

الصمود النفسي وعلاقته بقلق المستقبل
لدى عينة من طلاب جامعة الطائف

إعداد

أ/ صالح سعيد الغامدي

موظف في وزارة الداخلية- الأمن العام

الصمود النفسي وعلاقته بقلق المستقبل

لدى عينة من طلاب جامعة الطائف

أ/ صالح سعيد الغامدي*

ملخص:

هدفت الدراسة تعرّف درجة الصمود النفسي ومظاهر قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، والكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، وأيضاً الكشف عن إمكانية التنبؤ في قلق المستقبل من خلال درجات الصمود النفسي. ولتحقيق أهداف الدراسة اتبعت المنهج الوصفي الارتباطي، حيث تم تطبيق مقياسين كأداة لجمع البيانات الأولى مقياس قلق المستقبل من إعداد المشيخي (٢٠٠٩م) تكوّن من (٤٣) فقرة والأخر مقياس الصمود النفسي من إعداد (الطلاع، ٢٠١٦) الذي تكوّن من (٢٥) فقرة تم التأكد من صدق وثبات المقياسين بتطبيقه على عينة استطلاعية (٣٠) طالباً. وتكوّن مجتمع الدراسة من ٣٦٤١ طالباً منهم ٢٥٧٨ طالب من كلية العلوم، و١٠٦٣ من كلية الآداب، تم اختيار (٣٥٠) طالباً منهم بالطريقة العشوائية البسيطة فأسفرت نتائج الدراسة أن المتوسط الكلي لقلق المستقبل بدرجة متوسطة، وأن المتوسط الكلي للصمود النفسي بدرجة متوسطة، وتبين وجود علاقة ارتباطيه عكسية بين قلق المستقبل ومتغير الصمود النفسي، ويمكن التنبؤ بدرجات قلق المستقبل من خلال معرفة الدرجة الكلية للصمود النفسي وابعادها، وأوصت الدراسة بالاهتمام بالطلبة الذين يعانون من قلق المستقبل خلال الارشاد والتوجيه الأكاديمي وتصميم البرامج والتدخلات التربوية المناسبة لتلبية احتياجاتهم الأكاديمية والنفسية والاجتماعية.

* أ/ صالح سعيد الغامدي: موظف في وزارة الداخلية - الأمن العام.

Psychological resilience and its relationship to future anxiety among a sample of Taif University students

Prepared by: Saleh Saeed Al-Ghamdi

(employee at the Ministry of Interior / Public Security)

Abstract

The study aimed to identify the degree of psychological resilience and manifestations of future anxiety among university students, to reveal the relationship between psychological resilience and future anxiety in a sample of university students, and also to reveal the possibility of predicting future anxiety through degrees of psychological resilience. In order to achieve the objectives of the study, the correlational approach was followed, whereby two scales were applied as a tool to collect data. The first measure of future anxiety was prepared by Presbyterians (2009 CE) consisting of (43) paragraphs, and the other was the scale of psychological resilience prepared by (Al Talaa, 2016), which consisted of (25) A paragraph where the validity and reliability of the two scales were verified by applying it to a survey sample of (30) students. The study population consisted of 3,641 students, including 2578 students from the College of Science, and 1063 from the College of Arts. (350) students were selected by the simple random method. It has been shown that there is an inverse correlation between future anxiety and the psychological resilience variable, and the degrees of future anxiety can be predicted through knowing the total degree of psychological resilience and its dimensions, and the study recommended attention to students who suffer from future anxiety during academic counseling and guidance and designing appropriate educational programs and interventions to meet their academic needs. Psychological and social.

المقدمة:

إن التطور المذهل والمتسارع في شتى المجالات العلمية والتكنولوجية أضحي السمة الرئيسية لهذا العصر، حيث أدى هذا التغير المستمر إلى ضغوط على الفرد تتطلب منه أن يواكب هذا التطور ومسايرته والتغلب على كثير من العقبات التي تواجهه، فأصبح التنبؤ بما يخبئه المستقبل باعثاً للخوف والقلق، ويرى علماء النفس إلى أن القلق جزء لا يتفصل عن الحياة البشرية، وأن له أنواع متعددة وأصناف مختلفة، والقلق لا يُعتبر انفعالاً يشعر به الناس فحسب، بل إنه خاصية عامة وعالمية، فمن منا لم يمر بلحظات من الروع عندما يواجه موقفاً مهدداً لأمنه وطمأنينته، وخاصة إذا تعلق الأمر بالمستقبل والتفكير فيه، وفي هذا الشأن فقد عدّ الداهري (٢٠٠٥م، ١٠٩) أنّ القلق أحد أبرز وأكثر الاضطرابات النفسية التي يصاب بها الأفراد نتيجة لضغوط هذه الحياة وتعقيداتها وتفكيره بالمستقبل وواقع المجتمع الذي يعيش فيه، وما يتخلله من مراحل ومواقف صعبه تجعله متوتراً أو قلقاً.

ومن أبرز المحاولات لتفسير ذلك ما أشارت إليه شقير (٢٠٠٥، ١٩) حيث ذكرت أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل خوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضيه وحاضرة أيضاً يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار وتسبب لديه هذه الحالة شيء من التشاؤم واليأس الذي يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب نفسي خطير، فمن الواضح أن قلق المستقبل لا ينتج فقط من مجهول كما أشارت إلى ذلك شقير (٢٠٠٥م) بل إن الواقع وظروفه أحد الأسباب التي يمكن أن تثيره. حيث يلفت الانتباه إلى ذلك عبدالسميع وحجازي، وسليمان (٢٠١٤، ٣٢) بأنه على مستوى الحياة الجامعية ما يثير قلق الشباب هو المستقبل فالمستقبل يتضمن النجاح في العمل وتحقيق الذات والإمكانات الكافية والنجاح في العلاقات مع الآخرين وتكوين الأسرة؛ لذا يستشعرون الشباب إحباطاً وقلقاً على ذواتهم ومستقبلهم ووجودهم، ويعتمد ذلك على قدرتهم على الصمود النفسي أمام المشكلات والضغوطات الحياتية، ويرى المشيخي (٢٠٠٩، ٨) إن الغموض وعدم معرفة المستقبل يقود إلى العجز وإلى ارتفاع نسبة القلق وعندما يشعر الفرد أن مستقبله ليس تحت سيطرته تزداد رؤيته المشوشة للمستقبل، ويعتمد ذلك على

عوامل نفسية كثيرة لعل أبرزها الصمود النفسي، فيذكر سيجنر (Seginer, 2003) (12) مجرد التفكير بالمستقبل قد يدفع الفرد ويحرك سلوكه وتحدد الاكتشافات والخيارات وصنع القرارات وهذا كله بالطبع يعتمد على قدرة الفرد على التخطيط والتعامل مع المواقف الضاغطة، من خلال ما يُعرف بالصمود النفسي (Psychological Resilience) الذي عُرف في مجال علم النفس الايجابي في الوقت الراهن بإستخدامات متعددة منها، القدرة على التحمل، والقدرة على مواجهة الشدائد والمصاعب بصلاية، والقدرة على التعافي والتجاوز السريع للتأثيرات السلبية لأحداث الحياة (محمد، ٢٠١٥، ٦٠٨) والصمود بناء وافد من علم المواد، ويصف المواد التي تستعيد خواصها بعد التعرض للطرق أو التمدد أو الانكماش وغيرها من المؤثرات الخارجية، وهو يحمل نفس المعنى الذي يحمله الصمود في علم النفس إذ يعني القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد التعرض للمحن والصعاب بل وقد يوظف هذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل، وهو بالتالي مفهوم دينامية وديالكتيكية يحمل في معناه الثبات، كما يحمل الحركة. (أبو حلاوة، ٢٠١٣/أ، ٢٩).

وقد ظهرت دراسات الصمود منذ خمسين عاماً، ولكنها نشطت في العشرين عام الأخيرة زاد عدد الباحثين، بسبب التقدم التكنولوجي الذي زاد من مشاكل الشباب وزادت وتنوعت إهتمامات الباحثين، وتعمقت وانتشرت الممارسات المهنية، وكانت البداية في ملاحظة تكررت ولفتت الانتباه إلى شباب تعرضوا للمحن والصعاب التي ترتبط في الأغلب بنواتج سلبية كالتسرب أو التعثر في التعليم، أو الجناح ومظاهر العداة الاجتماعي أو الاضطراب النفسي، ولكنهم وعلى الرغم مما تعرضوا له حققوا النجاح والتكامل على المستوى الشخصي والمهني والاجتماعي (سام وروبرت، ٢٠١١، ٢٣).

كما تعددت أهداف دراسة الصمود النفسي الخطر أو عوامل الحماية وتأثيراتها على الشباب، لتشمل توظيف المعرفة في التدخل الإكلينيكي لبناء التوجهات العقلية، وترجع أهمية صمود التوجه العقلي، إلى رؤية مؤداها أنه لا يوجد أحد لديه مناعة ضد الضغوط في بيئتنا المليئة بالتوترات، هذه البيئة التي هيأناها لنعد راشدين فاعلين، وحتى الذين لم يتعرضوا لمحن أو صدمات، ولم يتحملوا أعباء القلق والتوتر فإنهم يستشعرون الضغوط المحيطة بهم والتوقعات التي تلاحقهم،

ولذلك كان اهتمام هذا المجال بتحديد المتغيرات التي تبني الصمود في مواجهة الصعاب والمحن، ووضع نماذج تطبيقية لها، وكل فرد يجب أن يكون قادراً على تنمية توجه عقلي يتسم بالصمود سوف يكون أكثر قدرة على التعامل بكفاءة مع الضغوط والتوترات، وعلى مواجهة التحديات اليومية، وعلى التعافي عند مواجهة الصدمات والمحن والصعاب، وعلى وضع أهداف واضحة وواقعية وعلى حل مشكلاته، وعلى التواصل بكفاءة مع الغير وعلى احترام نفسه واحترام الغير (سام وروبرت، ٢٠١١، ٢٣)

ويرى أبو حلاوة (٢٠١٣/ب، ١٩-٢٠) ان مصطلح الصمود النفسي يشتمل على اربعة مفاهيم نفسية مجتمعه وهي (الصلابة والمرونة والوقاية والدافعية) ومن عوامل الوقاية التي تمارس تأثيراً تحصيلياً للصمود النفسي العلاقات الالدية الإيجابية، والمساندة الاجتماعية، وأشارت دراسات كثيرة بارتباط قلق المستقبل بالمرونة والصلابة النفسية بينما نقل الدراسات التي تناولت العلاقة بين الصمود النفسي وقلق المستقبل، وبناء على ماسبق حاولت الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي وقلق المستقبل لدى طلاب جامعة الطائف.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

يعد قلق المستقبل والصمود النفسي إحدى الظواهر الواضحة في المؤسسات التعليمية الجامعية نتيجة ما يحدث فيها من تغيرات نفسية واجتماعية على بنية ووعي الطالب، فقد أشارت إلى ذلك عدة دراسات القرشي (٢٠١٢) والعنزي (٢٠١٠) والمشخي (٢٠٠٩م) والثنيان (٢٠٠٩م) كما أكدت دراسة فاضل (٢٠١٣، ٢) إن أية إعاقة أو ضغوط حياتية يتعرض لها طلاب الجامعة أثناء دراستهم ستترك آثارها السلبية على صحة النفسية والجسمية . كما أكد عشري (٢٠٠٤م) إلى أن البيئة الثقافية تلعب دوراً في قلق المستقبل تبعاً للظروف العامة التي تحيط بالمجموعة، وأشارت دراسة بريان وانجيلا (Bryan, Angela , 2004) الى علاقة قلق المستقبل مع متغيرات المرونة النفسية والصلابة والتعامل مع الاحداث المثيرة وسلوك المخاطرة، بينما بالبيئة العربية والخليجية هناك ندرة في الدراسات التي اهتمت بكشف العلاقة بين قلق المستقبل والصمود النفسي، فمعظم الدراسات التي أمكن الاطلاع عليها تناولت إما مستوى الطموح أو دافعية الانجاز كدراسة القرشي (٢٠١٢) وقلق الاختبار كدراسة حسانين (٢٠٠٠م) والطموح

وفاعلية الذات كدراسة المشيخي (٢٠٠٩) وعلى ضوء ما سبق تكمن مشكلة الدراسة على وجه التحديد معرفة العلاقة بين الصمود النفسي وقلق المستقبل لدى طلاب جامعة الطائف خاصة وأنه بالمملكة العربية السعودية شهدت بالسنوات الأخيرة عن افتتاح العديد من المؤسسات الجامعية وزيادة عدد الدارسين الذين يتوافدون إليها من بيئات ثقافية متباينة . وعليه فالاهتمام بدراسة قلق المستقبل والصمود النفسي لدى طلاب الجامعة وما ينتج عنه هو اهتمام بثروة من ثروات الوطن لأنهم عماد المستقبل وركيزة من ركائزه التي لاغني عنها . لذا سعت هذه الدراسة على وجه التحديد معرفة العلاقة بين قلق المستقبل والصمود النفسي من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

- (١) ما درجة الصمود النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب جامعة الطائف؟
- (٢) ما مظاهر قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الطائف؟
- (٣) هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة بالطائف؟

(٤) هل يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال درجات الطلاب في الصمود النفسي؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى معرفة مظاهر قلق المستقبل والصمود النفسي لدى طلاب الجامعة ومعرفة العلاقة بين قلق المستقبل والصمود النفسي لدى طلاب الجامعة، وتعرف إمكانية التنبؤ في قلق المستقبل من خلال الصمود النفسي وأبعاده.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في اهتمامها بشريحة كبيرة من المجتمع السعودي وهم شبابها الجامعيين الذين اجتهدوا وثابروا في تحصيلهم الدراسي خلال سنوات دراستهم بمرحلة التعليم العام إلى أن بلغوا مرحلة التعليم العالي، وهذه الفئة المتميزة تمر بهم بعضاً من المشكلات النفسية وضغوطات الحياة اليومية والمستقبلية، مما يؤثر سلباً على صحتهم النفسية والجسدية، وبالتالي ينبغي تعرف درجة تحملهم للمشكلات الضاغطة، فاكتسبت الدراسة أهميتها من خلال جانبين وهما:

أ- الأهمية النظرية:

(١) تتناول الدراسة ظاهرة نفسية يُشيع انتشارها بين طلاب الجامعة بشكل كبير، وأصبحت ظاهرة ازداد تواترها في هذا العصر المحمل بالأعباء والضغوط التي لا يمكن تحييدها نتيجة المتغيرات المؤثرة والمتلاحقة على شباب اليوم الاجتماعية منها والاقتصادية والسياسية والطموحات الشخصية، مما تساعد النتائج التي تتوصل إليها الدراسة الحالية في المعرفة التراكمية لقلق المستقبل والصمود النفسي

(٢) أهمية تعرّف المؤشرات والمظاهر التي تدل على الصمود النفسي وقلق المستقبل وتسلط الضوء على ابرز العوامل التي تساهم بها، مما يساهم بأدبيات الموضوع التي تناولت العوامل التي تؤثر على قلق المستقبل من خلال العلاقة التنبؤية التي قد تكشف عنها نتائج الدراسة.

(٣) الحاجة النظرية المتزايدة لربط متغير قلق المستقبل بغيره من المتغيرات التي لها تأثير على حياة الفرد ومعرفة إسهام اثنين من المتغيرات النفسية وهما قلق المستقبل والصمود النفسي على شخصية طلاب المرحلة الجامعية، وهاتان الخاصيتان نالتا اهتماماً في علاقتهما ببعض المتغيرات إلا إنهما لم يحظيا بالاهتمام مع بعضهما مما شكل قيمة علمية لتناولهما معاً، وتساهم بالمعرفة التراكمية لموضوعات متجددة من علم النفس الإيجابي بمجال العلاقة بين الصمود النفسي وقلق المستقبل، مما تُشكل نتائج الدراسة إضافة علمية بالمجال، للبنية المعرفية والنظرية لابعاد الصمود النفسي وقلق المستقبل، وقد تفتح الدراسة الحالية المجال أمام طلاب الدراسات العليا والباحثين لإجراء المزيد من الدراسات بهذا الخصوص.

