التماثل التنظيمي للعاملين بإدارات المناطق التعليمية في الكويت

(دراسة ميدانية)

Organizational symmetry of workers in the administrations of school districts in Kuwait (A field study)

إعداد

إيمان فتحي عبد المعطى عبد المجيد قاسم

باحثة دكتوراة بقسم الصحة النفسية - كلية التربية – جامعة الزقازيق

.د. فوقية حسن رضوان

أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية الأسبق - كلية التربية - جامعة الزقازيق

أ.د. عادل سعد يوسف خضر

أستاذ علم النفس ووكيل للبحث العلمى والدراسات العليا - كلية التربية- جامعة الزقازيق

Doi: 10.21608/jasep.2021.162463

استلام البحث : ٢٠٢١/٣/٧ قبول النشر: ٢٠٢١/٣/١٩

المستخلص:

يهدف البحث إلى الكشف عن بعض أبعاد الملل الأكاديمى التى تنبىء بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية الفنية، التعرف على الفروق بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في كل من قلق المستقبل والملل الأكاديمى. وتحقيقاً لهذا الهدف أجرى على عينة قوامها (١٠٠)طالبة بمدرسة طلعت حرب الفنية التجارية رقم (١)،ومدرسة طلعت حرب الفنية التجارية رقم (٢)التابعتان لإدارة غرب الزقازيق التعليمية بمحافظة الشرقية بجمهورية مصر العربية.أعمارهم الزمنية تمتد بين (١٧- ٢٠)عاماً.وبعد تطبيق مقياس الملل الأكاديمى (اعداد/الباحثة)،ومقياس قلق المستقبل (اعداد/الباحثة)،بينت النتائج أن قيمة (BETA) التي توضح العلاقة بين قلق المستقبل والشعور بعدم الإفادة (329.) ذات دلالة إحصائية ؛ حيث يمكن استنتاج ذلك من قيمة (ت) والدلالة المرتبطة بها .فى حين لم يتنبأ كل من بعد الافتقار إلى الدافعية الذاتية ،وبعد فرض القيود بقلق المستقبل ؛حيث لم تصل (ت) إلى مستوى الدلالة الإحصائية.كماأسفرت النتائج عن وجود فروق بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في بعد (الافتقار إلى الدافعية الذاتية)،فى حين لم يتبين وجود فروق فى الأبعاد الأخرى.

Abstract:

The research aims to reveal some of the dimensions of academic boredom that foreshadow the future anxiety of female technical high school students. Recognize the differences between the average grades of female technical secondary students enrolled in the first and higher grades in both future anxiety and academic boredom To that end, it conducted a sample of 100 female students at the Commercial Technical Talat Harb School No. 1 and No. 2 of the Western Al-Zaqazeq Education Department. After applying the academic boredom measure and the future anxiety measure, the results showed that The BETA value, which illustrates the relationship between the future anxiety and the feeling of non value is 329, is also statistically significant. While not all those who have yet predicted a lack of self-defense, and the imposition of restrictions have predicted future anxiety. Results have also shown differences between the average grades of female technical high school students enrolled in the first and upper grades (lack of self-motivation), while differences in other dimensions have not been found.

المقدمة:

تتطلب الجهود المختلفة التي تقوم بها مصر لتحقيق التنمية في قطاعات المجتمع توافر الاحتياجات المختلفة من العمال المهرة الفنيين ،والذى يعتبر التعليم الفني المصدر الأساسي لتوفيرهما. وهذا يتطلب بالتالي التوسع في القبول الطلابي بالتعليم الفني ،إلا أن ما يلاحظ في مصر هو وجود إحجام من الآباء نحو توجيه أبنائهم إلى التعليم الفني ،وفى نفس الوقت وجود عدم رغبة لدى الأبناء للالتحاق بهذا التعليم. وبهذا أصبح التلاميذ الذين يلتحقون بالتعليم الثانوي الفني هم الذين لم يحصلوا على درجات مرتفعة في المرحلة الإعدادية ،أو الذين يلتحقون به تحت ضغط الظروف الاجتماعية والاقتصاديةالتى تعيشها أسرهم.

ومما هو جدير بالذكر أن ظروف التغير الاجتماعي التي تمر بها المجتمعات البشرية قد تستثير قلق المستقبل لدى أفرادها المتمثل بالتوجس والخوف والتوتر مما تخفيه الأيام المقبلة، الأمر الذى يدعو الأفراد إلى إعادة النظر بخططهم وأهدافهم الحياتية بما ينسجم وظروف التغير الاجتماعي الذى يحدث في ظروف تتسم بعدم الاستقرار والاضطراب باعثاً على زيادة القلق من المستقبل(محمود شمال حسن،١٩٩٩،٧٠). ويرتبط القلق ارتباطاً

معاكساً مع سعادة الفرد وراحته، ويؤدى إلى الكثير من الاضطرابات الجسمية والنفسية والاجتماعية؛ لذا نجد أن دراسة القلق وعلاقته بالكثير من المتغيرات حظيت بالاهتمام من قبل الباحثين فى المجال النفسي و التربوي من أجل تحديد اثاره على هذه المتغيرات ،وكذلك تحديد الأسباب التي تولده(راجي الصرايرة،٢٠٠٨،٦١٣-٦٤٦).

فبدلاً من أن يكون المستقبل مصدراً لتحقيق الآمال والطموحات ،فإن بعض الأفراد قد ينظروا إلى المستقبل على إنه مصدراً للخوف والتهديد. ويظهر قلق المستقبل بشكل واضح لدى الأفراد في العقد الثانى من العمر؛ حيث ترتبط تلك المرحلة العمرية ببداية حياة الفرد المهنية، وتكوين أسرة(Kenioua& Abd El-kadder, 2018, 328-338).ويختلف الأفراد في درجة شعورهم بقلق المستقبل وفقاً لنمط شخصية كل فرد (Alqaisy& Thawabieh, 2016, 122-130).

ويعد الشعور بالملل الأكاديمى من الانفعالات المنتشرة داخل الحياة الأكاديمية ،الأمر الذى يؤرق العديد من الطلبة ،ويؤثر على أدائهم الدراسى،وقد يدفعهم للتعبير بسلوكيات غير ملائمة (ريم فهد الدويلة،٢٠١٩،١٩٤).فقد تم إجراء دراسة على عينة من الطلاب امتدت من الصف الخامس إلى الصف التاسع للتعرف على مستوى شعور أفراد العينة بالملل أثناء تواجدهم بالمدرسة وخارجها. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن معدلات التسرب الدراسي لدى هؤلاء الطلاب كانت مرتبطة إلى حد كبير بالفشل في تنمية المهارات المناسبة المتطلبة لخفض الملل المرتبط بالمهام والبيئة المحيطة(Lehr & Todman,2009) .

مشكلة البحث:

كشفت أحدث دراسات المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية حول قضايا التعليم في مصر، والتي أجريت على (٢٠٣٥) طالبًا وطالبة في (١٧) مدرسة للتعليم الفني بالقاهرة الكبرى عن أن (٤٢,٨%) من الطلاب يؤكدون أنهم سيلاقون حالة من تدنى التقدير المجتمعي بعد التخرج و(١٧,٦%)يكثرون الغياب من المدرسة، بسبب رؤيتهم أن التعليم الفني ليس له مستقبل مضمون و (٢٥,٢%) من أفراد العينة ذكروا أن اختيارهم للتعليم الفني بمثابة وسيلة للهروب من الثانوية العامة. كما كشفت الدراسة أيضا عن أن عدد الطلاب الملتحقين بالتعليم الفني بمصر يصل إلى (مليون و٤٣٠ ألف طالب) . وأوضحت الدراسة أن المشكلات الحقيقية للتعليم الفني تتمثل في تحول التعليم الفني مع مرور الوقت إلى بوتقة يوضع فيها الفرد ليشعر من خلالها بتدني وضعه الاجتماعي ،وعدم جدوى ما يمر به من خبرات تعليمية في النهوض به مهاريًا واجتماعيًا واقتصاديًا، ومن ثم يبدأ الشعور بانخفاض تقديره لذاته وإعاقته عن تحقيق حاجته إلى الإنجاز والحصول على المكانة الاجتماعية المرغوبة لدى الجميع(رانيا حفنى،٢٠١٤).

وقد تم عمل مقابلة مع بعض الطالبات الملتحقات بمدرسة طلعت حرب الثانوية الفنية التجارية للبنات رقم (٢) بإحدى الفصول الدراسية بذات المدرسة ؛حيث تم الالتقاء

بعدد(٣٠)طالبة للتعرف على بعض أسباب الملل الأكاديمي ؛ بينت احدى الطالبات أنها تشعر بالملل عندما تستوعب ما يقدمه لها المعلم من مادة علمية من الوهلة الأولى وبالرغم من ذلك فإن المعلم يقوم بتكرار نفس المادة العلمية عشرات المرات من أجل زملاؤها في الفصل الدراسي ذات درجة الاستيعاب الأدنى ، في حين لا تكون هي في حاجة إلى تكرار ذات المعلومة. وأشارت طالبة أخرى إلى أنها تشعر بالملل عندما لا تستطيع أن تستوعب المادة العلمية التي يقدمها لها المعلم ،الأمر الذى يقلل من مشاركتها الفعالة أثناء الحصة الدراسية. خاصة في بعض مدارس التعليم الثانوى الفنى التجارى ؛حيث يقتصر الأمر فى أغلب الأحيان على تقديم المواد العلمية فى قوالب جافة خالية من الإبتكار والإبداع ،الأمر الذى يجعل نمو مواهب هؤلاء الطلاب وقدراتهم بطيئاً ومحدوداً،وبالتالى يفقدون روح التحدى ويصابون بالكسل الذهنى. وقد اشارت نتائج دراسة Krannich, Goetz, Lipnevich, Bieg, Roos, Becker and Morger(2019) إلى أن المهام متدنية التحدى تؤدى إلى شعور الفرد بالملل الأكاديمى.

