لها الفرد تؤدي به إلى أن يكون هادما لنفسه ولغيره. وعند (إريك فروم) فإن القلق أو الشعور بالعجز ينشأ عن الصراع بين الحاجة للتقرب إلى الوالدين وعدم فقدان حنانهما وبين الحاجة للاستقلال والاعتماد على النفس.

حيث يرى "فروم" أنه بعد الفترة الطويلة التي يقضيها الطفل معتمدا على والدته، يبدأ ما يطلق عليه "فروم" بعملية التفرد Individuation حيث يتحرر الطفل من الاعتماد على والديه، غير أن نمو الشخصية والاتجاه إلى الاستقلال يهدد هذا الشعور بالأمن، ويولد شعورا بالعجز والقلق، حيث يشعر الفرد بأنه يقف بمفرده في مواجهة عالم مملوء بالمخاطر. (موسى، 1993م، ص 100)

و- هاري ستاك سوليفان Harry Stack Sullivan

يرى "سوليفان" أن الفرد حتى يتطبع اجتماعيا فإنه يمر بثلاث مراحل هي: الأنا، الأنا الأعلى، نكران الذات، وركز على أن الخبرة أو التجربة الإيجابية تجلب الامن والطمأنينة للفرد، ويلعب كل من القلق والتوتر دورا هاما في نظرية "سوليفان" (نظرية العلاقات الإنسانية المتبادلة) فالتوصل إلى إشباع الحاجات الجسمانية يؤدي إلى إزالة توتر العضلات الملساء اللاإرادية والشعور بالراحة والاسترخاء.

والقلق عند "سوليفان" يعتبر قوة لها أثرها في تكوين الذات والنفس غير أنها قوة معوقة إذ تقلل من قوة الملاحظة كما تقلل من القدرة على التمييز وتعوق الفهم والحصول على المعلومات.

ويرى «سوليفان» أن نفسية الطفل تتكون من نظام خاص باستحسان الوالدين لأعمال الطفل والتي تؤدي إلى شعوره بالانسراح أما الأعمال التي لا تلقي استحسانها فإنه تولد لديه الشعور بالقلق ويكتسب الطفل نتيجة لذلك اتجاهها سلوكيا معيناً يحتفظ به طوال حياته ، وأن أية خبرة تهدد هذا النظام والاتجاه في المستقبل تؤدي إلى القلق.
(سهام أبو عطية ، 2000 م ص 120).

5-2- النظرية السلوكية:

تنظر المدرسة السلوكية إلى القلق على أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش في وسطها الفرد تحت شروط التدعيم الإيجابي والتدعيم السلبي وهي وجهة نظر مباينة للتحليلية. فالسلوكيون لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية ، و لا يتصورون الديناميات النفسية ، أو القوى الفاعلة في الشخصية على صورة منظمات ثلاث "الهو" ، "الأنا" ، "الأنا الأعلى" كما فعل التحليليون ، بل إنهم يفسرون القلق في ضوء الاشتراك الكلاسيكي ، و هو ارتباط مثير جديد بالمثير الأصلي و يصبح المثير الجديد قادرا على استدعاء الاستجابة الخاصة بالمثير الأصلي. وهذا يعني أن مثيرا محايدا يمكن أن يرتبط بمثير آخر من طبيعته، أي يثير الخوف، وبذلك يكتسب المثير المحايد صفة المثير الأصلي المخيف ويصبح قادرا على

استدعاء استجابة الخوف على أنه في طبيعته الأصلية لا يثير مثل هذا الشعور، وعندما ينسى الفرد هذه العلاقة نجده يشعر بالخوف عندما يتعرض لنفس الموضوع الذي يقوم بدور المثير الشرطي، ولما كان هذا الموضوع لا يثير الخوف بطبيعته، فإن الفرد يستشعر هذا الخوف المبهم الذي هو القلق. (كفافي، 1990م، ص349)

وقد أشار (دولارد و ميلر) أن اضطراب السلوك عامة و اضطراب القلق خاصة يرجع إلى تعلم سلوكيات خاطئة في البيئة التي تعيش فيها الفرد و تساهم الظروف الاجتماعية التي ينشأ فيها إلى تدعيم تلك السلوكيات و العمل على استمرارها و بقائها. (المرجع السابق 1990م)

وترى الباحثة أن هذه النظرية قد أهملت اللاشعور وركزت اهتمامها على دراسة السلوك الإنساني الظاهر أو الخارجي واعتمدت على المثير والاستجابة في تفسيرها للقلق ورغم ذلك فقد اتفقت السلوكية مع التحليلية في أن القلق يرتبط بالماضي والخبرات السابقة للفرد التي سبق أن اكتسبها وتعلمها في ماضي حياته الأولى.

5-3- النظرية الإنسانية:

يرى أصحاب المذهب الإنساني أن هو الخوف من المستقبل وما يمر به من أحداث تهدد وجود الإنسان، أو كيانه الشخصي، فالقلق ينشأ من توقعات الإنسان لما قد يحدث، والقلق ليس ناتجا عن ماضي الفرد، ويرى هؤلاء أن الإنسان هو الكائن الحي الوحيد

الذي يدرك أن نهايته حتمية، وأن الموت قد يحدث في أية لحظة. وأن توقع الموت هو المثير الأساسي للقلق عند الإنسان.

ويؤكد التيار الإنساني على طبيعة الإنسان ككائن متميز وفريد له خصائصه الإيجابية مقابل التحليل النفسي الذي يتجاهل فضائله وركز على اضطرابه ونقائصه، والمدرسة السلوكية التي تناولته كآلة. لذا عكف أصحاب هذا التيار على دراسة مشكلات وموضوعات ذات معنى بالنسبة لوجود الإنسان، ورسالته، كالإرادة، وحرية الاختيار، والمبادرة، والمسؤولية والتلقائية، والانفتاح على الخبرة، والقيم وتحقيق الذات. ويرون أن القلق يحدث إما من أحداث راهنة "حاضرة" أو متوقعة مستقبلا بحيث تمثل هذه الأحداث تهديدا لوجود الإنسان وإنسانيته، ويعوق اهتدائه إلى مغزى ومعنى لحياته، وتحول دون تحقيقه لذاته، ولهذا فإن القلق من منظور أصحاب التيار الإنساني يرتبط بحاضر الفرد ومستقبله، وليس بأحداث ماضية في حياته كما ذهب التحليليون والسلوكيون. (القريطي ، 1998، ص 133).

و قد تحدث كارل روجرز عن القلق في مواقع مختلفة في بنیان نظريته العلاج النفسي المتمركز حول العميل، فتحدث عنه اثناء شرحه لقابلية التعرض للتهديد أو الحساسية، وأثناء حديثه عن كيفية تحريف أو إنكار الخبرات المؤلمة، و أثناء حديثه عن تشكل الاضطراب النفسي، و ذلك في مؤلفاته العلاج المتمركز حول العميل (1956)، و كيف تصبح شخصا (1961م) و بداية فإنه ينظر إلى القلق كأحد الأبعاد الأساسية التي تشكل في مجموعها

رؤيته للتوتر Tension إذ يرى أن التوتر الذي ينتاب الكائن الحي يتضمن ثلاثة أنواع من التوتر هي:

1-التوتر الفيسيولوجي Physiological Tension

2-عدم الارتياح النفسي Psychological discomfort

3-القلق Anxiety

ولتحديد مركز الانفعال من السلوك، يقسم روجرز الانفعالات إلى قسمين أساسيين:

4-المشاعر المؤلمة أو المقلقة، تميل تلك المجموعة من المشاعر إلى مصاحبة الجهود وإشباع الحاجة.

5-المشاعر الهادئة أو السارة وتلك المجموعة إلى مصاحبة إشباع الحاجة أو الخبرة السارة لذلك نرى أن للمجموعة الأولى من المشاعر لها تأثير على تركيز السلوك نحو الهدف، فالخوف مثلا يثير الكائن الحي باتجاه الهروب من الخطر، في حين تركز الغيرة والمنافسة الجهود للتفوق على الآخرين، وتحقيق النمو كما يدركها الفرد.

و يوضح روجرز أن نشوء القلق لا يشترط بالضرورة حتمية الوعي الكامل بالتناقض ما بين الذات و الخبرة ، و إنما قيم ابتعائه و لو بأدنى درجة من الوعي حيث يلاحظ أن روجرز قد استخدم مصطلح "يستشعر" Subcevie بدلا من مصطلح يدرك Rerceive و الاستشعار هو اكتشاف خبرة ما قبل دخولها إلى الوعي الكامل و بهذه الطريقة ، فإن الحادث الذي يحمل في طياته تهديدا غير ظاهر يمكن أن يستبعد أو يحرف عن طريق الوسائل الدفاعية

عبارة عن استجابة الكائن السلوكية للخبرات التي تدرك كتهديد لبنية الذات، و التي تعمل على التحريف الإدراكي للخبرة في الوعي بطريقة تقلل من عدم الاتساق بين الخبرة و بنية الذات ، أو عن طريق الإنكار في الوعي لخبرة من الخبرات ، و من ثم إنكار أي تهديد للذات.

ويمكن القول بأن رؤية روجرز للتوتر بمكوناته الثلاث ، قد انبثقت أصلا من رؤيته للشخصية و مكوناتها، فالشخصية الإنسانية وفقا لرأي روجرز تتألف من مكونين هما : (أ) الكيان العضوي (ب) و مفهوم الذات ، و لكل مكون حاجاته التي تتطلب الإشباع من أجل تحقيق نزعة الفرد للنمو و تحقيق الذات ومن ثم فإن التوتر الفسيولوجي الذي ينتاب الفرد ينتج عن ضغوط الحاجات الخاصة بالعضوية كالطعام ، و الشراب ، أما التوتر النفسي فإنه يظهر لدى الفرد كنتيجة لضغوط الحاجات الخاصة ببنيان الذات ، كالحاجة إلى الشعور بالأمن النفسي، و الحب فإذا حدث تعارض بين العضوية و بنيان الذات و إدراك الفرد ، ظهر القلق الذي يعد برؤية أعلى مستويات التوتر. (حمزة 2005م، ص 91

(110-

والملاحظ أن هذه النظرية قد اختلفت في تفسيرها لنشأة القلق مع النظريات السابقة حيث اعتبرت أن الحاضر والمستقبل هما اللذان يثيران القلق لدى الفرد بعكس المدارس التي سبقت والتي اعتبرت أن الماضي هو الذي يسبب القلق لدى الأفراد وهم يرون أن الإنسان كائن يجب أن نحترمه ونقدره ولا ننظر إليه كآلة ونقيم عليه التجارب وغير ذلك من الأمور

التي تهدر إنسانيتهم فهم يدرسون مشكلات ذات معنى للإنسان ولوجوده ورسالته. كالإرادة وحرية الاختيار، والمسؤولية، ولا شك أن هذه المعاني قريبة من مفاهيم الدين الإسلامي الحنيف.

4-5 النظرية المعرفية:

جاء المعرفيون بنقطة جديدة في ميدان العلاج النفسي، على عكس المدارس العلاجية الأخرى حيث أن أصحاب الاتجاه المعرفي لا يختلفون كثيرا فيما بينهم، بل يمكن ببساطة استنتاج أن جهود كل منهم جاءت مكملة لجهود الآخر.

و يعتبر إليس وثورن Thorn ووليامسون Williamson و باترسون Paterson هم من أهم من قدموا تصورا خاصا حول النظرية المعرفية في العلاج النفسي. و رغم أن أغلب هؤلاء قد خرجوا من تحت عباءة التحليل النفسي إلا أنهم لا يولون للأحداث الماضية في حياة المريض نفس الدرجة من الأهمية كما هو عند التحليليين و يبدو أن ذلك بعد اتفاقا ضمنيا مع السلوكيين الذين يرفعون شعار «لا مرض وراء عرض» وربما لهذا السبب استفاد المعرفيون من الكثير من الفنيات السلوكية ، حتى أصبح هناك ما يعرف بالاتجاه السلوكي المعرفي (ابراهيم، 1994م، 93)

و ترى هذه النظرية بأن سبب القلق عائد إلى مغالاة الفرد في الشعور بالتهديد و اعتباره مسبقا بأنماط من التفكير الخاطئ و التشويهات المعرفية و بالتالي سوء التفسير من قبل الفرد لإحساساته الجسمية العادية و مثال ذلك زيادة ضربات القلب لدى الشخص

و تفسير الزيادة على أنها أزمة قلبية، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الإحساس بالأعراض السلبية (أبو سليمان، 2007م، ص 8)

كما يشير غرابية (2003 م، ص 143) أن الدراسات الحديثة لعلماء النفس قد بينت أن تأثير كل أساليب العلاج تقريبا بما فيها استخدام العقاقير والأساليب الفسيولوجية تعتمد اعتمادا كبيرا في تحقيق نجاحها على عوامل معرفية مثل توقع مكاسب علاجية ، المعلومات التي يحصلها المريض عن مواقف الخوف والقلق والاكنتاب والتدريب على ضبط الانتباه، واتجاه المريض نحو المعالج ونحو العلاج النفسي بشكل عام.

ولما كان السلوك والانفعال يتفاوتان من حيث السواء والمرض فإن التفكير المصاحب أو السابق لهما يتفاوت أيضا من حيث المعقولية واللامعقولية.

وربما لذلك نجد أن كلا من باترسون ولندون Paterson et Lendon يتبنيان وجهة النظر القائلة بأن الاضطرابات النفسية عادة ما يصاحبها أفكار أو مدركات خاطئة تتعلق بمصدر وأثر السلوك المرضي، ويمكن لهذه الأفكار أن تغير السلوك ، كما أنه ليس من الضروري دائما قرن السلوك بالتعزيز، وإن التعليمات أو الإشارات المسبقة تكفي لوحدها أن تؤدي إلى شيء من التغير في سلوك المريض، كما أنه يمكن لها أن تقوي الدافع إلى التغيير والذي ينشأ عن إعادة البناء الفكري للموقف لدى المريض.

فالمريض عندما يحصل على معلومات حول نفسه تكون تلك هي البداية الحقيقية لعلاجها فيجب أن نعرف دائما متى يجب أن نخفف من حدة الأفكار والمشاعر المخيفة التي تتاهض

المعرفة تلك المشاعر والأفكار التي ينتجها العقل الذي لا يسلك على نحو سليم
(دافيد، 1998م، ص72)

فأنواع السلوك التي يكون المرء قد تعلمها عن طريق خفض القلق تتجه بدرجة أكبر إلى
التخلص من التوتر وتتصرف بنفس الدرجة عن حل المشكلات، وكذلك ييسر القلق المفرط
ظهور طائفة متنوعة واسعة من النشاط العشوائي غير المعقول وغير الموجه الذي يسمى
فزعا.

فالقلق هو حالة غير سوية وينطوي على العصاب حينما تتجاوز درجته الحد الذي يستثار
بسبب وجود تهديد حقيقي، أو عندما لا يكون هناك أي تهديد على الإطلاق، والقلق يظهر مع
تنشيط الخوف الذي يعتبر تفكيراً معبراً عن تقويم أو تقدير لخطر محتمل.

وبالتالي فإن للقلق نفس مكونات الخوف، فله مضمون معرفي وآخر جسمي وثالث انفعالي
ورابع سلوكي إلا أن عناصره المعرفية تختلف عن تلك التي تثير الخوف في كونها عامة
هائمة غير مرتبطة بموضوع حقيقي (ألف حقي، 1995م، ص 51)

ويرى بيك Beck 1979م أن انتباه المريض يكون مركزاً على المثيرات المرتبطة
بالخطر عاجزاً عن الانتقال بأفكاره إلى موضوعات أخرى بسبب المبالغة في توقع الخطر.
فالمخاوف المرتبطة بالقلق تبدو معقولة للمريض الذي يسود تفكيره موضوعات
الخطر، والتي تعبر عن نفسها فيما يلي:

1- تكرار التفكير المتصل بالخطر.

2- انخفاض القدرة على التمعن أو التفكير المتعقل في الأفكار المخيفة وتقويمها بموضوعية.

3- تعميم المثيرات المحدثه للقلق إلى الحد الذي يجعل أي مثير أو موقف قد يدرك على أنه مهدد.

فالأشياء التي يعزو إليها الناس أهمية خاصة بالنسبة لهم تشكل ممتلكاتهم الشخصية أو مجالات نفوذهم و سيادتهم، و في منطقة المركز منها يقع مفهوم الذات، و طبيعة الاستجابة الانفعالية للشخص أو اضطرابه الانفعالي تعتمد على ما إذا كان يدرك الأحداث على أنها إضافة إلى ، أو نقص من أو تهديد أو إعاقة لمجال الملكية أو السيادة أو النفوذ الشخصي (باترسون، 1990م، ص 31) .

ونلاحظ من السابق أن معتقده الفرد وما يتبناه أسلوبا في التفكير وما يدركه من خصائص ترتبط بذاته و بالآخرين ، هي أهم العوامل المؤثرة على طبيعة وحدة الانفعال لديه و ذلك ووفقا لما يراه المعرفيون.

فتفكير الشخص في حالات القلق يتميز بالمبالغة في تفسير المواقف مما يؤدي إلى إثارة مشاعر الخوف والتوتر لديه، وهو دائما يتوقع الشر لنفسه ولأسرته أو لممتلكاته ، أو يتوقع الخوف من فقدان مركزه أو وظيفته والأشخاص المهمين في حياته وربما لا توجد أسباب لذلك، والشخص القلق يبالغ في تصور خبرات (قد تكون محايدة) في علاقته بأصدقائه أقرابه أو رؤسائه ، فيدركها على أنها مهينة أو محبطة.

سمات السلوك الشائعة لدى العصابين و القلقين من منظور معرفي:

يرى المعرفيون أن للعصابين عامة وللقلقين خاصة سمات مشتركة ، يمكن عرضها كالتالي:

أ- السمات المرتبطة بالانفعال:

إن الفكرة الأساسية في الانفعال هي أنه ليس عرضا جسميا ولا هو حالة شعورية داخلية ولكنه علاقة موضوعية بالعالم ، فحين يعجز الفرد عن تحقيق فعل تحقيقا يستخدم فيه الروابط العلية بين الأشياء فإن انفعاله يكون موجها نحو القضاء على الموقف الانفعالي بهدف تخفيض الانفعال بتجاوز الموقف دون مواجهته،وهنا يحدث الاضطراب من خلال مايلي:

1-تبدو انفعالات الشخص القلق عصابيا أكثر بدائية وأقل نضجا أو ارتباطا بأفكاره الخاصة وأقل ارتباطا بالموقف المثير للانفعال في الواقع.

2-الشخص العصابي يسهل استثارته انفعاليا ، يميل بشدة إلى الاستجابات الانفعالية للبيئة، كما أن انفعاله يعمل على إعاقة إمكانيته الفعلية.

ويصاب جهازه النفسي والعصبي بتوتر شديد لا يترك له طاقة لمواجهة المواقف الصعبة فتسود الاستجابات الانهزامية. وبالرغم من سيطرة الانفعالات وشدتها فإن الشخصية العصابية تستطيع أن تواصل العمل والنشاط والانفعالات لا يفترض فيها بالضرورة ان تحرم الشخص من الاستبصار بحالته. فالشخص العصابي يشعر أنه تعيس وان قلق هو مخاوفه لا أساس لها ، كما يعبر أحيانا عن احتياجه لمن يحميه من تلك المشاعر .

1-إن انفعالات العصبيين المضطربة تدفعهم نحو الانسحاب الاجتماعي والانطواء النفسي حيث يبدو الشخص القلق أقل احتراماً لذاته وثقة في نفسه، كما يعانون أحياناً من عدم تناسب انفعالاتهم مع المواقف الاجتماعية المختلفة ويرجع ذلك إلى أنهم يحاولون التوافق باستخدام الأساليب الهروبية و التجنبية مما يؤدي بهم في النهاية إلى الانطواء.

2-تقل قدرة العصبيين على تبادل المشاعر بسبب عجزهم عن التعبير الحر عن الانفعالات(الضيقة- الإعجاب - الغضب.... إلخ) فالعصابي يقمع رغبته في التعبير عن مشاعره الحقيقية اماما لآخرين ويكتم معارضته و اختلافه، أو يرغم نفسه على قبول أشياء لا يحبها أو قد يصبح عدوانياً أو تتذبذب حياته بين قطبي الخضوع والعدوانية.

2-يشعر العصابي القلق بالانضغاط والتأزم أكثر من الشخص العادي ولفترات أطول كما يعاني من الانفعالات المتنافرة Unpleasant Emotion مما يجعله دائماً عرضة للاكتئاب.

3-تدفع المعتقدات اللاعقلانية بالشخص القلق إلى ما يسمى بالتعقيد الانفعالي، بحيث تبدو انفعالات الفرد في صورة مركبة يصعب فهمها أو تفسيرها دون تحليل خبرات الفرد المعرفية،وتؤدي الانفعالات المركبة إلى نوبات من الغضب والعدوان.

4-إن انشغال العصابي بمشكلاته الداخلية وسوء تأويله للخلافات عندما تحدث غالباً ما يؤدي ذلك إلى انقطاع الاتصال السليم بالآخرين فالإتصال الاجتماعي في حالة العصابي يجعله يتصرف بطريقة معينة ولكنه يتوقع استجابة أخرى وهو يحول الآخرين إلى ضحايا ،

حيث أنه يحكم بالفشل على اختياراتهم مهما كانت، وقد يتحول هو نفسه إلى ضحية إذا ما ابتعد عنه الآخرون وبالتالي فإنه يواجه بالانفعالات العصابية كالقلق والاكتئاب، ومشاعر الوحدة والخوف والتأنيب الذاتي. (ابراهيم، 1994م، ص 45)

ب- السمات المرتبطة بالتفكير:

يرى إليس Ellis أن انفعالاتنا لا ترتبط ارتباطاً حتمياً بمشكلات تقع خارج أفكارنا ، فالأشخاص القلقون يعتقدون أفكاراً غير منطقية تكون هي السبب الحقيقي لهزيمتهم الذاتية و لإحساسهم بمشاعر التوتر و القلق ومن الأفكار التي تدفع الأفراد للوقوع في القلق:

1- فكرة أن يكون الفرد محبوباً ومرضياً عنه من كل المحيطين به.

2- الاستمرار في إدانة الآخرين والميل إلى لومهم وتأنيبهم إذا لم يتصرفوا وفق ما يراه الفرد صحيحاً.

3- الإصرار أو التثبيت بنمط معتاد من الحل كان في الماضي حلاً كفنناً ولكنه لم يعد حلاً مقبولاً.

4- الجمود الوظيفي أو عدم القدرة أو العجز عن رؤية استخدامات أو بدائل بعد أن ترسخت الأساليب السابقة.