ب- الأهمية التطبيقية:

(١) يمكن أن تساعد نتائج هذه الدراسة في تحديد الاحتياجات الإرشادية لطلاب الجامعة لبناء بعض البرامج الإرشادية التي تهتم وتساهم في الحد من قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة. أو تزيد من درجات الصمود النفسي من خلال مراكز الإرشاد بالجامعات السعودية.

(٢) أن معرفة العلاقة بين قلق المستقبل والصمود النفسي تساعد أعضاء هيئة التدريس بالجامعات على التركيز على الجانب التربوي والمهني بالتدريس الجامعي من خلال المحاضرات الأكاديمية للحد من قلق المستقبل لديهم

وخاصة في عمليات الإرشاد الأكاديمي الذي توسع اهتماماته ونشاطاته في العصر الحديث والذي يتناول المشكلات الأكاديمية والتربوية التي تواجه الطلاب والعمل على تذليلها.

(٣) يمكن لعامة شؤون الطلاب بالجامعات السعودية الاستفادة من نتائج الدراسة في الكشف عن المظاهر الحقيقية لقلق المستقبل للعمل على تضمين خططها وأنشطتها ومناسباتها واللقاءات التي تجريها مع الطلاب الحقائق العلمية التي تكشف عنها الدراسة لتوجيه الطلاب أكاديمياً ونفسياً وتربوياً.

مصطلحات الدراسة:

تضمنت الدراسة الحالية عدداً من المصطلحات العلمية والإجرائية على النحو

التالي:

أولاً- الصمود النفسي: Psychological Resilience: عرف الطلاع (٢٠١٦)، (١٠) "تجسيد القدرات الشخصية التي تُمكن الأفراد من النمو والازدهار في مواجهة المحن والشدائد". **والتعريف الإجرائي للصمود النفسي:** هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الطلاع (٢٠١٦) المستخدم في الدراسة الحالية.

ثانياً- قلق المستقبل: Future anxiety: هو خبرة انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعداً من صعوبات، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالتوتر والضيق والانقباض عند الاستغراق في التفكير فيها (عشري، ٢٠٠٤، ٧). وعرفه المشيخي (٢٠٠٩، ١٢) أنه "خلل أو اضطراب نفسى المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشوية وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة مع تضخيم للسلبيات ودحض للايجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الامن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل والتشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل والتعريف الإجرائي لقلق المستقبل: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس قلق المستقبل المستخدم في الدراسة الحالية.

حدود الدراسة:

تحدد نتائج الدراسة في نطاق ما يلي:

عينة الدراسة: اقتصر عينة الدراسة على طلاب التخصصات العلمية والأدبية في كلية الآداب وكلية العلوم بجامعة الطائف المسجلين للعام الدراسي ١٤٤٠هـ/١٤٤١هـ لجميع السنوات .

- **الحدود المكانية:** تمثلت الحدود المكانية بجامعة الطائف بمحافظة الطائف.

- **الحدود الزمانية:** ترتبط الحدود الزمانية بفترة تطبيق هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام ١٤٤٠/١٤٤١هـ .

- **المقاييس المستخدمة:** مقياس قلق المستقبل، من إعداد المشيخي (٢٠٠٩م) ومقياس الصمود النفسي، من إعداد الطلاع (٢٠١٦)

الإطار النظري للدراسة:

(١) الصمود النفسي:

هنالك مسميات كثيرة لمصطلح الصمود النفسي وردت بأدبيات المجال حيث وجد شراب (٢٠١٨، ١٠٤) أن هناك مفاهيم شائعة الاستخدام وشديدة الارتباط بالصمود النفسي، مثل؛ اللياقة النفسية والمقاومة النفسية، والتحمل النفسي، والصلابة النفسية والمرونة النفسية ومرونة الأنا، والتمكين النفسي، حيث أنها متغيرات تُشير إلى قدرة الفرد على التفاعل مع البيئة؛ ضافةً لإشارتهم إلى ميل الفرد للثبات والحفاظ على هدوئه واتزانته الذاتي عند تعرضه لضغوط الحياة المتعددة أو للمواقف الصادمة؛ فضلاً عن قدرته على التوافق الفعال والمواجهة الإيجابية لتلك الضغوط والمواقف الصادمة. وتعرفه البليطي (٢٠١٧، ٢٢٢) بأنه "هو إرادة الفرد على التعايش الإيجابي مع الحياة والقدرة على استخدام كفاءته الشخصية والتوجه نحو المستقبل والاعتماد على الذات في تحقيق نواتج ايجابية مثل (الهناء الذاتي والاستقرار النفسي والتفاعل بإيجابية) ويتمثل الصمود في الأبعاد الآتية (الإرادة والتحدي - الكفاءة الشخصية - التوجه نحو المستقبل - الاعتماد علي الذات). كما يعرفه البحيري ومحمد ومحمود (٢٠١٤، ١١٧) بأنه العمليات التي تغير من التفاعل المتبادل بين البيئة بما تحمله من أزمات وستجابات الفرد السلوكية لها، بهدف استعادة التوازن وإدارة هذه الأزمات يدعمها خبرات وتجارب الفرد وإدراكه للمساعدة الاجتماعية. وعرفها رمضان والدرس (٢٠١٧، ٩٤) بأنه قدرة الطالب

على التكيف بنجاح مع المحن التي يتعرض لها، وأن يتجاوز مرحلة الصمود والصلابة أمام تلك المحن إلى استخدام استراتيجيات إيجابية لمواجهتها، والذي يُقاس من خلال السبعة أبعاد هي (الكفاءة الشخصية – حل المشكلات -المرونة – المثابرة - القدرة علي تحقيق الأهداف - التفاعل الاجتماعي- القيم الروحية).

وعرفه (Riley, 2012,84) عملية التكيف بشكل جيد ومواجهة المحن والصدمة. وعرفه شاهين (٢٠١٣، ٦٢٩) بأنه عملية ديناميكية تشير إلى قدرة الشخص على التعامل بفاعلية مع المحن والشدائد. وعرفته جوهر (٢٠١٤، ٢٩٩) التوافق الجيد والمواجهة الايجابية للضغوط النفسية في ضوء ما يملكه الفرد من كفاءة شخصية وقيم روحية ومسانده اجتماعية. ومن خلال التعريفات السابقة يعرفه الباحث هو تقاؤل الفرد وأمله ومقدار المساندة الاجتماعية المقدمة إليه أثناء مواجهته للمحن والصعاب.

ولقد مرت دراسة الصمود النفسي بثلاث موجات فصلتها سام وروبرت (٢٠١١، ٤٦-٧٥) كما يلي:

أ) الموجة الأولى الصمود النفسي الفردي والعوامل الفاعلة فيه (الاستكشافية): اهتمت بالعوامل والخصائص الذاتية والبيئية المرتبطة بالصمود وقد نتج عن هذه المرحلة مادة علمية خاصة بالعوامل الشخصية والأسرية والمجتمعية وأرست بعض قواعد دراسة الصمود، وقدمت المصطلحات الرئيسة مثل: المحن والصعاب، المخاطر، والاستهداف للخطر والمقومات، والعوامل الواقية والكفاءة النفسية الاجتماعية.

ب) الموجة الثانية (غرس الصمود النفسي داخل النظم الإيكولوجية مع التركيز على العمليات) فقد اهتمت بكيفية عمل المتغيرات والعوامل الداخلية والخارجية السلبية والايجابية من أجل إعادة التوازن وتحقيق التوافق أو إلى الانكسار وفقدان التوازن وهنا ظهرت النظرية الايكولوجية التفاعلية التبادلية، التفاعل المتبادل بين الفرد والبيئة بما تحمله من محن وصعاب وتحد من تأثيرها السلبى وتقوي التمكن من تحقيق النواتج الايجابية. وظهر في هذا السياق منحى التأثيرات الوسيطة، وقد استعملت مفاهيم المسارات والطرائق التي تتخذها المتغيرات في تفاعلها بما يؤدي في النهاية إلى نواتج ايجابية أو نواتج سلبية.

ج). **الموجة الثالثة** (التدخل من أجل تعزيز الصمود النفسي) ركزت على توظيف نواتج الموجتين السابقتين في تنمية الصمود، فتركز على برامج الإثراء والتدخل.

ولقد اختلفت الآراء حول مكونات الصمود النفسي فقد أشار (Wicks) إلى عدة مكونات ينتج عنها مكونات أخرى: الرؤية الشخصية وتتضمن (الغرض والمعنى، المبادئ وأهداف)، والقدرة على حل المشكلات وتتضمن (الاستجابة السريعة عند المواجهة للخطر، البحث عن المعلومات، والقيام بمخاطرة حاسمة)، والمساندة الاجتماعية وتتضمن (تمييز الفرد عن الآخرين وقدرته على إقامة العلاقات الاجتماعية) وميكانيزمات الدفاع الأنا وتتضمن (قدرة على فصل الانفعال، وإعادة البنية المعرفية) (Wicks 2005, p. 15-16). في حين أشار (Luthar, Cicchetti, 2000, 858) إلى أن الصمود النفسي يشمل بعدين هما الكارثة والتكيف الايجابي، وأشار (Koen, 2010,5) إلى أنه يتضمن (الأمل والتفاؤل والتحمل والكفاءات الذاتية، والشعور بالتماسك). ويذكر كل من المصري، وعبدالباقي، وأميين (٢٠١٦، ٨٨٥-٨٨٧؛ المغربي والشعراوي ويوسف؛ ٢٠١٦، ٢٧٣؛ ابو غالي؛ ٢٠١٧، ٤١٢-٤١٣) عدداً من السمات التي يتصف بها الأفراد ذوي الصمود النفسي هي كالاتي: إقامة علاقات جيدة مع الآخرين، وامتلاك مهارات تواصلية معرفية جيدة، وارتفاع مستوى تقدير الذات وفاعلية الذات، والإحساس بالهدف من الحياة، والتدين والشعور بالانتماء، والمساهمات في الحياة، وامتلاك أساليب لمواجهة الضغوط متوافقة مع طبيعة الفرد والموقف، والانفعال الايجابي وروح الدعابة، وامتلاك المهارات الفعالة في حل المشكلات، والإيمان بأن الضغوط يمكن أن تزيد الفرد قوة، والمرونة، وتقبل المشاعر السلبية ومحاولة تخطى الخبرات السلبية، والتعامل الصحيح مع الضغوط واعتبارها تحديات ينبغي كما اختلفت وجهات النظر المفسرة للصمود النفسي ابرزها نموذج ماستن وكوتسورث (Masten, Coatsouth, 1998) التي قدمت نموذجاً نمائياً للصمود حددا فيه مجموعة من الخصائص المراهقة والشباب على مستوى الفرد individual: أن يكون جذاباً، توظيف ثقافي جيد، اجتماعي، كفاء، تقدير عالي للذات، موهوب، وعلى مستوى الأسرة Family: يتمتع بعلاقات أسرية جيدة ووطيدة، ويلقى الدعم من الأفراد داخل العائلة، وخارج نطاق الأسرة Extra

Familial Context: لديه حضور اجتماعي قوي مع الآخرين ومع المنظمات الاجتماعية. (محمد، ٢٠١٥، ٦١١).

وهناك نظرية العوامل الوقائية وعوامل الخطر حيث يرى (Luthar, Cicchetti & Becker 2000) أن الصمود النفسي تلك العملية الدينامية التي تشمل التوافق الايجابي مع أثر سياق المصائب، ويرى محمد (٢٠١٥، ٦١٢) أنه تعتمد تلك النظرية على مفهوم أن هناك نوعين من العوامل وهما: عوامل الخطر وعوامل وقائية، التي تمكن الفرد من الأداء المتكيف وتطور نتائج الأداء المتكيف ويعتقد أيضاً بأنها تنشأ من الفرد، والعائلة، والمدرسة، والمجتمع. وترى النظرية أن عوامل الصمود تتفاعل مع عوامل الخطر لتحسين أو إقلال الأضرار السلبية والخطرة للأحداث.

وهناك نظرية التوسع والبناء: (Broaden - and Build Theory) تنظر إلى العواطف الايجابية التي تخزن لبناء المصادر الشخصية للفرد بأنها تدعى نظرية التوسع والبناء (Broaden - and Build Theory)، وطبقاً لهذه النظرية فالمصادر المخزونة (الأمل - التفاؤل) يمكن أن تسحب لاحقاً الموائمة الناجحة مع الظروف السلبية، وتساعد العواطف الايجابية البناء الفردي للصمود النفسي وتلك العواطف الايجابية قد تثير فروق فردية في الصمود النفسي، كما يزيد الانفعال الايجابي من موائمة مصادر الأفراد من خلال توسيع انتباههم وإدراكهم وزيادة المرونة والتفكير الناقد. (Trapp, 2010, P 41-42).

ومن الدراسات التي اجريت على الصمود النفسي دراسة المغازي (٢٠١٧) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي والتوافق المهني لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة ٦ أكتوبر وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الصمود النفسي والتوافق المهني، كما أجرى الطلاع (٢٠١٦) دراسة هدفت للتعرف على مستوى الذكاء الروحي والصمود النفسي لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، ومعرفة إلى أي مدى يمكن التنبؤ بالصمود النفسي من خلال الذكاء الروحي. وتوصلت الدراسة إلى أن درجة الصمود مرتفعة كما وجدت علاقة طردية بين الدرجة الكلية للذكاء الروحي وأبعاده وبين الدرجة الكلية للصمود النفسي وأبعاده، كما أجرى عبدالجبار (٢٠١٦) دراسة هدفت للكشف عن دور كل من الصمود النفسي والحكمة في التنبؤ بالرضا عن

الحياة لدي الراشدين والتعرف على طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة والصمود النفسي وتبين أن الصمود النفسي والحكمة يسهمان بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى الرشدنين الذكور والاناث

وفي دراسة إبلش، وإمام، وشاهين (٢٠١٦) توصلت الى وجود علاقة دالة إحصائياً موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، وأن الأفراد الذين يتسمون بالصمود النفسي يتمتعون برضا عن الحياة لا تؤمن بالخط أو الصدفة، وإنما بجدية العمل ومسئولية الذات عن السلوك الصادر منهم، كما كشفت نتائج دراسة جاب الله، وعبدالحميد، وعبدالجواد (٢٠١٥) عن وجود ارتباطاً موجباً بين الدرجة الكلية للأمن النفسي، والدرجة الكلية للصمود النفسي، وكشفت دراسة البليطي (٢٠١٧) عن امكانية التنبؤ بالصمود النفسي من خلال المساندة الاجتماعية ووجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصمود النفسي وكل من المساندة الاجتماعية وجودة الحياة، كما كشفت دراسة سحر علام (٢٠١٣) عن وجود علاقة بين الصمود والتماسك الأسري، وفي دراسة (Arokiaraj, Nasir & Wan Sulaiman, 2011) تبين وجود علاقة موجبة بين الصمود النفسي والتكيف والتماسك الأسري كما اتضح أن الثقة بالنفس تعتبر مؤشراً قوياً على الصمود النفسي.

(٢) قلق المستقبل:

ليس القلق إنفعالاً شائعاً يعرفه جميع البشر فحسب، بل إننا نعتبره علامة على إنسانية الإنسان، وقد أكد فرويد ذلك بقوله "لست بحاجة لان أعرفكم بالقلق، فكل منا قد جرب مرة هذا الإحساس، أو على الأصح هذه الانفعالية الحادة بطريقته الخاصة لكن السؤال هو لماذا يعاني العصائبيون على الأخص قلقاً أكثر واشد من بقية الناس" (بيك، ٢٠٠٠، ١٠٨). فالقلق من الناحية اللغوية يعني عدم الاستقرار على شيء ثابت أما تعريفه من الناحية النفسية كما جاء في معجم علم النفس والطب النفسي، إنه شعور بالفزع والخوف من شر مرتقب حدوثه، وينشأ من الصراعات اللاشعورية، فمشاعر عدم الاستقرار والأمان، النزعات الغريزية، كلها تساعد الجسم على أن يولد نوع من التهيؤ والاستعداد لمواجهة التهديد الذي سوف يحدث، فهذا التهيؤ يجعل العضلات متوترة ومن التنفس وضربات القلب متسارعة (فرج وابو النيل، ٢٠٠٥، ٢١٩). وتعرفه العناني بأنه إشارة لإنذار عن كارثة سوف تحدث وإحساس بالضيق وعدم التركيز والعجز في التوصل إلى حل أو حلول

مثمرة . (العناني ٢٠٠٠، ١١٢). ويشير زهران (٢٠٠٥، ٣٩٧) "بأن القلق غالباً ما يكون عرضاً لبعض الاضطرابات النفسية إلا أن حالة القلق قد تغلب فتصبح هي نفسها اضطراباً نفسياً أساسياً وهذا ما يعرف بإسم عصاب القلق أو رد فعل القلق ويمكن اعتبار القلق انفعالاً مركباً من الخوف وتوقع التهديد".