ومن ناحية أخرى فإن النظرة الدونية التى يوجهها البعض إلى طلاب التعليم الثانوى الفنى وما يحمله الطلاب من مؤهل علمى متوسط "دبلوم"؛لاشك أن كل هذا يجعل الطلاب يشعرون بعدم الرضا، ويصبح إدراكهم للمستقبل أكثر قلقاً وتشاؤماً .فإذا القينا الضوء على خريجى المدارس الثانوية الفنية والنظرة المجتمعية الدونية التى يوجهها البعض إلى حاملى المؤهلات المتوسطة"دبلوم"،فإن ذلك ينبأ بتعرض طلاب المدارس الثانوية الفنية إلى الشعور بالقلق من المستقبل والشك فى أحوالهم المعيشية المستقبلية.وعلاوة على ذلك فإن فرصة الحصول على عمل مناسب يحظى بالتقدير المجتمعى قد لايحظى بها خريجى المؤهلات العليا ممن التحقوا بالجامعات . فما بالنا إذا كان الفرد الذى ينتظر فرصة العمل هنا هم خريجى التعليم الثانوى الفنى بصفة عامة والتعليم الثانوي الفني التجاري بصفة خاصة الذى يكاد يخلو من ورش العمل والتدريب المهنى؛ الأمرالذى يقلل من فرصة عمل بعض المشروعات الصغيرة ،ويزيد من احتمالية زيادة نسبة الملل الأكاديمى لدى الطلاب.حيث يتساءل الطلاب حول إمكانية نجاحهم ،وهل سيحصلون على درجات تؤهلهم لاستكمال دراستهم فى السنوات اللاحقة؟وماذا يفعل الطالب بعد التخرج وأمامه الالاف من العاطلين؟

هدف البحث :

- الكشف عن بعض أبعاد الملل الأكاديمي التي تنبئ بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية الفنية.
- التعرف على الفروق بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في قلق المستقبل .
- التعرف على الفروق بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في الملل الأكاديمى .

أهمية البحث :

أولاً: الأهمية النظرية:

- أهمية عينة البحث والتي تمثل القاعدة العريضة في الهرم السكاني وهم طالبات المرحلة الثانوية الفنية، في مرحلة على درجة كبيرة من الأهمية وهى مرحلة المراهقة والتي تحتاج فبها الطالبات إلى الدعم والإرشاد.
- مما يزيد من أهمية هذا البحث هوحجم المشكلة والمتمثلة فى انتشار ظاهرة الملل الأكاديمى بصورة واضحة فى العديد من المؤسسات التعليمية ،وما يشكله من فاقد تعليمى واقتصادى. فقدأشارت نتائج دراسة Daniels , Tze,& Goetz (2015,255-261) إلى أن(٤٠%) من الطلاب فى مرحلة ما قبل التخرج أشاروا إلى شعورهم بالملل الأكاديمى أثناء تواجدهم فى الحجرة الدراسية . وأشارت نتائج دراسة Tze, Klassen,& Daniels(2014,175-187) إلى أن (٦٠%) من طلاب الجامعة يشعرون بالملل الأكاديمى أثناء المحاضرات.
- خطورة مشكلة الشعور بقلق المستقبل باعتبارها خبرة مؤلمة تعيشها الكثير من الطالبات ،وإلقاء الضوء على هذه الظاهرة يعد خطوة في سبيل البحث عن حياة مستقرة لهؤلاء الطالبات من خلال تحسين معنى الحياة لديهن.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- الاستفادة من المقاييس التي تم اعدادها في حالات أخرى مماثلة؛ حيث تم اعداد كل من (مقياس معنى الحياة/مقياس الملل الأكاديمي/مقياس قلق المستقبل).
- الاستفادة من النتائج بوضع مجموعة من التوصيات مما يساعد صانعي السياسات التربوية على فهم كل من الملل الأكاديمي وقلق المستقبل والمتغيرات المرتبطة بهم لدى طالبات التعليم الثانوي الفني التجاري لاتخاذ الإجراءات المناسبة.

مصطلحات البحث الإجرائية:

أولاً: الملل الأكاديمي (Academic Boredom) :

التعريف الإجرائي للملل الأكاديمي: تعرفه الباحثة بأنه حالة انفعالية سلبية يصاحبها ضعف الاهتمام بالمهام التعليمية وصعوبة التركيز فيها والرغبة في الانصراف عنها، والشعور ببطيء مرور الوقت فضلاً عن عدم قدرة الفرد على الإفادة من الوقت وتوظيفه بما يعود على الذات بالنفع ؛وذلك بسبب عوامل داخلية مرتبطة بالفرد ،أو عوامل خارجية مرتبطة بالبيئة المحيطة بالفرد. ويقاس إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الملل الأكاديمي لدي طالبات المرحلة الثانوية الفنية (اعداد/الباحثة).ويتضمن: بعد الشعور بعدم الإفادة ، وبعد الافتقار إلى الدافعية الذاتية، وبعد فرض القيود.

ثانياً: قلق المستقبل (Future Anxiety):

التعريف الإجرائي لقلق المستقبل: تعرفه الباحثة بأنه حالة من عدم الارتياح والشعور بالضيق والخوف من مستقبل مجهول يتعلق بالفشل في الدراسة مستقبلاً، وعدم القدرة على تحقيق الأهداف الدراسية المستقبلية ، فضلاً عن ضعف إمكانية الحصول على فرصة عمل مناسبة تنال التقدير المجتمعي. ويقاس إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس قلق المستقبل لدي طالبات المرحلة الثانوية الفنية(اعداد/ الباحثة) ،ويتضمن: بعد قلق المستقبل الدراسي ، وبعد قلق المستقبل المهني.

أدبيات البحث:

المحور الأول :الملل الأكاديمى(Academic Boredom):

المفهوم النفسى للملل اللأكاديمى:

الملل الأكاديمىAcademic Boredom : انفعال سلبى يحدث عندما يفقد الطلاب القدرة على التحكم فى المهام الأكاديمية والشعور بالاضطرار لأداء مهام تفوق مستوى قدراتهم أو دون مستوى التحدى الملائم لهم .وكذلك يحدث الملل الأكاديمى لدى الطلاب فى حالة شعورهم بعدم جدوى المهام التعليمية(Tze, Klassen, & Daniels, 2014). ويضيف (Tze, Daniels, and Klassen (2015أن الملل الأكاديمى يشير إلى مستوى دافعية منخفض لدى الطلاب . والملل الأكاديمى :هوشعور غير سار مصحوباً بدافعية منخفضة ،والشعور ببطىء مرور الوقت ،والرغبة فى ترك الموقف الذى يسبب الملل(Daniels, Tze,& Goetz,2015,255-261).والملل الأكاديمى يشير إلى درجة منخفضة من الرضا المرتبط بمستوى تحدى غير ملائم أو المرتبط بالتواجد فى وسط تعليمى غير ممتع،مع الشعور بتشتت الانتباة (Lehr & Todman,2009).

الملل الأكاديمى كحالة و كسمة:

أولاً:الملل الأكاديمى كحالة (Academic Boredom As A State):

حالة إنفعالية سلبية مؤقتة يشعر بها الفرد كرد فعل لشعوره بالاضطرار للقيام بشىء لايريد القيام به ،أو رغبته فى القيام بشىء لايوفره له الموقف التعليمى الحالى الأمر الذى يؤثر سلباً على عملية التعلم.وهو ملل مؤقت يتجلى فى الأنفعالات غير السارة ،ونقص الأستثارة(Macklem,2015,23) .

ويرتبط الملل الأكاديمى كحالة بالظهور فى مواقف معينة والتى يمكن توضيحها فيما يلى:

- الإدراك السلبى لقيمة المهمة التى تقدم للفرد؛حيث ينظر إليها الفرد فى هذه الحاله بإنها لاقيمة لها.
- الملل المرتبط بالمواقف التى ينقصها عامل التوجيه والإرشاد.
- الشعور بالتقيد والاضطرار أثناء تأدية المهام.
- تفضيل القيام بمهمة أخرى بخلاف المهمة الموجودة فى الموقف الحالى.
- المهام التى تتسم بالتكرارية والنسق الممل.

- المهام الخالية من التشويق والإمتاع.
- مستوى الصعوبة غير الملائم لقدرات الفرد.
- المهام التى ينقصها الأهداف الواضحة (Jennifer , Walcutt, Fiorella, Carper, & Schatz , 2012).
- ملل وقت الفراغ (Kara,2017,24-36).

ومما هوجدير بالذكر أن الملل كحاله يشير إلى الملل المرتبط بالظهور فى موقف معين ،لذلك فإن هذا النوع من الملل ترجع أسبابه إلى حالة الشخص الحالية ،وطبيعة النشاط الذى يقوم به الفرد.تم إلقاء الضوء على الملل فى المجال التعليمى فى ضوء كل من الملل كحالة والملل كسمة.وبينت النتائج أن الملل كحاله ارتبط بالمهام والأنشطة التى تقدم للطلاب والتى تتسم بالتكرارية وخلوها من الإبداع والمعنى.كذلك ارتبط الملل كحاله بالمهام التى تفوق قدرات الفرد وكذلك المهام التى تتسم بمستوى غير كاف من التحدى.فى حين ربط بعض الباحثين الملل بالتعب والإرهاق النفسى.ومن ناحية أخرى فإن الملل كحالة ربما يحدث بسبب عوامل مؤقته تتعلق بالطالب.فعلى سبيل المثال:فى دراسة تم إجراءها على (١٧٠) طالباً أمريكياً بالمرحلة الجامعية تبين أن (١٧%) من أفراد العينة يعانون من التعب والإرهاق النفسى كمؤشرات لشعورهم بالملل.كما أن(٨%) من أفراد العينة بينوا أن الإرهاق النفسى يحدث بسبب شعورهم بالملل.فى حين أشار (١٥%) من أفراد العينة أنهم يلجئون إلى النوم للتخفيف من حدة شعورهم بالملل(Hawkins , Heffernan & Baker،2013).

ثانياً:الملل الأكاديمى كسمة (Academic Boredom As A Trait):

إن الملل كسمة يرتبط بسمات شخصية الفرد؛أى إنه يعتبر خاصية مميزة لسمات شخصية الفرد .كما أن وجود الملل كسمة من سمات شخصية الفرد ينبأ بتعرض الفرد للأكتئاب ؛أى أنه يمكننا التنبؤ بالأكتئاب من خلال شيوع الملل كسمة من سمات شخصية الفرد (Macklem,2015,23).حيث تتميز بعض سمات شخصية الأفراد بدرجة عالية للتعرض للشعور بالملل دون باقى الأفراد (Hawkins , Heffernan & Baker، 2013).

مكونات الملل الأكاديمى:

يتضمن الملل الأكاديمى خمسة عناصر رئيسية كما يلى:

(١) الجانب الوجدانى:يعكس الاحساس السلبى غير المستقر المرتبط بالملل.

(٢) الجانب المعرفى:يختص بالحالة العقلية التى تتسم بالجمود؛والتى تتمثل فى عدم القدرة على الإبداع ،وعدم القدرة على توليد أفكار جديدة.

(٣) الجانب التحفيزى:يعكس رغبة الفرد فى ترك الموقف المسبب للملل.