5-المبالغة: وتعني إضفاء دلالات مبالغ فيها عند التعامل مع العالم أو الواقع، فالشخص القلق يتوقع دائما الشر لنفسه ولأسرته،والشخص القلق يببالغ في تصور خبرات قد تكون محايدة في علاقاته بأصدقائه أو أقربائه أو رؤسائه.

ويأخذ هذا الأسلوب إحدى صورتين: الأولى هي تهويل الواقع ليتحول إلى سيناريو مزعج مثير للقلق،والثانية هي التهوين والتعليل من أثر ما يقوم به الفرد، ففي كلا الحالتين تكون الرسائل الصادرة إلى العقل الباطن مضطربة ومبالغ فيها.

6-التعميم من الجزء إلى الكل، ويعتبر التعميم المتعسف من حادثة جزئية إلى حوادث أخرى من الأخطاء الفكرية التي تبين أنها تلعب دورا حاسما في حالات العصاب.

7-التوقعات السلبية السيئة : فالمبالغة والتعميم وحدهما لا يكفيان للحكم على الشخصية بالعصابية ما لم يرتبطا بالتوقعات السلبية السيئة والتي بدونها يصعب الحكم على الشخصية بالقلق أو الاكتئاب .(المرجع السابق ،1994م، ص410)

وتعمل التوقعات السلبية على إزالة الآثار الإيجابية في حياة الفرد لأنه لا يرى من خلالها إلا المواقف ماهي إلا مغالطة للنفس، حيث يركز القلق-أحيانا-على الحقائق الإيجابية أو المحايدة للتوصل إلى نتائج سلبية. (هاندي ونيف 2001م،ص 159)

وترى الباحثة أن النظرية المعرفية فسرت القلق وفقا للاضطراب المعرفي الذي يحدث للفرد نتيجة اعتناقه بعض الأفكار اللاعقلانية والمعتقدات الخاطئة.

5-5 نظرية الدافع:

أعطى بعض الباحثين للقلق خاصية الدافع الذي يدفع الشخص للعمل والنشاط والتعلم، وافترضوا أن الإنسان عندما يؤدي عملا يشعر بالقلق الذي يحفزه إلى إنجاز هذا العمل حتى يخفف هذا الشعور، وأشاروا إلى أن وجود القلق دليل على وجود الدافع وبالتالي تحسن الأداء.

و يعمل القلق في كثير من المواقف و كأنه جهاز إنذار مبكر، و ينشط الكائن لكي يبذل جهدا لينجز ما أمامه أو ليجد حلا لما يواجهه ، فالقلق باعتباره خوفا مرتبطا بعقوبة أو بخبرة غير سارة ،يجعل الكائن الحي أكثر تنبها و يقظة حتى يتجنب هذه الخبرة المؤلمة ، و كما أن القلق يحمي أيضا في بعض الحالات بتخفيض درجة وعيه حتى لا يتنبه إلى مايكدره، و على هذا فإن للقلق آثاره المتمثلة في التيقظ الإدراكي و آثاره المتمثلة في الدفاع الإدراكي. (كفاي، 1990م، ص 351).

ولقد افترض كل من تايلور وسبنس Tylor et Spense أن القلق دافع ومنشط للتعلم، وقالوا إنه كلما زاد القلق زاد الأداء والتعلم وان أصحاب القلق المنخفض وذلك في الأعمال السهلة، ولكن كان الأداء ضعيفا في الأعمال الصعبة. ولقد فسّر تايلور و سبنس هذه النتائج في إطار نظرية التعلم. وذهبا في تفسيرهما إلى أن زيادة الدافع "القلق" لا تؤدي إلى تحسن الأداء في كل الأعمال لأن أداء أي عمل يعتمد على قوة الدافع وقوة الاستجابة المسيطرة في موقف الأداء. فزيادة الدافع يساعد على تحسن الأداء في بعض الأعمال.

ولقد أيد تشايلد Chylde نتائج تايلور وزملائه في علاقة القلق بأداء العمل السهل والعمل الصعب، لكنه رفضه أن يكونه رفض أن يكون القلق دافعا عاما. و اعتبره منبها في موقف الأداء، قد يثير الاستجابة الملائمة للعمل وقد يثير استجابات لا علاقة لها بالعمل تعوق الأداء و تحجب ظهور الاستجابة الصحيحة ، و لقد فسر تشايلد تفوق الأشخاص أصحاب القلق العالي على الأشخاص أصحاب القلق المنخفض في أداء الأعمال السهلة و العكس في الأعمال الصعبة بخصائص هذه الأعمال.

و لقد أشار تشايلد إلى علاقة الإستجابة الصحيحة بالمنبه بسيطة و مباشرة في موقف العمل السهل ، و لا مجال لظهور استجابات لا علاقة لها بالعمل.

أما في الأعمال الصعبة فإن علاقة الإستجابة الصحيحة بالمنبه علاقة معقدة و غير مباشرة مما يدع مجالا لظهور استجابات كثيرة لا علاقة لها بالعمل عند الشخص صاحب الإستعداد العالي لإثارة مثل هذه الإستجابات ، لذا نجد أن أداء الأشخاص ذوي القلق العالي في الأعمال المعقدة ضعيف بسبب إظهارهم لاستجابات كثيرة لا علاقة لها بالعمل ، و انشغالهم بها أكثر من انشغالهم بأداء العمل فتزداد أخطاؤهم و يتعذر عليهم الوصول إلى استجابة الصحيحة المطلوبة للأداء. أما الأشخاص أصحاب القلق المنخفض فلا تظهر استجابات كثيرة لا علاقة لها بالعمل و لا ينشغلون بها. و يركزون اهتمامهم على الأداء ، فنقل أخطاؤهم و ينجحون بسرعة في الوصول إلى الإستجابة الصحيحة. (المرجع السابق،

1990م، ص352)

و ترى الباحثة أن أصحاب تيار القلق الدافع و الذين كان لهم وجهة نظر مغايرة لجميع نظريات القلق اعتبروا أن القلق دافع للإنسان من أجل التقدم و النجاح في الأعمال التي يقوم بها و لكنهم في حقيقة الأمر و بعد التجربة وجدوا أن زيادة القلق إلى حد كبير يؤدي إلى إعاقة الفرد في إنجاز الأعمال و خاصة الصعبة منها و إن القلق يكون دافعا للفرد حيث يقوم بالأعمال السهلة فهو يساعد الفرد على إنجاز مثل هذه الأعمال و الذي يتحكم في ذلك هو العادة أكثر من تحكم الأصالة و الدوافع للعمل و الحافزية.

و كذلك ذهبوا إلى أن الفرد القلق يكون نشيطا و يقوم بعملية التعلم من أجل تخفيض القلق و لكن هذا في الواقع أمر مخالف للحقيقة و ذلك لأن القلق يجعل الفرد في حالة من الكدر و الحزن و عدم الإستقرار و عدم القدرة على التركيز و ظهور الإنفعالات النفسية و الجسمية غير المرغوب فيها.

5-6 نظرية الحالة - السمة:

لقد توصل كاتل وسبيلبيرجر Kattle et Spielberg إلى التمييز بين جانبين للقلق ، جانب القلق الذي نشعر به في موقف معين و يزول بزواله ، و جانب الإستعداد للقلق أو الإستهداف للقلق في المواقف المختلفة ، و أطلقا على الجانب الأول " حالة القلق" و على الجانب الثاني " سمة القلق".

و لقد عرف سبيلبيرجر " حالة القلق " بأنها عبارة عن حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الإنسان عندما يدرك تهديدا في الموقف ، فينشط جهازه العصبي اللاإرادي ، و تتوتر عضلاته ، و يستعد لمواجهة هذا التهديد.

و تزول هذه الحالة بزوال مصدر التهديد حيث أنها حالة غير ثابتة تتغير بتغير الموقف بحسب التهديد الذي يدركه الإنسان في كل موقف فيزداد في مواقف الشدة و ينخفض في مواقف الأمان و عدم الشدة (نعيمه، 1993 ، ص 70)

و قد أشار القريطي (1997م،ص133) إلى أن حالة القلق هي حالة انفعالية ذاتية موقفية و مؤقتة أقرب ما تكون إلى حالة الخوف الطبيعي ، يشعر بها كل الناس في مواقف التهديد مما يؤدي إلى تنشيط جهازهم العصبي المستقل ، و يهيئهم لمواجهة مصدر التهديد. و تختلف شدة هذه الحالة تبعا لما يستشعره كل فرد من درجة خطورة في الموقف الذي يواجهه، كما تزول بزوال مصدر الخطورة.

و يرى جولدن بيرج berge Golden (1977) أن حالة القلق هي حالة مؤقتة أو خبرة تحدث لمثير ما أو موضوع و تتفاوت هذه الحالة تبعا لتفاوت درجات المثير ، و تتضمن مشاعر التوتر و الخشية مصاحبة بردود فعل فسيولوجية و هذه الحالة تستثار بموقف يدركه الفرد على أنه مصدر التهديد . (غريب ، 1998م،ص356) .

أما سمة القلق فيعرفها سيلبيرجر و كاتل و كامبل Spielberser et Kattel Camble بأنها عبارة عن استعداد سلوكي مكتسب يظل كامنا حتى تنبهه و تنشطه منبهات داخلية أو خارجية فتثير حالة القلق.

إذا سمة القلق هي استعداد سلوكي مكتسب في معظمه و غالبا ما يستمد أصوله من خبرات طفولية مبكرة مؤلمة كما أنها استعداد ثابت نسبيا و كامن في شخصية الفرد و لضيق بها أكثر من كونه مرتبطا بحجم التهديد في المواقف أو الموضوعات التي يستجيب لها بالتوتر و القلق ، و هو ما يجعل الفرد صاحب الاستعداد العالي من حيث القلق أكثر استهدافا لإستشعار الخطر و فقدان الاستقرار و توقع الشر من موضوعات أو مواقف لا تنطوي على كل هذا الخطر. (القريطي ، 1998م، ص 123).

و يرى سيلبيرجر Spielberg أن سمة القلق مفردة مركزية للكائن الحي قائمة على الخبرات السابقة و هي مثلها كباقي سمات الشخصية تتشكل في مرحلة الشباب و الرشد(غريب، 1998م، ص356).

فالشخص صاحب سمة القلق المرتفعة يكون لديه استعداد عال للقلق مما يجعله يستجيب لمواقف التهديد و الشدة بخوف شديد لا يتناسب مع الموقف الذي تعرض له أما الشخص صاحب سمة القلق المنخفضة فإنه يستجيب لمواقف التهديد و الشدة بخوف عادي يتناسب ما في الموقف من خطر موضوعي.

أن سمة القلق لا تظهر مباشرة في السلوك بل تستنتج أو يستدل عليها من تكرار ارتفاع حالة القلق و شدتها لدى الفرد على امتداد الزمن و يتميز الأفراد ذوو الدرجة المرتفعة في سمة القلق بميلهم إلى إدراك العالم باعتباره خطرا يهدد حياتهم ، و هؤلاء الأفراد أكثر تعرضا للمواقف العصبية. (المرجع السابق، 1998م، ص 356).

و ترى الباحثة أن سمة القلق تشبه في تكوينها القلق العصابي أو القلق المزمن و ذلك لأن كلا منهما نتيجة تراكمات في الماضي لدى الفرد و أصبحت مع مرور الزمن سمة ثابتة نسبيا في الشخصية.

و كذلك بالنسبة لحالة القلق فهي مؤقتة و هي تشبه القلق الموضوعي حيث أنها تزول بزوال الخطر الذي تعرض له الفرد في المواقف المختلفة.

و تلاحظ الباحثة من خلال ما سبق كذلك أن قلق الحالة يقابل القلق الموضوعي عند فرويد أي أن مصدره معروف و يزول بزوال الموقف الخطر أما قلق السمة فهو مثل القلق العصابي بحيث أنه شديد و لا يتناسب مع طبيعة الموقف الذي أثار القلق لدى الفرد. تعقيب عام على نظريات القلق:

أن فرويد هو صاحب الجهد الأكبر في وضع مفهوم القلق موضوع الدراسة التحليلية في ميدان علم النفس بشكل عام بل و يعتبر أول من وضع تقسيمات للقلق و قدم توصيفا دقيقا لكل نوع من أنواعه ، و ركز على الخبرات الماضية دون غيرها.

أن الفرويدون الجدد كارن هورني و فروم و سوليفان و أدلر قد اختلفوا مع فرويد في تفسيره للقلق بسبب اهتمامهم بالعلاقات الاجتماعية و أثرها على علاقات الفرد بالمجتمع الذي يعيش فيه.

السلوكيون ينظرون إلى القلق سلوك مكتسب يتم عن طريق تعلم خاطئ يحدث من خلال الخبرات الماضية التي اكتسبها الفرد في حياته الأولى ، و لم يهتم هؤلاء بالأسباب الكامنة وراء القلق قدر اهتمامهم بالأعراض ذاتها و تطوير طرق علاجها.

اعتبر أصحاب النظرية الإنسانية أن المستقبل هو المسبب الحقيقي للقلق عند الإنسان بسبب إدراك الفرد بأن الموت نهاية حتمية للإنسان و بالتالي فإن الفرد ينظر لأحداث المستقبل على أنها مهددة لوجوده.

و يتضح كذلك أن المدرسة التحليلية و المدرسة السلوكية قد اتفقتا على أن القلق يرتبط بماضي الفرد ، و ما تم مواجهته في الماضي من خبرات و لكنهم اختلفوا في مصدر القلق فالتحليليون يعتبرون أن القلق استجابة لخطر مجهول غير معروف السبب ، أما السلوكية فتعتبر القلق استجابة لخطر معروف و محدد . و هذا يخالف ما ذهبت إليه المدرسة الإنسانية التي اعتبرت أن المواقف المستقبلية هي التي تثير القلق و ليس الماضي.

ترى النظرية المعرفية أن القلق يتولد لدى الإنسان ليس بسبب ما يمر به ن أحداث و ليس بسبب خبراته الماضية و لكن بسبب أسلوب من التفكير لا يخضع للمنطق و تبني مجموعة من المفاهيم و المعتقدات الخاطئة.

أن أصحاب تيار نظرية القلق الدافع اعتبروا أن القلق دافع للسلوك الناجح و الصحيح لكنهم أدركوا بالتجربة أن القلق الشديد يعيق السلوك الصحيح و خاصة في الأعمال المعقدة و الصعبة.

تشير نظرية القلق الحالة - السمة- إلى أن قلق الحالة قلق مؤقت يزول بزوال الخطر المحيط به و يختلف من وقت لآخر و أن قلق السمة هو عبارة عن صفة ثابتة نسبيا في الشخصية يكتسبها الفرد في مراحل حياته و هو مختلف من شخص لآخر.

*و تميل الباحثة إلى تبني أكثر النظريات تفسيرا للقلق حسب الدراسة الحالية ، و يظهر ذلك في النظرية الإنسانية و المعرفية حيث أن القلق يرتبط بحاضر الفرد و مستقبله ، و أن أحداث المستقبل مهددة له و اعتناق الأفكار اللاعقلانية و المعتقدات الخاطئة قد تسبب له بعض الاضطرابات الانفعالية و من بينها القلق.

ثانيا : قلق المستقبل Future Anxiety

إن ظروف التغير الإجتماعي التي تمر بها المجتمعات البشرية قد تستشير قلق المستقبل لدى أفرادها المتمثل بالتوجس و الخوف و التوتر مما تخفيه الأيام المقبلة ، الأمر الذي يدعو الأفراد إلى إعادة النظر بخططهم و أهدافهم الحياتية بما ينسجم و ظروف التغير ، و يبقى التغير الاجتماعي مستمرا في ظروف تتسم بعدم الاستقرار و الاضطراب باعنا على زيادة القلق من المستقبل.

و أن مظاهر الحياة العصرية بما فيها من إيقاع سريع متسارع و إحلال الصراع محل التنافس في مختلف مناحي الحياة أدى إلى ظهور ما يسمى بالعولمة التي أصبح العالم كله من خلالها مثل القرية الصغيرة المعروفة اتجاهها و أحداثها . كل هذه العوامل و غيرها جعلت الهدوء يذهب بعيدا و الحركة السريعة هي إيقاع العصر هي السيدة، و أصبح هناك إحساس و شعور متزايد بالخطر او التهديد بالخطر من المستقبل.

و يشير (حمزة ، 2005م، 97) إلى ان المستقبل الشخصي مكان للتخطيط ووضع الأهداف و تحقيقها في هذا المعنى يكون للمستقبل معنى إيجابي تحفيزي مع ذلك يكون المرء غير متأكد من تحقيق أهدافه و إذا كان عالم المستقبل الممثل حاليا إدراكيا سوف يلتقي مع المستقبل الحقيقي و إلى أي درجة يكون منظور المستقبل مساحة مفتوحة

لعمليات معرفية مختلفة و اتجاهات عاطفية اعتمادا على الذي من المتوقع ان تمتلئ به هذه المساحة إما إحداث أكثر إيجابية أو أكثر سلبية.

و يمثل قلق المستقبل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد و التي تمثل خوفا من مجهول ينجم عن خبرات ماضية (و حاضرة أيضا) يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن و توقع الخطر و يشعر بعدم الإستقرار و تسبب لديه هذه الحالة شيئا من التشاؤم و اليأس الذي قد يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي و خطير مثل الإكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي خطير.

و قد ينشأ قلق المستقبل أيضا عن أفكار خاطئة و لاعقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله و كذلك الموقف و الأحداث و التفاعلات بشكل خاطئ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف و القلق الهائم الذي يفقده السيطرة على أفكاره العقلانية و الواقعية و من ثم عدم الأمن و الاستقرار النفسي.

أضف إلى ذلك إن إصابة الفرد أو نويه بأي إعاقة أو صدمة يجعله يدرك الأحداث المؤلمة مع صعوبة المواءمة مع هذه المدركات مما يؤدي إلى تزايد القلق لديه و يزيد من النظرة التشاؤمية للحاضر و المستقبل ، و يشعره بالخوف من الموت و الخوف من مواجهته الحياة المستقبلية بشكل إيجابي و سوي ، فتدفعه للانطواء و السلبية و الهروب و العزلة و اللجوء إلى الأساليب و الحيل الدفاعية اللاشعورية غير السوية ، الأمر الذي يسبب له

حالة من عدم الثقة بالنفس و عدم القدرة على مواجهة المستقبل ، و الخوف و الذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية و السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل ، و من ثم الثورة النفسية الشديدة التي تأخذ أشكالاً مختلفة و التي فيها الخوف من المجهول (المستقبل) غير المستند على الأدلة و البراهين المادية أي حالة قلق المستقبل ، و بالتالي فإن قلق المستقبل يشكل خوفاً مزيجاً من الرعب و الأمل بالنسبة للمستقبل و الأفكار الوسواسية ، و قلق الموت ، و اليأس بصورة غير معقولة تجعل صاحبه يعاني التشاؤم من المستقبل و قلق الموت و اليأس و الأفكار الوسواسية ، و قد يعيش الحياة بشكل زائف فيلجأ إلى الكذب و قد يصل إلى الخداع و النفاق في التعامل مع الواقع من حوله. (زينب شقير ، 2005م، ص 5)

1 - مفهوم قلق المستقبل:

يظهر قلق المستقبل كسمة نفسية بارزة من خلال تعرض العنصر البشري لمجموعة من التغييرات تعبر عن شعور سائد بعدم الوثوق بالمستقبل ، و لا يمكن الحديث عن قلق المستقبل إلا في ضوء فهم القلق بشكل عام فقد ذكر آيزنك Eysenk (1975) في حديثه عن القلق أنه انشغال ثابت بأمور و أشياء يمكن أن تسير على نحو خاطئ أو سيء ، و ذكر بارلو Barlow (1988) أن القلق هو اهتمام بالأحداث المستقبلية و أشار ماتيويس Mathews (1990) إلى أن القلق هو حذر دائم متواصل بالخطر المستقبلي الممكن.

و اعتبر توفلر Toffler قلق المستقبل مرضا حقيقيا سببه التغيير و قد وصفه بتعابير طبية نفسية و رأى توماس Thomas (1969) أن قلق المستقبل هو الخوف من شر مرتقب نحو المستقبل و ذكر بربر هاملتون أن قلق المستقبل هو القلق الناتج عن التفكير أو الأفعال تجاه المستقبل .(معوض ،1996، ص67).

و يشير رابابورت فيما يتعلق بقلق المستقبل : أن الأشخاص القلقين من المستقبل يميلون إلى تقليص كمية المساحة التي يمكن مد الحياة فيها إلى المستقبل من حيث الخبرات ، و إسقاط الأهداف المنتوقعة ، أي أن الحاضر يبقى محصورا في ظروف القلق من حيث المدة ، و أن الإمتداد المستقبلي يميل إلى التناقص. (Rappaport 1991).

و يذكر زاليسكي Zaleski (1996) أن قلق المستقبل هو حالة من التوجس و الخوف و عدم الإطمئنان و الخوف من التغييرات غير المرغوبة في المستقبل و في حالة قلق المستقبل القصوى فإنه قد يكون تهديدا حادا أو هلعا من أن ثمة شيء كارثي حقيقي يمكن أن يحدث للشخص.

و يعرف معوض (1996،ص68) قلق المستقبل بأنه القلق الناتج عن التفكير في المستقبل و الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو الشخص الذي يعاني من التشاؤم من المستقبل و الإكتئاب و الأفكار الوسواسية ، و قلق الموت و اليأس . كما أنه يتميز بحالة من السلبية و الإنطواء و الحزن و الشك و التثبيت و النكوص و عدم الشعور بالأمن.

و ترى سلوى عبد الباقي (1993، ص171) أن قلق المستقبل مزيج من الرعب و الأمل بالنسبة للمستقبل و الإكتئاب و الأفكار الوسواسية و قلق الموت و اليأس بصورة غير معقولة.

و تعرف إيمان صبري (2003م، ص60) قلق المستقبل بأنه الخوف من شر مرتقب في المستقبل الناتج عن تكامل بين قلق الماضي و الحاضر و المستقبل.

و تعرف نجلاء العجمي (2003م، ص11) قلق المستقبل بأنه قلق محدد يدرك الفرد أسبابه و دوافعه و يصاحبه عادة صور من الخوف و الشك و الإهتمام و التوجس بما سيحدث من تغيرات سواء كانت شخصية أو غير شخصية ينتج من الشعور باليأس و عدم الأمان و عدم الثقة من حيث التحكم بالنتائج و البيئة.

و يرى عشري (2004م، ص142) أن قلق المستقبل هو خبرة انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدا من صعوبات ، و التنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة و الشعور بالتوتر و الضيق و الإنقباض عند الإستغراق في التفكير فيها ، و ضعف القدرة على تحقيق الأهداف و الطموحات و الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالإهتمام و الشعور بعدم الأمن و الطمأنينة نحو المستقبل ، و الإنزعاج و فقدان القدرة على التركيز و الصداع.