ويُصنّف القلق إلى حالة وسمة، حيث يُعد "كاتل" أول من أشار إلى هذين النوعين من القلق، ثم تبعه بعد ذلك "سبيلبرجر" ووضعها في إطار نظري (كفافي، سالم، ٢٠٠٧، ٢٦٥). ويرى الغامدي (٢٠١٣، ٤١) حالة القلق هي حالة انفعالية طارئة وقتية وزائلة، وهذا يعني أن حالة القلق التي نشعر بها في موقف الاختبار مثلاً تزول بزوال مصدر التهديد، وبذلك تكون حالة القلق غير ثابتة تتغير من موقف لآخر، فحالة القلق فهي نادراً ما تدوم طويلاً، أما سمة القلق تمثل سمة من سمات الشخصية وهي استعداد سلوكي مكتسب في معظمه يظل كامناً موجود عند جميع الناس ولكنها بدرجات متفاوتة تتبناه منبهات داخلية أو خارجية. وتعرف سمة القلق بانها: "فروق ثابتة نسبياً في القابلية للقلق، ترجع الى اختلافات بين الناس في نظرتهم الى العالم المملوء بالعديد من المواقف المثيرة، التي تدرك كشيء خطر او مهدد والاستجابة لمثل هذه التهديدات بحالة من القلق". (المشخي، ٢٠٠٩، ٢٨) مما تقدم يتضح ان قلق الحالة يشير الى ان القلق كحالة انفعالية مؤقتة تحدث اثناء مواجهة مجموعة معينة من المواقف في مجالات محددة، كموقف الاختبار والموت والجنس ومواجهة الجمهور وغير ذلك. وصنّف جبل (٢٠٠٠م: ١٢٩) القلق إلى القلق الموضوعي أو العادي وهو أقرب إلى الخوف وهو قلق واقعي خارجي المصدر وموجود بالفعل لدى العاديين من الناس كالشعور بالقلق قبل اجراء عملية جراحية أو الإقدام على مشروع ما، وقلق مرضي أو عصابي: وهو المقصود حيث أنه داخلي المصدر وأسباب لا شعورية مكتوبة غير معروفة ولا مبرر له ويعوق التوافق والإنتاج والتقدم العادي.

ومن ابرز المصادر التي تؤدي إلى القلق كما ذكرها القرني (٢٠١٠م: ١٢) عدم التوافق الاجتماعي والانفعالات العاطفية، والإرهاق البدني، وتعددت النظريات المفسرة لاضطراب القلق وقد نجحت كل من نظرية التحليل النفسي ونظرية التعلم وكذلك النظرية المعرفية في تفسير القلق والقاء الضوء على مختلف جوانبه النفسية والجسمية والاكليينكية، ويرى البعض أن اضطراب القلق يرجع إلى عوامل وراثية،

ويرى الآخر أنه يرجع لبث الرغبات في اللاشعور ويذهب الفريق الثالث أن اضطراب القلق نتيجة تعلم خاطئ يرجع إلى جوانب معرفية ومعتقدات مشوهة، وأخيراً هناك من يرى أنه يرجع إلى إدراكات سلبية من جانب الشخص ذاته للعالم المحيط به (الغامدي، ٢٠١٣، ٦٤).

وبالدراسة الحالية تم التركيز على نوع واحد من انواع القلق باعتبار تجاه القلق نجح المستقبل، حيث يُعد مصطلح قلق المستقبل من المصطلحات الحديثة نسبياً (zaleski,1996,165). وقد عرفه زلسكي (zaleski,1996,165) على أنه حالة من التوتر والترقب والخوف والانزعاج من الأحداث والتغيرات السيئة وغير المرغوب فيها، والتي يمكن أن تحدث في المستقبل سواء على المستوى الشخصي أو الاجتماعي أو العالمي، والتي قد تصل حد شعور الفرد بالتهديد بوقوع كارثة مستقبلية وكأنها كارثة حقيقية وشيكة الحدوث، مع وجود شعور سائد لدى الفرد بعدم قدرته على المواجهة، أو العجز عن تغيير مسار ذلك الموقع من خلال أنشطته الشخصية، وكفاءته وقدراته الذاتية.

وتعرفه إيمان صبري (٢٠٠٣، ٦٠) بأنه "الخوف من شر مرتقب في المستقبل الناتج عن تكامل بين القلق الماضي والحاضر والمستقبل". وقد عشري (٢٠٠٤، ١٥٧) تعريفاً له بأنه "خبرة انفعالية مؤلمة غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوف غامض نحو ما يحمله الغد البعيد من صعوبات، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة، والشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الإغراق في التفكير فيها، والشعور بضعف القدرة على تحقيق الآمال والطموحات، وعدم القدرة على التركيز، والصداع، والإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام، مع الشعور بفقدان الأمن والطمأنينة نحو المستقبل"، وتعرفه زينب شقير (٢٠٠٥، ٥) بأنه "خلل أو اضطراب نفسي المنشأ، ينجم عن خبرات ماضية غير سارة مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة مع تضخيم للسلبيات ودحض للايجابيات الخاصة بالذات والواقع، وتجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن مما قد يدفعه لتدمير الذات، والعجز الواضح، وتعميم الفشل، وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة والأفكار الو سواسية، وقلق الموت واليأس".

واعتبر توفلر Toffler قلق المستقبل مرضاً حقيقياً سببه التغيير وقد وصفه بتعابير طبية نفسية. ورأى توماس Thomas إن قلق المستقبل هو الخوف من شر مرتقب نحو المستقبل وذكر هاملتون إن قلق المستقبل هو القلق الناتج عن التفكير أو الأفعال تجاه المستقبل. (معوض، ١٩٩٦، ٦٧) ويشير رابورت فيما يتعلق بقلق المستقبل: إن الأشخاص القلقين من المستقبل يميلون إلى تقليص كمية المساحة التي يمكن مد الحياة فيها إلى المستقبل من حيث الخبرات، وإسقاط الأهداف المتوقعة، أي أن الحاضر يبقى محصوراً في ظرف القلق من حيث المدة، وإن الامتداد المستقبلي يميل إلى التناقص (Rappaport,1991) ويعرفه معوض (١٩٩٦، ٦٨) بأنه القلق الناتج عن التفكير في المستقبل والشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو الشخص الذي يعاني من التشاؤم من المستقبل والاكئاب والأفكار الو سواسية. وقلق الموت واليأس. كما انه يتميز بحالة من السلبية والانطواء والحزن والشك والتثبيت والنكوص وعدم الشعور بالأمن، أما المشيخي (٢٠٠٩، ١٢) فقد عرفه بأنه هو الشعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة وعدم القدرة على مواجهة الضغوط والأحداث الحياتية وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس. وقد يكون قلق المستقبل قلقاً محدوداً يمكن أن يدرك الفرد أسبابه ودوافعه، وهذا الإدراك مصحوب بالخوف والشك والاهتمام الزائد بما سوف يحدث من تهديدات أو مخاطر أو تغيرات شخصية أو غير شخصية، وكل هذا ينشأ من الشعور باليأس وعدم الثقة بالنفس وعدم الأمان (العجمي، ٢٠٠٤، ١١) بينما يراه آخر اضطراب نفسي سببه حالة خوف من المستقبل لأسباب قد تكون واضحة أو مجهولة تجعل الشخص في حالة سلبية تشعره بالتوتر والعجز عن مواجهة المواقف وتحدياتها (المشيخي، ٢٠٠٩، ٢٧) ويشير مولين (Moline,1990: 501) إلى أن أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تتمثل في: عدم قدرته على التكيف مع المشاكل التي يعاني منه، وعدم قدرته على فصل أمانه عن التوقعات المبنية على الواقع، والتفكك الأسري، ومشكلة في كل من الوالدين والقائمين على رعايته في عدم قدرتهم على حل مشاكله، والشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع، ونقص القدرة على التكهن بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لديه لبناء الأفكار عن المستقبل وكذلك تشوه الأفكار الحالية، والشعور بعدم الأمن والإحساس

بالتمزق، وخبرات الماضي المؤلمة وضغوط الحياة العصرية وطموح الإنسان وسعيه المستمر نحو تحقيق ذاته وإيجاد معنى لوجوده (القرشي، ٢٠١٢، ١٩). ويشير حسانين (٢٠٠٠، ١٩) إلى أن أسباب قلق المستقبل ترجع إلى: الإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل، وفعالية الشخص في التعامل مع هذه الأحداث والنظر إليها بطريقة سلبية، وعدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الشخص، والشعور بعدم الانتماء.

كما أكد العنززي (٢٠١٠، ٢٨) أن العوائق البيئية والشخصية الكبيرة والمتنوعة التي تواجه الفرد وكذلك إمكانات الحاضر المتواضعة والتناقضات الهائلة بين ما هو حسي وما هو معنوي وبين الأحلام الوردية والواقع المرير تشكل أسباباً حقيقية لقلق المستقبل. وعجز الفرد عن تحقيق أهدافه أو الفشل في اكتساب حب واحترام الآخرين أو فشل الإنسان في عمل أو دراسة ما أو عند اضطهاده في محيط أسرته أو عائلته أو عمله أو حتى عندما يحاول تغيير بعض عاداته السيئة أو الإقلاع عنها ثم يجد نفسه عاجزاً عن ذلك، ويرى المشيخي (٢٠٠٩م) أن أهم الأسباب التي تؤدي إلى وجود ظاهرة قلق المستقبل هي: أحاديث الفرد الذاتية وأفكاره الخاصة الهازمة للذات، والتوتر الناشئ عن مسؤولية اتخاذ القرار باعتباره نوعاً من الصراع العقلي وباعتبار أن الحياة هي عبارة عن مجموعة من القرارات المتتالية والتي يحزم الفرد رأيه بشأنها، وضغوط الحياة والتي تعد أهم العوامل المسببة لقلق المستقبل خاصة في هذا العصر الذي يمر بتحولات اجتماعية واقتصادية أدت إلى تغير في أساليب حياة الأفراد وانعكست هذه التغيرات على قيم الأفراد وسلوكياتهم وأنماط تفكيرهم وظهرت الضغوط النفسية كنتائج للتطورات الحضارية التي لا يستطيع الإنسان تحملها والتكيف معها وخصوصاً لدى طلاب الجامعة لأن الحياة الجامعية تعج بالظروف المثيرة للقلق سواءً على الصعيد الدراسي أو الاجتماعي مما يؤثر على سلوك الطالب ويصبح مهدداً له ومعرقلاً لمسيرة حياته الاعتيادية.

ويشير حسانين (٢٠٠٠، ١٩) إلى مجموعة من السمات التي يتسم بها الأشخاص ذوو قلق المستقبل والتي من أهمها ما يلي: التركيز الشديد على أحداث الوقت الحاضر أو الهروب نحو الماضي والانتظار السلبي لما يقع، والانسحاب من الأنشطة البناءة ودون المخاطرة، والحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة، واتخاذ إجراءات وقائية من أجل الحفاظ

على الوضع الراهن بدلا من المخاطرة من اجل زيادة الفرص في المستقبل، واستخدام آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة والكبت من اجل التقليل من شأن الحالات السلبية، واستغلال الاجتماعية لتأمين مستقبل الفرد الخاص، والانطواء وظهور علامات الحزن والشك والتردد، والخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل، وصلابة الرأي والتعنت، وظهور الانفعالات لأدنى الأسباب، والتشاؤم وذلك لأن الخائف من المستقبل لا يتوقع إلا الشر ويهيأ له أن الأخطار محدقة به، وعدم الثقة في أحد مما يؤدي إلى الاصطدام بالآخرين.

ويرى معوض وسيد (٢٠٠٥، ٤٨) أن الشخص ذا قلق المستقبل يتسم بأنه لا يمكنه تحقيق ذاته، ولا يمكنه أن يبدع، والشعور بالعجز، ويتميز بحالة من السلبية والحزن، ونقص القدرة على مواجهة المستقبل، والشعور بالنقص ونقص الشعور بالأمن . وذكرت إيمان صبري (٢٠٠٣، ٨) أن الأفراد ذوي قلق المستقبل يعانون من ضعف ثقة في قدرة الذات وإرجاع ما يحدث من مواقف غير سارة إلى عوامل خارجية، ويشير فراج (٢٠٠٦، ٨٩) إن الفرد الذي يعاني من قلق المستقبل يعتبر فاقداً للثقة في المستقبل وعرضه للانهايار العقلي والبدني ويفقد الثقة ودائماً كثير التردد عاجزاً عن البت في الأمور وأن صفات الفرد القلق من المستقبل انه لا يثق بأحد مما يؤدي به للاصطدام بالآخرين وأنه يستخدم آليات دفاعية ذاتية كالأزاحة والكبت والإسقاط من أجل التخلص من حالات سلبية .

ومن من أهم الآثار السلبية التي تترتب على قلق المستقبل ما ذكره معوض وسيد (٢٠٠٥، ٤٨) الشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل والجمود وقلة المرونة والاعتماد على الآخرين في تأمين المستقبل، وتدمير نفسية الفرد فلا يستطيع أن يحقق ذاته أو يبدع وإنما يضطرب وينعكس ذلك في صورة اضطرابات متعددة الأشكال والخرافات والانحراف واختلال الثقة بالنفس، والشعور بالتوتر والانزعاج لأنفه الأسباب والأحلام المزعجة واضطرابات التفكير وعدم التركيز، وسوء الإدراك الاجتماعي والانطواء والشعور بالوحدة، ويرى حسانين (٢٠٠٠، ١٩) فقدان الإنسان تماسكه المعنوي ويصبح عرضه للانهايار العقلي والبدني، والهروب من الماضي والتشاؤم وعدم الثقة في احد واستخدام آليات الدفاع وصلابة الرأي والتعنت، والتوقع داخل

إطار الروتين واختيار أساليب للتعامل مع المواقف التي فيها مواجهة مع الحياة، كما يذكر الداهري (٢٠٠٥، ٣٢٧-٣٢٨) ثلاث مظاهر لقلق المستقبل هي: حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص وتفكيره وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائم، أو متخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية أو العقلية وهي ما تعرف بالمظاهر المعرفية، ومظاهر نابغة من أعماق الفرد تتخذ أشكالاً مختلفة تتمثل في سلوك الفرد، مثل تجنب المواقف المحرجة للشخص وكذلك المواقف المثيرة للقلق وهي ما تعرف بالمظاهر السلوكية، ومظاهر تظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسولوجية مثل ضيق التنفس وجفاف الحلق وبرودة الأطراف وتوتر والإغماء وارتفاع ضغط الدم وهي ما تعرف بالمظاهر الجسدية.