(٤) الجانب الفسيولوجى:يشير إلى مستوى استثارة منخفض.

(٥) الجانب التعبيرى:يشير إلى هيئة إتخاذ وضعاً للنعاس،وصوت مثبط العزم (Tze,2011,2).

النماذج والنظريات المفسرة للملل الأكاديمى:

أشار(2015) Macklem إلى ثلاثة نماذج تناولت الملل الأكاديمى على النحو التالى:

(١) نموذج الإلزام(الإضطرار):يشير إلى أن الملل يحدث نتيجة لإجبار الفرد على أستثمار طاقته الذهنية فى مهمة لاتلبى أحتياجاته مما يصيبه بالإنهاك النفسى.والفكرة هنا تتمثل فى أن الملل يرتبط بالمهام الموجهة من جانب المعلم والتى فيها يقل تحكم الطلاب فى اختيار المهام التى تشبع أحتياجاتهم من التعلم.مما يصيب الطلاب المتفوقين بمستويات عالية من الملل.

(٢) البناء الاجتماعى(الإدارة المدرسية):إن الملل الشائع فى المراحل العليا من التعليم يكون مرتبط إلى حد ما بالسلطة المدرسية ،ومدى قدرة المعلم على تقديم معلومات هادفة إلى طلابه.

(٣) درجة التحمل:تشير إلى ارتباط الملل بمدى قدرة الفرد على تحمل سيطرة وتحكم الأخرين(Macklem,2015،27).

ويمكننا إلقاء الضوء على بعض النظريات المفسره للملل الأكاديمى على النحو التالى:

أولاً: نظرية القيمة – التحكم(The Control -Value Theory) :

يرى أنصارهذة النظرية أنه إذا كانت المهمة المطلوب ان يؤديها الفرد تتسم بالروتين ففى هذة الحالة فإنها لاتمثل أى قيمة بالنسبة للفرد،حيث ينظر إليها الفرد فى هذة الحالة بإنها أقل من قدراته.وبالمثل فإن المهام التى تفوق قدرات الفرد تمثل صعوبة بالغة للفرد،مما يجعل المهمة المطلوب القيام بها لاقيمة لها-(Schutz,& Pekrun,2007,13 (36. لذلك فإن الملل يحدث فى كل من المواقف متدنية التحدى أو المواقف عالية التحدى.) Fahlman, Mercer, Gaskovski, Eastwood, & Eastwood, 2009,307-340).

ومما هوجدير بالذكر أن المهمة التى تعتبر ذات قيمة إيجابية للفرد وتتفق مع قدرات الفرد وإمكانياته ،لا شك إنها تجعل الفرد يشعر بالمتعة .وبالتالى فإنها لاتؤدى إلى إصابة الفرد بالملل.ومن ناحية أخرى فإن معتقدات الطلاب عما إذا كانت المهام ذات قيمة بالنسبة لكل طالب أم لا هى العامل الأول المسئول عن شعور كل طالب بالمتعة أو الملل .ويمكن تنمية معتقدات الطلاب الإيجابية عن أهمية المهام التى تقدم لهم من خلال قيام المعلم بربط المادة العلمية التى يتم تقديمها بإهتمامات كل طالب(Simonton,& Gam,2017).

ثانياً: نظرية الانتباة(The Attentional Theory Of Boredom):

ويرى أنصار هذه النظرية أن الملل ينتج عن عجز الأنتباة(LePera, 2011, 1931-7948).حيث يعتبر عجز الأنتباة إحدى المؤشرات الدالة على الملل. هذا ويتضمن الملل عدم القدرة على توجية الأنتباة إلى المهام فى البيئة المحيطة،وصعوبة التركيز فى

المهمة التى يؤديها الفرد،الأمر الذى يتطلب ضرورة توفير بيئات ممتعة لهؤلاء الأفراد،حيث يرتبط الملل بشكل كبير بالبيئة المحيطة بالفرد التى تتسم بخلوها من الإبداع وعجزها عن جذب إنتباة الفرد(Fahlman,2009,24). ويشير(Bench ,& lend,2013,459-472)إلى أن درجة أنتباة الفرد إلى المهمة التى يؤديها تقل أثناء الملل.وأكد كل من(Eastwood, Frischen, Fenske,& Smilek,2012)أن الملل حالة يشعر بها الفرد عند عجزه عن التركيز على الأنشطة المرتبطة بالبيئة المحيطة.

ومما هو جدير بالذكر أن الملل يرتبط بالفشل فى توجية الانتباة إلى المهمة الحالية التى يقوم بها الفرد.فالشرود الذهنى يرتبط بنشاط المناطق الموجودة فى العقل المسئوله عن التفكير الباطن للفرد التى يطلق عليها(DMN) كاسترجاع الفرد للأحداث الماضية أو التفكير فى المستقبل.حيث تصبح تلك المنطقة من العقل نشطة عندما لاينخرط الفرد فى أى مهمة أو نشاط.بينما يقل نشاط تلك المنطقة من المخ التى يطلق عليها (DMN)عندما ينخرط الفرد فى أداء مهمة ما بحيث يتم توجية أنتباة الفرد إلى المهمة التى يقوم بها إلى حد كبير(Danckert,& Merrifield,2016).فالفرد يصاب بالشرود الذهنى عندما تكون هناك مناطق نشطة من المخ ولكن لاتكون هناك مهمة تشبع أحتياجات الفرد مما يصيب الفرد بالشرود الذهنى الذى يعرف بأنه حاله من عدم التركيز(Danckert,2017).

ثالثاً:نظرية الطاقة الذهنية(The Menton Theory Of Boredom):

إن الملل فى ضوء نظرية الطاقة الذهنية هو شعور سلبى يشعر به الفرد عندما يتطلب الأمر أن يؤدى بعض المهام ذات المستوى الأقل من قدراته المعرفية أو عندما يتطلب الأمر تأدية مهمتان فى نفس الوقت كلاهما يتطلب درجة عالية من الانتباة الأمر الذى يؤدى إلى حدوث عجز فى طاقة الفرد الذهنية ويصيبه بالملل (Davies , Fortney,2012).

على سبيل المثال:يستطيع الفرد أن يؤدى بعض الرسومات بطريقة عبثية أثناء استماعة إلى الموسيقى بدون أن يتطلب الأمر المزيد من المجهود ؛حيث يحتاج الرسم بطريقة عبثية إلى القليل من الطاقة الذهنية.أما إذا كان الفرد يقوم بالاستماع إلى الموسيقى وأراد أن يقوم بتأدية بعض المسائل الرياضية عالية التحدى،فهنا يصبح الأمر شاقاً على الفرد .ويرتبط شعور الفرد بالملل هنا بقيام الفرد بتأدية مهمتان فى نفس الوقت كلاهما يتطلب درجة عالية من الانتباة والتركيز،الأمر الذى يؤدى إلى حدوث عجز فى طاقة الفرد الذهنية وبالتالى يشعر الفرد بالملل(Ostler,2017).

أسباب الملل الأكاديمى وفقاً لما توصلت إليه نتائج بعض البحوث والدراسات السابقة:

١. كشفت نتائج دراسة يزيد عيسى السورطى (٢٠٠٨) أن المصدر الرئيسى الأول وراء ملل الطلاب هو وسائل التقويم والإمتحانات التي تعتمد على الحفظ والتكرار،وتكاد تكون وسيلة التقويم الأولى والوحيدة. وجاء فى المرتبة الثانية مجال (طرق التدريس) ؛حيث تبين

أن الطلاب يشكون من طرق التدريس المستخدمة التي وافقوا على وصفها بالمملة والتقليدية، والكئيبة، والمثيرة للضجر، وغير الفعالة، والتلقينية، والقديمة، والرتيبة، والضعيفة، والجافة، والخالية من الإثارة. وأخيراً تبين أن مجال (محتوى المناهج الدراسية) هو المصدر الرئيسي الثالث لملل الطلاب؛حيث أن المناهج الدراسية تعاني من مشكلات منها غلبة التكرار والتداخل، وخلو محتواها من الإمتاع، والإطالة المملة، وقلة النشاطات والتطبيق، وقلة مراعاتها لميول الطلاب ورغباتهم.

٢. أسفرت نتائج دراسة Bai (2010) عن أرتباط وجود الملل الأكاديمى بدرجة وجود الصراع الأسرى فى بيئة الطلاب الأسرية.

٣. بينت نتائج دراسة Chapman (2013) أن الملل الأكاديمى لدى الطلاب كان مرتبطاً بمعتقداتهم السلبيةعن المعلم أكثر من ارتباطه بالأنشطة التعليمية أو سمات شخصياتهم.

٤. استهدفت دراسةSharp, Hemmings, Kay, Murphy and Elliott(2016) إجراء دراسة تحليلية للتعرف على العوامل المساهمة فى حدوث الملل الأكاديمى.ولتحقيق هذا الهدف تم إجراء عشر مقابلات لتجميع البيانات،كما تم تطبيق مقياس الملل الأكاديمى على عينة قوامها(ن=٢٣٥) من طلاب الفرقة النهائية بالمرحلة النهائية بإنجلترا.وأسفرت أهم النتائج عن ارتباط الملل الأكاديمى بطرق التدريس التقليدية،وأساليب التقييم.

٥. أسفرت نتائج دراسة Sharp, Hemmings, Kay and Atkin(2017)عن ارتباط الملل الأكاديمى بأوقات تلقى المحاضرات ،أثناء الأستذكار،أتمام المهام المرتبطة بعملية التقييم،كما أرتبط الملل الأكاديمى بالطلاب متدنى الإنجاز الأكاديمى؛حيث عدم قدرتهم على إدارة الوقت واستخدام طرق الاستذكار الفعالة.

٦. وكشفت نتائج دراسة Sharp, Hemmings, Kay and Sharp(2017)عن ارتباط الملل الأكاديمى بالطرق التقليدية لإلقاء المحاضرات ،وطرق إتمام الواجبات المدرسية.

٧. أشارت نتائج دراسة Krannich, Goetz, Lipnevich, Bieg, Roos, Becker and Morger(2019) إلى أن كل من المهام عالية التحدى والمهام متدنية التحدى يؤديان إلى شعور الفرد بالملل الأكاديمى.أى أن الفرد يشعر بالملل الأكاديمى فى المواقف التعليمية عالية التحدى وكذلك المواقف التعليمية متدنية التحدى.