و تشير زينب شقير (2005م، ص 5) إلى أن قلق المستقبل هو خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة ، مع تشويبه و تحريف إدراكي معرفي للواقع

و للذات من خلال استحضار الذكريات و الخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات و دحض للإيجابيات الخاصة بالذات و الواقع ، تجعل صاحبها في حالة من التوتر و عدم الأمن ، مما قد يدفعه لتدمير الذات و العجز الواضح و تعميم الفشل و توقع الكوارث ، و تؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل ، و قلق التفكير في المستقبل ، و الخوف من المشكلات الإجتماعية و الإقتصادية المستقبلية المتوقعة، و الأفكار الوسواسية و قلق الموت و اليأس.

و تعرف ناهد سعود (2005م،ص23) قلق المستقبل بأنه جزء من القلق العام المعمم على المستقبل ، يمتلك جذوره في الواقع الراهن و يتمثل في مجموعة من البنى كالتشاؤم أو إدراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة و فقدان السيطرة على الحاضر و عدم التأكد من المستقبل و لايتضح إلا ضمن إطار فهمنا للقلق العام.

و يذكر إبراهيم (2006م،ص13) أن قلق المستقبل هو القلق الناتج عن التفكير اللاعقلاني في المستقبل و الخوف من الأحداث السيئة المتوقعة حدوثها في المستقبل.

بينما يرى عبد المحسن(2007م، ص14) أن قلق المستقبل يختص بالمهنة و هو حالة من التوتر و التشاؤم التي يشعر بها الطالب الجامعي لندرة فرص العمل بعد التخرج.

و يشير كرميان (2008م، ص7) إلى أن قلق المستقبل هو شعور انفعالي يتسم بالإرتباك و الضيق و الغموض و توقع السوء و الخوف من المستقبل و شل القدرة على التفاعل الإجتماعي.

و في ضوء ما تم استعراضه لمفهوم قلق المستقبل يرى الباحث بأن قلق المستقبل هو الشعور بعدم الإرتياح و التفكير السلبي تجاه المستقبل و النظرة السلبية للحياة ، و عدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة و تدنى اعتبار الذات و فقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس.

2-الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل:

يفترض النموذج المعرفي للإضطرابات النفسية (نموذج بيك) الخاص بمرضى القلق بأن الأفكار التلقائية العابرة و التفسيرات و خيال مريض القلق تتركز حول صور من الغضب و سوء التأويل لخبراته الشعورية في شكل الشعور بالخطر الجسدي و النفسي مع زيادة في تقدير احتمال الأذى المتوقع و شدته في المواقف المستقبلية ، و مثل هذه الافكار التي تدور حول التهديد المتوقع تؤدي إلى إثارة مشاعر الضيق و الخوف و التنبه التلقائي.

إن المعارف التي تعكسها القائمة المعرفية للقلق تجسد درجة عالية من عدم التأكد مع حيرة حول المستقبل (شئى ما سوف يحدث) ، و الصفات المزاجية التي تعكس القلق هي :
الرعب و الفزع و الخوف و القلق. (الرميح و عبد الخالق، 2002م،ص546).

و يشير ويلز Wells (1997م،ص14) إلى أن القلق يترافق بتخمينات الخطر بناء على قابلية الأفراد لتوقع الحالات على أنها خطرة ، و ذلك بسبب تصوراتهم المتضمنة معلومات عن الخطر.

و يرى ايزنك Eysenck (1992) أن القلق أول رد فعل صحي للأفكار الفاعلة البعيدة التي يتم إدراكها عموماً أو للحالات المنفرة ، و تتجلى وظيفته بكونه إشارة تنبيهية ، ومفاجئة ، و تحتاج إلى استعداد، الأمر الذي يزيد من انشغال البال و التفكير بالأحداث المستقبلية ، و يتفق ذلك مع ما يشير إليه أبو النصر (2005م، ص174) إلى أن الأفكار الخطأ التي يحملها الشخص ، هي التي تؤدي إلى الحالة المزاجية السلبية ، فالشخص الذي يعتقد أن الدنيا بلاء و غلاء وهم ومعاناة، قد يتحول الأمر لديه إلى توتر و عدم اطمئنان ينقلب إلى اكتئاب مع مرور الزمن ، و مثل ذلك من الإعتقاد و الأفكار السلبية كالتشاؤم ، و الإحباط ، و التقدير السلبي للذات و الشعور بالخيبة، تؤدي في نهاية الأمر إلى القلق و الإكتئاب.

و يقترح بارلو و دينارد(1991م) أن كل اضطرابات القلق فيما عدا حالات الخوف المحددة تشترك في عرض أساسي مميز يطلق عليه الخشية أو التوجس Apprehension الذي يجعل من القلق حالة وجدانية تتعلق بالمستقبل و يتهياً فيها الفرد لمحاولة التكيف و التعامل مع الحوادث السلبية القادمة.

و تتجلى مظاهر الإضطراب الفكري للشخص القلق فيما يلي:

1- أفكار متكررة عن الخطر ، حيث أن مريض القلق هو دائماً في قبضة أفكار لفظية و صورية تدور حول وقائع مؤذية.

2- نقص القدرة على مجادلة الأفكار المخيفة.

3- تعميم المؤثر الضار (آرون بيك، 2000م، ص122)

و يظهر قلق المستقبل من خلال الإدراك الخطأ للأحداث المختلفة في المستقبل ، و تقليل فعالية الشخص في التفاعل مع هذه الأحداث و النظر إليها بطريقة سلبية و عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الشخص ، و التقدير المنخفض لمصادر معالجة الحدث المخيف.(حسانين، 2000م، ص19)

و يمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحى المعرفي على إنه إطار لمختلف العمليات المعرفية و المواقف الإنفعالية ، فالقلق هنا يترافق بتخمينات الخطر المتعلقة بالمستقبل بناء على ما يتوافر في الواقع من معطيات و على نوعية التصورات الشخصية ، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين الحالات المستقبلية بكونها خطيرة ، لأنهم يملكون تصورات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر للحالات و عن مقدرتهم المنخفضة للتعامل مع الخطر بشكل فاعل ، فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز أفكارا تلقائية سلبية عن الخطر تعكس مواضيع أو كوارث جسدية ، اجتماعية نفسية ، تتضمن بصورة مباشرة أو غير مباشرة.(ناهد سعود، 2005م، ص 56)

و قلق المستقبل مكون معرفي قوي ، و يمكن القول أن مكونات قلق المستقبل معرفية أكثر منها إنفعالية و هي ترتبط عادة بالخطر و تركز على المغالاة في تخمين قتامة المستقبل.

و يفسر زالسكي Zaleski قلق المستقبل على أنه حالة من الإنشغال و عدم الراحة و الخوف بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعدا، و قدم توضيحا مهما فيما يتعلق بالجانب المعرفي الخاص بمفهوم القلق المستقبلي على أن لقلق المستقبل مكونات معرفية قوية ، أي أنه معرفيا أكثر من كونه انفعاليا ، مؤكدا على الآليات الإستباقية المعرفية على أنها المصدر الأساسي لقلق المستقبل ، حيث تشكل خصائص الأفكار واحدة من المقدمات المنطقية لقلق المستقبل ، أي أن المعرفة أولا ثم القلق ، فيعتبر التمثيل المعرفي أساس قلق المستقبل ، يترافق مع هذا التمثيل حالات عاطفية سلبية.

و لابد من الإشارة إلى أن قلق المستقبل يعتمد على أهمية الكفاءة الذاتية أو الفاعلية الذاتية Self Efficacy ، حيث أنه لابد أ، يكون الشخص لديه القدرة و الثقة على التحكم فيما حوله (البيئة) لإنجاز أهدافه الشخصية و لمواجهة الأحداث السالبة و هذا الفهم جيد لتخفيف قلق المستقبل. (Zaleski 1996م، ص 166)

و ترى الباحثة أن المكون الأساسي لقلق المستقبل هو المكون المعرفي و أن قلق المستقبل يعود إلى أنماط التفكير الخاطيء و التشويهات المعرفية و بالتالي سوء التفسير من قبل الفرد ، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الإحساس بالأعراض السلبية.

3- أسباب قلق المستقبل:

يظهر قلق المستقبل من خلال رؤيتنا له بأنه مساحة غامضة و مجال لوجهات نظر سلبية حول ماهو آت في الغد ، و هذه المواقف يمكن أن تسود في فترة من الزمن ، و أن تعبر عن حالات موقفية ثابتة نسبيا و مواقف معرفية و عاطفية تتسم بالسلبية و التشاؤم. و يمكن أن يظهر بخاصية أكثر عمومية بما يحمله المستقبل القادم و ما يأتي به من أحداث يتوقعها الأشخاص كمشاعر الخشية من الكوارث الطبيعية، و من جهة أخرى يرتبط هذا القلق و بشكل محدد ، بحدث معين أو وضعيات شخصية ، كتوقع أحداث أكثر فردية ، مثل المرض و معاناة المشكلات بين الأفراد، أو فقد شخص قريب أو شعور بتهديد الإخفاق في تحقيق أهداف خاصة شخصية ، أو عدم التأكد من كيفية التصرف ضمن أحداث اجتماعية معينة، و الشعور بأن التصرفات و الخطوات الحالية غير مؤكدة حلولا للظروف غير المرغوبة ، إن عدم إمكانية التنبؤ بالسلوك الخاص و النتائج النفسية المترتبة يمكن اعتبارها عناصر ينشأ عنها مواقف مليئة بمشاعر الخوف و القلق الناتج عن المجهول. (Zaleski 1996 م،ص185).

و يشير مولين (Moline 1990 م،ص501) إلى أن أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تتمثل في :

- 1- عدم قدرته على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها.
- 2- عدم قدرته على فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع.

3- التفكك الأسري.

4- مشكلة في كل من الوالدين و القائمين على رعايته في عدم قدرتهم على حل مشاكله.

5- الشعور بعدم الإلتواء داخل الأسرة و المجتمع.

6- نقص القدرة على التكهن بالمستقبل و عدم وجود معلومات كافية لديه لبناء الأفكار

عن المستقبل و كذلك تشوه الأفكار الحالية.

7- الشعور بعدم الأمان و الإحساس بالتمزق.

و تذكر حنان العناني (2000م،ص120) أن أسباب قلق المستقبل هو خبرات

الماضي المؤلمة و ضغوط الحياة العصرية و طموح الإنسان و سعيه المستمر نحو تحقيق

ذاته و إيجاد معنى لوجوده.

في حين يشير حسانين (2000م،ص 19) إلى أن أسباب قلق المستقبل ترجع إلى:

-الإدراك الخاطيء للأحداث المحتملة في المستقبل.

- تقليل فعالية الشخص في التعامل مع هذه الأحداث و النظر إليها بطريقة سلبية.

-عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الشخص و الشعور بعدم الأمان.

بينما يشير دياب (2001) إلى أن العوائق البيئية و الشخصية الكبيرة و المتنوعة

التي تجابه الفرد و كذلك إمكانات الحاضر المتواضعة و التناقضات الهائلة بين ما هو

حسي و ما هو معنوي و بين الأحلام الوردية و الواقع المرير تشكل أسبابا حقيقية لقلق

المستقبل.

و يذكر الأقصري، (2002م، ص 23) إن أسباب وجود قلق المستقبل هو عجز الفرد عن تحقيق أهدافه أو الفشل في اكتساب حب و احترام الآخرين أو فشل الإنسان في عمل أو دراسة ما أو عند اضطهاده سواء في محيط أسرته أو عائلته أو عملة أو حتى عندما يحاول تغيير بعض عاداته السيئة أو الإقلاع عنها ثم يجد نفسه عاجزا عن ذلك.

و يؤكد كذلك أن السبب الرئيسي الذي يجعل الفرد يعاني من القلق و الخوف من المستقبل هو الجهل بمعرفة الحياة فلو كان يعرف معنى الحياة لإستمتع بها خير استمتاع دون أن يضيعها في القلق و الخوف و المشاعر السلبية.

و إن الإنسان لا يعرف للحياة معنى دون أن يعمل و يبذل قصارى جهده للتقدم نحو تحقيق قيم الحياة الأساسية و أهمها القيم الإبداعية التي تتحقق عندما يعمل الإنسان لمصلحة المجتمع ثم القيم التجريدية التي تشمل الحب و البهجة و العطاء ، و رؤية الأشياء الجيدة و الحقيقية و الجميلة المثيرة للإهتمام و معرفة الذات و معرفة الناس و فنون التواصل معهم و التعامل بمهارة.

و يشير داينز (2006م، ص 44) إلى أن من أسباب قلق المستقبل التغييرات الإجتماعية في المجتمع حيث أن رد الفعل الوجداني للتغيرات الأخلاقية و الإجتماعية في المجتمع و ضغوط الحياة العصرية يولد مشاعر الريبة و القلق و الخوف من القصور و تناقض الأدوار و ضغوط الحياة ، و مشكلات تكوين العلاقات مع الآخرين و تشمل هذه

التغيرات المعقدات الأخلاقية التي أعيد استخدامها في الماضي لتوجيه القرارات و التخوف المستمر من البطالة و ايقاع العصر الحديث و التغيرات السريعة في التطور التكنولوجي. و أصبح القلق من المستقبل الذي يعاني منه معظم الأفراد في المجتمعات المعاصرة نتيجة تغيير في سلوكياتهم و أنماط تفكيرهم . و أن السبب المباشر للمعاناة من الخوف الزائد على المستقبل هو تخيل الأسوأ دائما أو استحضار العواقب الوخيمة بصفة مستمرة، و الإستمرار في التفكير في مسلسل الكوارث الخيالية الذي يعيق التفكير بصورة إيجابية نحو الحاضر و المستقبل على حد سواء . (المرجع السابق، 2002م، ص 57). و تذكرنا سناء مسعود (2006م، ص 51) أن من أسباب قلق المستقبل نقص القدرة على التكهن بالمستقبل ، و تدني مستوى القيم الروحية و الأخلاقية ، و تبني الأفكار اللاعقلانية ، و الإعتقاد بالخرافات و النظرة السوداوية.

و يشير إبراهيم (2006م، ص 20) إلى أن السبب في وجود قلق المستقبل هو نظرة الفرد السلبية لذاته و الأفكار اللاعقلانية تجاه النفس و الظروف السيئة المحيطة بالفرد و النظرة السلبية من قبل المحيطين بالفرد .

و ترى الباحثة أن المستقبل مصدر مهم من مصادر القلق باعتباره مساحة لتحقيق الرغبات و الطموحات و تحقيق الذات و الإمكانيات الكامنة ، و ان ظاهرة قلق المستقبل أصبحت واضحة في مجتمع مليء بالتغيرات في كافة المجالات ، و ترتبط هذه الظاهرة

بمجموعة من المتغيرات ، كروية الواقع بطريقة سلبية انطلاقا من المشكلات الحاضرة ،
و من الممكن عرض أهم الأسباب التي تؤدي إلى وجود ظاهرة قلق المستقبل و هي:

1- يرجع قلق المستقبل إلى أحاديث الفرد الذاتية و إلى أفكاره الخاصة الهازمة للذات .

2- يظهر قلق المستقبل نتيجة التوتر الناشئ عن مسؤولية اتخاذ القرار باعتباره نوعا

من الصراع العقلي و باعتبار أن الحياة هي عبارة عن مجموعة من القرارات المتتالية
و التي يكون على الفرد دائما أن يحزم رأيه بشأنها.

3- تعد ضغوط الحياة أحد أهم العوامل المسببة لقلق المستقبل خاصة في هذا

العصر الذي يمر بتحولات اجتماعية و اقتصادية أدت إلى تغير في أساليب حياة الأفراد

و انعكست هذه التغيرات على قيم الأفراد و سلوكياتهم و أنماط تفكيرهم و ظهرت

الضغوط النفسية كنتاج التطورات الحضارية التي لا يستطيع الإنسان تحملها

و التكيف معها و خصوصا لدى طلاب الجامعة لأن الحياة الجامعية تعج بالظروف

المثيرة للقلق سواء على الصعيد الدراسي أو الإجتماعي مما يؤثر على سلوك الطالب

و يصبح مهددا له و معرقلا لمسيرة حياته الإعتيادية.

4- سمات ذوي قلق المستقبل :

يشير حسانين (2000م ، ص19) إلى مجموعة من السمات بها الأشخاص ذوو قلق

المستقبل و التي من أهمها مايلي:

1- التركيز الشديد على أحداث الوقت الحاضر أو الهروب نحو الماضي.

- 2- الانتظار السلبي لما قد يقع.
- 3- الانسحاب من الأنشطة البناءة و دون المخاطرة .
- 4- الحفاظ على الظروف الروتينية و الطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة.
- 5- اتخاذ إجراءات وقائية من اجل الحفاظ على الوضع الراهن بدلا من المخاطرة من أجل زيادة الفرص في المستقبل .
- 6- استخدام آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة و الكبت من اجل التقليل من شأن الحالات السلبية .
- 7- استغلال العلاقات الإجتماعية لتأمين مستقبل الفرد الخاص.
- 8- الإنطواء و ظهور علامات الحزن و الشك و التردد .
- 9- الخوف من التغيرات الإجتماعية و السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل .
- 10- صلابة الرأي و التعنت.
- 11- ظهور الإنفعالات لأدنى الأسباب .
- 12- التشاؤم و ذلك لأن الخائف من المستقبل لا يتوقع إلا الشر و يهياً له أن الأخطار محدقة به.
- 13- عدم الثقة في احد مما يؤدي إلى الإصطدام بالآخرين.

و أوضحت دراسة معوض (1996م) أن الشخص ذا قلق المستقبل يتسم بعدم إمكانيته لتحقيق ذاته ، و لا يمكنه أن يبدع، و شعوره بالعجز ، و يتميز بحالة من السلبية و الحزن، و نقص القدرة على مواجهة المستقبل ، و الشعور بالأمن .

و اشارت دراسة إيمان صبري (2003م) إلى أن الأفراد ذوي قلق المستقبل يعانون من ضعف ثقة الشخص في قدرته، و إرجاع ما يحدث له من مواقف غير سارة إلى عوامل خارجية .

و أكدت نتائج دراسة إبراهيم (2006م) إن الفرد الذي يعاني من قلق المستقبل يعتبر فاقدا للثقة في المستقبل و عرضه للإنهيان العقلي و البدني و يفقد الثقة بنفسه و دائما كثير التردد عاجزا عن البت في الأمور، و أشارت دراسة سناء مسعود (2006م) أن صفات الفرد القلق من المستقبل أنه لا يثق بأحد مما يؤدي به للإصطدام بالآخرين و أنه يستخدم آليات دفاعية ذاتية كالإزاحة و الكبت و الإسقاط من أجل التقليل من حالات السلبية.

5- التأثير السلبي لقلق المستقبل:

من أهم الآثار السلبية التي تترتب على قلق المستقبل ما يأتي:

1- الشعور بالوحدة و عدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة و عدم القدرة على

التخطيط للمستقبل و الجمود و قلة المرونة و الاعتماد على الآخرين في تأمين

المستقبل. (Zaleski، 1996م، ص172).

2- تدمير نفسية الفرد فلا يستطيع أن يحقق ذاته أو يبدع و إنما يضطرب

و ينعكس ذلك في صورة اضطرابات متعددة الأشكال و الخرافات و الإنحراف و اختلال

الثقة بالنفس . (معوض، 1996م، ص 14)

3- الشعور بالتوتر و الإنزعاج لأنفه الأسباب و الأحلام المزعجة و اضطرابات النوم

و اضطرابات التفكير و عدم التركيز ، و سوء الإدراك الاجتماعي و الانطواء و الشعور

بالوحدة. (بدر ، 1993م، ص82)

4- يفقد الإنسان تماسكه المعنوي و يصبح عرضه للانهييار العقلي و البدني

(ابراهيم، 2003م، ص 18)

5- الهروب من الماضي و النشأوم و عدم الثقة في أحد و استخدام آليات دفاعية

و صلابة الرأي و التعنت(حسانين، 2000م، ص19)

6- التوقع و الانتظار السلبي لما قد يحدث. (آرون بيك، 2000م، ص 36)

7- التوقع داخل إطار الروتين و اختيار أساليب للتعامل مع المواقف التي فيها مواجهة مع الحياة. (Zaleski، 1996م،ص174)

8- الإلتزام بالنشاطات الوقائية ، و ذلك ليحمي الفرد نفسه، أكثر من اهتمامه بالإنخراط في مهام حرة مفتوحة غير مضمونة النتائج.

9- استخدام ميكانيزمات الدفاع مثل النكوص و الإسقاط و التبرير و الكبت . (Rappaport، 1991م،ص68).

10-الإعتمادية و العجز و اللاعقلانية .

11-يعيش الإنسان في حالة انعدام للطمأنينة على صحته و رزقه و مكانته.

(سناء مسعود ، 2006م،ص356)

6- التعامل مع قلق المستقبل:

إنه من الطبيعي أن قلق المستقبل له أثر كبير على صحة الفرد و إنتاجيته لما له من أضرار على الصعيد النفسي و الجسمي و هذا الأمر يستدعي المواجهة و المعالجة معاً لذلك لابد من إيجاد اساليب تهدف إلى التخلص من هذا القلق و الحد منه.

لذلك فقد أشار الأقصري (2002م، ص 76) إلى أن هناك عدة طرق لمواجهة الخوف

و القلق من المستقبل باستخدام فنيات العلاج السلوكي و التي يمكن عرضها كما يلي:

الطريقة الأولى : إزالة الحساسية المسببة للمخاوف بطريقة منتظمة (خطوة خطوة)

و هي أولى أنواع العلاج السلوكي الهامة فلو أن إنسانا يخاف من شيء ما يقول أنه سيحدث و لو حدث سيؤدي إلى آثار وخيمة ، فليتخيل هذا الشيء الذي يخشاه قد حدث فعلا ، ثم يقوم باسترخاء عميق لعضلاته بطريقة فعالة من خلال علاج القلق بالإسترخاء لأنه ثبت أن أغلب المصابين بالقلق و الخوف ن المستقبل يعجزون عن الاسترخاء بطريقة فعالة ، بل يكونون في حاجة إلى ساعات طويلة من التدريب حتى يتمكنوا من إخضاع عضلاتهم للاسترخاء العميق عندما يريدون. و بعد الاسترخاء العميق يلزم استحضار صورة بصرية حية للمخاوف التي تقلق الفرد من المستقبل ، و الاحتفاظ بهذه الصورة لمدة 15 ثانية فقط.

و تكرير ماسبق عدة مرات مؤكدا على مواجهة تلك المخاوف حتى لو حدثت غلى أن يتمكن الفرد من تخيل الأشياء التي كانت تثير خوفه و قلقه دون أن يشعر بالقلق بل تخيلها أثناء الشعور .