ومن الدراسات التي تناولت قلق المستقبل لدى طلاب الجامعات دراسة أبو زيد (١٩٩٢م) وتوصلت الدراسة إلى انه يوجد عدة عوامل متشابكة ومتداخلة مع بعضها تؤثر في النظرة المستقبلية مثل العوامل الاقتصادية والاجتماعية والثقافية، ويعاني الشباب بعد التخرج من عدم وجود فرص للعمل، فقد تبين أن (٥٣%) من أفراد العينة يأملون في إيجاد فرص عمل و(٧٢%) يعتقدون أن وجود فرص عمل مسألة نادرة وربما ميؤوس منها، وتفضل نسبة كبيرة من أفراد العينة العمل بعد التخرج وعدم إكمال الدراسات العليا (٨٧%) يفضلون العمل في مقابل (١٥%) يفضلون استكمال دراستهم. وأجمع الشباب على وجود مجموعة من الصعوبات التي تنتظرهم في المستقبل منها البطالة وأزمة السكن حيث أن (٦٤%) يرون أن مشكلة البطالة تعوق تحقيق آمالهم و(٦٧%) يرون أن مشكلة السكن تجعل المستقبل مهدداً. ويفضل الشباب العائد المادي الكبير بصرف النظر عن التخصص، كما توصلت دراسة عبد الباقي (١٩٩٣م) إلى أن قلق المستقبل يتكون من خمسة عوامل هي: التشاؤم من المستقبل والاكتئاب والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس، كما أكد رابابورت (Rappaport, 1993) على وجود العلاقة بين الهدف من الحياة وبين قلق المستقبل وقلق الموت لدى المسنين وان الهدف من الحياة يرتبط ارتباطاً إيجابياً بقلق المستقبل، وتبين أن العلاقة بين الهدف من الحياة وبين قلق الموت فقد كانت سلبية ومن الدراسات التي اثبتت فاعلية التدريب على الحد من قلق المستقبل دراسة دياب (٢٠٠١م) التي كشفت أن أفراد العينة تعاني من قلق المستقبل وان برنامج الإرشاد الديني له اثر في تخفيف قلق

المستقبل لدى الطلاب والطالبات، وفي دراسة صبري (٢٠٠٣م) تبين فيها وجود علاقة بين المعتقدات الخرافية بكل من قلق المستقبل والدافعية. كما كشفت نتيجة دراسة عشري (٢٠٠٤م) عن تأثير المستوى الثقافي والتخصص العلمي والمستوى التعليمي والنوع في مستوى قلق المستقبل، وفي دراسة سعود (٢٠٠٥) تبين ارتفاع نسبة القلقين من المستقبل في كلية العلوم الإنسانية مقارنة بالكليات العلمية. وتبين وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين القلق ودخل الأسرة، ودراسة مسعود (٢٠٠٦) التي تبين فيها وجود العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية والضغط النفسية، ودراسة مندوه (٢٠٠٦) التي كشفت عن العلاقة بين قلق المستقبل وبعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة، ودراسة شاكر المحاميد ومحمد السفافسه (٢٠٠٧) التي تبين فيها إلى أن أفراد العينة لديهم مستوى عالٍ من قلق المستقبل المهني. ودراسة المشيخي (٢٠٠٩م) التي تبين فيها وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في فاعلية الذات وفي مستوى الطموح، ودراسة الثنيان (٢٠٠٩م) التي تبين فيها وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين جودة الحياة وأبعادها المختلفة وقلق المستقبل وأبعاده المختلفة ويمكن التنبؤ بجودة الحياة من خلال أبعاد قلق المستقبل ككل، ودراسة العنزي (٢٠١٠) التي تبين فيها أنه يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال القبول والرفض الوالدي، ودراسة نيفين المصري (٢٠١١) والتي تبين فيها وجود العلاقة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات، ومستوى الطموح الأكاديمي، ودراسة القرشي (٢٠١٢) التي تبين فيها أن مستوى قلق المستقبل لدى طلاب جامعة أم القرى مرتفع، وتبين وجود علاقة إحصائية بين قلق المستقبل ودافع الانجاز، ودراسة الجبوري (٢٠١٣م) التي تبين فيها ان افراد العينة يعانون من قلق المستقبل، ولديهم فاعلية للذات ومستوى الطموح متوسطة. بينما وجود علاقات ضعيفة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي والاندماج الاجتماعي وتبين عدم القدرة على التنبؤ في فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي والاندماج الاجتماعي بقلق المستقبل

إجراءات الدراسة ومنهجيتها:

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي الذي يُعتبر من أكثر المناهج البحثية ملائمةً للدراسة الحالية، لاعتماده على وصف الواقع الحقيقي للظاهرة المدروسة، ومن ثم تحليل النتائج وبناء الاستنتاجات في ضوء الواقع الحالي، حيث يعتمد هذا المنهج كما ذكر عبيدات، عدس، وعبد الحق (٢٠١٢، ٢١٩) على دراسة الواقع أو الظاهرة كما هي، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً أو تعبيراً كمياً، بمعنى الوصف الكمي للظاهرة من حيث مستوى وجودها وتوافرها ومن ثم التحليل الكيفي لأسبابها وتفسيرها. ومن خلال ما تقدم فإنه سوف يتم وصف الواقع الحالي للصدود النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلاب جامعة الطائف. **مجتمع الدراسة وعينتها:**

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب جامعة الطائف بكلية العلوم والآداب من جميع السنوات الدراسية للذكور بالفصل الدراسي الثاني، والبالغ عددهم (٣٦٤١) طالباً المسجلين للعام الدراسي ١٤٤٠هـ/١٤٤١هـ وتكونت عينة الدراسة من (٣٥٠) طالباً من طلاب جامعة الطائف تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من مختلف التخصصات ويبين جدول (١) خصائص أفراد العينة وفقاً للتخصص والمستوى الدراسي والتحصيل العلمي.

جدول (١) التوزيع النسبي لأفراد عينة الدراسة وفقاً للكلية

الكلية	العدد	النسبة المئوية
كلية العلوم	٢٣٠	٦٥.٧١%
كلية الآداب	١٢٠	٣٤.٢٩%
المجموع	٣٥٠	١٠٠%

يتبين من جدول (١) أن العدد الكلي لطلاب كلية العلوم (٢٣٠) طالباً بنسبة (٦٥.٧١%) من طلاب جامعة الطائف و(١٢٠) طالباً بكلية الآداب بنسبة (٣٤.٢٩%).

اداتي الدراسة:

تم استخدام مقياس الصدود النفسي (إعداد الطلاع، ٢٠١٦)، ومقياس قلق المستقبل (إعداد المشيخي، ٢٠٠٩) وفيما يلي تعريف بكلٍّ من المقياسين وعرضاً للخصائص السيكومترية وطريقة التصحيح لكل مقياس، على النحو التالي:

١- مقياس الصدود النفسي:

تم استخدام مقياس الصمود النفسي الذي أعده الطلاع (٢٠١٦) حيث قام معد المقياس بترجمة مقياس الصمود النفسي لكونور - دافيدسون" بهدف توفير مقياس لعينة الدراسة، وتعديل عباراته بما لا يتعارض مع الثقافة العربية، وعرضت الترجمة على متخصصين في اللغة الإنجليزية، للتأكد من أن الترجمة العربية مطابقة للنص الإنجليزي، وما إذا كانت تعطي نفس المعنى المقصود باللغة الإنجليزية، وعرض المقياس بعد ترجمته إلى اللغة العربية على عدد من المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية للتأكد من وضوح الفقرات وملاءمتها لعينة الدراسة، وتم تعديل صياغة بعض الفقرات حسب ما أوصى السادة المحكمين وتم تطبيق المقياس بصورته النهائية على العينة الاستطلاعية. وقد تكون المقياس في صورته النهائية من خمسة ابعاد توزعت عليه (٢٥) فقرة تتضح في جدول (٢).

جدول (٢) أبعاد وفقرات مقياس الصمود النفسي

العدد	تسلسل الفقرات	الأبعاد
٨	٢٥، ١٠، ١٢، ١١، ١٦، ١٧، ٢٣	الكفاءة الشخصية والتماسك
٧	٢٠، ١٨، ١٩، ٦، ٧، ١٤، ١٥	الثقة في الذات والتسامح
٥	١، ٢، ٤، ٥، ٨	التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات
٣	١٣، ٢١، ٢٢	الضبط
٢	٣، ٩	التأثيرات الروحية والدينية
	٢٥	المجموع

مفتاح تصحيح مقياس الصمود النفسي:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٥) فقرة، وتتم الاستجابة على متصل من خمسة نقاط (٥ - ١)، للخيارات "ليس صحيحاً على الإطلاق (١)، صحيح نادراً (٢)، صحيح أحياناً (٣)، صحيح على الأغلب أو إلى حد ما (٤)، وصحيح كل الوقت (٥) وعلى المفحوص ان يُحدد مدى انطباق فقره عليه، وتشير الدرجات المرتفعة على مقياس الصمود النفسي، أما الدرجة المنخفضة فتشير إلى انخفاض الصمود النفسي . وتم اعتماد تصنيف فيشر للحكم على درجة الصمود النفسي كما تتبين بجدول (٣).

جدول (٣) معيار الحكم لتقدير درجة الصمود النفسي

التقدير	مستوى الاستجابة	المتوسط الحسابي
منخفضة جداً	ليس صحيحاً على الإطلاق	من ١ إلى أقل من ١.٨١
منخفضة	صحيح نادراً	من ١.٨١ إلى أقل من ٢.٦٠
متوسطة	صحيح أحياناً	من ٢.٦١ إلى أقل من ٣.٤٠
عالية	صحيح على الأغلب أو إلى حد ما	من ٣.٤١ إلى أقل من ٤.٢٠
عالية جداً	صحيح كل الوقت	من ٤.٢١ إلى ٥

الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود النفسي:

قام معد المقياس بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية بعد التأكد من صدق المحكمين. وذلك على النحو التالي:

أولاً: صدق مقياس الصمود النفسي

يتميز مقياس كونور- دافيدسون" في صورته الأصلية بخصائص سيكومترية جيدة وقد تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي حيث تراوحت بين (٠.٣٠- ٠.٧٠) في صورته الاجنبية، وبلغ الصدق التقاربي بين مقياس كونور - ودافيدسون" ومقياس (Kobasa,1997) للصلابة النفسية (٠.٨٧)، بينما بلغ الصدق التباعدي بين مقياس الصمود النفسي ومقياس (Cohen,1983) للإحساس بالضغط (٠.٧٦) أي أن هناك علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائياً بين مقياس الصمود النفسي ومقياس والإحساس بالضغط (الطلاع، ٢٠١٦).

وقام الطلاع (٢٠١٦) باستخراج معاملات الصدق لعبارات مقياس الصمود النفسي للتحقق من معاملات الصدق لعبارات المقياس قام الباحث بحساب الصدق بطريقتين وهما، صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي، حيث تم عرض المقياس بعد ترجمته وإعداده باللغة العربية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في المجال من حملة الدكتوراه ممن يعملون في الجامعات الفلسطينية وقد عرضت عليهم الأدوات بهدف أخذ آرائهم وملاحظاتهم حول المقياس والتأكد من أن الترجمة العربية مطابقة للنص الإنجليزي، وما إذا كانت تعطي نفس المعنى المقصود باللغة الإنجليزية، الصياغة اللغوية ومناسبتها لعينة الدراسة، وقد استجاب الباحث لآراء السادة وقام بإجراء ما يلزم من تعديل لصياغة الفقرات في ضوء مقترحاتهم، وبذلك خرج المقياس في صورته النهائية ليتم تطبيقه على العينة الاستطلاعية.

كما قام بالتأكد من صدق الاتساق الداخلي بحساب معامل الارتباط بين أبعاد مقياس الصمود النفسي والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد الخاص بالفقرة، وذلك لمعرفة مدى ارتباط الأبعاد بالمقياس الكلي وكذلك لمعرفة مدى ارتباط فقرات كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الخاص بها، وأظهرت معاملات الارتباط عن تتمتع المقياس بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائية، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٩١ - ٠.٤٦).

وبالدراسة الحالية تم تطبيق المقياس على (٣٠) طالباً من طلاب جامعة الطائف من خارج عينة الدراسة الاصلية وتم حساب معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمجال كما تتبين النتائج في جدول (٤).

جدول (٤) معاملات ارتباط بيرسون بين الفقرات والدرجة الكلية للبعد بمقياس الصمود النفسي

التأثيرات الروحية والدينية		الضبط		التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة		الثقة في الذات والتسامح		الكفاءة الشخصية والتماسك	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
** ٠.٦٣	٩	** ٠.٦٢	٢١	** ٠.٨٦	٨	** ٠.٧٢	١٥	** ٠.٩٠	٢٣
** ٠.٧٢	٣	** ٠.٥٥	٢٢	** ٠.٧٤	٥	** ٠.٧٩	١٤	** ٠.٧٦	١٧
		** ٠.٦٩	١٣	** ٠.٧٣	٤	** ٠.٧٣	١٧	** ٠.٦٦	١٦
				** ٠.٧١	٢	** ٠.٧٢	٦	** ٠.٧٤	١١
				** ٠.٧٥	١	** ٠.٦٦	١٩	** ٠.٦٨	١٢
						** ٠.٦٢	١٨	** ٠.٧١	١٠
						** ٠.٥٥	٢٠	** ٠.٦٥	٢٥
								** ٠.٧١	٢٤

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١

يتبين من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه الفقرة قد تراوحت في الكفاءة الشخصية والتماسك من (٠.٦٥) إلى (٠.٩٠)، وكانت جميع الارتباطات موجبة ودالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، وتراوحت لبُعد الثقة في الذات والتسامح بين (٠.٥٥) إلى (٠.٧٩) وفي

بعد التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة بين (٠.٧١) إلى (٠.٨٦) وفي بعد الضبط من (٠.٥٥-٠.٦٩). وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١) وفي بُعد التأثيرات الروحية والدينية بين (٠.٦٣) إلى (٠.٧٢) مما يُعني توفر صدق الاتساق الداخلي لعبارات أبعاد مقياس الصمود النفسي ويمكن تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية. كما تم التأكد من صدق التكوين أو صدق البناء لأبعاد الصمود النفسي، بعد تطبيقها على عينة استطلاعية شملت (٣٠) طالباً، لأغراض التأكد من صدق البناء، حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجات كل بُعد مع الدرجة الكلية للمقياس كما في جدول (٥).

جدول (٥)

معاملات ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي وأبعادها

تأثيرات الروحية والدينية	الضبط	التقبل الإيجابي للتغيير	الثقة في الذات والتسامح	الكفاءة الشخصية والتماسك	
				-	الكفاءة الشخصية والتماسك
			-	**٠.٤٤	الثقة في الذات والتسامح
		-	*٠.٢٩	*٠.٣٦	التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة
	-	*٠.٣٦	*٠.٢٩	*٠.٣٢	الضبط
-	**٠.٧٨	**٠.٧٥	**٠.٧٣	**٠.٨٦	تأثيرات الروحية والدينية
**٠.٧٦	**٠.٧٩	**٠.٨٥	**٠.٨٨	**٠.٨٩	الدرجة الكلية للصمود النفسي

** دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ ** دال عند مستوى الدلالة ٠.٠٥

يتبين من جدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للمقياس مع درجات الأبعاد قد تراوحت بين (٠,٧٦) إلى (٠,٨٩) وكانت جميع الارتباطات موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما يُعني توفر الصدق البنائي لمقياس الصمود النفسي، وتدل معاملات الارتباط الداخلية على الصدق التقاربي والتبايني للمقياس.

ثانياً- ثبات مقياس الصمود النفسي:

يتميز مقياس كونور - دافيدسون " في صورته الأصلية (الاجنبية) بخصائص سيكومترية جيدة؛ بلغ معامل ثبات ألفا- كرونباخ للمقياس (٠.٨٩)، كما تم التحقق من الثبات عن طريق إعادة الاختبار وبلغ معامل الارتباط (٠.٨٧). وقام الطّلاع (٢٠١٦) معد المقياس باستخراج مؤشرات الثبات للتحقق من معاملات الثبات للمقياس بطريقتين وهما، طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، حيث تم تطبيق مقياس الصمود النفسي على عينة استطلاعية قوامها (٦٢) من

طلاب الجامعة وبعد تطبيق المقياس تم حساب الثبات، حيث وجد أن قيمة ألفا كرونباخ للمقياس الكلي يساوي (٠.٨٩)، وهذا دليل كافي على أن مقياس الصمود النفسي يتمتع بمعامل ثبات مرتفع. وبما أن المقياس لديه خمسة أبعاد فقد تراوحت معاملات الثبات للأبعاد بين (٠.٧٥-٠.٣١)، وكذلك تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم قسمة بنود المقياس إلى نصفين وكذلك بنود كل بعد إلى قسمين، حيث تم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للمقياس، فقد بلغ معامل ارتباط بيرسون للمقياس الكلي (٠.٦٩) بعد تطبيق معادلة سبيرمان- براون المعدلة بلغ (٠.٨١)، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفعة، فقد تراوحت معاملات الثبات بعد تطبيق معادلة سبيرمان- براون المعدلة لأبعاد المقياس الخمسة (٠.٣١ - ٠.٨٠)، مما سبق يتبين أن المقياس بفقراته يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، وأشار الباحث إلى أن انخفاض معامل الثبات للبعد الخامس بسبب قلة الفقرات.