المحور الثانى :قلق المستقبل(Future Anxiety):

المعنى اللغوى للقلق:

تعريف قلق المستقبل:

هو الخوف والقلق من تغيرات غير مرغوبة متوقع حدوثها فى المستقبل كالأصابة بالأمراض أو الحوادث أو فقدان أحد أفراد الأسرة ،وربما يتضمن قلق المستقبل خوف الفرد من الفشل فى تحقيق أهدافه وطموحاته(Hammad,2016 , 1735 -2222). وعلاوة على ذلك فإن قلق المستقبل هو حالة إنفعالية غير سارة تنتاب الفرد أثناء التفكير فى المستقبل

يتوقع خلالها تهديداً لمستقبله ،ولما سوف يكون عليه المستقبل ،والشعور بشيء من التشاؤم وعدم الرضا ،وعدم الاطمئنان والشك فى المستقبل،والخوف من العجز وعدم تحقيق الامال المستقبلية،والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المتوقعة فى المستقبل،مصحوبه بشيء من عدم التركيز،والتفكير غير الصحيح،والتوتر والضيق،والشعور ببعض الأمراض الجسمية مثل الصداع والضعف العام(أمانى محمد النجار،٢٠١٣،١٦٥).كما أن قلق المستقبل هو نوع من القلق الذى يرتبط بالتوقع السلبى تجاة المستقبل وما يحمله من مواقف وأحداث(عمرو رمضان أحمد،٢٠١٣،٥١٠).ويعرف أيضاً بأنه:التوتر والخوف الناجم عن ترقب خطر مجهول يمكن حدوثه فى المستقبل(على عليج الجميلى،٢٠٠٩،٤٤). ويعرفه(Zaleski،1996،165-174) بإنه النظرة التشاؤمية للأحداث المستقبلية. وتعرفه الباحثة الحالية بأنه حالة من عدم الارتياح والتوتر الناتج عن التوقعات السلبية تجاة المستقبل الدراسى و المهنى والأسرى.

مظاهرالشعور بقلق المستقبل:

أولاً:المظاهر المعرفية: تتجلى فى مشاعر النقص والدونية، الشعوربالحرمان،اللاأمل فى المستقبل، والانتظار السلبى لما قد يقع ،والمعتقدات الخاطئة كالاعتقاد بأن الأشياء الجديدة فى الحياة لايمكن الحصول عليها وأن الأشياء السيئة لايمكن تجنبها من خلال الجهود التى يبذلها الشخص،و الشعور بالإحباط،واللامسئولية ، ونقص الرضا عن الذات ،وضعف الثقة بالنفس ، والتشاؤم ؛وذلك لأن الخائف من المستقبل لايتوقع إلا الشر ،ويهيأ له أن الأخطار محدقة به ،وبالتالى ينخفض مستوى أداء الفرد فيفقد القدرة على حل المشكلات بصورة منطقية ،مما يؤدى إلى ضعف فاعلية الذات التى ترتبط بشكل كبيربالنقص وعدم التركيز والإحساس بالضعف(نجاح عواد السميرى،وعايدة شعبان صالح،٢٠١٣،٦٤؛ هذال بن عبد الله العتيبى،٢٠١٦،٤٣٨؛ ياسمينا محمد يونس،٢٠١٨،٢٠١).

ثانياً:المظاهر السلوكية:كتجنب المواقف المثيرة للقلق،وعدم القدرة على السيطرة على السلوكيات التى تظهر على شكل انفعالات واضطرابات فى السلوك(أحمد الشريفين ،ومنار بنى مصطفى ،ورامى طشطوش، ٢٠١٤،٤٧٧).بالإضافة إلى الانسحاب من الأنشطة البناءة،وإتخاذ إجراءات وقائية من أجل الحفاظ على الوضع الراهن بدلاً من المخاطرة من أجل زيادة الفرص فى المستقبل،واستخدام أليات دفاعية ذاتية مثل الأزاحة والكبت من أجل التقليل من شأن الحالات السلبية،واستغلال العلاقات الأجتماعية لتأمين مستقبل الفرد الخاص. (هذال بن عبد الله العتيبى،٢٠١٦،٤٣٨).

ثالثاً:المظاهر الجسدية:يمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يظهر على الشخص من ردود أفعال فسيولوجية مثل ضيق التنفس،ارتفاع ضغط الدم،الإغماء،برودة الأطراف، زيادة

ضربات القلب،والارتجاف ،وتغير ملامح الوجة(جويدة باحمد،و مبدوعة زوليخة طوطاوي ،٢٠١٨، ٣٩٧).

أسباب قلق المستقبل :

أولاً:عوامل ذاتية :

إن قلق المستقبل يرجع إلى رؤية الواقع بطريقة سلبية،انطلاقاً من المشكلات التى يمر بها الفرد فى الوقت الحاضر. بالإضافة إلى ونظرة الفرد السلبية لذاته،وتقديرها تقديراً سلبياً ،وتبنى أفكار غير عقلانية تجاة نفسه والظروف المحيطة به(ميلاد عبد القادر فتنة،٢٠١٧،٢٩٧). بالإضافة إلى خبرات الماضى المؤلمة وضغوط الحياة العصرية وطموح الأنسان وسعيه المستمر نحو تحقيق ذاته وإيجاد معنى لوجوده،والإدراك الخاطىء للأحداث المحتملة فى المستقبل ،وعدم القدرة على التكيف مع المشاكل التى يعانى منها الفرد،والشعور بعدم الأمان،والجهل بمعرفة معنى الحياة بالشكل الذى يؤدى إلى السعادة والتفاؤل،وأنماط التفكير الخاطىء ،والتشوهات المعرفية .وبالتالى سوء التفسير من جانب الفرد الأمر الذى يؤدى إلى زيادة الإحساس بالأعراض السلبية،إلى جانب عدم امتلاك الخبرة الكافية التى تمكن الفرد من إدارة أزماته بشكل مرن(ناهد شريف سعود،٢٠١٤،٢٤٧).

وعلاوة على ذلك العزو الداخلى للفشل؛فالأفراد ذوى الضبط الخارجى يكونون غير قلقين على مستقبلهم بالمقارنة بالأفراد الذين يكون عزوهم داخلياً،والشك فى قدرة المحيطين بالفرد ،والقائمين على رعايته فى عدم قدرتهم على حل مشاكله، الميل والنزوع إلى رد فعل القلق ،باعتباره من خصائص شخصية الفرد، وكذلك الخبرات الشخصية المتراكمة ،والاتجاهات التى يتبناها الفرد، عدم قدرة الفرد على التكيف مع المشكلات التى يعانى منها ،والفشل فى فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع(نادية الأمين الزبير،و مكي بابكر ديوا ،٢٠١٧،١١٨).

ثانياً:عوامل أسرية :

التفكك الأسرى،وفقدان الأمن النفسى(Al-Matarneh& Altrawneh, 2014, 180-188).والشعور بعدم الانتماء والاستقرار داخل الأسرة أو المدرسة أوالمجتمع بصفة عامة (سعيد بن أحمد آل شويل ،٢٠١٨،٢٤١). بينت نتائج دراسة عائشة بنت فهد ابن يحيا(٢٠١٥) أنه يمكن التنبؤ بقلق لمستقبل فى ضوء غياب المساندة الاجتماعية من جانب الأسرة.

ثالثاً:عوامل مجتمعية:

يعد تأثيرالبيئة الإجتماعية على الفرد و ضغوط الحياة أحد أهم العوامل المسببة لقلق المستقبل،وبخاصة فى هذا العصر الذى يمر بتحولات اجتماعية واقتصادية وسياسية أدت إلى تغير فى أساليب حياة الأفراد وقيمهم وأنماط تفكيرهم ؛ فالفرد الذى يعيش فى بيئة مليئة بالضغوط لاشك أنه سينظر إلى المستقبل بعين التشاؤم (ميلاد عبد القادر فتنة،٢٠١٧،٢٩٧).

وعلاوة على ذلك ارتفاع الأسعار،وتدنى مستوى الدخل، والبطالة وارتفاع تكاليف المعيشة،وضعف إمكانية الحصول على فرصة عمل(Al-Matarneh& Altrawneh, 2014, 180-188). حيث أن الخبرات العلمية والتخصصات المهنية التى يحملها الأفراد لاتتفق مع أنواع العمل الموجودة (سعيد بن أحمد آل شويل ،٢٠١٨،٢٤١)هذا إلى جانب تدنى مستوى القيم الأخلاقية(نادية الأمين الزبير،و مكي بابكر ديوا ،٢٠١٧،١١٨).

النظريات المفسره لقلق المستقبل:

المنظور الزمنى للمستقبلFuture Time Perspective Theory :

يعد قلق المستقبل العنصر الأساسى فى مفهوم المنظور الزمنى المستقبلى السلبى،وهذا يساوى أيضاً الإتجاة السلبى نحو المستقبل ؛الذى يتضح فى الخوف من المستقبل ،والمشاعر السلبية كالشعور بالعجز.والمنظور المستقبلى للزمن هو إتجاة ثابت نسبياً للتركيز على المستقبل ،والتخطيط له،ووضع الأهداف،والتركيز على النواحى السلبية والإيجابية فى المستقبل معاً ،بعكس قلق المستقبل الذى يركز على الجوانب السلبية فقط(سعيد بن أحمد آل شويل ،٢٠١٨،٢٣٨).

ويعتبر التوجة نحو المستقبل سمة أساسية مميزة لشخصية الفرد. فالأفراد ذوى التطلع الإيجابى للمستقبل ؛هم أفراد يمتازون بمستوى عال من الدافعية ،ولديهم رغبة فى أن يحققوا المزيد من النجاح . فوضع أهداف مستقبلية لاشك أنها تزيد من دافعية الفرد فى الوقت الحاضر.ويؤثر محتوى الهدف على مستوى دافعية الفرد ؛فكلما ازدادت درجة أهمية الهدف وقيمته بالنسبة للفرد ،كلما أزدادت رغبة الفرد فى الوصول إليه ،وكلما إزداد مستوى دافعيته.

ويتضح التوجة الزمنى المستقبلى فى قيام الفرد بوضع مجموعة من الأهداف فى الوقت الحالى لأجل تحقيقها على مدار المستقبل القريب أو المستقبل البعيد.فالأشخاص الذين يضعون لأنفسهم أهدافاً وخطط مستقبلية بعيدة المدى ،هم أشخاص ذوى مستوى مرتفع من التوجة الايجابى نحو المستقبل بالمقارنة بالأفراد الذين يكتفون بوضع أهداف قصيرة المدى.ويرتبط تطلع الأفراد الإيجابى نحو المستقبل بزيادة مستوى الأداء ،وزيادة مستوى الدافعية ،وتحسين عملية التعلم،الأمر الذى يفيد فى التنبؤ بمستقبل الفرد من خلال ملاحظة سلوكه فى الوقت الحاضر.فكلما نظر الفرد إلى المهمة التى تقدم له فى الوقت الحاضر على إنها ذات قيمة ،كلما كانت تلك المهام ذات دور فعال فى تحقيق أهدافه المستقبليه (Simons, Vansteenkiste, Lens, &Lacante, 2004, 121-139; Kooij, Rudolph, Kanfer, & Betts , 2018, 1-27; Lens, Palxao , Herrera,& Grobler,2012,321–333;Beal,2011).