و هكذا يمكن أن يكشف أن طريقة إزالة الحساسية المنتظمة في التخلص من المخاوف و القلق، إنما هي وسيلة تركز على المواجهة التدريجية لتلك المخاوف ، يصحبها استرخاء عميق للعضلات ، و تكون المواجهة أولا في الخيال ، حتى إذا تم إزالة

تلك المخاوف تماما من الخيال ، فإنه يمكن بعد ذلك مواجهة المخاوف على أرض الواقع إذا حدثت.

الطريقة الثانية: و تسمى الإغراق.

و هي أسلوب مواجهة فعلية للمخاوف في الخيال دون الإستعانة باسترخاء العضلات فالإنسان المصاب بالقلق و الخوف من المستقبل يجب ان يتخيل الحد الأقصى من المخاوف أمامه ، و يتخيل أن تلك المخاوف بحدّها الأقصى قد حدثت فعلا ، و يتكيف على ذلك ، و يكرر التخيل المبالغ فيه للمخاوف فترات طويلة حتى يتكيف معها تماما ، و يستمر في هذا التصور إلى أن يشعر بأن تكرار مشاهدة الحد الأقصى من المخاوف أمام عينيه أصبح لا يثيره و لا يقلقه لأنه اعتاد على تصوره و هكذا نجد أن ذلك الشخص بهذا الأسلوب قد تعلم ذهنيا كيف يواجه أسوأ تقديرات الخوف و القلق ، و يتعامل معها في خياله، و يكون مؤهلا لمواجهتها في الواقع لو حدثت.

الطريقة الثالثة: و تسمى طريقة إعادة التنظيم المعرفي :

و هذه الطريقة العلمية تمت متابعتها و حققت نجاحات كثيرة ، بعد أن لوحظ أن الذين يعانون من القلق و الخوف من المستقبل يشغلون أنفسهم دائما بالتفكير السلبي و هو ما يؤدي إلى حالة القلق و الخوف و على هذا الأساس فإن هذه الطريقة قائمة على استبدال الأفكار السلبية بأخرى إيجابية ... و عند التفكير السلبي في الأشياء التي تثير القلق

و المخاوف ، فلماذا لا يتم التفكير بعد ذلك مباشرة في عكس ذلك في توقع إيجابيات بدل السلبيات و هذه الإعادة في تنظيم التفكير و استبدال النتائج الإيجابية المتوقعة لتحل محل النتائج السلبية المقلقة هي التنظيم المعرفي للإنسان السوي الذي لابد له أن يتوقع النجاح تماما كما يتوقع النجاح تماما كما يتوقع الفشل فالهدف الأساسي من طريقة إعادة التنظيم المعرفي هو تعديل أنماط التفكير لسليبي و إحلال الأفكار الإيجابية المتفائلة مكانها.

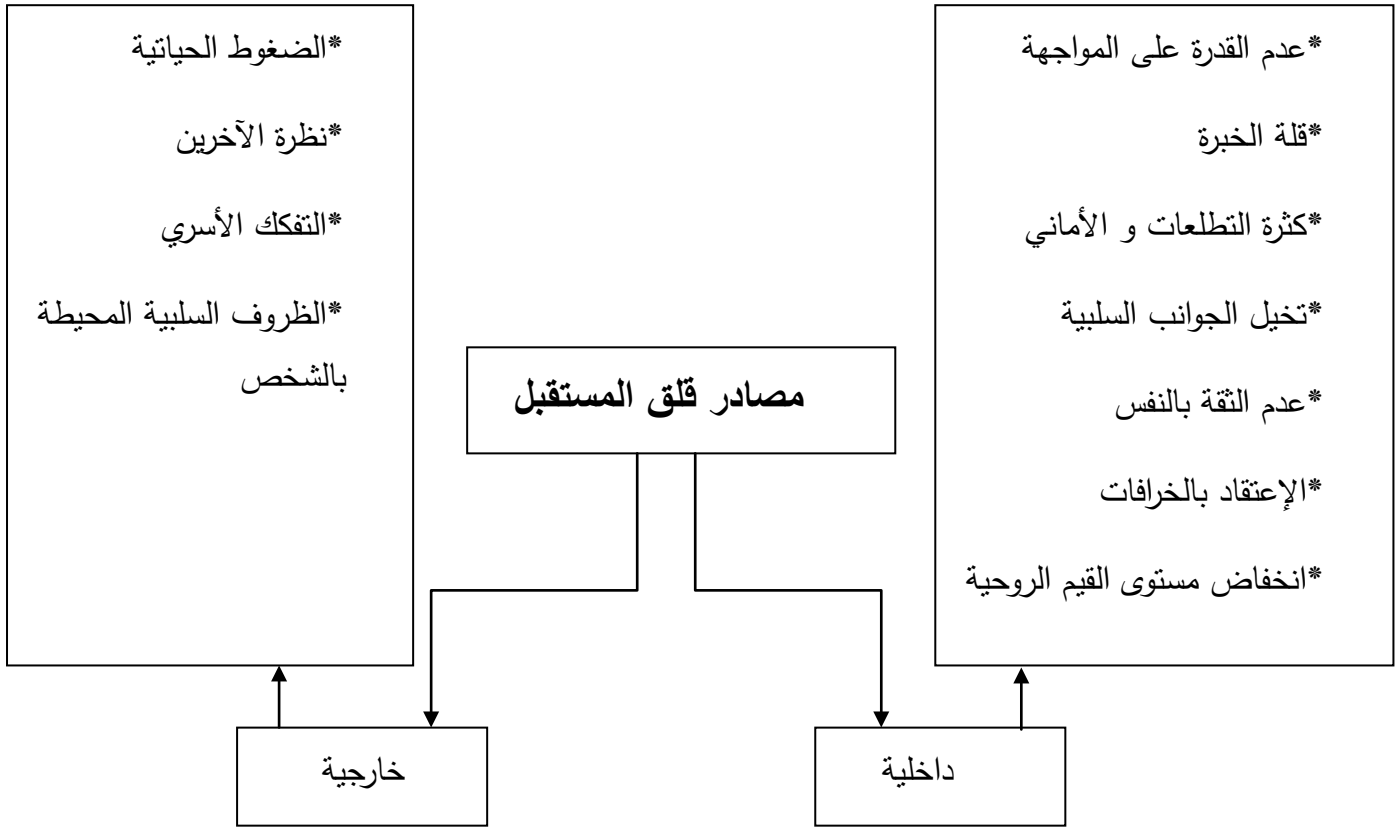
و لو أننا حاولنا الحصول على نتائج إيجابية في التخلص من القلق و الخوف من المستقبل باستخدام العلاج السلوكي وحده ، فلابد أن نعلم أن هذه العملية بطيئة إلى حد ما ، و تحتاج إلى فترة زمنية قد تطول إلى أن ينتهي الإنسان من التغلب على مخاوفه تماما . و لعل أفضل هذه الطرق الثلاثة السابقة الإشارة إليها و التي يستجيب الكثيرون لها طريقة التدرج البطيء المتأني التي يصاحبها الإسترخاء لأن التدريب على الإسترخاء يساعد في زيادة اكتساب الإنسان الشعور بالسيطرة على ذاته و بالهدوء في مواجهة الأخطار ، و لو كانت مجرد خيال فالفائدة من هذا العلاج السلوكي هي إزالة المخاوف من العقول بالتدرج . أما بالنسبة للإنسان الشجاع صاحب الإرادة القوية فإن المواجهة المباشرة هي أسرع سبيل للقضاء على القلق و الخوف من المستقبل.

و ترى الباحثة أنه بسلطان الإرادة و الثقة بالنفس و القدرة على امتلاك الإنفعالات و التحكم بها عن وعي و التفكير بجرأة واضحة و هادئة و مطمئنة في مواجهة الأحداث

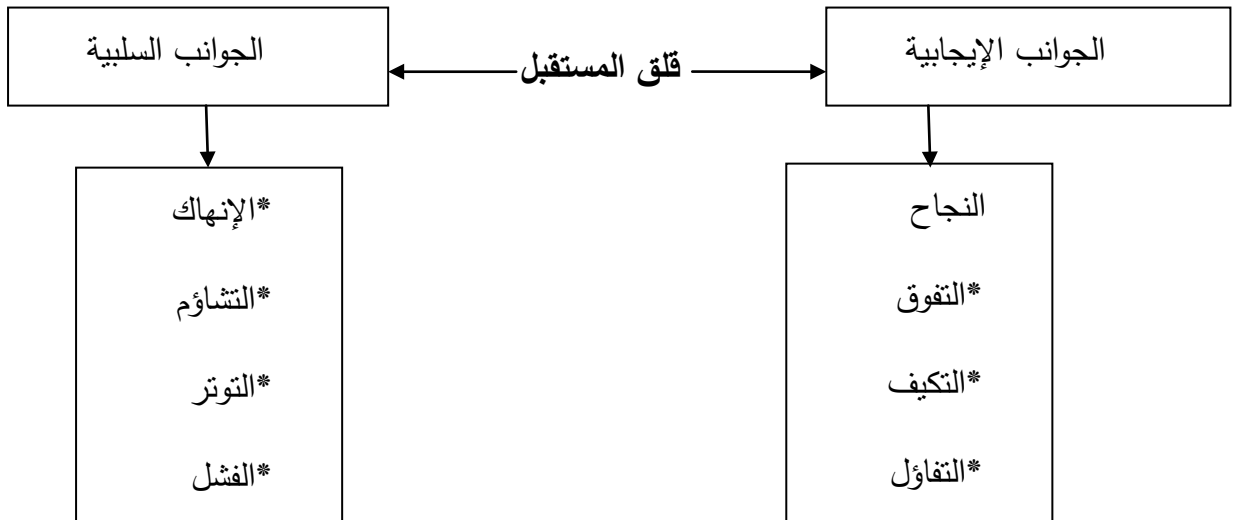
و الأشخاص كلها أسلحة كفيلة إذا أحسن استخدامها يمكن ان تقضي على أي مخاوف و أي قلق مستقبلي، و أن التفكير الموضوعي هو الأنجح لمعالجة الخوف و القلق و أن إدراك الفرد لحدود قدراته و طاقاته و القدرة على تغيير سلبيات ذاته و مواجهة الأفكار و المعتقدات الخاطئة و استخدام المنطق و التحليل الذاتي و تفهم حقيقة المخاوف و أسبابها يساعد على الحد من الخوف و القلق من المستقبل ، فالخوف من المستقبل يجعل الفرد يضع أهدافا كبيرة جدا و يصعب عليه تحقيقها و النتيجة قلق مزمن و تعاسة دائما بسبب الإخفاق المستمر لأن كل هدف غير محقق سيمثل إخفاقا و مشكلة معظم الذين يعانون من القلق و الخوف من المستقبل أنهم غير قادرين على وضع أهدافا واقعية لتوجيه حياتهم و هؤلاء الذين يسعون دائما لتحقيق أهدافا عالية جدا خوفا من المستقبل ينتهي بهم الأمر إلى الهزيمة.

لذلك من الأفضل أن يضع الشاب الجامعي هدفا جيدا وواقعا لنفسه وفقا لإمكانياته و طاقاته و باستطاعة هذا الهدف أن يوجه حياته و يشعر بالإنجاز عندما يتحقق هدفه و من ثم يزول عنه القلق و الخوف.

شكل 1: يوضح مصادر قلق المستقبل



شكل 2: يوضح تأثير قلق المستقبل



خلاصة الفصل:

نستخلص من خلال عرضنا لمفهوم القلق و قلق المستقبل أن القلق مفهوم مركزي في علم النفس و عرض مشترك بين العديد من الاضطرابات النفسية و العقلية بل و حتى في أمراض عضوية شتى ، فهو باتفاق جميع مدارس علم النفس الأساس لكل اختلالات الشخصية و اضطرابات السلوك .و من أهم أنواعه نجد قلق المستقبل و هو حالة من عدم الإرتياح و الضيق و انشغال الفكر بما يحمله المستقبل الأكثر بعدا ، و هذه الحالة تزداد حدتها عندما تكون الظروف الراهنة صعبة و معقدة.

كما نستخلص أيضا أن كل من القلق و قلق المستقبل يؤثران بشكل سلبي على الشخصية فيحدان من قدراتها و إمكانياتها و يجعلانها رهينة للأفكار اللاعقلانية و التوقعات السلبية ، و لهذا ينبغي الإسراع في علاجها خاصة إذا ظهر لدى شريحة واسعة و ذات أهمية في المجتمع و هي فئة طلاب الجامعة ؛ و التي سنتطرق إليها في الفصل اللاحق.

الفصل الثالث

الطالب و الحياة الجامعية

تمهيد

1- مفهوم الطالب

2- الطالب و الحياة الجامعية

3- مفهوم الجامعة

4 - نشأة الجامعة

5- وظائف الجامعة

6- مهام الجامعة

- ملخص الفصل

تمهيد:

شهد العالم في السنوات الأخيرة تطورات متنوعة و سريعة ،مست كل جوانب الحياة الاقتصادية،الاجتماعية و الثقافية....

فالتعليم الجامعي اليوم يحتل أهمية متزايدة نظرا لتشعب المعارف و تكاثر التخصصات ، بحيث يشكل إطار للمرجعية في المزج بين القديم و الجديد و يعد الخزان الإحتياطي الذي يمد المجتمع بالكفاءات و الإطارات و الباحثين في شتى الفروع و التخصصات التي تعمل على تنميته و تطويره.

وتنتظر من الجامعة الجزائرية تحقيق مردود و فعالية كبيرتان يتماشيان و التطورات التي تحدث على الساحة الوطنية و العالمية ، و هذا من خلال استجابتها لمتطلبات الفرد و المجتمع من تنمية ثقافية و إجتماعية و اقتصادية عن طريق التكوين و التأطير الجيد. و سنحاول من خلال هذا الفصل تسليط الضوء على الطالب و الحياة الجامعية ،مفهوم الجامعة ونشأتها ووظائفها و مهامها.

1- تعريف الطالب :

عرف le petit rober الطالب على انه الفرد الذي يزاول دراسته و يتابع دروسا بجامعة او مدرسة عليا ،كقولنا : طالب طب، طالب آداب، طالب فلسفة... le petit robert (dictionnaire de la langue française p368 .1992)

كما عرف محمد إبراهيم الطالب (محمد إبراهيم ،2003، ص222/223) على أنه الفرد الذي اختار مواصلة الدراسة الكاديمية و المهنية ، و يأتي إلى الجامعة محملا معه جملة قيم و توجهات صقلتها المؤسسات التربوية الأخرى و الجامعة من المفروض تحضره للحياة العليا كما يرى Alain coulan كما ورد في Larousse مفهوم الطالب بأنه من يزاول محاضرات الجامعة أو مؤسسة تعليم عالي (Larousse de la langue française p690-167). في حين يرى Dubet (p144.1994) أن الطلبة في العشريات الأخيرة ، كانوا يمثلون فئة واسعة الحدود ، تتجاوز فئة الحرفيين و التجار . فإن يصبح اليوم الفرد طالبا هو أمر أو شكل قانوني و النموذج الاجتماعي المميز لمكانة الراشد ، بغض النظر إن كانوا في المدن أو في القرى ، إناثا او ذكورا فحين نصادف تنوع عالم الطلبة و تنوع العرض الجامعي.

2- الحياة الجامعية:

تكتسب الجامعات اهمية الكبيرة في الحياة الاجتماعية كونها هي الاكثر قدرة من بين المؤسسات الاخرى لتبوء المكانة الريادية الفاعلة في هذا المجال لأنها تمتلك الامكانيات

العلمية والبشرية والمادية بدرجة اكبر من غيرها وأن منتسبها لديهم المؤهلات العلمية التي تجعل لهم القدرة على اجراء البحوث العلمية والتطبيقية ونقل اخر ماتوصلت اليه المجتمعات الاخرى وتطبيقها على المجتمع .

ونظرا لهذه المكانة الكبيرة للجامعات والنظرة الاجتماعية الايجابية لها فقد اصبحت حلما جميلا يراود معظم الشباب من كلا الجنسين للالتحاق بها وفي مختلف التخصصات المتوفرة فيها والتواجد داخل اسوارها والتعرف على طبيعة الحياة الجامعية والتفاعل معها وبناء شخصيتهم الانسانية المتكاملة في مختلف المجالات واكتساب المعلومات العلمية التي تجعلهم قادرين على التخصص في مجال معين واكتساب الشهادة العلمية التي تؤهلهم لممارسة العمل في ضوء التخصص بعد التخرج والالتحاق بالحياة العملية .

ان الطلبة الجامعيين وهم يدخلون ابواب الجامعة لأول مرة فإنه قد يرتادهم شعور غريب مليء بالامل والتفاؤل والتساؤل وحب الاستطلاع امام هذه المؤسسة التي حلموا بها وانتظروها طويلا وبدلوا الجهود الكبيرة اثناء الدراسة والامتحانات في المرحلة الاعدادية لكي يحصلوا على الشهادة التي تؤهلهم للقبول فيها .

هذا الشعور الذي قد يكون مزيجا من الفرح بتحقيق الامل الذي سعوا من اجله والخوف الناتج عن عدم معرفتهم بالتعليمات والضوابط التي تسير في ضوئها الحياة الجامعية وبالتالي تثار عنده التساؤلات تلو التساؤلات عن كثير من الامور والقضايا المتعلقة بالحياة الجامعية وكيفية التفاعل معها والاستجابة الى متطلباتها .

وتمثل المرحلة الجامعية نقطة تحول مهمة وأساسية في حياة الطلبة حيث ينتقلون فيها من سن الصبا والمراهقة الى سن البلوغ والرشد من حيث التركيب الفزيولوجي والذي ينبغي ان يكون متزامنا ومتوازيا مع التركيب النفسي وبالتالي لابد ان تكون تصرفاتهم ونوعية السلوكيات التي يقومون فيها متناسبة مع الدور الجديد .

ومن هنا تأتي أهمية الحياة الجامعية في بناء شخصية الطالب المتكاملة في مختلف جوانبها المعرفية والمهارية والنفسية وصقلها وتوجيهها نحو الاتجاه المرغوب فيه بما يتماشى مع الفلسفة الاجتماعية السائدة في المجتمع .

حيث ان الحياة الجامعية تعد من أهم مراحل الحياة لدى الطالب الجامعي وهو يدخل ابوابها لأول مرة لأنها تساهم في بناء شخصيته الانسانية في مختلف الجوانب بدرجة كبيرة وفاعلة بشرط ان يحصل الانسجام والتفاعل والفائدة بالنسبة للطلاب داخل الحياة الجامعية التي تعتبر نموذجا مصغرا لحياته في المجتمع .

وتأتي أهمية الطالب الجامعي في المجتمع من حيث فاعلية التأثير الذي يقوم به لأنه في مرحلة عمرية وعقلية و نفسية يكون مؤثرا فيها في المحيط الذي يعيش فيه ويتعامل معه بصورة اعلى مما هو عليه في المراحل الدراسية الادنى من المرحلة الجامعية فهو يمثل احد اعمدة المستقبل والأمل المنشود لتحقيق تطلعات ابناء المجتمع نحو التطور والرفي والمساهمة في مسيرة الحضارة الانسانية .

وتمثل المرحلة العمرية للطالب الجامعي بداية بلوغه لسن الرشد حيث يبدأ يشعر بأنه يجعله يشعر بأنه انسان مكتمل الاهلية للتصرف باستقلالية عما يحاول ان يفرضه عليه الاخرون بسبب النمو الحاصل في تكوينه النفسي والفسولوجي .

وعليه ينبغي ان يكون سلوكه او تصرفه في المواقف التي يمر بها وهو داخل اسوار المؤسسة الجامعية صحيحا وناضجا ومبنيا على تفهم عميق وواعي لكافة معطيات الموقف الذي هو بصدد معالجته حتى ينسجم السلوك او التصرف معه ويكون صحيحا ويؤدي الى نتائج ايجابية نافعة للطالب والمجتمع .

كما قد تصادفه بعض المشكلات التي قد تلقي بظلالها على نفسيته وأداءه الدراسي والاجتماعي وقد يصبح فكره مشغولا بها من اجل حلها والتخلص من النتائج التي اوجدها وأدت الى تعقيد حياته والتأثير في تصرفاته داخل المؤسسة الجامعية أو خارجها .

ويقوم الطالب خلال تواجده في المؤسسة الجامعية بممارسة مختلف النشاطات العلمية والثقافية والرياضية والفنية اضافة الى حصوله على المعلومات المطلوبة في تخصصه الذي يعد من خلاله لممارسة مهنة معينة مستقبلا تساهم في بناء البلد وتطويره لإحداث التغيير الايجابي المطلوب في الحياة الاجتماعية .

حيث ينبغي للطالب الجامعي المشاركة الفاعلة في معظم الفعاليات التي تحدث في المجتمع وان يستفيد مما تعلمه وتطبيقه في مواقع العمل والإنتاج المختلفة لتعطي دفعات سريعة وواسعة لحركة البناء والتطور في المجتمع (موفق الحساوي،2012).

3- مفهوم الجامعة:

يرى بعض المفكرين أن الجامعة عبارة عن جماعة من الناس يبذلون جهدا مشتركا في البحث عن الحقيقة و طلب العلم ،دراسة و بحثا سعيا لاكتساب الحياة الفاضلة (تركي رابح عمارة ،1990،ص73)

و تعني في نظر بعض المفكرين أنها اتحاد مجموعة من المشتغلين في عمل واحد أو حرفة واحدة ،و اشتق مصطلح جامعة (university) من اللفظ اللاتيني (universitas) ، و في أواخر القرن الثاني عشر و أوائل القرن الثالث عشر أصبح هذا اللفظ يطلق على الإتحاد العلمي أو النقابة التي تظم عدد من رجال العلم سواء كانوا أساتذة أو طلابا ، و مع مرور الزمن أصبحت الكلمة تعني اتحاد أو جمعية من الطلاب و المعلمين معا ، أطلق عليها المعهد العلمي الذي يستخدم أساتذة و يعلم طلابا(سعيد طه محمود،السيد محمد ناس ، 2003،ص07).

4- نشأة الجامعة الجزائرية:

تعد الجامعة الجزائرية من أقدم الجامعات في الوطن العربي و هذا مرسوم 1875 الذي تضمن إنشاء المدرسة التحضيرية للطب و الصيدلة ، بعد ماكانت من قبل لا تتعدى مجرد إلقاء الدروس في الفيزيولوجيا، و علم التشريح الوصفي في مستشفى مدينة الجزائر من طرف أطباء عسكريين، أما فكرة إنشاءها كانت سنة 1877 بينما تجسيد الفكرة لم تأت إلا بعد إصدار مرسوم 20 ديسمبر 1979 و الذي تضمن إنشاء أربعة مدارس كبرى هي الطب و الصيدلة ، و العلوم ،الأداب و الحقوق.