وبالدراسة الحالية فقد تم التعبير عن الثبات في صيغة معامل ارتباط (ألفا كرونباخ) حيث تم حساب معامل ثبات التجانس الداخلي لمقياس الصمود النفسي بتطبيقها على العينة الاستطلاعية والتي تكونت من ٣٠ طالباً بغرض التأكد من ثبات المقياس كما تتبين النتائج بجدول (٦) الآتي:

جدول (٦) معامل ثبات مقياس كرونباخ الفا

الابعاد	العدد	ثبات التجانس الداخلي كرونباخ الفا
الكفاءة الشخصية والتماسك	٨	٠.٨٨
الثقة في الذات والتسامح	٧	٠.٩٢
التقبل الايجابي للتغيير والعلاقات الآمنة	٥	٠.٧٧
الضبط	٣	٠.٦٢
تأثيرات الروحية والدينية	٢	٠.٤٨
جميع فقرات المقياس	٢٥	٠.٩٣

وبالنظر إلى معامل الثبات بطريقة التجانس الداخلي كرونباخ الفا في الجدول (٦) يتضح أنه أعلى من القيمة (٠.٦٠) حيث بلغ لجميع فقرات المقياس (٠.٩٣) وتراوحت للابعاد بطريقة ثبات التجانس الداخلي كرونباخ الفا (٠.٤٨-٠.٩٢) مما يدل على تمتع المقياس بالثبات وصلاحيته بالتطبيق على العينة الأصلية.

٢. مقياس قلق المستقبل:

قام المشيخي في إعداد المقياس عام ٢٠٠٩م في صورته الأولية المكونة من (٤٩) عبارة موزعة على ابعاد خمسة، وجرى بناء هذا المقياس من خلال مراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة التي بحثت موضوع قلق المستقبل، مثل دراسة (zaleski,1996) ودراسة معوض (١٩٩٦م) ونجلاء العجمي (٢٠٠٤م) ودراسة ناهد سعود (٢٠٠٥م) وسناء مسعود (٢٠٠٦م). وتم التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس من الصدق والثبات بعرضه على لجنة من المحكمين، بالإضافة إلى تطبيقه على عينة استطلاعية من طلاب كلية العلوم والآداب بجامعة الطائف بلغ عددهم (٦٠) طالباً متوسط أعمارهم (٢٠.٣١) بانحراف معياري قدره (٠.٩١) يقيس الابعاد التالية:

- **البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل:** يقصد به مجموعة الأفكار والمعتقدات الخاطئة والسلبية التي يدركها الفرد وتؤدي إلى شعوره بعدم الإرتياح والتوتر والخوف من المستقبل.
 - **البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة:** ويقصد به التوقعات السلبية لأحداث الحياة المستقبلية وعدم القدرة على التوقف والتعامل معها.
 - **البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة** يقصد بها ضغوطات التي يعاني منها الفرد سواء كانت ضغوطاً أسرية أو اجتماعية أو اقتصادية وتنعكس على نظرتهم للمستقبل.
 - **البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل:** مجموعة ردود الفعل الانفعالية التي تعكس أسلوب الفرد في إدراك الأحداث والمواقف التي تتطلب المواجهة وتؤثر في مستقبله.
 - **البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل:** المشكلات الجسمية وردود الفعل الفسيولوجية التي تطرأ على الفرد في استجابته للمواقف التي تشكل تهديداً له ويدرك أنها تؤثر بمستقبله.
- الخصائص السيكومترية للمقياس:**
١. صدق مقياس قلق المستقبل:

تم التأكد من صدق المحكمين لمقياس قلق المستقبل حيث قام المشيخي بعرضه على لجنة من المحكمين والذي أشتمل على (٤٩) فقرة فتم حذف (٤) فقرات منها اجمع المحكمين على حذفها، فأصبح عدد فقراته (٤٥). تم التأكد من

صدق الاتساق الداخلي لفقراته فتم حذف عبارتين حيث كان ارتباطهما غير دالة احصائياً، وبذلك أصبح عدد فقراته (٤٣) تراوحت معامل ارتباطها بالابعاد من ٠.٣٤-٠.٨٤ وكانت دالة عند (٠.٠١) وعند (٠.٠٥).

وكذلك تراوحت معامل ارتباطاتها بالمقياس على الدرجة الكلية من ٠.٣٠-٠.٧٠ وجميعها دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥ وتراوحت معاملات ارتباط الابعاد بالدرجة الكلية من ٠.٥٩-٠.٨٨ وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ٠.٠١. وكذلك تم التأكد من توافر الصدق التمييزي للمقياس باستخدام اختبارات للمقارنة بين مرتفعي الدرجات ومنخفضي الدرجات وكانت الفروق لصالح المرتفعي على جميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية، مما يعني قدرة المقياس على التمييز.

وبالدراسة الحالية تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس قلق المستقبل، بعد تطبيقه على عينة استطلاعية شملت (٣٠) طالباً، لأغراض التأكد من صدق الاتساق الداخلي، حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة كما تتبين النتائج في جدول (٧).

جدول (٧) معاملات ارتباط بيرسون بين العبارات والدرجة الكلية

للبعد بمقياس قلق المستقبل

المظاهر الجسمية لقلق المستقبل		المظاهر النفسية لقلق المستقبل		القلق من الاحداث الضاغطة		النظرة السلبية للحياة		التفكير السلبي تجاه المستقبل	
رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط
٥	**٠,٦٤	٤	**٠,٧٠	٣	**٠,٦٨	٢	**٠,٥٧	١	**٠,٧٤
١٠	**٠,٦٧	٩	**٠,٦٥	٨	**٠,٥٥	٧	**٠,٥٨	٦	**٠,٨٤
١٥	**٠,٦٠	١٤	**٠,٧٥	١٣	**٠,٧٦	١٢	**٠,٧٩	١١	**٠,٧٠
٢٠	**٠,٦٦	١٩	**٠,٦٦	١٨	**٠,٦٠	١٧	**٠,٧٥	١٦	**٠,٣٤
٢٥	**٠,٥٧	٢٤	**٠,٦٧	٢٣	**٠,٦٠	٢٢	**٠,٦٥	٢١	**٠,٧٧
٣٠	**٠,٧٣	٢٩	**٠,٦٩	٢٨	**٠,٦١	٢٧	**٠,٤٣	٢٦	**٠,٦٥
٣٥	**٠,٧٢	٣٤	**٠,٧٣	٣٣	**٠,٦١	٣٢	**٠,٦٩	٣١	**٠,٦٢
٤٠	**٠,٦٢	٣٩	**٠,٦٠	٣٨	**٠,٦٣	٣٧	**٠,٦٧	٣٦	**٠,٦٩
٤٣	**٠,٣٤			٤٢	**٠,٧٠	٤١	**٠,٦٩		

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١

يتبين من جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين العبارة التي تقيس قلق المستقبل بأبعادها الخمسة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة قد تراوحت في التفكير السلبي تجاه المستقبل من (٠.٣٤) إلى (٠.٨٤)، وكانت جميع الارتباطات موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، وتراوحت لُبعد النظرة السلبية للحياة بين (٠.٤٣) إلى (٠.٧٩)، وفي بعد القلق من الاحداث الضاغطة بين (٠.٥٥) إلى (٠.٧٦)، وفي بعد المظاهر النفسية من (٠.٦٠-٠.٧٥). وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١) وفي بُعد المظاهر الجسمية بين (٠.٣٤) إلى (٠.٧٣) مما يُعني توفر صدق الاتساق الداخلي لعبارات أبعاد مقياس قلق المستقبل، كما تم التأكد من صدق التكوين لأبعاد قلق المستقبل، بعد تطبيقها حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجات كل بُعد مع الدرجة الكلية للمقياس كما في جدول (٨).

جدول (٨) مصفوفة معاملات ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل والدرجة الكلية لأبعادها

المظاهر الجسمية	المظاهر النفسية	القلق من الاحداث الضاغطة	النظرة السلبية للحياة	التفكير السلبي تجاه المستقبل	
				-	التفكير السلبي تجاه المستقبل
			-	**٠.٨٠	النظرة السلبية للحياة
		-	**٠.٥٧	**٠.٧٣	القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة
	-	*٠.٦١	**٠.٨٠	**٠.٧٩	المظاهر النفسية لقلق المستقبل
-	**٠.٦٧	*٠.٥١	**٠.٥٥	**٠.٥٥	المظاهر الجسمية لقلق المستقبل
**٠.٧٦	**٠.٩١	*٠.٨١	**٠.٨٧	**٠.٩١	الدرجة الكلية

** دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١

يتبين من جدول (٨) أن جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للمقياس مع درجات الأبعاد قد تراوحت بين (٠.٩١) إلى (٠.٧٦) وكانت جميع الارتباطات موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، مما يُعني توفر الصدق البنائي لمقياس قلق المستقبل، وكذلك يُلاحظ ارتفاع معامل الارتباط بين المحاور بالمجالات المختلفة وذلك لاعتماد كلاً منها على الآخر مما يُعني توفر صدق التقاربي بين الأبعاد وهذا يؤكد قوة البناء الداخلي لأبعاد الذي يقيسه المقياس.

ثبات مقياس قلق المستقبل:

تم التأكد من ثبات مقياس قلق المستقبل بتطبيق معادلة كرونباخ الفا حيث كانت قيم معاملات الثبات بالتجانس الداخلي لمقياس قلق المستقبل الذي أعده المشيخي من ٠.٩٠-٠.٧١، وبالدراسة الحالية تم التعبير عن الثبات في صيغة معامل ارتباط (ألفا كرونباخ) حيث تم حساب معامل ثبات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة بتطبيقها على العينة الاستطلاعية والتي تكونت من ٣٠ طالباً بغرض التأكد من ثبات مقياس قلق المستقبل كما تتبين النتائج بجدول (٩) الآتي:

جدول (٩) معاملات ثبات مقياس قلق المستقبل

وابعاده بطريقة الاتساق الداخلي كرونباخ الفا

ثبات التجانس الداخلي كرونباخ الفا	عدد الفقرات	الأبعاد
٠.٨٢	٨	التفكير السلبي تجاه المستقبل
٠.٨٢	٩	النظرة السلبية للحياة
٠.٨١	٩	القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة
٠.٨٤	٨	المظاهر النفسية لقلق المستقبل
٠.٨١	٩	المظاهر الجسمية لقلق المستقبل
٠.٩٥	٤٣	الدرجة الكلية

وبالنظر إلى معاملات الثبات في الجدول (٩) يتضح أنها عالية وجميعها أعلى من القيمة (٠.٦٠) حيث بلغ معامل ثبات التجانس الداخلي لمقياس قلق المستقبل (٠.٩٥) وتراوحت للمحاور من ٠.٨١-٠.٨٤ مما يدل على تمتع المقياس بالثبات.

تصحيح مقياس قلق المستقبل: تكون المقياس في صورته النهائية من (٤٣) عبارة تدرج تحتها خمسة أبعاد مختلفة لقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة كما بالجدول (١٠).

جدول (١٠) أبعاد مقياس قلق المستقبل وأرقام عباراته

عدد العبارات	أرقام البيانات	الأبعاد	م
٨	٣٦، ٣١، ٢٦، ٢١، ١٦، ١١، ٦، ١	البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل:	١
٩	٤١، ٣٧، ٣٢، ٢٧، ٢٢، ١٧، ١٢، ٧، ٢	البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة	٢
٩	٤٢، ٣٨، ٣٣، ٢٨، ٢٣، ١٨، ١٣، ٣، ٨	البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	٣
٨	٣٩، ٣٤، ٢٩، ٢٤، ١٩، ١٤، ٩، ٤	البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل	٤
٩	٤٣، ٤٠، ٣٥، ٣٠، ٢٥، ٢٠، ١٥، ١٠، ٥	البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	٥
٤٣		الدرجة الكلية	

وفيما يتعلق بتقدير الدرجات، فتم إعطاء المفحوص درجة واحدة إذا كانت استجابته لا تنطبق، ودرجتان إذا كانت استجابته أحياناً، وثلاث درجات إذا أجاز تنطبق بحيث تمثل الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على المقياس درجة قلق المستقبل لديه وتتراوح الدرجات بين (٤٣-١٢٩) درجة

إجراءات تطبيق الدراسة

قام الباحث في دراسته بإتباع الخطوات التالية:

١. تناول الأطر النظرية والدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات الدراسة.
٢. تحديد المقياسين الذين تم اعتمادهما بالدراسة الحالية من خلال الاطلاع على المقياس التي تناولت قلق المستقبل والصمود النفسي، وقد تم تحديد مقياس قلق المستقبل الذي أعدّه المشيخي (٢٠٠٩م) وذلك لمناسبته لعينة الدراسة كونه تم تقنينه على طلاب كلية العلوم والاداب في جامعة الطائف عام ٢٠٠٩م وكذلك تم تحديد مقياس الصمود النفسي الذي أعدّه الطلاع عام (٢٠١٦)
٣. تم التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياسي قلق المستقبل والصمود النفسي بتطبيقه على عينة استطلاعية تكونت من (٣٠) طالباً وقد تم التأكد من الصدق والثبات.
٤. تم تطبيق المقياسين على عينة الدراسة الأصلية والتي بلغت (٣٥٠) على طلاب كلية العلوم والاداب بجامعة الطائف الكترونياً، وقد استمرت العملية بين توزيع الاستبانات وجمعها اسبوع واحد.
٥. تم تصحيح المقياسين وتحليل النتائج وتفسيرها بادخال البيانات الى جهاز الحاسوب وباستخدام البرنامج الاحصائي spss تم تحليل النتائج.

وقد كانت النتائج على النحو الآتي:

نتائج الإجابة عن السؤال الأول "نصّ السؤال الأول على "ما درجة الصمود النفسي لدى عينة الدراسة من طلاب جامعة الطائف؟"

وللإجابة على هذا السؤال تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات أبعاد مقياس الصمود النفسي، وكذلك تم حساب المتوسط الموزون لكل بُعد بشكل عام، ومن أجل تحديد درجة تقدير قيمة المتوسط الحسابي لأبعاد الصمود النفسي، فقد تم تحديد مدى الدرجات بحساب الفرق بين أعلى قيمة على المقياس (٥) وأدنى قيمة (١)، ثم قسمة الناتج على (٥) مستويات، فكان

ناتج القسمة (٨٠) وهي طول الفئة، وعليه تم تفسير النتائج وفق المعيار الموضح بالجدول (١١)

جدول (١١) معيار تقدير مستوى الصمود النفسي

تقدير درجة الصمود النفسي	قيمة المتوسط الحسابي
منخفض جداً	١.٨٠-١
منخفض	٢.٥٩-١.٨١
متوسطة	٣.٣٩-٢.٦٠
عالية	٤.١٩-٣.٤٠
عالية جداً	٥-٤.٢٠

ويبين جدول (١٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لابعاد مقياس الصمود النفسي والدلالة الاحصائية لقيمة المتوسط الحسابي عند الوسط الفرضي (٣) بهدف التحقق من معنوية الوسط الحسابي لدرجات افرادالعينة على مقياس الصمود النفسي، فقد تم تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة (one sample T test).