نظرية الأمال والمخاوف المستقبلية Hopes And Fears Theory:

إن وجود تصور ذهنى واضح يحمله الفرد تجاه المستقبل لاشك أنه يزيد من مستوى دافعيته فى الوقت الحاضر،ويزيد من قدرة الفرد على التخطيط وإتخاذ القرار(Kaboli, & Tapio , 2018, 32-43) . فالأمل يعبر عن تفاؤل الفرد تجاة الأحداث المستقبلية السارة التى تحقق له المزيد من الرضا ،فى حين يشير الخوف إلى تشاؤم الفرد تجاة الأحداث السلبية(Dong He, & Yu Zhou, 2012,1-52).

فقد تم إجراء بحث شمل (٤٠٠) من الطلاب الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١٠إلى ١٨) عاماً ،بإنجلترا ،وذلك للكشف عن توجهاتهم المستقبلية ،وكان من ضمن الأمال الشخصية المستقبليةالتى أشار إليها الطلاب :إمكانية الحصول على فرصة عمل.فى حين تمثلت مخاوف الطلاب المستقبلية فى:الخوف من الفقر،الخوف من نشوب الحروب العالمية.ما يقرب من نصف أفراد العينة أشاروا إلى خوفهم ألا يكونوا جديرين بالثقة فى جعل مجتمعهم أفضل فى المستقبل(Hicks , 1994, 63-70).

نظرية الذات المستقبلية المحتملة (The Theory Of Possible Selves):

تشير إلى الذات المثالية التى يرغب الفرد أن يكون عليها فى المستقبل،وكذلك الذات التى يخشى أن يكون عليها الفرد فى المستقبل.وقد تتضمن الذات المستقبلية التى يسعى إليها الفرد:الذات الناجحة،الذات المبدعة.فى حين قد تتضمن الذات المستقبلية التى يسعى الفرد إلى تجنب أن يكون عليها:الذات المكتئبة،الذات المغتربة،الذات المدمنة للمواد المخدرة،الذات العاطلة عن العمل(Shepard, & Quressette, 2010).

والذات المحتملة هى التوجة المستقبلى لمكونات مفهوم الذات.ويتم تصور الفرد لذاته المستقبلية المحتملة بالأخذ فى الأعتبار مهارات الفرد وإمكانياته ،وسماته الشخصية.وفى ضوء إمكانيات الفرد وسماته الشخصية ،فإن الفرد يضع لذاته مجموعة من المهارات المتطلبة التى فى ضوئها يتم تصور الفرد لذاته المستقبلية المحتملة(Oyserman, Terry,&Bybee, 2002).

وفى مرحلة المراهقة يعد المستقبل مكون هام لمفهوم الذات . ومن ناحية أخرى فإن النجاح الأكاديمى يعد عنصر رئيسى لتوجهات الذات المستقبلية.وتتضمن الذات المستقبلية كل من الصورة الإيجابية والسلبية للذات التى يتوقع الفرد أن يكون عليها فى المستقبل.كما أن فشل الفرد فى الوصول إلى الذات التى يطمح أن يكون عليها فى المستقبل ربما يعرضه إلى الشعور بالاكتئاب .خاصة عندما يشعر الشخص بالعجز فى تحقيق أهدافه الشخصية(Oyserman, Bybee, & Terry, 2006).

وقد استهدفت دراسة (Larroa, 2013) معرفة تأثير الذات المستقبلية المحتملة على الاداء الأكاديمى للطلاب .وأشارت نتائج الدراسة إلى أن تبنى الفرد لمفهوم ذات متوازن يساعد فى تحسين مستوى الإنجاز الأكاديمى؛كأن يطمح الفرد إلى التخرج من المرحلة الثانوية وهو فى ذلك الوقت يسعى إلى تجنب التسرب من المدرسة.

إن نظرية الذات المستقبلية المحتملة تمدنا بكل من رؤية الفرد الإيجابية المستقبلية عن ذاته ،وكذلك مخاوف الفرد المرتبطة بالخوف من الفشل فى تحقيق الأهداف فى المستقبل.

لذلك فإن تبنى الفرد لمفهوم ذات إيجابى يساعد فى:

- إمكانية التنبوء بمستقبل أفضل.
- زيادة مستوى دافعية الفرد.
- زيادة المشاعر الإيجابية.
- وضع أهداف مستقبلية،والتخطيط للمستقبل.
- النظرة التفاؤلية تجاة المستقبل(Lee , & Oyserman, 2017).
- النجاح الأكاديمى.
- زيادة مستوى إنتماء الطلاب إلى البيئة المدرسية.
- تحسين مستوى العملية التعليمية(Oyserman, Terry,&Bybee, 2002).

ويمكن اعتبار نظرية الذات المحتملة كمعبر معرفى لوصل الحاضر بالمستقبل ،وبيان كيفية انتقال الأفراد مما هم عليه فى الوقت الحاضر إلى ما سيكونوا عليه فى المستقبل.وتوضح النظرية توقعات الفرد عما سيكون عليه فى المستقبل،كما تشير إلى مجموعة من العوامل التى لها تأثير كبير فى تشكيل هوية الفرد ؛والتى تتضمن عوامل خاضعة لسيطرة الفرد ،وعوامل خارجة عن إرادة الفرد وتحكمه.فتبنى الفرد لرؤية مستقبلية إيجابية يتم من خلال القدرة على إتخاذ القرارات الصائبة،العزيمة الإصرار ،العمل الجاد(Harrison, 2018)

النظرية المعرفية:

تعزى قلق المستقبل إلى الأفكار غير العقلانية التى اختزنها الفرد فى ذاكرته تجاة الأحداث التى واجهته(أمانى محمد النجار،٢٠١٣،١٦٦).حيث أن الإدراك الخاطىء للأحداث ،والأفكار اللاعقلانية ،والنظرة السوداوية تدفع الفرد إلى القلق من المستقبل (نبيلة بريك ،سلاف مشرى ،٢٠١٨،٨٨).وفسرت هذة النظرية قلق المستقبل باعتبار أن الفرد يسبق المواقف بأنماط من التفكير السلبى ،والمبالغة فى تقدير خطورة المواقف مع التقليل من قدرة الفرد على التعامل مع تلك المواقف . ويرى أنصار تلك النظرية أن العمليات المعرفية المختلفة هى بمثابة محصلة أساسية لتجربة الفرد والنظرة المحيطة به ،فالفرد يكتسب التفكير المضطرب من خلال فشله فى تجربة معينة (مسعودة سالمي،٢٠١٨،٣٦٢).و قلق المستقبل وفقاً للنظرية المعرفية ينجم عن خبرات ماضية غير سارة ، مع تشويه إدراكى معرفى للواقع وللذات من خلال استحضار الذكريات والخبرات الماضية غير السارة (أحمد عيسى اللوغاني ،ودلال عبد الهادى الردعان ،٢٠١٨،٤٤١). وأشار (Santoso and Rizkiana 2019) إلى أن امتلاك الفرد لمهارات التفكير الإيجابى يؤدى إلى ضبط مستوى قلق المستقبل.

نظرية التنافر المعرفى فى تفسير قلق المستقبل:

إن الفكرة التى تنطلق منها نظرية التنافر المعرفى هى أن هناك تعارضاً أو تناقضاً بين المعتقدات التى يحملها الفرد وبين السلوك الذى يصدر عنه . وعادة ما يؤدى التعارض أو التناقض إلى إحداث حالة من التوتر وعدم الارتياح .ونستطيع القول استناداً إلى فكرة النظرية أن قلق المستقبل يستثار بفعل التناقض الحاصل فى مدركات الفرد أو فى الجوانب المعرفية لديه.وبذلك فإن الفرد الذى يتمتع بمؤهلات معينة ،سيضع لنفسه مكانة تنسجم وطبيعة مؤهلاته هذه.وبمقتضى ذلك يتوقع الفرد الحاصل على شهادة معينة أن ينال من المجتمع الاحترام والتقدير والجاه والمكانة اللائقة والأجر المناسب وفقاً للاعتبارات التى تؤهله إياها شهادته.غير أن الواقع الاجتماعى قد يكون مخالفاً لتوقعاته،إذ أن هناك الكثير من العاطلين عن العمل يحملون مؤهلاته نفسها ،وينالون عدم الاحترام والتقدير من المجتمع.الأمر الذى يعنى أن معتقداته التى يحملها عن الواقع ستكون متناقضة،مما يقوده إلى الاحساس بالإحباط ،وبالتالى إلى زيادة توتره(محمود شمال حسن،١٩٩٩،٧٧).

النظرية الأنسانية:

أما أصحاب الإتجاة الإنسانى فينظرون إلى القلق من زاوية تختلف جوهرياً عن غيرها من النظريات .فمن أهم العوامل المرتبطة بالقلق عند أصحاب المذهب الأنسانى هو سعى الفرد المتواصل إلى إيجاد مغزى لحياته أو هدف محدد لوجوده ،وإذا لم يتوصل إلى ذلك فإنه فى النتيجة النهائية يكون عرضه للقلق .ويطرح أصحاب الإتجاة الإنسانى كذلك تصوراً يتضمن الخوف من المستقبل يتمثل فيما يحمله من أحداث قد تهدد وجود الأنسان أو تهدد أنسانيته،فالقلق ينشأمما يتوقع الإنسان حدوثه،وليس ناشئاًعن ماضيه(فى: شاكر عقلة المحاميد،ومحمد إبراهيم السفاسفة،٢٠٠٧،١٣٢).

المنظور البيئى:

يرى أن البيئة عندما تكون مليئة بعوامل المشقة والتهديد والحرمان وقلة الفرص فهذا مدعاة لاستثارة قلق المستقبل لدى الأفراد.والتقافة البيئية المحيطة بالفرد من شأنها أن تخلق قدراً كبيراً من التوتر والقلق إذا احتوت على التعقيدات والمتناقضات التى يشعر معها الفرد بالتهديد والعجز وقلق الحيلة والعكس صحيح(فى:امال إبراهيم الفقى ،و سلوى محمد الهوساوى،٢٠١٥،٤٨).

فى ضوء إطلاع الباحثة على أدبيات البحث تم صياغة الفروض التالية:

(١) تنبئ بعض أبعاد الملل الأكاديمي دون غيرها بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية الفنية.