و قد كان التعليم في هذه الفترة وثيق الصلة بالمشاريع الإستعمارية حيث عملت فرنسا على إدماج و فرنسة الجامعة الجزائرية.

و كانت هيئة التدريس تتشكل من ممثلين للأقلية الأوروبية ،أما الطلبة فكانوا أوروبيين مع أقلية جزائرية.

و قد ازداد الفارق بين عدد الطلبة الجزائريون و الفرنسيون خاصة بعد اندلاع الثورة التحريرية إثر التعبئة و التجنيد الجماعي للطلبة الجزائريون في صفوف جيش التحرير لاسيما بعد إضراب 19 مايو 1956، و قد قدر عدد الطلبة الأوروبيين في هذه الفترة ب 4500 طالب فقط سنة 1962. (guide de l université d'alger 1988/1987).

5- وظائف الجامعة الجزائرية:

1-تعد الجامعة إحدى الدعائم الرئيسية التي يرتكز عليها المجتمع حيث تساهم في تقدمه و نموه في شتى الميادين ، و هي المؤسسات العلمية الأكاديمية المسؤولة بدرجة كبيرة على إصلاح مؤسسات المجتمع الأخرى و رفع مستواها.

2-إعداد الإطارات الكفاءة من الجامعيين المختصين في فروع المعرفة العلمية و المهنية اللازمة لخدمة المجتمع، و تؤكد "شيخة المسند" إن الجامعات لها دور كبير في عملية التنمية و هذا من خلال تلبية حاجات المجتمع من القوى البشرية المزودة بالمهارات الفكرية ، و هي مسؤولة أيضا على تربية الفرد نفسيا و اجتماعيا مما يسهل عملية التغيير الاجتماعي (فيصل محمود الغرابية، لطفي عبد القادر غرابية،2005)

3- متابعة التقدم العلمي و التكنولوجي بكل مستجداته المتمثلة في تشعب العلوم و تكاثر التخصصات ، و الكم الهائل من المعارف . مما يجعل الجامعة بحكم طبيعة رسالتها في ضمان عدم اتساع الفجوة بين ماتقدمه و بين تتصف به هذه التحديات من سرعة في الحركة، و القوة في المواجهة و تعدد في الأبعاد.

4-مساعدة المتعلمين على اختيار الأسلوب الأمثل في التعلم و ذلك من خلال التركيز على كيفية استفادة الطالب من العلوم المتنوعة ، و المتدفقة من مصادر متعددة.

5- إعداد مرتكزات القاعدة المعرفية ، فالتعليم الجامعي تقع على عاتقه بناء القدرة العلمية باعتبارها المهمة المباشرة و المستقبلية الأكثر أهمية و إلحاحا، و لا بتجسدها هذا الإعداد إلا في أفراد مؤهلين و مزودين بالكفاءات اللازمة لذلك.

6- مهام الجامعة الجزائرية:

إذا كانت الجامعات بمفهومها الحديث تعد البوابة الحقيقية للخروج من دائرة التخلف و الإستلاب الثقافي و التبعية الفكرية، و للدخول في دائرة لإثبات الوجود القومي و الهوية الوطنية و تحقيق التطور في شتى نواحي الحياة ، فإن هذا الهدف العام أصبح أكثر إلحاحا ، من هذا المنطلق ، فقد ألقى على كاهل الجامعة الجزائرية للقيام بمهام عديدة تغيرت حسب المتطلبات السياسية و الاجتماعية للبلاد إلا أن الخطوط العريضة لأهدافها و للمهام المطالبة بالقيام بها لا تحيد كثيرا عن هذه المهام المتمثلة في:

1- ربط التعليم الجامعي بالحقائق الوطنية و جعله يعالج المشكلات الحياتية المختلفة و توجيهه نحو الفروع التي يحتاجها الاقتصاد الوطني.(محمد مقداد ، 1995،ص224)

2- تزويد القطاع الاقتصادي بالإطارات كما و كيفا قادرة على تلبية متطلبات التنمية في البلاد ، و متمكنة في إيجاد الحلول المناسبة للمشكلات المختلفة.

و من خلال ماسبق ، سعت الجزائر على إحداث عدة إصلاحات شملت نظام التعليم العالي حتى يتساير مع متطلبات و أهداف السياسة التنموية في البلاد منذ الإستقلال إلى يومنا هذا.

تزداد أهمية هذا الطرح بالنظر إلى مخلفات العهد الإستعماري التي فرضت على الدولة الجزائرية مواجهة العديد من المتغيرات على جميع الأصعدة ، و على الصعيد المؤسسات الجامعية.

خلاصة الفصل:

تعرضنا في هذا الفصل إلى تعريف الطالب الجامعي و أهمية حياته الجامعية في بناء شخصيته و تأثيرها على حياته المستقبلية ، كما تطرقنا إلى مفهوم الجامعة و نشأتها ووظائفها و مهامها و ذلك من خلال إبراز الدور الذي تلعبه في بناء مجتمع متطور ، منفتح على العالم و يساهم بذلك على تنمية البلاد.

الباب الثاني:

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع:

منهج و إجراءات البحث

تمهيد

1-منهج البحث

2- الدراسة الإستطلاعية

3-أدوات البحث

-خطوات تطبيق المقياس

-تطبيق المقياس

-تصحيح المقياس

4-صدق و ثبات المقياس في البيئة الجزائرية

5-إجراءات الدراسة

6- عينة البحث

7- المعالجة الإحصائية

تمهيد:

تحديد الإجراءات المنهجية خطوة مهمة في عملية البحث إذ تمثل المرجع و المرشد للباحث أثناء القيام بالبحث ، حيث تسمح له بالتفكير في كل مظهر من مظاهر البحث ، كما تحميه من نسيان بعض العناصر، إضافة إلى أن تحديد الإجراءات المنهجية يسهل عملية تقويم مشروع الدراسة سواء من طرف الباحث أو الآخرين

1-المنهج المتبع في الدراسة:

المنهج هو الطريقة أو الأسلوب الذي يتبعه الباحث لدراسة المشكلة، للوصول إلى بيانات دقيقة حولها ،و تختلف المناهج باختلاف المواضيع، و لكل منهج وظيفته و خصائصه التي يستخدمها كل باحث في ميدان اختصاصه. (عمار بوحوش، محمد محمود الذنبيات 2001،ص 201)

و قد اعتمد هذا البحث على المنهج الوصفي لأنه الأنسب لموضوع الدراسة حيث طبيعة البيانات و تعداد العينة، فالمنهج الوصفي يعبر عن جمع البيانات بنوعها الكمي و الكيفي حول الظاهرة محل الدراسة من أجل تحليلها و تفسيرها لإستخلاص النتائج لمعرفة طبيعته وخصائصها و تحديد العلاقات بينها و بين الظواهر الأخرى و الوصول إلى تعميمات. (داودي و بوفاتح، 2007 ص 81).

2- الدراسة الإستطلاعية:

تعد الدراسة الإستطلاعية من الناحية المنهجية مرحلة تمهيدية قبل التطرق للدراسة الميدانية الأساسية لأي بحث علمي، تم تطبيق مقياس زينب شقير على عينة من 40 طالب و طالبة من جامعة الجزائر 2 أردنا من خلالها:

- التأكد من التصور العام للبحث

- التحقق من ملاءمة المقياس و فهمه من قبل الطلبة من حيث العبارات لأجل توضيحها و تعديلها

حيث لجأنا إلى الدراسة الإستطلاعية للكشف عن الجو العام داخل الجامعة (جامعة الجزائر 2)، و تعتبر هذه المرحلة تجريبية بقصد اختبار مدى سلامة الأداة المستخدمة من حيث وضوح العبارات و مدى صلاحيتها لقياس ما وضعت من أجل قياسه مع التحقق من صدق و ثباته قبل تطبيقه على عينة البحث الأساسية.

و تمكنا الدراسة الإستطلاعية البحث عن العينة و إمكانية الوصول إليها حيث كانت استجابات الطلبة بقبول و بسهولة ، كذلك من خلال تقديمنا للمقياس وجدنا انه كان مفهوما من حيث البنود و كيفية الإجابة .

فمن النقاط الإيجابية في التعامل مع الطلاب الجامعيين أن مستواهم الثقافي و العلمي يمكنهم من الفهم و الإستجابة و بذلك استعادة الأوراق كان بسهولة.

من خلال التطبيق وجدنا ان مدة الإجابة لا تتجاوز 20 دقيقة.

اختبرنا إشكالياتنا من خلال الدراسة الاستطلاعية وتمكنا من إعطاء إجابات مؤقتة للتساؤلات حيث لمسنا وجود قلق مستقبل مرتفع عند الطلبة ، يجب التأكد منه في الدراسة الميدانية .

و كانت الدراسة الاستطلاعية على عينة أولية من طلاب جامعة الجزائر 2 في مختلف التخصصات للسنة الجامعية 2014-2015 في فترة أكتوبر و ذلك على عينة قوامها 40 طالب و طالبة موزعون كآلاتي 14طالب و 26طالبة. حيث طبقنا عليها مقياس الدراسة و هو مقياس قلق المستقبل لزينب شقير 2005 و سنتطرق إلى تفاصيل المقياس في عنصر أداة البحث. و كان الهدف من الدراسة الإستطلاعية التعرف على مدى وضوح الصياغية اللغوية للمقياس و مدى صعوبة فهم العبارات

* نتائج الدراسة الإستطلاعية:

- من خلال الدراسة الإستطلاعية تبين لنا أن المقياس يمكن الإعتماد عليه في دراستنا و ذلك من خلال تجاوب الطلبة حيث لم يظهر أي إشكال في مستوى العبارات. و قد أسفرت النتائج على وضوح العبارات و لم يجد الطلاب صعوبة في فهمها.

3- أدوات البحث:

3-1- خطوات إعداد مقياس قلق المستقبل:

صمم هذا القياس من طرف الدكتورة زينب محمود شقير سنة 2005 و قد اتبعت الخطوات التالية في إعداده:

-اطلعت المؤلفة على الأدبيات و التراث السيكولوجي و الاجتماعي لقلق المستقبل لتحديد مفهوم دقيق له.

-راجعت ماتوصلت إليه من دراسات عربية و أجنبية اهتمت بقلق المستقبل وتوصلت لمجموعة من البنود المتعلقة بالمفهوم الدقيق لقلق المستقبل.

- أعدت المؤلفة استبيان مفتوح تم فيه توجيه أسئلة على النحو التالي:

* ماذا تعني كلمة مستقبل من وجهة نظرك ؟

* عبر برأيك عن صورة المستقبل ؟

- تم عرض الإستبيان المفتوح على 200 طالب و طالبة

- راجعت المؤلفة إجابات الطلاب و طابقت بينها و بين مجموعة البنود التي سبق لها إعدادها من التراث الأدبي لقلق المستقبل و توصلت إلى 42 بندا.

- تم عرض قائمة البنود على 10 أساتذة في علم النفس و الصحة النفسية و تم استبعاد 14 بندا لم تحظ بالإتفاق بين السادة المحكمين ليصبح المقياس في صورته النهائية يحتوي على 28 بندا.

- تم تحليل بنود المقياس إلى مجموعة من المحاور الرئيسية التي تركز على جوانب قلق المستقبل و توصلت الباحثة إلى وجود خمسة محاور هي على النحو التالي:
جدول رقم1: جدول يوضح محاور مقياس قلق المستقبل و عبارات كل محور.

المحور	أرقام البنود
1-القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبل	17-20-21-22-24
2-قلق الصحة وقلق الموت	10-18-19-25-26
3 -القلق الذهني قلق التفكير في المستقبل	3-6-11-13-14-23-28
4-اليأس من المستقبل	4-7-8-9-12-16
5 - الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	1-2-5-15-27

3-2- تطبيق المقياس:

يطلب من المفحوص أن يقوم بالإجابة على بنود المقياس بإعطاء تقدير دقيق يعبر عن رأيه الشخصي في المستقبل و ذلك على مقياس متدرج من لا تنطبق مطلقا ، تنطبق قليلا ، تنطبق إلى حد ما ، تنطبق كثيرا ، تنطبق تماما. و موضوع أمام هذه التقديرات خمس درجات هي 0 ، 1 ، 2 ، 3،4 على الترتيب وذلك عندما يكون اتجاه البنود نحو قلق المستقبل سلبي، بينما تكون هذه التقديرات في اتجاه عكسي 0،1،2،3،4 عندما يكون اتجاه البنود نحو قلق المستقبل إيجابي، و بذلك نشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع قلق المستقبل لدى الفرد.

3-3- تصحيح المقياس:

يشمل مقياس قلق المستقبل على 28 بندا تقدر مستوى قلق المستقبل لدى الفرد ، حيث تتراوح الدرجة الكلية ما بين 0 و 112 درجة و تحديد المستويات وفقا للجدول التالي:

جدول رقم 2 : يوضح مفاتيح التصحيح و مستويات قلق المستقبل.

مستويات قلق المستقبل		اتجاه التصحيح	أرقام البنود
من 91-112 درجة	قلق مستقبل مرتفع جدا		
من 68-90 درجة	قلق مستقبل مرتفع	0-1-2-3-4	من 10-1
من 45-67 درجة	قلق مستقبل متوسط		
من 22-44 درجة	قلق مستقبل بسيط	4-3-2-1-0	من 28-11
من 0-21 درجة	قلق مستقبل منخفض		

(ساسي وبن عبد السلام. 2009، ص 59-60).

تقنين المقياس:

اشتملت عينة التقنين على 720 فرد منهم 360 ذكور و 360 إناث

4-صدق و ثبات المقياس

4-1-صدق المقياس:

4-1-1-صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة و الدكاترة الجامعيين المتخصصين في علم النفس و الصحة النفسية ، و ممن يعملون في جامعة الجزائر 2 .حيث قاموا بإبداء آرائهم و ملاحظاتهم حول مناسبة فقرات ، و مدى انتماء الفقرات إلى المقياس ، و كذلك وضوح صياغتها اللغوية. في ضوء تلك الآراء تم تعديل بعض الصياغات (ملحق 2).

تم حساب صدق المقياس من طرف الباحثة الدكتورة زينب شقير بالطرق التالية :

4-1-2-الصدق الظاهري :

تم عرض المقياس خلال فترة إعدادة على مجموعة من المتخصصين في مجال الصحة النفسية و الإرشاد النفسي كما سبق ذكره.

4-1-2- صدق المحك :

تم تطبيق المقياس على عينة قوامها 120 طالب و طالبة (ضمن عينة التقنين) ، كما تم تطبيق مقياس القلق من إعداد غريب عبد الفتاح على ذات العينة ، و كان معامل الارتباط بين درجات المقياسين 0.87،0.83،0.84 لكل من عينة الذكور ، عينة الإناث ، العينة الكلية على التوالي و هو ارتباط دال و مرتفع مما يضمن صلاحية المقياس للإستخدام.

4-1-3- الصدق التكويني

تم تطبيق المقياس على عينة تقدر ب 200 طالب و طالبة و بعدها تم حساب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس، و قد تراوحت معاملات الارتباط بين 0.51 و 0.91 و جميعها دالة عند مستوى الدلالة 0.01.

4-1-4- صدق المقياس في البيئة الجزائرية:

تم حساب صدق المقياس من طرف الباحثة حسين ذهبية بطريقة الإتساق الداخلي ، حيث طبق مقياس قلق المستقبل على عينة قوامها 50 فتاة و بعدها تم حساب الارتباطات الداخلية للمحاور الخمسة التي يتضمنها المقياس ، إضافة إلى حساب معاملات الارتباط بين كل بعد و الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 3 : الإرتباطات الداخلية لمقياس قلق المستقبل

الدرجة الكلية	5	4	3	2	1	المحور
0.74	0.29	0.38	0.50	0.62		1-المشكلات الحياتية المستقبلية
0.76	0.43	0.51	0.42			2- قلق الصحة و قلق الموت
0.80	0.58	0.58				3- القلق الذهني
0.81	0.67					4- اليأس من المستقبل
0.74						5- الخوف و القلق من المستقبل
3.58	1.97	1.47	0.92	0.62		6- الدرجة الكلية

4-2- ثبات المقياس في البيئة الجزائرية:

تم حساب الثبات من طرف الباحثة ذهبية حسين بطريقة التجزئة النصفية حيث طبق المقياس على عينة قوامها 50 فتاة و قد قدر معامل الإرتباط بين البنود الفردية و الزوجية 0.85 و هو معامل ارتباط مرتفع و دال عند 0.01 ، و بإجراء معادلة التصحيح لسبيرمان

براون $R/R+12$ بلغ معامل الثبات 0.92 و هو معامل ثبات مرتفع مما يطمئن على استخدام المقياس.

5- إجراءات الدراسة الميدانية:

بعد توفر الأداة المناسبة للدراسة و إجراء الدراسة الإستطلاعية المتمثلة في قياس الخصائص السيكومترية للأداة ، ثم معالجة الفرضيات إحصائيا و مناقشتها ، يمكن تلخيص إجراءات الدراسة في الخطوات التالية:

5-1 مكان إجراء البحث

تم إجراء البحث في ولاية الجزائر العاصمة على مستوى 3 جامعات :

* جامعة الجزائر 2.

* جامعة هواري بومدين للعلوم و التكنولوجيا.

* جامعة الجزائر 1 /كلية الطب علي محرز.

5-2 فترة إجراء البحث:

تم تطبيق البحث خلال الفترة الممتدة من شهر نوفمبر 2014 إلى شهر مارس 2015.

*ملاحظة: من خلال إجراءنا للبحث تلقينا بعض الصعوبات في تطبيق المقياس و خاصة في شهر ديسمبر حيث يكون الطلبة في فترة إمتحانات و مراجعات معظمهم لم يقبلوا الإجابات و ذلك لضيق الوقت عندهم خاصة في جامعة هواري بومدين .

6- عينة الدراسة:

يقتصر البحث على عينة من طلبة كليات و أقسام جامعة الجزائر 2، و جامعة هواري بومدين مستوى الثالث ليسانس -ماستر 1 - ماستر 2 ، مختلف التخصصات.اما جامعة الجزائر 1 كلية الطب مستوى السنة الرابعة و الخامسة و السادسة .من كلا الجنسين ذكور و إناث و البالغ عددهم 600 طالب.

6-1 طريقة إختيار العينة:

تختلف طريقة اختيار عينة الدراسة من باحث لآخر و من دراسة لأخرى يتم عن طريقها جمع البيانات و المعلومات ، و تطبيق أدوات الدراسة لضمان تمثيل سليم و شامل لمجتمع البحث ، و تم اختبار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طلبة و طالبات الجامعة . و يتم تشكيل هذه العينة على أساس أن يكون هناك احتمال متساوي أمام جميع العناصر في مجتمع الدراسة لإختيارها ، بمعنى أن فرص اختيار أي عنصر من مجتمع الدراسة متساوية لجميع أفراد المجتمع و في نفس الوقت فإن اختيار أي عنصر من عناصر مجتمع الدراسة لا يؤثر على اختيار العناصر الأخرى. (عليان و غنيم، 2008، ص 158)

2-6 خصائص العينة :

كما سبق ذكره تكونت عينة الدراسة من 600 طالب و طالبة من ثلاث تخصصات رئيسية و هي علوم إنسانية (جامعة الجزائر 2) علوم تقنية (جامعة هواري بومدين) طب (جامعة الجزائر 1)، و قد تم توزيع استمارة لجمع بيانات عامة عن حالة الطالب (الجنس- السن- المستوى الاقتصادي-المستوى الجامعي) و في ما يلي عرض مختلف الجداول التي توضح خصائص عينة بحثنا.

جدول رقم 4:توزيع أفراد العينة حسب الجنس:

النسبة	التكرار	الجنس
63.5%	381	إناث
36.5%	219	ذكور
100%	600	المجموع

من خلال الجدول رقم 1 نلاحظ عدم التساوي بين الجنسين و ان نسبة الإناث تمثل 63.5 % و نسبة الذكور تمثل 36.5 % و هذا لعدم التساوي في المجتمع الأصلي و كذلك حضور الإناث للجامعات يكون أكثر من الذكور

حاولنا من خلال هذه الدراسة تسليط الضوء على هذا المتغير و هو الجنس حيث أخذناه في بناء إحدى فرضيات البحث نظرا لأهميته في مجتمعنا.

جدول رقم 5: توزيع الأفراد حسب التخصص:

التخصص	التكرار	النسب المئوية
الطب	200	%33.3
علوم إنسانية	200	%33.3
علوم تقنية	200	%33.3
المجموع	600	%100

نلاحظ من خلال نتائج الجدول أنه كان تقسيم أفراد العينة حسب التخصصات بشكل متساوي و هذا لتمكنا من تشكيل عينة متجانسة فكانت نسبة عينة كل تخصص 33.3 %

جدول رقم 6 :توزيع الأفراد حسب المستوى الاقتصادي:

النسب المئوية	التكرار	المستوى الاقتصادي
%20	120	مرتفع
%34.3	206	منخفض
%45.7	274	متوسط
%100	600	المجموع

نستخلص من خلال الجدول السابق أن هناك اختلاف في مستويات الاقتصادية للطلبة و نلاحظ أن أكبر نسبة تمتاز بها عينة البحث هي المستوى الاقتصادي المتوسط بنسبة %45.7 يليها المستوى الاقتصادي المنخفض بنسبة 34.3 % وفي الأخير المستوى الاقتصادي المرتفع بنسبة %20

جدول رقم 7: توزيع العينة حسب المستوى الجامعي:

النسب المئوية	التكرار	المستوى الجامعي
36%	216	الثالثة ليسانس
19.66%	118	ماستر 1
10.16%	61	ماستر 2
4.16%	25	الرابعة
26%	156	الخامسة
3.5%	21	السادسة
0.16%	1	السابعة

يمثل الجدول السابق المستويات الجامعية التي تخص عينة بحثنا فاخترنا الطلبة في أطوارهم النهائية لكي لا تكون متغيرات دخيلة (مثل عامل التأقلم في الجامعة بالنسبة لطلبة السنة الأولى و الثانية) عند حسابنا لقلق المستقبل عندهم.