جدول (١٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتبة لدرجات الصمود النفسي لدى طلاب جامعة الطائف

الرتبة	الابعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الاحصائية	الدرجة
١	التأثيرات الروحية والدينية	٣.٤٣	٠.٦٨	٣٨.٩٢	٠.٠٠٠٠	كبيرة
٢	الضبط	٣.١٢	٠.٧٤	١٧.٦٦	٠.٠٠٠٠	متوسطة
٣	التقبل الايجابي للتغيير والعلاقات الآمنة	٣.٠٧	٠.٦٧	١٦.٠١	٠.٠٠٠٠	متوسطة
٤	الكفاءة الشخصية والتماسك	٢.٩٥	٠.٧٥	١٨.٨٥	٠.٠٠٠٠	متوسطة
٥	الثقة في الذات والتسامح	٢.٩٢	٠.٦٧	١٢.٠٨	٠.٠٠٠٠٠	متوسطة
	الدرجة الكلية للصمود النفسي	٣.٠١	٠.٦٢	٢٦.٨٥	٠.٠٠٠٠٠	متوسطة

أن المتوسط الكلي لدرجات الصمود النفسي الكلية لطلاب جامعة الطائف بلغت (٣.٠١) بدرجة متوسطة، وبانحراف معياري (٠.٦٢) وهي قيمة تقل عن الواحد الصحيح مما يدل على تجانس تقدير أفراد العينة لدرجات تقدير الصمود النفسي، وظهرت النتائج قيمة t المحسوبة للدرجة الكلية (٢٦.٨٥) وهي قيمة دالة احصائياً مما يدل على أن افراد العينة درجة الصمود النفسي متوسطة. وربما يُعزى سبب ذلك إلى قلة فرص تعرض الطلاب للمصائب والمحن بصورة عامة،

مع ظهور بعض المشكلات والتحديات الحياتية تتعلق في القدرة على ضبط الذات والقدرة على التعامل مع الاحداث وهم في عمر مقبلين على تعلم الخبرات الجديدة بالحياة الجامعية وتحديد اهدافهم في ظل وجود عوامل كثيرة تحد من قدرتهم على اتخاذ القرار المستقبلي واختيار المستقبل المهني، لاستكمال طريقهم في تحقيق الطموح والانجاز، كما أن غالبية الطلاب نادراً ما يتم إكسابهم القدرة على التعامل مع المواقف والاحداث الضاغطة بحيث يستطيع تحويل مصدر الاحداث الضاغطة الى محركات لتحقيق المزيد من الانجاز، والقدرة على حل المشكلات، وأيضاً قلة مرورهم بالاحداث غير سارة ربما ساهمت في ظهورها بالدرجة المتوسطة.

جاء بُعد "التأثيرات الروحية والدينية" بالرتبة الاولى حيث بلغ متوسطه الحسابي (٣.٤٣) بدرجة كبيرة وإنحراف معياري (٠.٦٨) تدل على اتفاق المستجيبين عليها، ودالة احصائياً مما يدل على أنها أعلى من الوسط الفرضي (٣) وربما يُعزى ذلك إلى أن غالبية الأسر السعودية تلتزم المنهج الاسلامي في تربية الافراد ورعاية مصالحهم، وبالتالي ساهمت في تعميق مفاهيم الايمان بالقضاء والقدر على تحمل المصائب، والاستجابات الايجابية مع الاحداث غير سارة من منطلق اسلامي وديني، من خلال التركيز على ربط السبب بالمسبب واعمال العقل والتفكير والاحذ بالاسباب وهذا ما يطلق عليه الحكمة والتي تُعد متطلباً اساسياً للسمود النفسي حيث اكدت دراسة عبدالجبار (٢٠١٦) أن الصمود النفسي والحكمة يسهمان بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى الرشدين.

ثم جاء بُعد الضبط بالرتبة الثانية حيث بلغ متوسطه الحسابي (٣.١٢) بدرجة متوسطة وإنحراف معياري (٠.٧٤) تدل على اتفاق المستجيبين عليها، ثم جاء بُعد التقبل الايجابي للتغيير والعلاقات الآمنة بالرتبة الثالثة حيث بلغ متوسطه الحسابي (٣.٠٧) بدرجة متوسطة وإنحراف معياري (٠.٦٧) تدل على اتفاق المستجيبين عليها، وجاء بُعد الكفاءة الشخصية والتماسك بالرتبة قبل الاخيرة حيث بلغ متوسطه الحسابي (٢.٩٥) بدرجة متوسطة وإنحراف معياري (٠.٧٥) تدل على اتفاق المستجيبين عليها. ثم جاء بُعد الثقة في الذات والتسامح بالرتبة الخامسة والاخيرة حيث بلغ متوسطه الحسابي (٢.٩٢) بدرجة متوسطة وإنحراف معياري (٠.٦٧) تدل على اتفاق المستجيبين عليها.

وربما يُعزى سبب ظهور الثقة في الذات والتسامح بالرتبة الاخيرة وبدرجة متوسطة لأن طبيعة المرحلة العمرية للطلاب من الشباب يبحثون عن هويتهم لتحقيقها ويمرون بأزمة الهوية وتحديد معالمها، كاستجابة لمتطلبات الحياة الجامعية وتداعياتها، وربما الثقة بالذات والقدرة على التسامح تعتمد على جوانب شخصية الطلاب التي تشكلت لديهم وحسب الخبرات السابقة التي خبروها وتعلموها، وغالباً يتم تجاوزها بعد التقدم ووصولهم إلى الحياة الجامعية ويشعر بالاستقلالية والنضج وتشكيل معالم ذاته وشخصيته.

اتفقت نتيجة الدراسة مع نتائج دراسة إبلش، وإمام، وشاهين (٢٠١٦) والتي تبين فيها مستويات متباينة من درجات الصمود النفسي تعتمد على الرضا عن الحياة، وأن الأفراد الذين يتسمون بالصمود النفسي يتمتعون برضا عن الحياة لا تؤمن بالخطأ أو الصدفة، وإنما بجدية العمل ومسئولية الذات عن السلوك الصادر منهم. بينما اختلفت نتائج الدراسة مع نتيجة دراسة الطلاع (٢٠١٦) التي تبين فيها أن الطلبة لديهم درجة مرتفعة من الصمود النفسي، بينما اختلفت مع نتيجة دراسة (Arokiaraj, Nasir & Wan Sulaiman, 2011) التي تبين فيها أن الثقة بالنفس تعتبر مؤشراً قوياً على الصمود النفسي والتي ظهرت بدرجة عالية.

نتائج السؤال الثاني ومناقشته:

نص السؤال الثاني "ما مظاهر قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الطائف؟"

وللإجابة على هذا السؤال تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات أبعاد مقياس قلق المستقبل، وكذلك تم حساب المتوسط الموزون لكل بُعد بشكل عام . ومن أجل تحديد درجة تقدير قيمة المتوسط الحسابي لقلق المستقبل، فقد تم تحديد مدى الدرجات بحساب الفرق بين أعلى قيمة على المقياس (٥) وأدنى قيمة (١)، ثم قسمة الناتج على (٥) مستويات، فكان ناتج القسمة (٠.٨٠) وهي طول الفئة، وعليه تم تفسير النتائج وفق المعيار الموضح بالجدول (١٣):

جدول (١٣) معيار تقدير مستوى قلق المستقبل

تقدير درجة قلق المستقبل	قيمة المتوسط الحسابي
منخفض جداً	١,٨٠-١
منخفض	٢,٥٩-١,٨١
متوسطة	٣,٣٩-٢,٦٠
عالية	٤,١٩-٣,٤٠
عالية جداً	٥-٤,٢٠

ويبين جدول (١٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لابعاد مقياس قلق المستقبل والدلالة الاحصائية لقيمة المتوسط الحسابي عند الوسط الفرضي (٣) بهدف التحقق من معنوية الوسط الحسابي لدرجات افراد العينة على مقياس قلق المستقبل، فقد تم تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة (one sample T test).

جدول (١٤) اختبارات لعينة واحدة للمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أبعاد قلق المستقبل مرتبة تنازلياً

الترتبة	ابعاد قلق المستقبل	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الاحصائية	التقدير
١	القلق من احداث الحياة الضاغطة	٣.٣٥	٠.٦٣	٨.٠٥	٠.٠٠٠	متوسطة
٢	التفكير السلبي تجاه المستقبل	٣.٢٥	٠.٧٨	٧.٥٥	٠.٠٠٠	متوسطة
٣	المظاهر النفسية لقلق المستقبل	٢.٨٧	٠.٩٨	٥.٣٨	٠.٠٠٠	متوسطة
٤	النظرة السلبية للحياة	٢.٧٩	١.٠٢	٨.٧٤	٠.٠٠٠	متوسطة
٥	المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	٢.٥٨	١.١٠	١٩.٩٩	٠.٠٠٠	منخفضة
	المتوسط الحسابي الكلي لقلق المستقبل	٢.٩٧	٠.٩٢	٦.٢٦	٠.٠٠٠	متوسطة

يتبين من معطيات جدول (١٤) أن المتوسط الكلي لقلق المستقبل لدى طلاب جامعة الطائف بلغ (٢.٩٧) بدرجة متوسطة، وانحراف معياري (٠.٩٢) وهي قيمة تدل على تجانس درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل، واطهرت النتائج قيمة t المحسوبة للدرجة الكلية (-٦.٢٦) وهي قيمة دالة احصائياً لصالح وسط العينة مما يدل على ان افراد العينة يعانون من القلق من المستقبل وبدرجة متوسطة.

وجاء قلق المستقبل المتعلق باحداث الحياة الضاغطة بأعلى رتبة وبدرجة متوسطة بلغ متوسطها (٣,٣٥) وهي بدرجة متوسطة ودالة احصائياً مما يدل على أنها أعلى من الوسط الفرضي (٣). ثم تبعها التفكير السلبي تجاه المستقبل بمتوسط حسابي (٣.٢٥) بدرجة متوسطة تختلف عن الوسط الفرضي (٣) ثم تبعه

المظاهر النفسية لقلق المستقبل بمتوسط حسابي (٢.٨٧) ودالة احصائياً وبدرجة متوسطة ثم النظرة السلبية للحياة بمتوسط حسابي (٢.٧٩) ودالة احصائياً ثم المظاهر الجسمية والتي كانت أقل الابعاد ظهوراً من حيث المظاهر الدالة على قلق المستقبل. بمتوسط حسابي (٢.٥٨) وهي قيمة دالة إحصائياً مما يعني أنها قيمة تنخفض عن الوسط الفرضي. وقد تراوحت قيم الإنحرافات المعيارية من (٠.٦٣ - ١.١٠) تدل على اتفاق التقديرات في ابعاد القلق من احداث الحياة الضاغطة، والتفكير السلبي تجاه المستقبل، والمظاهر النفسية لقلق المستقبل، بينما تدل على إختلاف التقديرات في بُعدي النظرة السلبية للحياة والمظاهر الجسمية لقلق المستقبل.

ويفسر الباحث سبب النتيجة العامة التي ظهر فيها قلق المستقبل بدرجة متوسطة أن مظاهر القلق التي تظهر على الشباب الجامعي في مقتبل حياته تتعلق بأحداث الحياة الضاغطة والتفكير بالعمل والزواج ومتطلبات الحياة، بينما نقل مظاهر قلق المستقبل التي تتعلق بالمظاهر الجسمية كون الصورة التي وصل اليها الفرد بهذا العمر قد اكتملت والشعور بالحيوية والنشاط والايجابية، وفي هذا المجال هناك الكثير من الدراسات السابقة التي تناولت المشكلات التي تسبب قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، كدراسة حمزة (٢٠١٣) التي توصلت إلى أن أدراك الشباب الجامعي لمستقبلهم المهني والاجتماعي كان عالي ويرون أن المستقبل بيد الله ولكن يجب أن يفكر الفرد في المستقبل وكانت أكثر ابرز الموضوعات التي تتعلق بمستقبل الذكور هي: الموضوعات الشخصية يليها الموضوعات السياسية ثم الاقتصادية والاجتماعية ويفضل أغلب أفراد البحث العمل في مجال التخصص، بينما يفضل نسبة ضئيلة العمل في غير مجال تخصصهم، ويرون أن الصعوبات التي تعوق حصولهم على العمل المناسب هي (الواسطة)، وعدم وجود فرص عمل ونقص الإمكانيات المادية، ويرون أن أسباب الهجرة هي غلاء المعيشة وتأمين المستقبل وعدم توفر العمل المناسب، وكذلك أشار أبو زيد (١٩٩٢م) إلى العوامل التي تؤثر على النظرة المستقبلية لدى شباب الجامعة مثل العوامل الاقتصادية والاجتماعية والثقافية . ويعاني الشباب بعد التخرج من عدم وجود فرص للعمل و(٧٢%) يعتقدون أن وجود فرص عمل مسألة نادرة وربما مئوس منها. وتفضل نسبة كبيرة من أفراد العينة العمل بعد التخرج وعدم إكمال

الدراسات العليا، وأجمع الشباب على وجود مجموعة من الصعوبات التي تنتظرهم في المستقبل منها البطالة وأزمة السكن، ويفضل الشباب العائد المادي الكبير بصرف النظر عن التخصص. ويفضل الشباب العمل الحر على العمل الحكومي. واتفقت نتيجة الدراسة مع نتائج دراسة الجبوري (٢٠١٣م) التي توصلت إلى أن أفراد العينة يعانون من قلق المستقبل بدرجة متوسطة. بينما اختلفت نتيجة الدراسة عن نتائج دراسة القرشي (٢٠١٢) التي تبين فيها أن مستوى قلق المستقبل لدى طلاب جامعة أم القرى مرتفع، كما اختلفت مع نتيجة دراسة المحاميد السفافسه (٢٠٠٧) التي تبين فيها أن أفراد العينة لديهم مستوى عالٍ من قلق المستقبل المهني. وكشفت دراسة عبد الباقي (١٩٩٣م) عن مدى إسهام خبرات الماضي والحاضر والمستقبل في رفع الدرجة الكلية للقلق حيث تبين أن قلق المستقبل يتكون من خمسة عوامل هي: التشاؤم من المستقبل والاكتئاب والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس. وإن تأثير قلق المستقبل أكبر من تأثير قلق الماضي في ارتفاع الدرجة الكلية للقلق ويزداد القلق بزيادة العمر الزمني. وهناك الكثير من الدراسات التي شخّصت وجود قلق المستقبل وأعدت برامج علاجية للحد منها كدراسة معوض (١٩٩٦م) فاعلية البرنامجين في تخفيف مستوى قلق المستقبل لدى الطلاب والطالبات، وأكدت دراسة دياب (٢٠٠١م) عن مدى فاعلية الإرشاد الديني في تخفيف قلق المستقبل.

نص السؤال الثالث: "هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة بالطائف"؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم صياغة الفرضية التالية: "توجد علاقة ارتباطيه عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في الصمود النفسي" للاختبار هذه الفرضية فقد تم حساب معاملات ارتباط بيرسون للعلاقة بين درجة كل بُعد من أبعاد قلق المستقبل والدرجة الكلية له مع الدرجة الكلية للصمود النفسي وأبعادها. فكانت النتائج كما بالجدول (١٥).

جدول (١٥) مصفوفة معاملات ارتباط بيرسون
بين الصمود النفسي وأبعاده وقلق المستقبل وأبعاده

الصمود النفسي	التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة	الثقة في الذات والتسامح	الكفاءة الشخصية والتماسك	الضبط	التأثيرات الروحية والدينية	ابعاد الصمود النفسي ابعاد قلق المستقبل
**٠.١٨-	**٠.٣٠-	**٠.١٩-	**٠.٢٦-	٠.٠٦-	**٠.١٤-	التفكير السلبي تجاه المستقبل
**٠.٢٤-	**٠.٣٤-	**٠.٢٣-	**٠.٣١-	٠.٠٩-	**٠.١٦-	النظرة السلبية للحياة
٠.٠٤-	**٠.١٧-	*٠.١٢-	٠.٠٨-	٠.٠٤-	٠.٠٣-	القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة
**٠.٢٥-	**٠.٣٧-	**٠.١٨-	**٠.٣٤-	٠.٠٩-	**٠.١٩-	المظاهر النفسية لقلق المستقبل
**٠.٢٩-	**٠.٣٣-	**٠.١٧-	**٠.٣٣-	**٠.٢٣-	**٠.١٦-	المظاهر الجسمية لقلق المستقبل
**٠.٢٤-	**٠.٣٦-	**٠.٢١-	**٠.٣١-	*٠.١٠-	**٠.١٦-	الدرجة الكلية لقلق المستقبل

** دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ * دال عند مستوى الدلالة ٠.٠٥

يتبين من جدول (١٥) أن معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لقلق المستقبل ومتغير الصمود النفسي لدى طلاب جامعة الطائف بلغ (-٠,٢٤) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠١) ولكنها علاقة عكسية ضعيفة حيث بلغ التباين المفسر ٥,٧٦% بمعنى أن قلق المستقبل يُفسر بنسبة ٦% فقط من التباين في درجات الصمود النفسي و٩٤% لعوامل أخرى، بمعنى أنه كلما زاد قلق المستقبل تقل الصمود النفسي ولكن بنسبة ضعيفة، ومن خلال ما يظهره الفرد من قوة كفاءته الشخصية والتماسك والثقة في ذاته واتسم بالتسامح وتقبل الآخرين واستطاع أن يُنظّم علاقات آمنه وضبط سلوكه وتصرفاته ومواقفه وفق الاعتبارات الدينية، فإنها عوامل تقلل من قلق المستقبل، وأن الصمود النفسي وما يظهره الفرد من قدرة على الثقة بذاته وإظهار التسامح يساهم في الحد من قلق المستقبل.