(٢) توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في قلق المستقبل.

(٣) توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في الملل الأكاديمى.

خطة البحث وإجراءاتها:

أولاً: عينة البحث:

أجرى البحث على عينة قوامها (100) طالبةً من طالبات المرحلة الثانوية الفنية التجارية ، تراوحت أعمارهم من (١٧- ٢٠عاماً) ، من مدارس (طلعت حرب الثانوية الفنية التجارية بنات رقم (١)، طلعت حرب الثانوية الفنية التجارية بنات رقم (٢)التابعة لإدارة غرب الزقازيق التعليمية بمحافظة الشرقية بجمهورية مصر العربية.

ثانياً:أدوات البحث:

(١)مقياس الملل الأكاديمي(إعداد: الباحثة).

تكون المقياس فى صورته النهائية من (٣٣) مفردة ؛موزعة على ثلاثة أبعاد:الشعور بعدم الإفادة (١٤) مفردة،الافتقار إلى الدافعية الذاتية (١٠) مفردات ،فرض القيود (٩) مفردات.

(٢) مقياس قلق المستقبل (إعداد: الباحثة).

تكون المقياس فى صورته النهائية من (٢١) مفردة ؛موزعة على بعدان:قلق المستقبل الدراسى (٩) مفردات،وقلق المستقبل المهنى (١٢) مفردة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

- تحليل الانحدار المتعدد المتدرج.(Stepwise Multuple Regression Analysis)
- أختبار(ت) للعينتين المستقلتين لدلالة الفروق بين المتوسطات.

نتائج البحث:

اختبار صحة الفرض البحثى ومناقشة نتائجه:

ينص الفرض البحثي على أنه : " تنبئ بعض أبعاد الملل الأكاديمي دون غيرها بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية الفنية".

ولاختبار صحة هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج Stepwise Multiple Regression Analysis فكانت النتائج كما بالجدول التالي :

جدول (١) تحليل التباين لانحدار المتغيرات المستقلة (أبعاد الملل الأكاديمي) علي المتغير التابع(الدرجة الكلية لقلق المستقبل)

المتغير التابع	المتغيرات المنبئة (المفسرة)	المعامل (R) الارتباط المتعدد	قيمة معامل تحديد المساهمة (R2)	قيمة (ف)لاختبار ANOVA	دلالة (ف)	قيمة BETA	قيمة (ت)	دلالة (ت)
الدرجة الكلية لقلق المستقبل	الشعور بعدم الإفادة	.329	.108	11.858	.001	329	3.444	.001
	الافتقار إلى الدافعية الذاتية					-.141	-1.346	.181
	فرض القيود					.202	1.799	.075

من أجل معرفة العلاقة بين قلق المستقبل والمتغيرات المفسرة (الشعور بعد الإفادة/الافتقار إلى الدافعية الذاتية/فرض القيود) تم استخدام نموذج الانحدار الخطى المتعدد (جدول "١")،والذى اعتبرت فيه متغيرات (الشعور بعدم الإفادة/الافتقار إلى الدافعية الذاتية/فرض القيود)كمتغيرات تفسيرية، ومتغير قلق المستقبل كمتغير تابع.وأظهرت نتائج نموذج الانحدار أن نموذج الانحدار معنوي ؛وذلك من خلال قيمة (ف) البالغة (١١,٨٥٨) بدلالة (.001) أصغر من مستوى المعنوية (0.01). وتفسر النتائج أن المتغيرات المفسرة تفسر (.108%) من التباين الحاصل في قلق المستقبل ؛ وذلك بالنظر إلى معامل التحديد (R2).كما جاءت قيمة (BETA) التي توضح العلاقة بين قلق المستقبل والشعور بعدم الإفادة بقيمة (.329) ذات دلالة إحصائية ؛ حيث يمكن استنتاج ذلك من قيمة (ت) والدلالة المرتبطة بها ؛ ويعنى ذلك أنه كلما أنخفض مستوى الشعور بعدم الإفادة بمقدار وحدة أنخفض مستوى قلق المستقبل بمقدار (.329) وحدة.فى حين لم يتنبأ كل من بعد الافتقار إلى الدافعية الذاتية ،وبعد فرض القيود بقلق المستقبل ؛حيث لم تصل (ت) إلى مستوى الدلالة الإحصائية.

ويمكن تفسير ذلك فى ضوء نظرية القيمة__ التحكم حيث تمدنا بوجهة نظر لبيان الأثار السلبية للملل الأكاديمى على الأداءالأكاديمى للطلاب ومستوى تحصيلهم العلمى.فمن المتوقع أن يشعر الفرد بالملل عندما يستقبل المهام والأنشطة التى تقدم له فى الموقف التعليمى على إنها لاقيمة لها.كذلك يظهر الملل فى كل من المواقف عاليه التحدى وكذلك المواقف متدنية التحدى.إن المكون الدافعى للملل ربما يدفع الفرد لترك أو تجنب الموقف الأكاديمى الذى يشعر فيه الشخص بقلة القيمة والفائدة من ناحية أو نقص قدرة الفرد على السيطرة على الموقف والتحكم فيه من ناحية أخرى.ومن هنا يؤثر الملل سلباً على مستوى دافعية الفرد ويعيق عملية التعلم (Tze, Daniels,& Klassen,2015).

ومن ناحية أخرى فإن توقعات اللأخرين عما سيكون عليه الفرد فى المستقبل ،ودور الأخرين فى حياة الفرد،ومدى توافر نماذج إيجابية للفرد ؛كل هذا له دور كبير فى تشكيل

توجهات الفرد المستقبلية . فالأسرة التى لا تعطى الأولوية لتعليم أبنائها ربما يدفع ذلك الفرد إلى تكوين مفهوم ذات أكاديمى سلبى حول إمكانية قدرته على مواصله تعليمه فى سنوات الدراسة اللاحقة(Lee, & Oyserman, 2006).

ينص الفرض الثانى على أنه :" **توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات طالبات** المرحلة **الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في قلق المستقبل".**

ولاختبار صحة هذا الفرض ، تم استخدام اختبار (ت) للعينيتين المستقلتين ، **فكانت النتائج كما بالجدول التالي:**

جدول (٢) الفروق بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في قلق المستقبل

الأبعاد	مجموعتي المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوي الدلالة
قلق المستقبل الدراسي	طالبات الصفوف الأولى	٥٠	19.54	3.813	.161	.٨٧٢
	طالبات الصفوف العليا	٥٠	19.42	3.626		
قلق المستقبل المهني	طالبات الصفوف الأولى	٥٠	26.32	4.905	.188	.851
	طالبات الصفوف العليا	٥٠	26.16	3.484		
الدرجة الكلية	طالبات الصفوف الأولى	٥٠	45.86	8.091	.198	.٨٤٤
	طالبات الصفوف العليا	٥٠	45.58	5.894		

يتضح من الجدول السابق أن مستوى دلالة (ت) أكبر من (0.05)؛وهذا يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في قلق المستقبل (جميع الأبعاد والدرجة الكلية).

يتضح مما سبق أن المستقبل يعد الهدف الذى توجه إليه طالبات المرحلة الثانوية الفنية جهودهن بغض النظر عن الصف الدراسى .فلكل طالبة أمال ترتبط بالذات الإيجابية المستقبلية التى تتفاءل الطالبة بأنها ستحققها فى المستقبل،وكذلك نجد تشاؤم الطالبات الناتج عن الخوف من تبنى مفهوم ذات سلبى فى المستقبل ،لذلك فإن الفرد يسعى إلى تجنب أن يكون ذات مفهوم سلبى فى المستقبل. وتم إجراء دراسة على عينة من طلاب المدارس المنتمين لأسر ذات مستوى اقتصادى/اجتماعى متدنى ،واستطلاع ارائهم نحو توجهاتهم المهنية المستقبلية. وذلك فى ضوء مدى إهتمامهم بالتعليم ،ودرجاتهم الأكاديمية فى المواد الدراسية فى بداية ونهاية العام الدراسى .وأشارت النتائج أنه عند النظر إلى العملية التعليمية على إنها وسيلة لتوفير العمل فى المستقبل خاصة فى أسر الطلاب ذات المستوى الاقتصادى/الاجتماعى المتدنى ،فإن الطلاب فى هذه الحالة يبذلون مجهوداً كبيراً فى تأدية

المهام المدرسية من أجل الحصول على درجات مرتفعة ،وبالتالى إمكانية الحصول على فرصة عمل فى المستقبل(Larroa, 2013).

إن ذات الفرد المستقبلية تتأثر فى تكوينها بكل من العوامل الذاتية الخاصة بالفرد،وكذلك العوامل البيئية المرتبطة بالبيئة المحيطة بالفرد؛ويمكن بيان ذلك فيما يلى:

(١) الخبرة السابقة للفرد:إن خبرات الفرد الماضية عن ذاته حول نجاحه أو فشله فى مجال معين له دور كبير فى توجهات الفرد المستقبلية ؛فالفرد الذى فشل فى تحقيق النجاح فى مجال معين فى الماضى ،فربما يدفعه ذلك إلى الخوف من عدم القدرة على تحقيق النجاح فى المستقبل.فالطلاب الفاشلين دراسياً،وذوى السلوك الجانح يكون لديهم إتجاهات سلبية حول إمكانية حصولهم على مهنة فى المستقبل.

(٢) **العوامل البيئية:**إن توقعات الأخرين عما سيكون عليه الفرد فى المستقبل ،ودور الأخرين فى حياة الفرد،ومدى توافر نماذج إيجابية للفرد ؛كل هذا له دور كبير فى تشكيل توجهات الفرد المستقبلية . فالأسرة التى لا تعطى الأولوية لتعليم أبنائها ربما يدفع ذلك الفرد إلى تكوين مفهوم ذات أكاديمى سلبى حول إمكانية قدرته على مواصله تعليمه فى سنوات الدراسة اللاحقة(Lee, & Oyserman, 2006).