7-المعالجة الإحصائية:

في ضوء أهداف الدراسة و فروضها و منهجها و بعد جمع البيانات تمت معالجتها باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS بالإعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

-المتوسط الحسابي

- الإنحراف المعياري

- اختبار كاف تريبع

-اختبار ت T

- تحليل التباين ANOVA

الفصل الخامس:

عرض و مناقشة النتائج

1- عرض و تحليل النتائج

2- مناقشة النتائج

تمهيد:

سيتم التطرق في هذا الفصل إلى عرض النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية و تحليلها وذلك سعياً للإجابة عن التساؤلات التي تم طرحها ، و كذا تأكيد فروض الدراسة أو نفيها من ثمة مناقشتها في ضوء الإطار النظري و الدراسات السابقة ، و ذلك على النحو التالي:

1- عرض نتائج فروض البحث

1-1 عرض نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى لهذا البحث: "يعاني طلاب الجامعة من قلق مستقبل مرتفع"

للتأكد من صحة الفرضية تم استخدام اختبار كاف تربيع لحساب لفروق

و الجدول رقم 8 يوضح نتائج كاف تربيع المتحصل عليها و مستوى درجات قلق المستقبل:

الجدول رقم 8 يوضح نتائج كاف تربيع المتحصل عليها و مستوى درجات قلق المستقبل

مستويات القلق	التكرار	النسب المئوية	كاف تربيع	مستوى الدلالة α
قلق مستقبل مرتفع جدا	59	9.8	65.964	$0.01 \geq$ دال
قلق مستقبل مرتفع	354	59.0		
قلق مستقبل متوسط	176	29.3		
قلق مستقبل منخفض	11	1.8		
المجموع	600	100.0		

نلاحظ من الجدول رقم 8. أن أكبر فئة من طلاب الجامعة يمتازون بقلق مستقبل مرتفع حيث كانت نتائج اختبار كاف تربيع تساوي $X^2=465.96$ و هي قيمة دالة عند المستوى $\alpha=0.01$ و هذا يدل على وجود فروق بين مستويات القلق (رسم بياني 1 ملحق 3) .

فقد تحصلنا كأعلى نسبة على 59% في قلق المستقبل المرتفع يليها 29.3 % كدرجة قلق متوسط ، ثم نجد قلقل المستقبل المرتفع جدا بنسبة 9.8 ، أما قلق المستقبل المنخفض نجد 1.8 و هي نسبة قليلة جدا.

و هذا يبين تحقق الفرضية الأولى أي أن هناك قلق مستقبلي مرتفع عند الطلبة عامة.

2- عرض نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على : "يظهر الذكور درجات قلق مرتفعة مقارنة بالإناث"

للتأكد من صحة هذه الفرضية قمنا بحساب المتوسط الحسابي و الخطأ المعياري لكل من الذكور و الإناث و استخدمنا اختبار T عند مستوى الدلالة 0.05. كما يبين في الجدول الآتي :

جدول رقم 9 يبين المتوسطات الحسابية و الانحراف المعياري للذكور و الإناث و اختبار

T عند مستوى الدلالة 0.05

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار T	مستوى الدلالة
ذكر	219	37.71	13.232	-1.362	0.319
أنثى	381	39.18	12.18		

نلاحظ من الجدول رقم 9 ان قيمة اختبار T -1.36 و هي دالة عند مستوى الدلالة

$\alpha = 0.319$ و هذه القيمة بعيدة جدا عن مستويات الثقة المعتمدة في علم

النفوس (0.01،0.05) .

و أن الفرق بين متوسط الذكور و الإناث غير دال ($T = -1.32 \quad \alpha \geq 0.050.319$)

ويظهر من الجدول أنه لا يوجد فروق دالة بين مستوى قلق مستقبل الذكور مقارنة بالإناث حيث أن المتوسط الحسابي للذكور 37.71 ، و المتوسط الحسابي للإناث هو 39.18 أي أن الفرق طفيف بينهما (رسم بياني رقم 2 ملحق 3) و تأكدنا من ذلك بعد حسابنا لاختبار T لحساب الفروق بين عينتين

و منه عدم تحقق الفرضية الثانية أي لا يوجد فروق بين الذكور و الإناث في مستوى قلق المستقبل.

3- عرض نتائج الفرضية الثالثة

و التي تنص على أنه: " يظهر الطلاب ذوي المستوى الاقتصادي المرتفع درجات قلق مستقبل أقل من الطلاب ذوي المستوى الاقتصادي المنخفض".

للتأكد من صحة هذه الفرضية قمنا بحساب المتوسطات الحسابية لقلق المستقبل مقارنة بين المستويات الثلاث (مرتفع - متوسط - منخفض) كما يبين الجدول الآتي:

جدول رقم 10 بين متوسطات حسابية و الانحراف المعياري لكل مستوى اقتصادي.

عدد الأفراد	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المستوى الاقتصادي
120	12.521	38.07	مرتفع
206	13.200	38.55	منخفض
274	12.520	38.96	متوسط
600	12.741	38.64	الكلي

نلاحظ من الجدول رقم 10 تقارب درجات قلق المستقبل في المستويات الاقتصادية الثلاثة

(رسم بياني رقم 3 ملحق رقم 3).

جدول رقم 11 تحليل التباين ف يوضح دلالة الفروق في درجات القلق

حسب المستوى الإقتصادي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	معدل المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
المستوى الاقتصادي	67.25	2	33.62	0.2	0.813
الخطأ	97162.7	597	162.75	0	غير دال
المجموع	97229.9	599			

نلاحظ من الجدول بعد اجراء اختبار أنوفا تحصلنا على قيمة 67.25 عند مستوى الدلالة 0.81 و هي بعيدة عن مستويات الثقة المعتمدة في علم النفس (0.05،0.01) ، و عليه نقول أنه لا توجد دلالة إحصائية و منه لا توجد فروق في درجات قلق المستقبل تعزى لمتغير المستويات الاقتصادية الثلاثة (المنخفض -المتوسط - المرتفع) .

4- عرض نتائج الفرضية الرابعة:

و تنص الفرضية الرابعة على ان "الطلاب في التخصصات الإنسانية لديهم قلق مستقبل مرتفع مقارنة بطلاب التخصصات التقنية و الطب".

ظهرت النتائج بعد معالجتها إحصائياً كما يلي:

جدول رقم 12 يبين الشعب الثلاثة المختلفة و درجة قلق المستقبل المتعلقة بكل شعبة.

الشعبة	عدد الأفراد	متوسط قلق المستقبل	كاف تربيع	مستوى الدلالة
علوم إنسانية	200	265.33	39.66	0.01
علوم تقنية	200	272.80		
طب	200	363.37		
المجموع	600			

نلاحظ من الجدول انه تحصل طلبة الطب على متوسط حسابي لقلق المستقبل بنسبة 363.37 يليها متوسط قلق المستقبل لطلبة العلوم التقنية 272.80 و أخيراً يأتي طلبة العلوم الإنسانية 265.33.

$$\text{درجة الحرية} = 2 \quad \alpha \leq 0.01 \quad \text{كاف تربيع} = 39.66$$

بعد قيامنا باختبار كاف تربيع للفروق تبين أن قيمته دالة إحصائياً و منه الفروق بين الشعب

دالة عند مستوى الدلالة 0.01 (رسم بياني رقم 4 ملحق 3)

استخدمنا اختبار كاف تربيع و اختبارات

الجدول رقم 13 يبين قيمة اختبار T عند مستوى الدلالة 0.01

قيمة ت = 56			
ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة	درجة كلية للقلق
33.37-	599	0.01	38.64
مجموع الكلي لقلق المستقبل			

نلاحظ من الجدول أن قيمة اختبار ت - 33.37 عند مستوى الدلالة 0.01

الفرق دال حيث أن متوسط العينة -33.37 أقل من المتوسط النظري للدرجات 56 بمعنى

القلق مرتفع (حسب الدرجة الكلية 38.64)

$$T(599) = -33.37 \quad P \leq 0.01$$

2- مناقشة النتائج:

2-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى

تنص الفرضية الأولى على مايلي: "يعاني الطلبة الجامعيون من قلق مستقبل مرتفع "

من خلال الجدول رقم 8 بينت النتائج على وجود نسبة قلق كبيرة عند الطلاب حيث سجلت الفئة الثانية (ذوي القلق المرتفع) أعلى نسبة (59%) مقارنة مع الفئات الأخرى ، حيث تليها الفئة الثالثة (ذوي القلق المتوسط) بنسبة 29.3% ثم الفئة الأولى (ذوي القلق المرتفع جدا) بنسبة 9.8% ، ثم نلاحظ أن ذوي القلق المنخفض هم من سجلوا أدنى نسبة و هي 1.8% .

هذه النتائج تدعمها دراسات سابقة مثل دراسة فضيلة السبعوي التي بحثت عن مستوى قلق المستقبل لدي عينة من طلبة كلية التربية فكانت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط المتحقق و المتوسط النظري لمقياس قلق المستقبل لصالح القيمة المتحققة يعني أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة بشكل عام عال.

في حين نتجت عن دراسة محمود شمال 1999 على عينة من الشباب المتخرج حصلت على درجة عالية على مقياس قلق المستقبل و ذلك بعد حصولها على درجة أكثر من الوسيط (35) حيث بلغت نسبتهم 48.8%

حيث يرى الباحث بأنه لابد من التسليم بأن قلق المستقبل يكون بفعل عوامل إجتماعية ،ثقافية و هذا معناه ان هناك أمور داخل المجتمع تستثير التوجس و الخوف من الأيام المقبلة التي ستعتمد على تغيير أهداف الفرد الحياتية . فضلا عن ذلك يذكر الباحث أننا يمكن أن نسلط الضوء على طبيعة المناخ الإجتماعي المهيأ لحالة القلق من المستقبل فيما يلي: ضغوط الحياة -أزمة السكن -ارتفاع الأسعار - غياب العدالة التوزيعية - قلة فرص العمل لخريجي الجامعات و المعاهد.

كما نجد من بين الدراسات التي لا تتوافق تماما مع النتائج المتحصل عليها هي دراسة العكيلي 2000م حيث هدفت على معرفة مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة نو قد أسفرت النتائج إلى وجود مستوى متوسط لقلق المستقبل بين أفراد العينة.

و تفسر الباحثة هذه النتائج انه في ظل غياب المبادرات الحقيقية لإحتواء أزمة الإختلال بين التكوين و التشغيل الذي يضمن حياة كريمة و استقرار نفسي و اجتماعي و الأمن النفسي و غياب العدالة حيث تشعر هذه الفئة من المجتمع انها مهمشة و لا يهتم لأمرها بالرغم من فعاليتها في المجتمع ، كذلك حدة البطالة فبعدها مست الشرائح البسيطة ذات المؤهلات و المستويات التعليمية المتوسطة و الضعيفة ، امتدت بحدة لتضرب بعمق المستويات الجامعية ، بما في ذلك المتخرجين من مختلف جامعات و معاهد التعليم العالي و لعل بطالة مثل هذه الشريحة من المجتمع يفسر لنا قلق و تخوف هذه الفئة من كل ما ينتظرها في ما بعد الجامعة ،فإذا سلمنا أن كل القطاعات المنتجة تتفاعل و تعمل معا بشكل

متكامل بحيث ضعف أحدهما سيؤثر لا محال على مسيرة و عمل القطاع الآخر ، فإنه لا يمكن تصور سياسة للتعليم العالي في ظل غياب سياسة واضحة و عادلة للتوظيف و العكس صحيح فالإحباطات المتعددة في شتى المجال السياسي ، الاقتصادي ، التربوي و الأخلاقي التي يعيشها الطالب الجامعي تعزز فيه النظرة التشاؤمية للمستقبل و تقطع له الأمل في الحياة . فالطالبة الجامعية يفكرون في الغد بشكل دائم و متخوفون مما يخفيه لهم المجهول و يتوترون لذلك ليبقى هاجسهم الأكبر الذي يشغلهم هو قلق المستقبل و مرده إلى الواقع الاجتماعي الذي لا يناقش دوما بموضوعية حسب ظنهم .

و نظرا للكثافة السكانية المتزايدة يوما بعد يوم مما يؤدي إلى و أزمة السكن و قلة فرص العمل للشباب عامة ، مما يجعلهم يبذلون قصارى جهودهم لكي يكون لهم مكانة مرموقة في المجتمع و تحقيق طموحاتهم

و قد عبر الطلبة الجامعيين عن قلقهم في بحثنا الميداني هذا حيث وجدنا أن الواقع الحالي للطالب من سوء التسيير في الجامعة ، مشكلة التربصات ، نقص الإمكانيات ، الوضعية المزرية للمدرجات و القاعات ، طرق الغير مشروعة لنجاح بعض الطالبات ، نظام التدريس التي يعيشها يوميا و هو في الجامعة كل هذا يقلل من دافعيته و تعطي له نظرة سوداوية لما ينتظره في ما بعد الجامعة من حيث توجهه و ترقبه للمستقبل القريب والبعيد ومن عدة جوانب أهمها المستقبل الوظيفي بعد سنوات الدراسة ومما لا شك فيه أن

الإنسان عندما ينظر إلى المستقبل نظرة بها خوف وترقب وتوجس باستمرار فإنه يكون في حالة قلق مستمر من المستقبل.

نجد من خلال النتائج المتحصل عليها أن رغم أن هناك نسبة كبيرة من الطلبة يعانون من قلق مستقبل مرتفع إلا أن النسبة التي تليها هي الطلبة المتحصلين على نسبة قلق مستقبل متوسط و هذا يفسر بثقافة المجتمع الجزائري الذي يكون رغم الضغوطات و المشاكل التي يعيشها يوميا يجد دائما مساندة معنوية و مادية أحيانا من المحيط الذي يعيش فيه ، كذلك إن طبيعة المجتمع الجزائري متشعبة بالوازع الديني حيث نجد الشاب الجزائري رغم الصعوبات و المشاكل التي يتعرض لها في حياته يبقى دائما متوكلا على الله و نلمس ذلك في كلامه و طريقة مواجهته للإحباطات اليومية التي يتعرض إليها حيث يقول "الرزق على ربي" ، "لي خلق ما يضيع" ، " كل شي بالمكتوب" كل هذه الأفكار التي يؤمن بها تخفف قلقه و تجعله يتجاوز قلق المستقبل.

و عليه نقول أن الفرضية الأولى التي تنص " يعاني الطلبة الجامعيون من قلق مستقبل مرتفع" قد تحققت.

2-2 مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

و التي تنص على أن : يظهر الذكور درجات قلق المستقبل مرتفعة مقارنة بالإناث
بينت نتائج الجدول رقم 9 نسبة قلق مستقبل متقاربة بين الذكور و الإناث مقدرة
ب39.18 للإناث و 37.71 للذكور -على حسب اختبار T حيث قدرت قيمته ب -1.36
و هي دالة عند مستوى الدلالة 0.139 و هذه القيمة بعيدة جدا عن مستويات الثقة
المعتمدة ($0.01\alpha \alpha 0.05$) في علم النفس ، و عليه نقول أنه لا توجد دلالة إحصائية
و منه الفروق غير دالة ،يعني أنه لا يوجد فروق بين الذكور و الإناث في ارتفاع درجة قلق
المستقبل .

و هذه النتائج تدعمها دراسات سابقة فنجد دراسة العكيلي (2000) التي هدفت إلى
معرفة مستوى قلق المستقبل و الفروق فيه تبعا لمتغير الجنس و العمر ،حيث أظهرت نتائج
الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس أي ان
درجة قلق المستقبل للذكور و الإناث متقاربة .

نفس النتائج تحصل عليها السفاسفة و المحاميد 2007 في دراسته لقلق المستقبل
لدى طلبة الجامعات الأردنية حيث لم تظهر فروق دالة إحصائية بين الذكور و الإناث في
درجات قلق المستقبل.

و لا تتفق هذه النتائج مع دراسة فريدمان 1991 الذي توصل إلى أن الذكور لديهم قلق نحو المستقبل بينما الإناث لديهم قلق نحو مظهرهن الجسدي بالإضافة إلى النواحي الاجتماعية (منذر عبد الحميد ، سعاد محمد علي 2001:ص208-207) .

و كذلك دراسة مسعود 2006 في مصر حيث هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل و الأفكار اللاعقلانية و الضغوط النفسية و كشف الفروق بين الجنسين بين طلبة و طالبات المدارس ، و قد اسفرت النتائج إلى وجود فروق بين درجات قلق المستقبل كل من المراهقات و المراهقين في قلق المستقبل لصالح الإناث.

و تفسر الباحثة هذه النتائج هو أن السبب في ذلك يعود إلى أن في الوقت الحالي لا يوجد فروق بين الذكور و الإناث في الحياة الاجتماعية و في المسؤوليات اليومية حيث أن بمجرد دخول المرأة عالم الشغل وقع على عاتقها الكثير من مسؤوليات البيت و الأولاد و كذلك حاجيات الأسرة ، لذا الطالبة الجامعية مثلها مثل الطالب يشعان بتخوف و قلق من المستقبل ، و تسعى الفتاة الجامعية بعد تخرجها إلى إيجاد وظيفة تناسبها بدخل ثابت لذا حتى و إن تزوجت فمع غلاء المعيشة لا يمكن في كثير من الحالات للزوج وحده سد حاجيات البيت و التمتع بحياة كريمة و مستقرة. فهذا يشكل لهما قلق ل كليهما.

إضافة إلى ذلك نجد بعض أسباب القلق مثل الخوف من تأثير الإنحلال الخلقي و طغيان الغزو الثقافي الغربي الذي أضحى يهدد الكيان الاجتماعي حيث كانت مسؤولية إنضباط الأسرة يقع على عاتق الرجل وحده لكن الآن أصبح مسؤولية مشتركة بين الرجل

و المرأة ، و أصبح لكلا الجنسين مهدد بالإنغماس في الإنحلال و تأثير المحيط عليهما ،لذلك أصبح كليهما يخاف على نفسه من التغييرات الاجتماعية و الثقافية .

أضف إلى ذلك تغير القيم الاجتماعية في المجتمع الجزائري حيث أصبح كل فرد يحرص على مصلحته الشخصية لتحقيق أهدافه بشتى الطرق سواء كانت شرعية أو غير شرعية هذا يعتبر مقلقا لكلا الجنسين.

و نلاحظ ان المرأة الجزائرية تعاني الكثير للحصول على الإحترام و التقدير في عالم الشغل- لأننا نعيش في مجتمع ذكوري- كما أن تفتح المرأة على العولمة و رأيتها لما يحدث في الخارج من تطورات و إنجازات قامت بها المرأة الغربية يجعل الشابة الجزائرية تشعر بإحباط ناتج عن الضغط الذي تتلقاه في مجتمعها .

فبالنسبة لهؤلاء الطلبة و الطالبات يكون قلقهم بسبب خوفهم من تكوين أسرة ناجحة أو فشلهم في تربية الأولاد في المستقبل و توفير جو صحي لهم و كافة وسائل الحياة و عدم حرمانهم من شيء.

فبذلك أصبح العمل ضروريا للرجل و المرأة يقوم كل واحد منهم بدوره في المجتمع لتحقيق أمن إقتصادي لذاته و أسرته و يشعر أنه فرد منتج و ليس عالة على احد.

و كل هذه الجوانب المادية و المعنوية تجعل الطلبة و الطالبات متساوون في تخوفهم لما ينتظرهم في ما بعد التخرج.

و عليه نقول أن الفرضية الثانية التي تنص على أن "يظهر الذكور درجات قلق مستقبل مرتفعة مقارنة بالإناث" لم تتحقق.

3- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

والتي تنص على أن : يظهر الطلاب ذوي مستوى اقتصادي مرتفع درجات قلق المستقبل بشكل أقل من الطلاب ذوي مستوى اقتصادي منخفض.

بينت نتائج الجدول 10 وجود تقارب في متوسطات الحسابية لكل من المستوى الإقتصادي المرتفع 38.07 ، و المستوى الإقتصادي المتوسط 38.64، و المستوى الإقتصادي 38.55 . فمن الجدول رقم 11 نجد قيمة اختبار F التي تساوي 0.20 عند مستوى الدلالة 0.81 و هي قيمة بعيدة جدا عن مستويات الثقة المعتمدة في علم النفس (0.01 و 0.05)، و عليه نقول أنه لا توجد دلالة إحصائية ، أي أن المستوى الإقتصادي لا يؤثر على ظهور نسبة قلق المستقبل.

و هذه النتائج تدعمها دراسات سابقة فنجد لانجهام جونسون ، شيرلي 1981 (Langham johnson ;Chirley) حيث قاما بدراسة الفروق بين مستويات القلق و المستوى الاجتماعي و الإقتصادي لدى طلاب الجامعة الجدد و الخريجين ، فبعد أن استخدمنا تحليل التباين الثنائي ، بينت النتائج أنه ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدلالة 0.05 بالنسبة للمستوى الاجتماعي و الإقتصادي ، كما أن التفاعل بينهما لم

يكن ذو دلالة إحصائية و هذا يفسر بأن الإحساس بالقلق من المستقبل حالة نفسية تتأثر الأفراد جميعاً بغض النظر عن المستوى الاقتصادي الذي ينتمون إليه.

و تعززها دراسة الدكتور محمد أنور إبراهيم فرج عن قلق المستقبل و علاقته ببعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة حيث أسفرت نتائجه إلى أنه لا يوجد علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل و المستوى الاقتصادي لدى طلاب الجامعة وفقاً لمتغير الجنس .

كما تبين في دراسة حسن 1999 لقلق المستقبل لطلاب الجامعة في بغداد عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 لمتغير المستوى الاقتصادي.

أما دراسة ناهد سعود 2005 فكانت نتائجها معاكسة لما وجدناه حيث أنها درست قلق المستقبل و علاقته بالتفاؤل و التشاؤم لدى طلاب جامعة دمشق و أسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل و دخل الأسرة ، فكلما ارتفع الدخل الأسري كلما انخفض قلق المستقبل عند الطلاب.

و تفسر الباحثة هذه النتائج قد ترجع إلى كيفية إدراك الطالب للمستوى المادي الذي يعيش فيه ، حيث أن تحقيق مطالب الفرد ذوي مستوى إقتصادي منخفض لا يساوي تحقيق مطالب الفرد ذوي المستوى الاقتصادي المرتفع ، لأن ذوي الدخل المرتفع يعتبرون الكثير من الكماليات هي ضروريات بالنسبة لهم فلديهم مصاريف (قد لا يفكر فيها ذوي الدخل

الضعيف) مثل الرحلات ، السيارات ، تغيير ديكور المنازل ، التعليم في المدارس الخاصة...

كما تفسر هذه النتائج بمستوى طموح هؤلاء الفئات فيكون طموح ذوي الدخل المرتفع عال جدا و يعتمد على الماديات ، أما طموح ذوي الدخل المنخفض كذلك عال لكن يعتمد على المجهود.

و كذلك طبيعة المجتمع الجزائري الذي لا يتميز بالطبقية مثل بعض البلدان العربية فالمجتمع الجزائري أغلبيته طبقة وسطى ، و المشاكل التي تكون على المستوى الوطني تقيس كل الطبقات.

و يخوف أيضا الطالب من مختلف الطبقات من استمرار حالة المجتمع على ما هو عليه من انخفاض مستوى المعيشة مع انخفاض قيمة العملة الجزائرية مع انخفاض سعر البترول وهذا يعني كل الطبقات الاقتصادية تتأثر وانخفاض دخل الفرد والبطالة التي تهدد الحياة المستقبلية وتعمل على تعطيل أمور لا بد من تحقيقها وبأقصى سرعة. وكذلك الخوف من الأمراض التي تظهر و قد تمس كل الفئات الاقتصادية ، والكوارث التي تحيط بنا من كل جانب.