وتراوحت معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لقلق المستقبل وابعاد الصمود النفسي من (٠.١٠-٠.٣٦) وجميعها بالإتجاه العكسي ومعنى ذلك هناك علاقة ارتباطية عكسية بين كلاً من التأثيرات الروحية والدينية، والضبط، والكفاءة الشخصية، والتماسك، الثقة في الذات والتسامح، والتقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة، ودرجات قلق المستقبل، ويُعزى سبب ذلك إلى أن الإلتزام بالدين وقوة العقيدة والتأثيرات الروحية والدينية تُقلل من قلق المستقبل، كما أنّ إلتزام الفرد

بضوابط السلوك الإجتماعي والقيم والأخلاق المجتمعية كلما قل مستوى قلق المستقبل، وكلما ارتفع مستوى الكفاءة الشخصية للطلاب بالجامعة كلما انعكس ذلك إيجابياً لزيادة مستوى الطموح وانخفاض قلق المستقبل وأيضاً كلما كان اتسمت شخصية الطالب بالجامعة بسمات الثقة في الذات والتسامح، والتقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الأمانة كلما قل مستوى قلق المستقبل، وهذه نتائج منطقية، ولكنها علاقة ضعيفة إلى حد ما، كون هنالك متغيرات وسيطية أخرى تحكم العلاقة بينهما، واتفقت نتائج الدراسة مع نتائج دراسة حسانين (٢٠٠٠) التي تبين فيها وجود ارتباط إيجابي بين قلق المستقبل وبين مؤشرات ذات علاقة بالصمود النفسي، وكان أعلى معامل ارتباط لأبعاد الصمود النفسي مع قلق المستقبل هو بُعد التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الأمانة (-٠٣٦) بمعنى أن التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الأمانة تساهم في خفض قلق المستقبل بدرجة أعلى من الأبعاد الأخرى للصمود النفسي وبالإتجاه العكسي.

وعلى الرغم من وجود علاقات ضعيفة بين أبعاد قلق المستقبل وأبعاد الصمود النفسي إلا أنها دالة إحصائياً بمعظمها عند مستوى الدلالة (٠.٠٠١). ويلاحظ أن أقل معامل ارتباط لأبعاد الصمود النفسي إرتباطاً بقلق المستقبل كان "الضبط" بلغت قيمته (٠,١٠) بالإتجاه العكسي، وربما لكون القدرة على التحكم بالانفعالات والسلوك يعتمد على مواقف مختلفة من حيث حدوثها في الحياة الجامعية وتختلف من شخص لآخر، فليس بالضرورة أن يحكمها قلق المستقبل.

بينما تراوحت قيم معاملات ارتباط أبعاد قلق المستقبل (التفكير السلبي تجاه المستقبل، والنظرة السلبية للحياة، والمظاهر النفسية لقلق المستقبل، والمظاهر الجسمية لقلق المستقبل) من (٠.١٨ - ٠.٢٩) وجميعها بالإتجاه العكسي، بينما لم يتبين وجود علاقة بين بُعد "القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة" حيث كانت قيمة معامل ارتباطه صفرية (تقترب من الصفر) بلغت (٠.٠٤) لاختلاف طبيعة مواقف الحياة الضاغطة وتعدد أشكالها وتأثيراتها وحسب طبيعة الفرد، وقد كانت أعلى الأبعاد إرتباطاً المظاهر الجسمية لقلق المستقبل" بلغت (٠.٢٩) وربما يُفسر سبب ذلك إلى أن شعور الطالب بالنشاط والحيوية وعدم الخمول والحركة قد يساهم فيه الاهداف التي يسعى الى تحقيقها كحصوله على الدرجات أو المكافآت والتقييم من الآخرين والمنافسة، وكلما شعر الفرد بقلق المستقبل المتعلق بالمظاهر الجسمية لديه أي الشعور بالخمول كلما انخفض مستوى الصمود النفسي لتأثره

بالوسط الاجتماعي الجامعي ونظرة الآخرين له، كما أن وجود عارض وحالة صحية سيئة للطالب، من شأنه أن يساهم في التأثير السلبي على الصمود النفسي، ولمواجهة ذلك يتطلب إظهار قوة نفسية بالأخذ بالأسباب ومواجهة المحنة بتسليم كامل لقضاء الله تعالى وقدره مع التوكل على الله والأخذ بالأسباب، كما أن تمتع الطالب بالصحة النفسية والجسدية يساهم في تنمية الصمود النفسي وذلك للأثار الكبيرة التي قد يحدثها العارض الصحي كما أن الصمود النفسي تتأثر في مستوى التفاعلات مع المحيط.

وبالرغم من قلة الدراسات التي تناولت العلاقة الارتباطية بين قلق المستقبل والصمود النفسي، إلا أن هناك العديد من المتغيرات ارتبطت بالصمود النفسي بل تُعد من العوامل المحددة له، وترتبط بصورة غير مباشرة، في قلق المستقبل ففي هذا السياق فقد تبين من نتائج دراسة سنثيا فوهركولب (Foehrkolb, C.,2007) التي تبين فيها وجود علاقة ارتباطية بين جودة الحياة وفعالية الذات لديه، الذي يعتبر عاملاً محدداً وهاماً في القدرة على حل المشكلات والصمود النفسي. كما اتفقت نتائج الدراسة ضمناً مع نتائج دراسة المغازي (٢٠١٧) التي تبين فيها وجود علاقة بين الصمود النفسي والتوافق المهني، ودراسة الطلاع (٢٠١٦) التي كشفت عن العلاقة بين الذكاء الروحي والصمود النفسي، واتفقت مع نتيجة دراسة عبدالجبار (٢٠١٦) التي تبين فيها علاقة الصمود النفسي بالرضا عن الحياة لدى الراشدين، واتفقت كذلك مع دراسة إبليش، وإمام، وشاهين (٢٠١٦) التي كشفت عن وجود علاقة بين الصمود النفسي بالرضا عن الحياة لدى المراهقين، واتفقت مع نتيجة دراسة جاب الله، وعبدالحميد، وعبدالجواد (٢٠١٥) التي تبين وجود علاقة بين الأمن النفسي والصمود النفسي، واتفقت نتيجة الدراسة مع نتائج دراسة البليطي (٢٠١٧) التي كشفت عن وجود علاقة بين الصمود النفسي من خلال المساندة الاجتماعية وجودة الحياة، كما اتفقت مع نتيجة دراسة سحر علام (٢٠١٣) التي تبين فيها وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين أبعاد الصمود النفسي والتماسك الأسري، واتفقت مع نتيجة دراسة (Arokiaraj, Nasir & Wan Sulaiman, 2011) التي تبين فيها وجود علاقة بين الصمود النفسي واحترام الذات والتكيف والتماسك الأسري.

كما يُلاحظ أنّ التفكير السلبي يقلل من الصمود النفسي ففقدرة الفرد على تحمّل ضغوطات الحياة والتعامل أمر لا بد منه لاستمرارية الحياة سواء كانت دافعية الفرد عالية أم منخفضة، بحكم أن التعامل مع ضغوطات الحياة أمر لا بد منه، كما يُلاحظ ارتباط التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة مع المواقف الضاغطة، حيث أنّ قدرة الفرد على التعامل مع المواقف الضاغطة تحكمها اعتقاده بأن مجهوداته للتعلم سوف تعطي نتائج ايجابية ولكنها تتوقف على ما يمتلكه الفرد من مجهود إضافي فكلما شعر الفرد بقدرته على ضبط أدائه الأكاديمي فإنه سيكون أكثر رغبة لوضع ما يحتاجه من استراتيجيات لاحقة ليجعل التغييرات المرغوبة ولكنها تعتمد على مقادر ما يواجهه من أحداث ضاغطة وقدرته على التغلب عليها، وكلما توقع الفرد النجاح وقدرته على اداء المهمة وأقر بذلك ذاتياً كلما انخفض تأثيرات الحياة الضاغطة عليه، وبالتأكيد تعتمد على ثقته في مهاراته وقدراته لاداء تلك المهمة مما يقل مستوى قلق المستقبل.

كما أن قلق المستقبل يزداد لدى الفرد كلما كانت نظريته وتفكيره سلبياً تجاه المستقبل، وتظهر على المظاهر والمؤشرات النفسية والجسمية وضغوطات الحياة، وهناك العديد من الدراسات التي تناولت العلاقات الارتباطية بين قلق المستقبل والمتغيرات التربوية والنفسية الأخرى والتي ترتبط بصورة غير مباشرة، في الصمود النفسي كدراسة رابابورت (Rappaportm, 1993) حيث تبين فيها ان الهدف من الحياة يرتبط ارتباطاً ايجابياً بقلق المستقبل، وتبين أن العلاقة بين الهدف من الحياة وبين قلق الموت فقد كانت سلبية. وكشفت دراسة صبري (٢٠٠٣م) عن وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين المعتقدات الخرافية بكل من قلق المستقبل والدافعية للإنجاز وتبين في دراسة مسعود (٢٠٠٦) وجود علاقة ارتباطية موجبه ودالة إحصائياً بين قلق المستقبل وكل من الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية، كما تبين من نتائج دراسة مندوه (٢٠٠٦) وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة ودرجاتهم على مقياس التوافق الدراسي بأبعاده المختلفة، وتبين كذلك من دراسة الجبوري (٢٠١٣م) وجود علاقات ضعيفة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي والاندماج الاجتماعي. بينما تبين وجود معامل ارتباط دال إحصائياً بين قلق المستقبل مع مستوى الطموح الأكاديمي، واتفقت مع دراسة المشيخي (٢٠٠٩م) والتي أشارت إلى عدم جود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب

في قلق المستقبل ودرجاتهم في فاعلية الذات وفي مستوى الطموح وتبين من دراسة الثنيان (٢٠٠٩م) وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين جودة الحياة وأبعادها المختلفة وقلق المستقبل وأبعاده المختلفة، ودراسة القرشي (٢٠١٢) تبين وجود علاقة إحصائية بين الدافع للإنجاز وقلق المستقبل.

نتائج الإجابة عن التساؤل الرابع:

نصّ السؤال الرابع على "هل يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال درجات الطلاب في الصمود النفسي؟" وللإجابة عن هذا السؤال تم صياغة الفرضية التالية "لا يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال درجات الطلاب في الصمود النفسي". ولإختبار هذه الفرضية فقد تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression بطريقة التحليل المتتابع أو المتدرج Stepwise، ويُبين جدول (١٦) نتائج تحليل التباين لإنحدار الصمود النفسي على قلق المستقبل. جدول (١٦) تحليل التباين لإنحدار الصمود النفسي على قلق المستقبل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف ودلالاتها
الانحدار	٦١٩٣.٦١٢	١	٦١٩٣.٦١٢	
البواقي	١٠٦٠٨٥.٩٤٠	٣٤٨	٣٠٤.٨٤٤٦٥٥	**٢٠.٣١٧
الكلية	١١٢٢٧٩.٥٥٢	٣٤٩		

** دالة عند مستوى الدلالة (٠.٠١).

يتضح من الجدول (١٦) وجود تأثير دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) للصمود النفسي على قلق المستقبل، كما تتبين النتائج في جدول (١٧).

جدول (١٧) تحليل الانحدار البسيط للصمود النفسي على قلق المستقبل

مصدر الانحدار	معامل الانحدار	الخطا المعياري	معامل بيتا	ت ودلالاتها
الثابت	١٠٧.٧٧٢	٥.٦٢٥	---	**١٩.١٦٠
الصمود النفسي	-٠.٢٣	٠.٠٤٨	-٠.٢٣	**٤.٨٤٥-

** دالة عند مستوى الدلالة (٠.٠١).

يتضح من الجدول (١٧) وجود دلالة إحصائية لكل من ثابت الانحدار ودرجات الصمود النفسي في التنبؤ بقلق المستقبل، وتكون معادلة الانحدار البسيط للصمود النفسي على النحو التالي:

$$\text{قلق المستقبل} = ١٠٧,٧٧٢ - ٠,٢٣ \times \text{الصمود النفسي} .$$

ومن أجل معرفة أي أبعاد الصمود النفسي أكثر مساهمة في قلق المستقبل، فقد تم إجراء الانحدار المتعدد Stepwise Multiple Regression لابعاد الصمود النفسي وقد تم التحقق من افتراضات تطبيق الانحدار المتعدد فاستطاع النموذج المتعدد التنبؤ بجميع ابعاد الصمود النفسي باستثناء بُعد الضبط، ويوضح جدول (١٨) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لابعاد الصمود النفسي على قلق المستقبل.

جدول (١٨)

تحليل الانحدار المتعدد للصمود النفسي على قلق المستقبل

مصدر الانحدار	معامل الانحدار	الخطا المعياري	معامل بيتا	ت ودالاتها
الثابت	٩٩.٦٥٦	٥.٤١٠	----	** ١٨.٤٢٢
التأثيرات الروحية والدينية	-٠.٦١٩	٠.١٨٨	-٠.٢١٥	** ٣.٢٨٩-
التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة	١.١٤٧	٠.١٨٣	٠.٣١٠ -٠.١٤٧	** ٦.٢٧٦
الكفاءة الشخصية والتماسك	-٠.٤٥٧	٠.٢٠٦	٠.١٤٠	* ٢.٢١٤-
الثقة في الذات والتسامح	-٠.٦١٦	٠.٣٠٩	-٠.١٠٥	* ١.٩٩٤-

** دالة عند مستوى الدلالة (٠.٠١) و * دالة عند مستوى الدلالة (٠.٠٥)

يتضح من الجدول (١٨) وجود دلالة إحصائية لكل من ثابت الانحدار وأبعاد الصمود النفسي (التأثيرات الروحية والدينية، والتقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة، والكفاءة الشخصية والتماسك، والثقة في الذات والتسامح) وتكوّنت معادلة الانحدار على النحو التالي:

درجة قلق المستقبل = $٩٩.٦٥٦ - ٠.٦٢x$ التأثيرات الروحية والدينية + $١.١٥x$ التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة - $٠.٤٦x$ الكفاءة الشخصية والتماسك - $٠.٦٢x$ الثقة في الذات والتسامح.

وبالرغم من عدم وجود دراسات تناولت التنبؤ بقلق المستقبل من خلال ابعاد الصمود النفسي، إلا أن هناك عدد من الدراسات أشارت إلى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال متغيرات أخرى، فقد تبين من دراسة الثنيان (٢٠٠٩م) أنه يُمكن التنبؤ بجودة الحياة من خلال أبعاد قلق المستقبل ككل، ودراسة العنزي

(٢٠١٠) التي توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال القبول والرفض الوالدي. كما توصلت دراسة القرشي (٢٠١٢) أنه يُمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الدافع للانجاز. بينما اختلفت مع نتائج دراسة الجبوري (٢٠١٣) التي تبين فيها عدم القدرة على التنبؤ في فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي والاندماج الاجتماعي بقلق المستقبل

ثانياً - التوصيات:

على ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية فإن الباحث يوصي

بما يلي:

- متابعة الطلبة بجامعة الطائف الذين كشفت عنهم الدراسة الذين يعانون من قلق المستقبل خلال الارشاد والتوجيه الاكاديمي وتصميم البرامج والتدخلات التربوية المناسبة لتلبية احتياجاتهم الأكاديمية والنفسية والاجتماعية.
- تفعيل خدمات التوجيه والارشاد في الجامعة من خلال القيام باعداد وتصميم برامج ارشادية للحد من قلق المستقبل.
- تعزيز شعور الطلاب بالصمود النفسي من خلال إقامة العديد من الأنشطة الجامعية مثل الندوات والبرامج الحوارية والبرامج الاجتماعية.
- اشترك الطلاب في الأنشطة الهادفة التي تزيد من فاعليتهم وترابطهم أكثر بواقعهم، وبالتالي ارتفاع تحصيلهم الأكاديمي.
- توعية الطلاب نحو مستقبلهم من خلال التعرف على إمكاناتهم الحقيقية وتعليمهم مهارات التخطيط للمستقبل على أسس سليمة.
- تعرف المشكلات النفسية وجوانب القصور لدى طلبة الجامعات والتخطيط لتطبيق البرامج الإرشادية العلاجية والنفسية .
- التعرف على الاحتياجات التربوية والنفسية لطلاب الجامعة باجراء مجموعة من الدراسات والبحوث لتحديد الكشفا والكشف عنها من اجل اعداد خطط لتلبيتها.