ينص الفرض الثالث على أنه :" **توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في الملل الأكاديمي".**

ولاختبار صحة هذا الفرض ، تم استخدام اختبار (ت) للعينيتين المستقلتين ، **فكانت النتائج كما بالجدول التالي:**

جدول (٣) الفروق بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في الملل الأكاديمي

الأبعاد	مجموعتي المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوي الدلالة
الشعور بعدم الإفادة	طالبات الصفوف الأولى	٥٠	28.68	4.483	.428	.٦٦٩
	طالبات الصفوف العليا	٥٠	28.28	4.849		
الافتقار إلى الدافعية الذاتية	طالبات الصفوف الأولى	٥٠	15.74	3.083	-3.227	.٠٠٢
	طالبات الصفوف العليا	٥٠	17.98	3.820		
فرض القيود	طالبات الصفوف الأولى	٥٠	17.80	3.264	-.299	.٧٦٦
	طالبات الصفوف العليا	٥٠	18.00	3.429		
الدرجة الكلية	طالبات الصفوف الأولى	٥٠	62.22	9.013	-1.087	.٢٨٠
	طالبات الصفوف العليا	٥٠	64.26	9.733		

يتضح من الجدول السابق أن مستوى دلالة (ت) أكبر من (0.05)؛وهذا يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في الملل الأكاديمي؛ وذلك في كل من :بعد (الشعور بعدم الإفادة)، وبعد (فرض القيود) ،والدرجة الكلية. وعلاوة على ذلك يبين الجدول السابق أن مستوى دلالة (ت) أصغر من (0.05)؛وذلك في بعد (الافتقار إلى الدافعية الذاتية) وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات طالبات المرحلة الثانوية الفنية الملتحقات بالصفوف الدراسية الأولى والصفوف الدراسية العليا في بعد (الافتقار إلى الدافعية الذاتية) لصالح طالبات الصفوف الدراسية العليا.

يتضح مما سبق الاثار السلبية للملل الأكاديمى على عملية التعلم .فقد أكدت نتائج دراسة يزيد عيسى السورطى(٢٠٠٨) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تعرض الطلاب للملل الأكاديمي وفقاً للسنة الدراسية.وأشارت نتائج بعض الدراسات إلى أنه فى بحث تم إجراءه على عينة شملت (٤٧٠) أن هناك ارتباط بين الملل ومعدلات التسرب المرتفعة لدى طلاب المراحل الثانوية. ومما هوجدير بالذكر أن للملل أثار سلبية على التكيف الأكاديمى للطلاب ومهاراتهم المعرفية (Lehr and Todman,2009).

وأشارت نتائج دراسة Tze(2011)إلى وجود علاقة عكسية بين الملل الأكاديمى والأنجاز الأكاديمى.كما بينت النتائج أن الملل الأكاديمى أثر فى الكفاءة الذاتية للطلاب المرتبطة بالقدرة على التعلم الذاتى المنظم. فالملل الأكاديمى يؤدى إلى انخفاض مستوى الأداء الأكاديمى للطلاب .(Larson, & Richards, 1991 ,418)ويشير (Mora, 2011,2)أن الملل الأكاديمى يؤثر على سلوك الطلاب المراهقين بمرحلة التعليم الثانوى ؛فيؤثر على رغبتهم فى مواصلة الحصة الدراسية،ويجعلهم يسلكون بشكل فوضوى. وعلاوة على ذلك فإن طالبات الصفوف العليا قد قضين أعواماً دراسية أكثر فى بيئة التعليم الفنى التجارى التى تكاد تخلومن ورش العمل بالمقارنة بطالبات الصفوف الأولى الملتحقات حديثاً بالمدرسة.

ويرى (Alshoraty, 2014,424)أن للملل الأكاديمى أثار سلبية على العملية التعليمية والتى تتضح فى العنف والعدوان ،تشتت الانتباة، ،الهروب من المدرسة ،ارتفاع نسبة الغياب عن المدرسة ،القلق ،الاكتئاب،التطاول على المعلمين ،الغش فى الامتحانات،وإهمال الدروس والمهام المدرسية،ويضيف (Belton, & Priyadharshini 2007, 587,) أن شعورالطلاب بالملل داخل البيئة المدرسية قد يدفعهم إلى تناول المواد المخدرة ،الاندفاعية والسلوك التهورى.وقد توصلت نتائج دراسة(-Wasson, 1981 , 901 902)التى تم اجرائها على عينة من طلاب المرحلة الثانوية ؛أن مستويات الملل الأكاديمى المرتفعة ارتبطت إلى حد كبير بالسلوك الجانح لدى الطلاب ؛وذلك بنسبة (٠,٣٦) لدى الذكور،ونسبة (٠,٢٦) لدى الإناث.

وعلى الرغم من ذلك فإن الملل المرتبط بوجود وقت فراغ لدى الطلاب قد يدفعهم إلى التفكير فى طرق أكثر إبداعية،وينمى لديهم مهارات حل المشكلات والتفكير الإيجابى للتغلب على شعورهم بالملل الأكاديمى(Belton, & Priyadharshini ,2007, 587).

المراجع

١. أحمد الشريفين،ومنار بنى مصطفى،ورامى طشطوش(٢٠١٤).فاعلية خدمات الإرشاد المهنى وقلق المستقبل المهنى والعلاقة بينهما لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية فى الاردن،**مجلة الدراسات التربوية والنفسية-سلطنة عمان**،يوليو،٨(٣)،٤٧٤-٤٩٠.

٢. أحمد عيسى اللوغاني ، ودلال عبد الهادى الردعان(٢٠١٨).أنماط التفكير وعلاقتها بالقلق من المستقبل لدى طلبة كلية التربية الأساسية، **مجلة العلوم التربوية**، ٢٦ (٤) ، أكتوبر، ٤٢٧-٤٦٣.

٣. أمال إبراهيم الفقى ،وسلوى محمد الهوساوى(٢٠١٥).النرجسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الدراسات العليا ،دراسات تربوية ونفسية،**مجلة كلية التربية بالزقازيق**،يناير،٢(٨٦).

٤. أمانى محمد النجار(٢٠١٣).فعالية برنامج علاجي قائم على أنشطة اللعب لتخفيف قلق المستقبل وأثره في تحسين مستوى الطموح لدى المراهقات الصغار ضعاف السمع، **مجلة كلية التربية (جامعة بنها)** – مصر، أبريل،٢٤(٩٤)،١٥٩-٢٠٩.

٥. جويدة باحمد،و مبدوعة زوليخة طوطاوي (٢٠١٨). قلق المستقبل لدى تلاميذ التعليم عن بعد المتمدرسين بمركزي تيزي وزو وبجاية، **مجلة العلوم النفسية والتربوية**، ٧(٢) ، ديسمبر ،٣٩٣-٤٠٦.

٦. راجى الصرايرة(٢٠٠٨). القلق على المستقبل المهني وعلاقته بالرضا عن الدراسةوالمستوى الدراسي والمعدل التراكمي والنوع لدى طلبة كليةالعلوم التربوية في جامعة الطفيلة التقنية،**مجلة كلية التربية - عين شمس –مصر**،٤(٣٢)،٦١٣-٦٤٦.

٧. رانيا حفنى(٢٠١٤). لا مكان ولا مكانة التعليم الفنى فى مصر.مأساة - الأهرام اليومي. **9 مايو ٢٠١٤ السنة ١٣٨ العدد ٤٦٥٤٠** Retrieved from http://www.ahram.org.eg/NewsQ/284986.aspx

٨. ريم فهد الدويلة (٢٠١٩).الملل الأكاديمي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت، **مجلة كلية التربية** ،جامعة الأزهر، أكتوبر، العدد(١٨٤،الجزء الثانى)،١٩١-٢١٦.

٩. سعيد بن أحمد آل شويل (٢٠١٨).قلق المستقبل وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة الباحة، **مجلة العلوم التربوية**، ٢٦(٤١)، أكتوبر،٢٢٥-٢٨٥.

١٠. شاكر عقلة المحاميد،ومحمد إبراهيم السفاسفة(٢٠٠٧).قلق المستقبل المهنى لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات،**مجلة العلوم التربوية والنفسية- البحرين**،سبتمبر،٨(٣)،١٢٧-١٤٢.
١١. عائشة بنت فهد ابن يحيا(٢٠١٥).قلق المستقبل وعلاقته بالمساندة الأجتماعية لدى طالبات المرحلة الجامعية فى مدينة الرياض،**مجلة الإرشاد النفسى**- مصر،أبريل،(٤٢)،١٨٣-٢٢٩.
١٢. علي عليج الجميلي(٢٠٠٩).أثر التدريب على حل المشكلات فى خفض قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية، **مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية - كلية التربية الأساسية - جامعة الموصل –العراق**،٨(٤)،٣٧-٣٦.
١٣. عمرو رمضان أحمد(٢٠١٣).قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة،**مجلة العلوم التربوية- مصر**،أبريل،٢١(٢)،٥٠٧-٥٢٨.
١٤. محمود شمال حسن(١٩٩٩). قلق المستقبل لدي الشباب المتخرجين من الجامعات،**المستقبل العربى (لبنان)**،٢٢(٢٤٩)،نوفمبر،٧٠-٨٥.
١٥. مسعودة سالمي(٢٠١٨). قلق المستقبل المهني لدى طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، **مجلة العلوم النفسية والتربوية**، ٦(١)، مارس، ٣٥٨-٣٧٦.
١٦. ميلاد عبد القادر فتنة(٢٠١٧).العلاقة بين قلق المستقبل وتقدير الذات لدى عينة من طلاب جامعة المرقب،**مجلة أبحاث- كلية الأداب**-جامعة سرت-ليبيا،مارس،(٩)،٢٨٥-٣٢٣.
١٧. نادية الأمين الزبير،و مكي بابكر ديوا (٢٠١٧).قلق المستقبل وعلاقته بالمستوى الطموح لدى طالبات كليات التربية في الجامعات السودانية ،**مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية** / جامعة بابل،(٣٦)،١١٥-١٢٩.
١٨. ناهد شريف سعود(٢٠١٤).فاعلية برنامج إرشادى فى خفض قلق المستقبل والتشاؤم لدى عينة من طالبات كلية التربية جامعة القصيم،**مجلة الإرشاد النفسى- مصر**،أبريل،(٣٨)،٢٣٩-٢٨٤.
١٩. نبيلة بريك ،سلاف مشرى (٢٠١٨).قلق المستقبل المهنى لدى المراهقين من ذوى الإعاقة البصرية فى ضوء بعض المتغيرات ،**مجلة جامعة القدس المفتوحة للبحوث الإنسانية والإجتماعية**،١(٤٧)،٨٥ – ١٠٠.
٢٠. نجاح عواد السميرى،وعايدة شعبان صالح(٢٠١٣).فاعلية برنامج إرشادى بتقنيات العقل والجسم لخفض حدة قلق المستقبل لدى طالبات جامعة الأقصى بمحافظة غزة،**مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**،المجلد الحادى والعشرون،(٢)،٦٣-٩٨.
٢١. هذال بن عبدالله العتيبي(٢٠١٦).أثر قلق المستقبل على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، **مجلة كلية التربية بأسيوط –مصر**،أكتوبر،٣٢،(٤)،٤٢٦-٤٥٧.