من كل ما سبق و من خلال نتيجة التحليل الإحصائي نستخلص أن الفرض الثالث (الطلاب ذوي مستوى اقتصادي مرتفع درجات قلق المستقبل بشكل أقل من الطلاب ذوي مستوى اقتصادي منخفض) لم يتحقق.

4- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

و التي تنص بأنه : يظهر الطلاب في تخصص علوم إنسانية قلق مستقبل مرتفع مقارنة بالتخصصات الأخرى (طب- علوم تقنية)

بينت النتائج التي تحصلنا عليها وجود قلق مستقبل مرتفع عند طلبة كلية الطب مقدر ب 363.37 و هي نسبة عالية مقارنة بطلاب كلية العلوم الإنسانية التي قدرت ب 265.33 و الكليات التقنية ب 272.80

و نلاحظ من الجدول رقم 12 ان قيمة اختبار ف قدرت ب 39.66 عند 0.01 و هذه القيمة لها دلالة إحصائية ، أي ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات الثلاثة لصالح تخصص الطب.

و هذه النتائج تدعمها دراسة كل من السفاسفة و المحاميد 2007 التي هدفت على التعرف على مستوى قلق المستقبل و أثره على التخصص الجامعي (أدبي -علمي) تضمنت عينة البحث 408 طالب و طالبة من جامعة اليرموك و الهاشمية ، أسفرت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل بين طلبة الكليات العلمية و الإنسانية و ذلك لصالح الكليات العلمية . كما بينت نفس النتائج دراسة جاسم 1996 ، و العكايشي 2001.

على عكس دراسة العشري حول قلق المستقبل لطلاب كلية التربية في سلطنة عمان توصل الباحث إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير التخصصات العلمية و الأدبية.

و نجد دراسات كل من سناء سعود 2006 و عبد المحسن 2007 و ناهد سعود 2005 التي أوضحت دور التخصصات في ظهور قلق المستقبل عند الطلاب حيث وجدو أن التخصصات الأدبية أكثر قلقا و تخوفا من المستقبل مقارنة بالتخصصات العلمية .

و يفسر تخوف الطلبة العلميين من المستقبل و ما ينتظرهم هو هذا التغير الذي طرأ لمجتمعنا في السنوات الأخيرة حيث مع اكتضاض سوق العمل فإن الكثير من التخصصات العلمية أصبحت مشبعة تماما بسبب فائض الخريجين عن حاجة سوق العمل و بما فيها تخصصات الهندسة بكافة فروعها و الحاسوب و المختبرات و البيولوجيا ، اما طلبة الطب الذين يظهر فيهم قلق المستقبل بشكل واضح فيمكن تفسير هذا القلق بطول سنوات الدراسة لأجل استقرار في العمل ، و كذلك يعمل الطبيب الجزائري أحيانا في ظروف مزرية في المستشفيات و المؤسسات العمومية حيث لا يشعر بقيمة العمل النبيل الذي يقوم به لذا يدفعه في كل مرة للقيام بإضرابات لتحسين ظروفه المادية و أثناء قيامه بعمله .و كذلك تطلعه على ما يجري في الخارج و مقارنته بالأطباء في أوروبا و أمريكا هذا الشيء يشعره بالإحباط.

و من جهة أخرى يكون طلبة الطب أكثر تطلعا لوضعية الصحة في بلادنا أكثر من غيره فيبيدي تخوفاته على صحته و صحة أسرته لأنه على دراية لما يحدث في المستشفيات و

مايوجد من إمكانيات طبية لذا يظهر تخوفاته اتجاه المستقبل بشكل واضح مقارنة بالتخصصات التقنية و الإنسانية.

و يظهر أيضا طالب الطب قلقا لمستقبله كطبيب لأنه حاملا لمسؤولية أرواح بين يديه و أي خطأ من جهته قد يؤدي إلى موت المريض و يمكن لعائلته أن تحاسبه في ما بعد. فيبقى الطبيب في توقعات المجتمع الشخص الذي ينفذ الأرواح و له مصداقيته و أضف إلى ذلك نظرة المجتمع المحترمة للمكانة الاجتماعية للطبيب بالمقارنة مع واقعه الحقيقي الحالي.

أما التخصصات الأخرى مثل علوم تقنية التي أظهرت النتائج أن طلاب هذه الشعبة لديهم قلق المستقبل أقل بكثير من طلبة الطب و يمكن أن يرجع ذلك إلى نوع الشهادة و قيمتها حيث يمكن لهؤلاء الطلاب مستقبلا أن يجدو وظيفة في تخصصهم و برواتب مغرية في شركات خاصة أو لديهم الإمكانية للسفر للخارج و يتوظفون بشهادتهم لأنها معترف بها عالميا على عكس طلاب الطب الذين هم على علم أنهم إذا سافرو فتكون شهادتهم غير معترف بها في الخارج فقد يعملون في التمريض.

يدفعنا بعد هذا العرض للقول أن فرضيتنا لم تتحقق أي أن طلبة كلية الطب لديهم قلق مستقبل مرتفع مقارنة بالتخصصات الأخرى.

الاستنتاج العام:

من خلال ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة يمكن أن نستخلص أن الطلبة الجزائريين لديهم قلق من المستقبل بعد تحقق الفرضية الأولى أي أن درجة القلق لديهم تتراوح في فئة المرتفع حسب اختبار كاف تربيع الذي كان قيمته 65.9 عند مستوى الدلالة 0.01. أما نتائج الفرضية الثانية و التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة قلق المستقبل وفق متغير الجنس لصالح الذكور . فقد توصلنا إلى عدم وجود فروق في متغير الجنس حيث تحصلنا في اختبار T على -1.36 عند مستوى الدلالة 0.31 و هذه النتيجة تتجه مع ما توصلت إليه دراسة محمود شمال حسن 1999 التي لم تجد فروق بين الجنسين في قلق المستقبل ، و هذا راجع لتغيرات المجتمع و وبروز دور المرأة في المجتمع مع التفتح التكنولوجي و الإعلامي على العالم ، أصبحت المسؤوليات تقع على عاتق كلا الجنسين .

أما عن الفرضية الثالثة فالفروق في المستوى الاقتصادي فقد قدرت قيمة اختبار كاف تربيع 67.25 عند مستوى الدلالة 0.81 و هو غير دال أي أنه لا يوجد فروق في درجة قلق المستقبل راجعة للمستويات الاقتصادية الثلاثة ، و نرى أنه يرجع ذلك لطبيعة المجتمع الجزائري و احتياجاته التي تتزايد و انفتاحه على سوق الإستيراد و التصدير و عدم قدرة الدولة على تلبية حاجات الشعب و التي أصبحت حاجاته التي كانت من الكماليات أصبحت ضرورية لتغير القيم و المبادئ في مجتمعنا و هذا ما يشكل قلق على مستقبلهم.

و تتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه محمد أنور إبراهيم فرج الذي لم يجد فروق في مستوى قلق المستقبل تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.

أما بالنسبة للفرضية الرابعة التي تنص على وجود فروق باختلاف التخصص لصالح العلوم الإنسانية فجاءت النتائج مخالفة حيث أنه تمثلت قيمة اختبار ف ب 39.66 عند مستوى الدلالة 0.01 أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية و ظهرت أعلى نسبة لقلق المستقبل لصالح طلبة الطب و هذا ما وجدته دراسة السفاسفة و المحاميد 2007.

و هذه النتيجة تكون راجعة لتخوفات طلبة الطب على مستقبلهم المهني و ما يحملونه من مسؤولية أرواح ، و نظرة المجتمع للطبيب مقارنة بواقعه الحقيقي و الظروف المزرية التي يعملون فيها.

خاتمه

و توصيات

خاتمة

في ختام هذا البحث الذي حاولنا التطرق فيه إلى موضوع يتعلق بشريحة واسعة من أفراد المجتمع ألا و هي فئة طلبة الجامعة ، من خلال عرض الجانب النظري للبحث ، ووسائل البحث و عرض النتائج و مناقشة الفرضيات سعت الدراسة إلى التعرف على درجة قلق مستقبل على عينة طلبة الذين سيتخرجون في ثلاث جامعات من تخصصات مختلفة (علوم إنسانية، علوم تقنية، طب)، و قد سعينا في هذا البحث إلى معرفة العوامل المتدخلة و التي تزيد من حدة قلق المستقبل كمتغير الجنس ، التخصص الجامعي ، المستوى الإقتصادي، و كذا معرفة الفروق في درجة قلق المستقبل هذه المتغيرات.

توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج تتمثل في أن مستوى قلق المستقبل عند الطلبة يكون مرتفع وهذا ماجعلنا نتعمق أكثر في مصدره و أسبابه و طرق الحد منه . و كذلك أسفرت نتائج بحثنا إلى وجود فروق دالة إحصائيا في قلق المستقبل تعزى لمتغير التخصص الجامعي حيث ظهر لنا أن طلبة الطب أكثر قلقا من المستقبل مقارنة بطلبة التخصصات التقنية و الإنسانية.

و وجدنا من خلال النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة أنه ليس هناك فروق دالة إحصائيا لدرجة قلق المستقبل تعزى للجنس و المستويات الاقتصادية الثلاثة (منخفض، متوسط، مرتفع)

و نختم هذه الدراسة على أمل علمي في أن تعالج هذه الإشكالية بمناظير أخرى متعددة في الأبحاث المستقبلية.

المقترحات و التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج توصي الباحثة بما يلي:

- تفعيل دور المؤسسات الاجتماعية من خلال الرعاية و الاهتمام بالطلبة بما يضمن الحد من قلق المستقبل.
- عقد الدورات الإرشادية التي تسهم في تدريب الطلبة على مواجهة القلق الاقتصادي و الأسري.
- إجراء المزيد من الدراسات حول قلق المستقبل لدى فئات أخرى من المجتمع متغيرات و عوامل لها علاقة بتزايد قلق المستقبل بهدف إيجاد الحلول لهذه العوامل و المسببات .
- توفير البيئة الجامعية المناسبة في الكلية مما يساهم في خفض القلق لدى الطلبة.
- تأسيس مركز الإرشاد و التوجيه النفسي بالكليات يهدف إلى التعرف على المشاكل المستقبلية للشباب الجامعي و مساعدته على حلها.
- أن تعمل الكليات على توفير بعض الفعاليات و البرامج و الأنشطة العلمية و الرياضية و الترفيهية من أجل مساعدة الطلبة في تخفيف قلق المستقبل .
- إقامة ندوات و محاضرات و فتح قنوات الحوار مع الطلاب من أجل توعيتهم ووقايتهم من الإضطرابات النفسية بما فيها من مخاوف و قلق مستقبل.
- يجب أن نهتم ب: أحلام الطلاب نحو المستقبل ، رؤية الطالب عن المستقبل ، وقت الفراغ وكيفية استغلاله ، أساليب التعلم المناسبة ، وضع الأحلام موضع التنفيذ ، وهذا يتطلب من المعلم إرشاد الطلاب نحو عمل خطة للمستقبل .

قَالَ اللَّهُ
الْمَسْرُورُ

المراجع

1-المراجع العربية:

1-1 الكتب

1- ابراهيم عبد الستار العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث . الطبعة الأولى . القاهرة

: دار الفجر للنشر و التوزيع 1994م .

2- أبو عطية ، سهام درويش مبادئ الإرشاد النفسي ، الطبعة الثانية عمان : دار الفكر

للتنشر 2002م .

3- أبو النصر مدحت : الإعاقة النفسية : المفهوم ، الأنواع ، البرامج . مجموعة النيل

المصرية . القاهرة 2005.

4-ابن منظور الأنصاري ، لسان العرب طبعة الثالثة ، دار صادر بيروت.1414 هـ

5-باترسون س.هـ .نظريات الإرشاد و العلاج النفسي ترجمة حامد الفقي. الجزء الثاني .

الطبعة الأولى ، الكويت: دار القلم 1990م

6- بيك آرون : العلاج المعرفي و الإضطرابات الإنفعالية ، ترجمة عادل مصطفى .

القاهرة: دار الآفاق العربية 2000م

- 7- تركي رابح عمارة أصول التربية و التعليم ، ط2 ، ديوان المطبوعات الجامعية. 1990
- 8- حقي ، ألفت ، الإضطراب النفسي -التشخيص و العلاج و الوقاية ، الجزء الأول.
مركز الإسكندرية للكتاب 1995م .
- 9- دافيد ،هارولد فنك الإسترخاء النفسي العصبي ترجمة يوسف ميخائيل أسعد،مصر دار
النهضة للطباعة و النشر 1997
- 10- داينز روبين ، إدارة القلق ، القاهرة ، ترجمة دار الفاروق ، 2006م
- 11- الرفاعي نعيم ، الصحة النفسية دراسة في سيكولوجية التكيف ، ط1 .منشورات جامعة
دمشق ، دمشق 2003
- 12- سعد علي ، علم الشذوذ النفسي ،سوريا ، مطبوعات جامعة دمشق ،1993
- 13- سعيد طه محمود، السيد محمد ناس ،قضايا في التعليم العالي و الجامعي ، مكتبة
النهضة المصرية ، القاهرة 2003
- 14-سلوى عبد الباقي ، مسببات القلق خبرات الماضي و الحاضر و مخاوف المستقبل ،
دراسات نفسية و تربوية ج 58 ، عالم الكتب .القاهرة 1993م
- 15-سهام أبو عطية ، مبادئ الإرشاد النفسي ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع
ط1، الأردن 2000م

16- سيجموند فرويد، الكف و العرض و القلق ، ترجمة محمد عثمان نجاتي . دار الشروق . القاهرة ، الطبعة الرابعة 1997م .

17- شادلي عبد الحميد ، الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية ، المكتب العلمي للكمبيوتر و النشر و التوزيع ، الإسكندرية 1999.

18- شيهان دافيد: "مرض القلق" ترجمة عزت شعلان ، عالم المعرفة، الكويت. 1888

19- الصبوه محمد نجيب : " مشكلات طلبة الكليات العلمية و الإنسانية" مركز البحوث و الدراسات النفسية كلية الآداب جامعة القاهرة، 1991

20- عكاشة أحمد الطب النفسي المعاصر ، مكتبة الأنجلو المصرية القاهرة 1998 18- فرج ، عبد القادر معجم علم النفس و التحليل النفسي بيروت : دار النهضة العربية 1990.

21- غريب عبد الفتاح ، علم الصحة النفسية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة 1998.

22- عمار بوحوش ، محمد محمود الذنبيات :مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث ، ط3 ، ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر 2001

23-العناني، حنان عبد الحميد الصحة النفسية الأردن: دار الفكر للطباعة و النشر 2000م.

24-فايد حسين الإضطرابات السلوكية (تشخيصها - أسبابها-علاجها) القاهرة : دار طيبة للنشر و التوزيع 2000.

25- القريطي، عبد المطلب في الصحة النفسية ، القاهرة: دار الفكر العربي 1998

26- الكعبي ،موزة عبيد ممارسة برنامج مع حالات القلق النفسي الطبعة الأولى مكتبة فهد الوطنية .الرياض 1997 .

27- كفاي ، علاء الدين . الصحة النفسية ، القاهرة : دار النشر و التوزيع 1990م .

28-ليندا ، دافيدوف الشخصية -الدافعية و الإنفعالات . ترجمة سيد الطواب و محمود عمر، مصر: الدار الدولية للإستثمارات الثقافية 2000م .

29- نادية رضوان : " الشباب المصري وأزمة القيم" . الهيئة العامة للكتاب، القاهرة، 1997

30- محمد إبراهيم ، دور التربية في مستقبل الوطن العربي ، ط1 دار مجدلاوي 2003.

31-مصطفى ،ابراهيم و الزيات،أحمد و عبد القادر حامد و النجار محمد المعجم الوسيط. الجزء الثاني ،الطبعة الثانية، القاهرة : دار المعارف 1973

32- محمد داودي، محمد بوفاتح سلسلة أبحاث مخبر اللغة العربية وآدابها. منهجية كتابة البحوث العلمية و الرسائل الجامعية ، دار مكتبة الأوراسية ط1 .الجلفة -الجزائر 2007.

33- معوض محمد عبد التواب و سيد عبد العظيم ، مقياس مستوى الطموح ، القاهرة
الجامعة الانجلو المصرية، 2005م

34- موسى رشاد ، دراسات في علم النفس المرضي ، دار عالم الكتب ، القاهرة 1993.

35- موفق الحسناوي ، هيئة التعليم التقني ، جمهورية العراق ، 2012

36- هاندلي، روبرت و بولين نيف ، كيف تتخلصين من القلق ، ترجمة سهير محفوظ.
القاهرة: مكتبة الأسرة 2001 م .

1-2 الرسائل

37- إبراهيم إبراهيم إسماعيل ، فعالية الإرشاد العقلاني الإنفعالي في خفض قلق المستقبل
لدى طلاب التعليم الفني ، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة أسيوط ، 2006م.

38- أبو سليمان ، بهجت عبد المجيد أثر الإسترخاء و التدريب على حل المشكلات
في خفض القلق و تحسين الكفاءة الذاتية لدى عينة من طلبة الصف العاشر القلقين ،
رسالة دكتوراه غير منشورة. الجامعة الأردنية. عمان 2007 م .

39- الأقسري يوسف ، كيف تتخلص من الخوف و القلق من المستقبل ، القاهرة دار
اللطائف للنشر و التوزيع ، 2002م.

40- حسنين أحمد محمد ، قلق المستقبل و قلق الإمتحان و علاقتهما ببعض المتغيرات
النفسية ، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة ألبانيا 2000م

41-جاسم باسم،قلق المستقبل و مركز السيطرة و الرضا عن أهداف الحياة . رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة بغداد، العراق 1996.

42- زعتر شريف ، عماري عائشة ،قلق المستقبل ، دراسة ميدانية جامعة محمد خيضر بسكرة ،الجزائر 2011

43- زيدان سها، هواجس المستقبل عند الشباب ، دراسة ميدانية على طلاب جامعة دمشق ، 2007،

44-ساسي خديجة بن عبد السلام زينب:-قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة -دراسة ميدانية عن عينة من طلبة جامعة الأغواط مذكرة تخرج 2009

45-سناء مسعود ، بعض المتغيرات المرتبة بقلق المستقبل ، رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة طانطا ،2006م

46- العجمي نجلاء محمد ، بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب و طالبات جامعة الملك سعود، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الملك سعود 2004.

47- عكاشة ، محمود فتحي 1990م تقدير الذات و علاقته ببعض المتغيرات البيئية و الشخصية لدى عينة من أطفال مدينة صنعاء .سلسلة الدراسات العلمية الموسمية المتخصصة ، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية ، العدد13 ص 78-94.

48- العشري محمود محي الدين ، قلق المستقبل و علاقته ببعض المتغيرات الثقافية
2004.

49- العكايشي بشرى ،قلق المستقبل و علاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة ، رسالة
ماجستير غير منشورة ، الجامعة المستنصرية . بغداد 2001

50- العكلي جبار ، قلق المستقبل و علاقته بدافع العمل ،أطروحة دكتوراه غير منشورة ،
جامعة المستنصرية -بغداد 2000

51- عبد المحسن مصطفى ، فعالية الإرشاد النفسي في خفض قلق المستقبل المهني
لدى طلاب كلية التربية ، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة أسيوط 2007.

52- عشري ، محمود محي الدين: قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية ، دراسة
حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان ، المؤتمر السنوي
الحادي عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس ، المجلد الأول 2004

53- غرابة إيهاب محمد حسن ،فعالية برنامج عقلائي إنفعالي في رفع درجة قوة الأنا و
خفض حدة القلق لدى عينة من المراهقين .رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة عين شمس
القاهرة 2003.

54- فضيلة عرفات السباعوي ، قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس و
التخصص.مجلة كلية التربية الجامعة الموصل للعام 2007

55- كنعان أحمد علي و المجيد عبد الله، الشباب و المستقبل ، صورة المستقبل كما يراها

طلبة جامعة دمشق ، مجلة المستقبل العربي ، العدد 241 مركز دراسات الوحدة

العربية.1999

56- محمد إبراهيم مقداد ، رسالة ماجستير تحليل الأداء و الكفاءة للمشروعات

الصناعية، 1995

57- محمد أنور إبراهيم فراج ، قلق المستقبل و حب الإستطلاع و مستوى الطموح عند

طلبة كلية التربية، رسالة ماجستير جامعة الإسكندرية .

58- محمود شمال ،قلق المستقبل عند شباب المتخرجين من الجامعات .1999

59- موسى ، نظمي عودة قلق الإمتحان و علاقته بمستوى الطموح و المستوى

الإقتصادي و الإجتماعي. رسالة دكتوراه غير منشورة . جامعة ام درمان الإسلامية. السودان

1990م .

60- المشيخي غالب بن محمد علي ، قلق المستقبل و علاقته بكل من فعالية الذات و

مستوى الطموح ، رسالة دكتوراه جامعة أم القرى 2009

61- مصطفى مزيش :مصادر المعلومات و دورها في تكوين الطالب الجامعي ، دراسة

ميدانية بجامعة منتوري-قسنطينة 2009.

62- ناهد سعود ، رسالة دكتوراه غير منشورة، قلق المستقبل و علاقته بالتفاؤل و

التشاؤم لدى طلاب جامعة دمشق رسالة ماجستير -جامعة دمشق سوريا 2005

63-نعيمة محمد ،الإختلافات الوالدية في التنشئة الاجتماعية و علاقتها ببعض سمات

الشخصية لدى الأبناء ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة عين شمس .1993

1-3 المجالات

64- إبراهيم شوقي عبد الحميد (2002): " مشكلات طلبة جامعة الإمارات العربية المتحدة - مشكلات

المستقبل الزوجي والأكاديمي " مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الإمارات العربية المتحدة،

العدد الأول ، مجلد الثامن عشر ، ص 39-

65-إيمان محمد صبري ، بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين و علاقتها بقلق

المستقبل و الدافعية للإنجاز ،المجلة المصرية للدراسات النفسية . المجلد 13 العدد 37.

2003م.