٢٢. ياسمينا محمد يونس(٢٠١٨).قلق المستقبل المهنى وعلاقته بوجهة الضبط(الداخلى-الخارجى)وبعض المتغيرات الأخرى لدى عينة من طالبات معلمات رياض الأطفال،دراسات تربويه ونفسية : **مجلة كلية التربية بالزقازيق – مصر**،أبريل، (٩٩)،١٨٣-٢٦٢.

٢٣. يزيد عيسى السورطى(٢٠٠٨). درجة تعرض طلبة تخصص معلم صف فى الجامعة الهاشمية للملل الأكاديمى وعلاقتها ببعض المتغيرات،**دراسات العلوم التربوية** ،الأردن، ٣٥ (١)، ٥٧-٦٦ .

24. Al Matarneh, A.,& Altrawneh, A.(2014). Constructing a scale of future anxiety for the students at public Jordanian universities. *International Journal of Academic Research* ,6(5), 180-188.
25. Alqaisy, L.,& Thawabieh, A.(2016). Personal Traits and their Relationship with Future Anxiety and Achievement, *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 4(2), 122-130.
26. Alshoraty, Y.(2014). Sources and Consequences of Boredom in Arab Education, *European Journal of Social Sciences*, 42 (3), March, 420-426.
27. Bai, H. (2010). Research on the characteristics of academic emotion of middle school students and its relationship with academic self-efficacy and academic achievement. *Dissertation Abstracts International*,75(2-C).
28. Beal, S.(2011). "The Development of Future Orientation: Underpinnings and Related Constructs" (2011). *Theses, Dissertations, and Student Research: Department of Psychology*. 32, University of Nebraska - Lincoln.
29. Belton, T. & Priyadharshini, E. (2007). Boredom and schooling: a cross-disciplinary exploration . *Cambridge Journal of Education, 37*(4), 579–595.
30. Bench,` S.,& lend, H.(2013).On the function of boredom, *Behavioral Sciences*, 3, 459-472.
31. Chapman, K. (2013). Boredom in the german foreign language classroom. *Dissertation Abstracts International*,74 (10-E).
32. Danckert, J.(2017). Special topic introduction: understanding engagement: mind-wandering, boredom and attention , *Experimental Brain Research* , March, University of Waterloo, Canada.
33. Danckert, J., & Merrifild, C.(2016). Boredom, sustained attention and the default mode network.*Experimental Brain Research, March, University of Waterloo, Canada*.
34. Daniels, L. ,Tze, V., Goetz, T.(2015).Examining boredom: Different causes for different coping profiles. *Learning and Individual Differences*, 37, January, 255-261.

35. Davies, J. ,& Fortney, M.(2012). The Menton Theory of Engagement and Boredom, *First Annual Conference on Advances in Cognitive Systems*.131-143.
36. Dong He, X.,& Yu Zhou, X. (2012). Hope, Fear and Aspirations, *conference participants at the Chinese University of Hong Kong*, Columbia University,1-52.
37. Eastwood, J., Frischen, A., Fenske, M., & Smilek, D.(2012).The Unengaged Mind: Defining Boredom in Terms of Attention, *Perspectives on Psychological Science* , September, 7(5) 482–495.
38. Fahlman, S., Mercer, K., Gaskovski, P., Eastwood, A., & Eastwood, J. (2009). Does a Lack of Life Meaning Cause Boredom? Results from Psychometric, Longitudinal, and Experimental Analyses. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(3), 307-340.
39. Fahlman,S.(2009).Development and validation of the Multidimensional State Boredom Scale.*York University,Canada*.
40. Hammad, M.(2016). Future Anxiety and its Relationship to Students' Attitude toward Academic Specialization, *Journal of Education and Practice*, 7 (15),54-65.
41. Harrison, N.(2018). Using the Lens of 'Possible Selves' to Explore Access to Higher Education: A New Conceptual Model for Practice, Policy, and Research, *social sciences*,1-21.
42. Hawkins, W. , Heffernan, N. ,& Baker, R.(2013).Which Is More Responsible for Boredom inIntelligent Tutoring Systems: Students (Trait) or Problems (State)?, *Humaine Interaction*, 2-5 Sept.
43. Hicks , D.(1994).Tomorrow's world: Children's hopes and fears for the future, *Educational and Child Psychology* , January ,11, 63-70 .
44. Jennifer, J. , Walcutt, V., Fiorella, L., Carper, T.,& Schatz, S. (2012). The definition, assessment, and mitigation of state boredom within educational settings: A comprehensive review,*Educational Psychology Review*, 24(1), 89-111.
45. Jeste,P.,Lieberman,J.,Fassler,D.,Peele,R.,Benson,S.,Young,M.,&et al (2013).Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. *American Psychiatric Association*,DSM-5. London, England.

46. Kaboli, S.,& Tapio , P.(2018).How late-modern nomads imagine tomorrow? A Causal Layered Analysis practice to explore the images of the future of young adults, *Futures* ,96, February, 32-43.
47. Kara, F.(2017). Examination of Relationship Between Leisure Boredom and Leisure Constraints, January ,*Sport Sciences*,12(3),24-36.
48. Kenioua, M.,& Abd El-kadder , B.(2018). Future anxiety and its relationship to level of aspiration among physical education students,*Article, Physical Education and Sport Institute, Mostaganem University*. 328-338.
49. Kooij, D., Rudolph, C., Kanfer, R.,& Betts , M.(2018). Future Time Perspective: A Systematic Review and Meta-Analysis, *Journal of Applied Psychology* , April, 1-27.
50. Krannich, M. , Goetz, T. , Lipnevich, A., Bieg, M., Roos, A. , Becker, E., & Morger, V.(2019). Being over- or underchallenged in class: Effcts on students' career aspirations via academic self-concept and boredom ,*Learning and Individual Differences,* Volume 69, January, 206-218.
51. Larroa,L.(2013).What Do I Want To Do And How Do I Get There?A possible selves approach to motivation in education,*Athesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the Degree of doctor of clinical psychology at Massey University,Wellington,New Zealand.*
52. Larson, R. ,& Richards, M. (1991). Boredom in the middle school years: blaming schools versus blaming students. *American Journal of Education*, *99*(4), 418–443.
53. Le Pera, N.(2011). Relationships Between Boredom PronenessMindfulness,Anxiety, Depression, and Substance Use, *The New School Psychology Bulletin*, Vol. 8, No.2, 1931-7948
54. Lee, S.,& Oyserman, D.(2006). Possible Selves Theory, *The Gale Group*.
55. Lee , S.& Oyserman,D.*(2017).*Possible selves theory: Key terms and processes, *The Gale Group.*
56. Lehr, E. ,& Todman, M.(2009).Boredom and Boredom Proneness in Children: Implications for Academic and Social Adjustment, Self-Regulation and Social Competence: *Psychological Studies in Identity*, Achievement and Work-Family Dynamics. Athens: Atiner Press.
57. Lens, W., Palxao , M., Herrera , D.,& Grobler , A.(2012).Future time perspective as a motivational variable: Content and extension of future goals

affect the quantity and quality of motivation, *Japanese Psychological Research*, 54(3), 321–333.

58. Macklem, G.(2015).Boredom in the chassroom:Addressing Student Motivation,Self-Regulation,and Engagement in learning.New York:*Library of congress.*
59. Mora, R.(2011). "School is So Boring": High-Stakes Testing and Boredom at an Urban Middle School, *Perspectives on Urban Education*, 9 (1) ,Fall ,1-9.
60. Ostler, M.(2017).a cognitive architecture for menten theory, *A thesis submitted to the Faculty of Cognitive Science in partial fulfillment of the Undergraduate requirements for the degree of Bachelor of Cognitive Science*, Carleton University.
61. Oyserman, D., Bybee, D.,& Terry, K.(2006). Possible Selves and Academic Outcomes: How and When Possible Selves Impel Action, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 91, No. 1, 188–204.
62. Oyserman,D.Terry,K.,&Bybee,D.(2002).A possible selves intervention to enhance school involvement, *Journal of Adolescence, 25, 313–326.*
63. Schutz, P., Pekrun, R.(2007).The control-value theory of achievement emotions:An integrative approach to emotions in education.*Amsterdam*:Accademic press,13-36.
64. Sharp, J., Hemmings, B., Kay, R. & Atkin, C.(2017).Academic boredom, approaches to learning and the final-year degree outcomes of undergraduate students, *Journal of Further and Higher Education,1-23.*Published Online: 02 Aug 2017
65. Sharp, J., Hemmings, B., Kay, R., Murphy, B. & Elliott, S.(2016). Academic boredom among students in higher education: A mixed-methods exploration of characteristics, contributors and consequences. *Journal of Further and Higher Education*,657-677.Published Online: 17 May 2016
66. Sharp, J., Hemmings, B., Kay, R., & Sharp, Jane C. (2017). Academic boredom and the perceived course experiences of final year Education Studies students at university. *Journal of Further and Higher Education,1-27.*Published Online: 20 Nov 2017
67. Shepard, B.,& Quressette, S. (2010). Possible Selves Mapping Intervention: Rural Women and Beyond , *Paper based on a program*

presented at the 2008 Career Development Association of Alberta Conference, April 30-May 2, 2008, Edmonton, Alberta.

68. Simons,J.,Vansteenkiste,M.,Lens,W.,&Lacante,M. (2004). Placing Motivation and Future Time Perspective Theory in a Temporal Perspective, *Effects of Time Perspective on Student Motivation.* Part (2), 16(2),121-139.
69. Simonton, K., Garn, A.(2017). Class-Related Emotions in Secondary Physical Education: A Control-Value Theory Approach , *Journal of Teaching in Physical Education* , May , 36, 409-418.
70. Tze, M. (2011). Investigating academic boredom in canadian and chinese students. *A thesis submitted to the Faculty of Graduate Studies and Research in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Education* .University of Alberta.
71. Tze, V., Daniels, L., & Klassen, R.(2015). Evaluating the Relationship Between Boredom and Academic Outcomes: A Meta-Analysis, *Educational Psychology Review*,October.
72. Tze, V., Klassen, R.,& Daniels, L.(2014). patterns of boredom and its relationship with perceived autonomy support and engagement. *Contemporary Educational Psychology*,39(3),July,175-187.
73. Wasson, A. (1981). Susceptibility to boredom and deviant behavior at school. *Psychological Reports, 48,* 901-902.
74. Zaleski, Z.(1996). Future Anxiety: concept, measurement, and preliminary research, *Personality and Individual Differences,* 2 (2), August, 165-174.