66- بدر ابراهيم محمود : " تخفيف قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة" المجلة المصرية

للداسات النفسية ،العدد6 ، 1993

67- التيجاني بن طاهر :مصادر الضغوط النفسية كما يدركها الطلبة الجامعيين و علاقتها

بقلق المستقبل .مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية ديسمبر 2010

68- حسن، محمود شمال (1999) : قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات

، مجلة المستقبل العربي ، العدد 249 نوفمبر 1999

69- حمزة ، جمال مختار قلق المستقبل لدى أبناء العاملين بالخارج مجلة العلوم

التربوية، جامعة القاهرة . العدد1 ، ص 91- 110. 2005م

70- دياب ، عاشور محمد ، فعالية الإرشاد النفسي الديني في التخفيف من قلق المستقبل ،

مجلة التربية و علم النفس جامعة المنيا، المجلد 15 العدد 11 ، 2001م

71- الرميح مي محمد و أحمد عبد الخالق : التمييز بين القلق و الإكتئاب باستخدام

النموذج المعرفي الوجداني - المجلة المصرية للدراسات النفسية /المجلد 12 .العدد4 ص

541- 578 سنة 2002

72- السفاسفة و المحاميد ،قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية و علاقته

ببعض المتغيرات ، مجلة العلوم التربوية 8 (3) 127-128، 2007م

73- شند سميرة محمد و الأنور محمد ابراهيم :قلق المستقبل و علاقته بالضغوط النفسية

لدى شرائح مهنية مختلفة"، مجلة كلية التربية جامعة طانطا العدد 35 المجلد 2 ، 2006

74- منذر عبد الحميد ، سعاد محمد على : " مشكلات الطلبة في مرحلة المراهقة في

محافظة مسقط وعلاقتها بعدد من المتغيرات " الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، العدد

29 ، المجلد 11 ، 2001.

2-المراجع الأجنبية:

77- Barlow David ; anxiety and its disorder ; the Guilford press new York 2004

78- Canino Glorisa : « Are somatic symptoms and related distress more prevalent in Hispanic/ Latino youth? Some methodological considerations ». Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, Vol. 33 N°2 .2004

79- Dubet .F(1994) Dimension et figure de l'expérience étudiante dans l'université de masse ,revue française de sociologie n°35 p144

80-Eysenck.M ;Anxiety the cognitive perspective . Hills date NJ Erlbaum -1992.

81- Guide de l'université d'alger(1987/1988)ministere de l'enseignement supérieure

82-La rousse de la langue française(1979) lexique ,librairie la rousse p690

83-Langham. Johnson Shirley (1981), "Anxiety scale as a retest mesure in college courses " Report- Research speeches / meeting papers . Eric 223659.--

84-Le petit dictionnaire de la langue française (1992),Montreal Canada

85-Moline .R ,(1990) : Future anxiety –clinical issues of children in the latter phases of foster care child and adolescents social work journal- vol 7.

86- Meyer James 1981 « Higher education and Future national needs journal of national forum . vol 61 N°2 –p45-46

87-Rappaport.H , (1991) : Mesuring defensiveness against future anxiety telepression .current psychology research and review - vol 10

88-Perkins, Dollean; And Others (1995), " Dare to Dream: A Guide to Planning Your Future, A Student's Guide To Transition Planning and Teacher's Guide" A separately-published brief 15-page "Teacher's Guide" is appended ERIC Identifier: ED385974, p60.

89- Selegman.A et Garber.D :« Children reaction to trauma hunter house» New York book.com 1989

90- Trommsdorff, Gisela , (1979): "A Longitudinal Study of Adolescents futures orientation " . Journal of Youth and Adolescence , v8 n2 p 47-131 Jun 1979

91-Wells;A ; Congnitive therapy of anxiety disorder 3-19 new York Johnwiley .1997.

92-Zaleski.Z (1996) :Future anxiety –concept measurement and preliminary research person individuel difference -vol 21

المواقع الإلكترونية:

-www.sndl.cerist.dz75

- <http://www.alnoor.se/article.asp?id=18250976>

ملحق رقم 1

مقياس قلق المستقبل

التعليمة:

فيما يأتي مجموعة من العبارات التي تعبر بوضوح عن رأيك الشخصي اتجاه المستقبل.

والمطلوب منك معرفة وجهة نظرك الشخصية بصراحة وبأمانة وبصدق، وإبراز رأيك ومشاعرك من خلال الإجابة على هذه العبارات بوضع علامة × أمام الإجابة التي تريدها لنفسك.

تذكر أنه:

* لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.

* معلوماتك سرية للغاية

* لا تترك عبارة بدون إشارة

* المقياس للدراسة وليس للتقييم الشخصي.

تمليز: هذه الإستمارة هي موجهة لغرض علمي ، نرجو منكم أن تفضلوا علينا بالإجابة و

ذلك دون ذكر معلومات شخصية.

1-المعلومات العامة:

السن:

الجنس: ذكر أنثى

التخصص:

المستوى الاقتصادي / دخل الوالدين : - تحت 50000 دج

- بين 50000 دج و 100000 دج

- 100000 دج فما فوق

المستوى الجامعي :

الرقم	العبارات	لا تنطبق	تنطبق قليلا	تنطبق الى حد ما	تنطبق كثيرا	تنطبق تماما
1	أؤمن بالقضاء والقدر وبأنهما يحملان أخبارا سارة في المستقبل					
2	يدفعني التفوق دائما لمزيد من الإنجاز لتحقيق مستقبل باهر					
3	تزاودني فكرة أنني قد أصبح شخصا عظيما في المستقبل					
4	لدي طموحات وأهداف واضحة في الحياة وأعمل لمستقبلي وفقا لخطة رسمتها لنفسي، كما أعرف كيف أحققها					
5	الالتزام الديني والأخلاقي والتمسك بمبادئ معينة يضمن للإنسان مستقبل آمن					
6	اعمل لدنياك كأنك تعيش أبدا واعمل لآخرتك كأنك تموت غدا					

					7 أشعر أن الغد (المستقبل) سيكون يوماً مشرقاً، وستتحقق آمالي في الحياة
					8 أملي في الحياة كبير، لأن طول العمر يبلغ الأمل
					9 يخبئ الزمن مفاجأة سارة، ولا يأس في الحياة ولا حياة مع اليأس
					10 حياتي مملوءة بالحيوية والنشاط والرغبة في تحقيق الآمال
					11 يمتلكني الخوف والقلق والحيرة عندما أفكر في المستقبل وأنه لا حول ولا قوة لي في المستقبل
					12 يدفعني الفشل إلى اليأس وفقدان الأمل في تحقيق مستقبل أفضل
					13 أنا من الذين يؤمنون بالحظ، ويتحركون على أساسه
					14 أفضل طريقة للتعايش مع الحياة هو عدم التفكير في المستقبل وترك الحياة تمشي مثلما هي.
					15 تمضي الحياة بشكل مزيف ومحزن ومخيف مما

					يجعلني أقلق وأخاف من المجهول	
					16 أشعر بالفراغ واليأس وفقدان الأمل في الحياة وأنه من الصعب تحسينها مستقبلا	
					17 أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريبا بسبب كثرة الحوادث هذه الأيام	
					18 أ شعر بتغييرات مستمرة في مظهري (شكلي) تجعلني أخاف أن أكون غير جذاب (لا يتقبلني) أمام الآخرين مستقبلا	
					19 ينتابني شعور بالخوف والوهم من إصابتي بمرض خطير (أو حادث) في أي وقت	
					20 الحياة مملوءة بالعنف والإجرام تجعل الفرد يتوقع الخطر لنفسه في أي وقت	
					21 كثرة البطالة في المجتمع تجعل الحياة صعبة و تهدد التوافق الزوجي مستقبلا	
					22 غلاء المعيشة وانخفاض الدخل وانخفاض العائد	

					المادي يقلقني على مستقبلي
					23 المستقبل غامض لدرجة تجعل من الصعب أن يرسم الشخص أي خطة لأموره المستقبلية
					24 في ظل ضغوط الحياة يصعب عليا أن أظل محتفظا بأمل و تفاؤلي بأنني سأكون في أحسن حال
					25 أشعر بالقلق الشديد عندما أتخيل إصابتي في حادث (أحدث لي بالفعل أو حدث لشخص يهمني).
					26 يغلب علي التفكير في الموت في أقرب وقت خاصة عندما أصاب بمرض أو يصاب أحد أقاربي)
					27 أنا غير راض عن مستوى معيشتي بوجه عام مما يشعرنني بالفشل في المستقبل.
					28 أشعر أن الحياة عقيمة بلا هدف ولا معنى ولا مستقبل واضح

الملحق رقم 2 :

أسماء المحكمين لمقياس قلق المستقبل

أسماء المحكمين لمقياس قلق المستقبل

رقم	الأستاذ	الجامعة
1	د. سائل حدة وحيدة	جامعة الجزائر 2
2	د. إسماعيل بوعمامة	جامعة الجزائر 2
3	الأستاذة قهار صبرينة	جامعة الجزائر 2
4	الأستاذة شرايطة حسبية	جامعة الجزائر 2
5	الأستاذة طاجين سليمة	جامعة الجزائر 2
6	الأستاذ حماش الحسين	جامعة الجزائر 2
7	الأستاذة صالحى سعيدة	جامعة الجزائر 2
8	الأستاذ بن حالة نصير	جامعة الجزائر 2
9	الأستاذة فرشان لويزة	جامعة الجزائر 2
10	الأستاذ فرحات بلمان	جامعة الجزائر 2

ملحق رقم 3

Frequencies

Sexe

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	F	381	63,5	63,5	63,5
	M	219	36,5	36,5	100,0
	Total	600	100,0	100,0	

Branche

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	medecine	200	33,3	33,3	33,3
	science humaine	200	33,3	33,3	66,7
	science technique	200	33,3	33,3	100,0
	Total	600	100,0	100,0	

Niveau

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2eme	2	,3	,3	,3
	3 eme	1	,2	,2	,5
	3eme	215	35,8	35,8	36,3
	4eme	25	4,2	4,2	40,5
	5eme	156	26,0	26,0	66,5
	6eme	21	3,5	3,5	70,0
	7eme	1	,2	,2	70,2
	master 1	1	,2	,2	70,3
	master 1	114	19,0	19,0	89,3
	Master 1	1	,2	,2	89,5

master 2	60	10,0	10,0	99,5
master1	1	,2	,2	99,7
master2	1	,2	,2	99,8
mester 1	1	,2	,2	100,0
Total	600	100,0	100,0	

Niveau economique

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid élevé	120	20,0	20,0	20,0
Faible	206	34,3	34,3	54,3
Moyen	274	45,7	45,7	100,0
Total	600	100,0	100,0	

Frequencies

Niveaux anxieté

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid anxiete très eleveé	59	9,8	9,8	9,8
anxieté élevée	354	59,0	59,0	68,8
anxieté moyenne	176	29,3	29,3	98,2
anxiete modérée	11	1,8	1,8	100,0
Total	600	100,0	100,0	

hypothese1 Chi-Square Test

Niveauxanxiété

	Observed N	Expected N	Residual
anxiété très élevée	59	150,0	-91,0
anxiété élevée	354	150,0	204,0
anxiété moyenne	176	150,0	26,0
anxiété modérée	11	150,0	-139,0
Total	600		

Test Statistics

	niveauxanxiété
Chi-Square	465,960 ^a
Df	3
Asymp. Sig.	,000

a. 0 cells (,0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 150,0.

hypothese 2 T-Test

Group Statistics

Sexe	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
total anxiété M	219	37,71	13,232	,894
F	381	39,18	12,435	,637

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	T
Totalanxiété	Equal variances assumed	,996	,319	-1,362
	Equal variances not assumed			-1,340

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means		
		Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Totalanxiété	Equal variances assumed	598	,174	-1,471
	Equal variances not assumed	431,706	,181	-1,471

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means	
		Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
			Lower
totalanxiété	Equal variances assumed	1,080	-3,591
	Equal variances not assumed	1,098	-3,629

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
totalanxiété	Equal variances assumed	,650
	Equal variances not assumed	,687

Explore

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk	
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df
totalanxiété	,034	600	,089	,995	600

Tests of Normality

	Shapiro-Wilk ^a
	Sig.
Totalanxiété	,063

a. Lilliefors Significance Correction

hypothese3 Univariate Analysis of Variance

Between-Subjects Factors

		N
Niveau économique	élevé	120
	Faible	206
	Moyen	274

Descriptive Statistics

Dependent Variable: totalanxiété

Niveau economique	Mean	Std. Deviation	N
élevé	38,07	12,521	120
Faible	38,55	13,200	206
Moyen	38,96	12,520	274
Total	38,64	12,741	600

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

Dependent Variable: totalanxiété

F	df1	df2	Sig.
,114	2	597	,892

Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.^a

a. Design: Intercept + Niveaueconomique

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: totalanxiété

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F
Corrected Model	67,246 ^a	2	33,623	,207
Intercept	793462,772	1	793462,772	4875,299
Niveaueconomique	67,246	2	33,623	,207
Error	97162,712	597	162,752	
Total	993137,000	600		
Corrected Total	97229,958	599		

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: totalanxiété

Source	Sig.	Noncent. Parameter	Observed Power ^b
Corrected Model	,813	,413	,082
Intercept	,000	4875,299	1,000
Niveaueconomique	,813	,413	,082
Error			
Total			
Corrected Total			

a. R Squared = ,001 (Adjusted R Squared = -,003)

b. Computed using alpha = ,05

Profile Plots

Kruskal-Wallis Test

Ranks

	branche2	N	Mean Rank
totalanxiété	SCIENCESHUMANES	200	265,33
	SCIENCESTECHNIQUES	200	272,80
	MEDECINE	200	363,37
	Total	600	

Test Statistics^{a,b}

	totalanxiété
Chi-Square	39,669
Df	2
Asymp. Sig.	,000

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: branche2

T-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
totalanxieté	600	38,64	12,741	,520

One-Sample Test

	Test Value = 56				
	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
totalanxieté	-33,373	599	,000	-17,358	-18,38

One-Sample Test

	Test Value = 56	
	95% Confidence Interval of the Difference	
	Upper	
totalanxieté	-16,34	

T-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
AXE1	596	9,9346	4,30369	,17629
AXE2	600	7,4767	3,61865	,14773
AXE5	600	5,6417	2,77839	,11343

One-Sample Test

	Test Value = 10				
	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
AXE1	-,371	595	,711	-,06544	-,4117
AXE2	-17,081	599	,000	-2,52333	-2,8135
AXE5	-38,424	599	,000	-4,35833	-4,5811

One-Sample Test

	Test Value = 10	
	95% Confidence Interval of the Difference	
	Upper	
AXE1	,2808	
AXE2	-2,2332	
AXE5	-4,1356	

T-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
AXE3	599	8,5793	4,13444	,16893

one-Sample Test

	Test Value = 14				
					95% Confidence Interval of the Difference
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower
AXE3	-32,089	598	,000	-5,42070	-5,7525

One-Sample Test

	Test Value = 14
	95% Confidence Interval of the Difference
	Upper
AXE3	-5,0889

T-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
AXE4	598	8,1538	3,51161	,14360

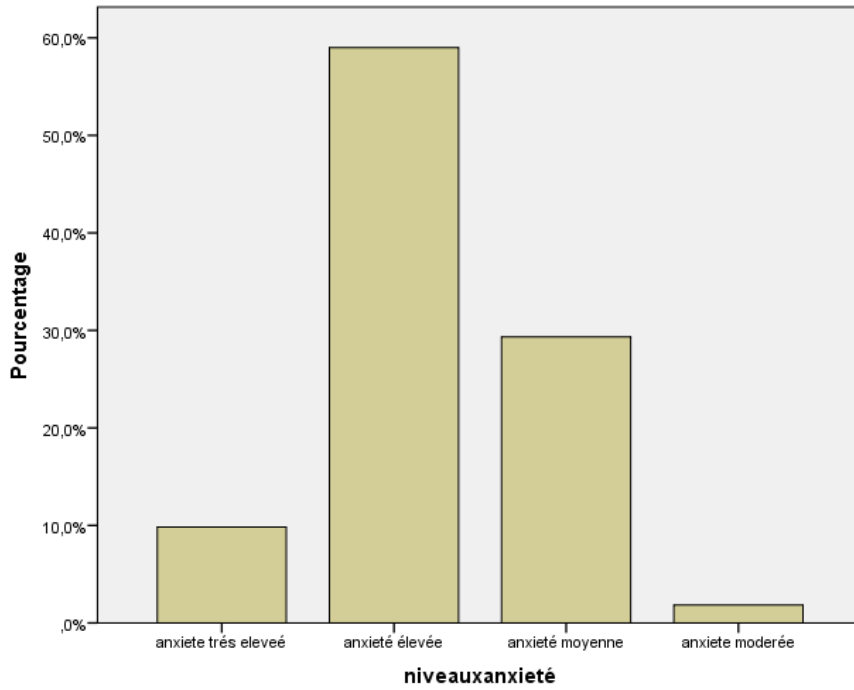
One-Sample Test

	Test Value = 12				
					95% Confidence Interval of the Difference
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower
AXE4	-26,784	597	,000	-3,84615	-4,1282

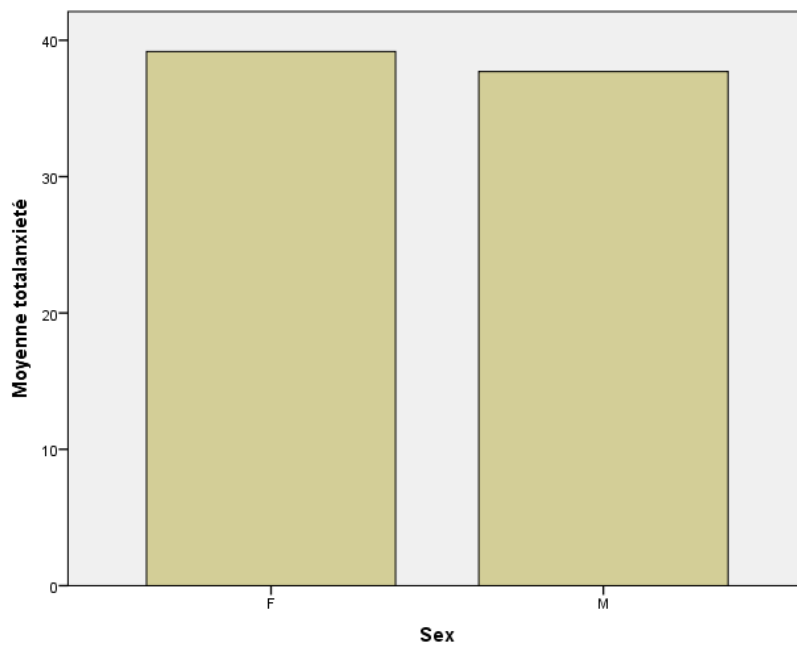
One-Sample Test

	Test Value = 12
	95% Confidence Interval of the Difference
	Upper
AXE4	-3,5641

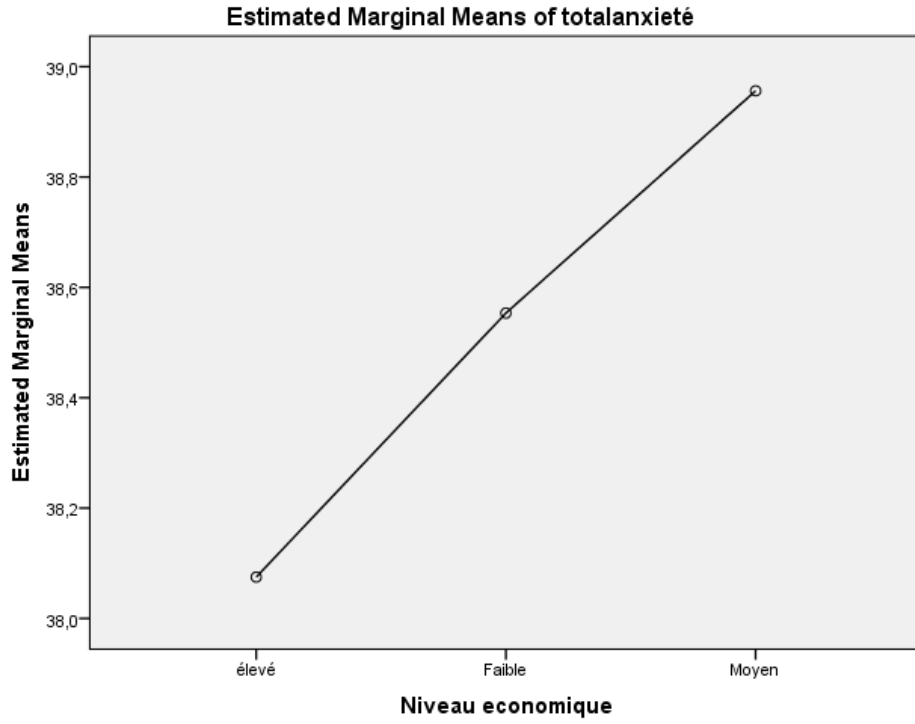
Graphique



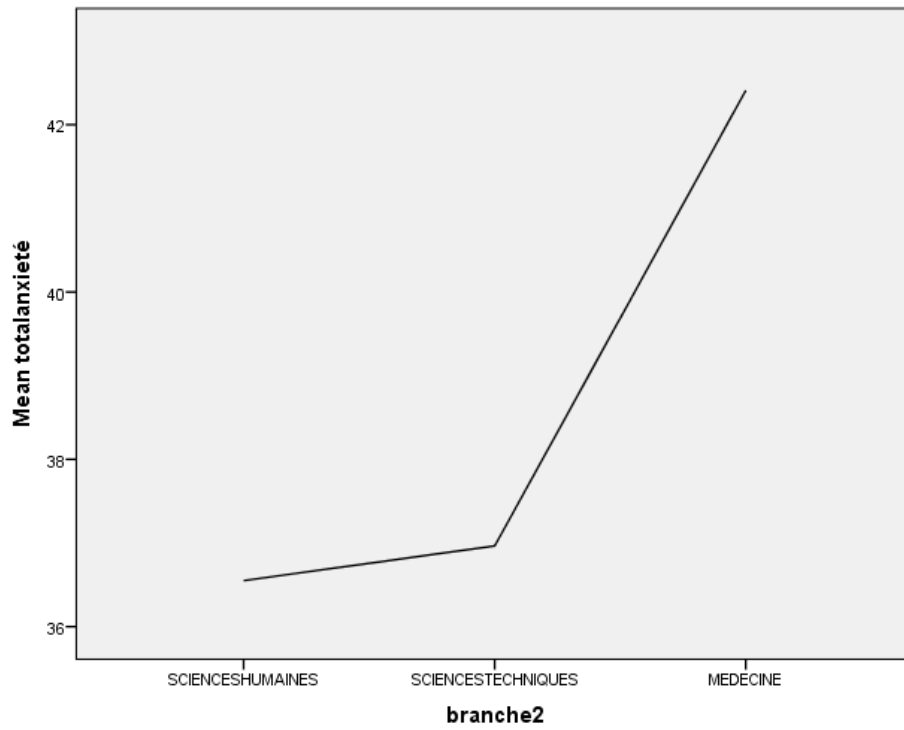
رسم بياني رقم 1



رسم بياني رقم 2



رسم بياني رقم 3



رسم بياني رقم 4