-
- توجيه طلاب وطالبات الدراسات العليا في أقسام الارشاد وعلم النفس في الجامعات السعودية، لإجراء مزيد من البحوث والدراسات النوعية بمجال قلق المستقبل والصمود النفسي.
 - دراسة العلاقة بين المسؤولية الاجتماعية وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة.
 - دراسة العلاقة بين قلق المستقبل وكل من المستوى الإجتماعي وبعض سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة
 - يمكن أن تكون الأداة المستخدمة بالدراسة الحالية مؤشراً مبدئياً لتشخيص في قلق المستقبل والصمود النفسي لتقنينها على طلاب الجامعة بالمملكة العربية السعودية.
 - إجراء دراسات تتناول فيها التوافق الدراسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية.
 - إجراء دراسات تجريبية يتم فيها قياس فعالية برنامج ارشادي لتنمية قلق المستقبل والصمود النفسي.

المراجع والمصادر

أولاً- المراجع العربية:

- إبليش، حواء إبراهيم وإمام، نجوى السيد وشاهين، هيام صابر صادق (٢٠١٦): "الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهقين". مجلة البحث العلمي في التربية - مصر، ١ (١٧) ص ٤٨٩ - ٥٠٤.
- أبو حلاوة، محمد السعيد، (٢٠١٣ /أ): حالة التدفق المفهوم الأبعاد والقياس، الكتاب الإلكتروني مكتبة العلوم النفسية العربية، العدد (٢٨) إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية.
- أبو حلاوة، محمد السعيد، (٢٠١٣/ب): المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها، الكتاب الإلكتروني مكتبة العلوم النفسية العربية، العدد (٢٩) إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية.
- أبو زيد، نبيلة امين (١٩٩٢): النظرة المستقبلية لدى شباب الجامعة من الجنسين (دراسة استطلاعية)، مجلة علم النفس، (٢٤) ص ١-٢٢.
- أبوغالي، عفاف محمود (٢٠١٧): "فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الصمود النفسي لمواجهة الضغوط لدى المراهقات المتصدعات أسريا". مجلة العلوم التربوية والنفسية -البحرين، ١٨، (١) ص ٤٠٧ - ٤٤٤.
- أحمد، نجاح (٢٠٠٠): العوامل المؤثرة في تنمية الدافعية لدى الطلبة في المدارس الأساسية في منطقة عمان الكبرى. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية: عمان، الأردن.
- الأعسر، صفاء احمد، (٢٠١٠): الصمود من منظور علم النفس الايجابي، قراءة من ندوات المؤتمر. ع (٧٧)، الجمعية المصرية للدراسات النفسية.
- أنجلر، باربرا (١٩٩٠): مدخل إلى نظريات الشخصية فهد بن عبد الله [مترجم]. الطائف: دار الحارث.
- البحيري، محمد رزق ومحمد، مصطفى محمد ومحمود، هانم عمر (٢٠١٤): "الصمود النفسي وعلاقته بالتوكيدية لدى عينة من الأحداث الجانحين دراسات الطفولة - مصر، ١٧، (٦٤) ص ١١٥-١٢٠.

- البليطى، أسماء مسعود (٢٠١٧): "التنبؤ بالصمود النفسى من خلال المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى المعاقين حركياً". مجلة التربية للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية، ٢(١٧٥) ص ٢٢٠ - ٢٦٠.
- بيك، ارون ترجمة عادل مصطفى (٢٠٠٠): العلاج المعرفي والاضطرابات الإنفعالية القاهرة: دار الافاق العربية.
- الثنيان، أحمد. (٢٠٠٩): جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية. أطروحة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية
- جاء الله، أميرة سعيد وعبد الحميد، سهام علي وعبدالجواد، وفاء محمد (٢٠١٥): "الأمن النفسى وعلاقته بالصمود النفسى لدى عينة من طلاب الجامعة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية". دراسات تربوية واجتماعية - مصر، ٢١(٤) ص ٧٢٣ - ٧٦٢.
- جبل، فوزي محمد (٢٠٠٠): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الأريطة - الإسكندرية، المكتبة الجامعية.
- الجبوري، محمد عبد الهادي (٢٠١٣م): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات والطموح الأكاديمي والاتجاه للاندماج الاجتماعي لطلبة التعليم المفتوح - الأكاديمية العربية المفتوحة بالدنمارك نموذجاً، مشروع بحث مقدم الى كلية الآداب والتربية/ قسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية
- جوهر، إيناس سيد (٢٠١٤): "الصمود النفسى وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة". مجلة كلية التربية: جامعة بنها - كلية التربية، ٢٥، (٩٧) ص ٢٩٣ - ٣٣٣.
- حسانين، احمد محمد (٢٠٠٠): قلق المستقبل وقلق الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني ثانوي. رسالة ماجستير غير منشورة كلية الاداب جامعة المينا، مصر.
- حمزة، آيات عبد العزيز (٢٠١٣): قلق المستقبل وعلاقتها بنمو الحكم الأخلاقي لدى الأحداث الجانحين وغير الجانحين في المملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الملك عبد العزيز.

- الداهري، صالح حسن (٢٠٠٥): **مبادئ الصحة النفسية**، عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- دياب، عاشور محمد (٢٠٠١): **فاعلية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة**، مجلة التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، ١٥ (١١) ص ١٣٠-١٧٩.
- رمضان، أحمد ثابت، والدرس، علاء سعيد (٢٠١٧): **"تنمية الحكمة كمدخل لتحسين الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين عقليا"**. مجلة التربية الخاصة - مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية التربية جامعة الزقازيق - مصر (٢١) ص ٨٣ - ١٧٠.
- زهران، حامد (٢٠٠٥): **التوجيه والإرشاد النفسي**، القاهرة: عالم الكتب.
- سام جولدشتين، روبرت ب. بروكس (٢٠١١) **الصمود النفسي لدى الأطفال**، ترجمة صفاء الأعسر، القاهرة: المركز القومي للترجمة.
- سعود، ناهد شريف (٢٠٠٥): **قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاوض والتشاور**، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا.
- شاهين، هيام صابر (٢٠١٣): **"الأمل والتفاوض مدخل لتنمية الصمود النفسي لدى عينة من المراهقين ضعاف السمع"**. مجلة العلوم التربوية والنفسية: جامعة البحرين - كلية التربية، ١٤، (٤) ص: ٦١٣ - ٦٥٣.
- شراب، عبدالله عادل (٢٠١٨) **"الصمود النفسي وعلاقته بضغوط العمل من وجهة نظر معلمى التربية الخاصة فى محافظات غزة"**. مجلة جامعة القدس المفتوحة للابحاث والدراسات التربوية والنفسية - فلسطين، ٧ (٢١) ص ١٠٢ - ١١٥.
- شقيير، زينب محمود (٢٠٠٥): **"مقياس قلق المستقبل"** ط١ القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- صبري ايمان محمد (٢٠٠٣): **"التفكير الخرافى لدى المراهقين وعلاقته بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز"**. مؤتمر علم النفس السابع عشر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية وكلية الاداب جامعة القاهرة. الجيزة.

صبري، ايمان محمد (٢٠٠٣): بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين وعلاقته بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٣، ص ١-٥٥.

الطلاع، محمد عصام (٢٠١٦): "الذكاء الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة" رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الإسلامية (غزة)، غزة.

عبد الباقي، سلوى (١٩٩٣): مسببات الخوف: خبرات الماضي والحاضر ومخاوف المستقبل، *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، ٨ (٥٨) عالم الكتب، ص ١٠٢-١٤٦.

عبد الجبار، عبدالمريد، ومنصور محمد (٢٠١٦): "دور كل من الصمود النفسي والحكمة في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى الراشدين". *حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية - مصر الحولية*، ١٢، (٣) ص ١ - ٩٣.

عبدالسميع، ورد محمد وحجازي، عزة عبدالغني وسليمان، سناء محمد (٢٠١٤): "الصمود النفسي لدى الطالبة الجامعية وعلاقته بالرضا عن الحياة والتحصيل الدراسي". *مجلة البحث العلمي في التربية - مصر*، ٢ (١٥) ص ٢٧ - ٥٧.

عبيدات، ذوقان وعدس عبدالرحمن وسلامة كايد (٢٠١٢) *البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.*

العجمي، نجلاء محمد (٢٠٠٤م) *بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب وطالبات جامعة الملك سعود*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود.

عشري، محمود محيي الدين سعيد (٢٠٠٤): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية: دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان. *المؤتمر السنوي الحادي عشر لمركز الإرشاد النفسي - جامعة عين شمس*، الشباب من أجل مستقبل أفضل، الإرشاد النفسي وتحديات التنمية ٢٥ ديسمبر ٢٠٠٤ المجلد الأول ٢٧.

علام، سحر فاروق (٢٠١٣): "الصمود النفسي وعلاقته بالتماسك الأسري لدى عينة من طالبات كلية البنات جامعة عين شمس". *مجلة الإرشاد النفسي* (٣٦) ص ١٠٩ - ١٥٤.

العناني، حنان عبد الحميد (٢٠٠٠م): الصحة النفسية، الاردن: دار الفكر للطباعة والنشر.

العنزي، خالد بن الحميدي هدمول. (٢٠١٠): إدراك القبول-الرفض الوالدي والأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة الحدود الشمالية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية. جامعة أم القرى.

الغامدي، إبراهيم (٢٠١٣): قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من تخصصات جامعية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الأدب والعلوم الإنسانية، قسم علم النفس جامعة الملك عبد العزيز فاضل، سعدية (٢٠١٣): الصحة النفسية وعلاقتها بتحمل الضغوط والدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الجزائر.

فراج، محمد أنور إبراهيم (٢٠٠٦): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية. جامعة الإسكندرية.

فرج، بد القادر طه وابو النيل السيد محمود (٢٠٠٥): معجم علم النفس والتحليل النفسي، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

قرشي، محمد (٢٠١٢): الدافع لإنجاز وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى

القرني، محمد بن صالح بن عمير (٢٠١٠م): قلق المستقبل وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة، كلية الآداب، جامعة الملك عبد العزيز.

كفافي علاء الدين وسالم، سهير محمد (٢٠٠٧): مدخل إلى علم النفس، القاهرة: دار النشر الدولي.

المحاميد، شاكر والسفاسفة، محمد (٢٠٠٧): قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية والنفسية، تصدر عن كلية التربية، جامعة البحرين، ٨ (٣) ص ٢٩-٤٤.

محمد، اسيل صبار(٢٠١٥): "الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة النازحين وغير النازحين".مجلة كلية الآداب جامعة بغداد - العراق (١١٤) ص ٦٠٣ - ٦٢٦.

محمد، هبة الله أشرف(٢٠١٤): الصمود النفسي وعلاقته بالتكيف الأسري لدى طالب المرحلة الثانوية رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية قسم الصحة النفسية، جامعة حلوان

مسعود، سناء مني(٢٠٠٦م): بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا.

مسعود، عبد الرحمن محمد (٢٠٠٨): أثر برنامج للتدريب على بعض أبعاد الثقة بالنفس في الدافع للإنجاز الأكاديمي لدى التلاميذ بطني التعلم . رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية جامعة الأزهر.

المشيخي، غالب بن محمد علي(٢٠٠٩): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف" (أطروحة دكتوراه غير منشورة) جامعة أم القرى، مكة المكرمة - السعودية.

المصري، فاطمة الزهراء محمد، عبد الباقي سلوى محمد، وأمين سهير محمود(٢٠١٦): "التوقعات الوالدية المدركة وعلاقتها بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين عقلياً".دراسات تربوية وإجتماعية -مصر، ٢٢، (٤) ص ٨٧١ - ٩٠٨.

المصري، نيفين. عبد الرحمن (٢٠١١): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى المستوح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر غزة رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الأزهر غزة

معوض، محمد عبد التواب(١٩٩٦): أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة" (أطروحة دكتوراه غير منشورة) جامعة المنيا، مصر.

معوض، محمد؛ ومحمد، سيد عبد العظيم(٢٠٠٥): مقياس قلق المستقبل: كراسة التعليمات، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

المغازي، عبدالمحسن مسعد (٢٠١٧): "الصمود النفسي وعلاقته بالتوافق المهني لدى الطالب المعلم بكلية التربية جامعة ٦ أكتوبر". في المؤتمر الدولي الثالث لكلية التربية جامعة ٦ أكتوبر بالتعاون مع رابطة التربويين العرب

بعنوان: مستقبل إعداد المعلم وتنميته في الوطن العربي - مصر الجيزة: جامعة ٦ أكتوبر - كلية التربية ورابطة التربويين العرب والأكاديمية المهنية للمعلمين، مج ٤ ص: ٩٢٩ - ٩٤٦.

المغربي، جيهان فرج عبدالحميد أعليوه، الشعراوي سحر، ويوسف ماجي وليم (٢٠١٦): "العلاقة بين الصمود النفسي واضطراب الاكتئاب العصابي لدى مرضى مستشفى الأمراض النفسية بليبيا". مجلة البحث العلمي في التربية - مصر، ٤ (١٧) ص ٢٦٩ - ٢٩٠.

مندوه، محمود (٢٠٠٦): قلق المستقبل وعلاقته ببعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، جامعة عين شمس، ١٦، ص ٣٣٣-٣٨٩.

نصار، وفاء محمود والشافعي، محمد منصور محمد (٢٠٠٥): فاعلية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية بجامعة الملك سعود. المؤتمر الدولي: الاتجاهات الحديثة لجودة التعليم الجامعي والمنعقد في الفترة من ٢٦ - ٢٧ سبتمبر ٢٠٠٥ بجامعة الأزهر. فرع البنات. كلية الدراسات الإنسانية.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

Arokiaraj, A. S., Nasir, R., & Wan Sulaiman, W. S. (2011). Correlates of resilience development among juvenile delinquents. *World Applied Sciences Journal*, 12(SPLISS.), 68-73.

Bryan, Angela, (2004) "Relationships Between Future Orientation, Impulsive Sensation Seeking, and Risk Behavior Among Adjudicated Adolescents". *Journal of Adolescent Research*, 19(4) p428-445

Foehrkolb, C. (2007). Quality of family life as a factor of self-esteem. *American Psychologist*, 46, pp. 333-341.

Koen, D., (2011). *The prevalence of resilience in a group of professional nurses*. Thesis doctor for philosophy, in

- psychology and the Vaal triangle campus of the North - West University.
- Luthar, S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. . *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Moline. R. (1990) .future Anxiety: clinical issues of children in the latter phases of foster care child and adolescent **social work journal**, 7 (6). PP 501 – 512
- Rappaport. H (1991) . Measuring defensiveness against future anxiety Telepression. **Current psychology research and Review**. Vol. 10 (1). PP 65 – 77.
- Riley, D., (2012). *Work and family interface: Wellbeing and the role of resilience and work - life balance*. Thesis doctor of philosophy in Waikato University.
- Seginer, R.. (2003). Adolescent future orientation: An integrated cultural and ecological perspective. In W. J. Lonner, D. L. Dinnel, S. A. Hayes, & D. N. Sattler (Eds.), **Online Readings in Psychology and Culture (Unit 11, Chapter 5), Center for Cross-Cultural Research**, Western Washington University, Bellingham, Washington USA.
- Trapp, C. (2010). *The association among emotional intelligence resilience and academic performance of preserives teachers*. (Doctoral dissertation). University of Phoenix.
- Wicks, C. R. (2005) *Resilience: An integrative Frame work measurement*, A Dissertation submitted in partial satisfaction of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy in Psychology, Loma Linda University.
- Zaliski, (1996) "Future anxiety: concepts measurement, and preliminary research", **Journal of personal individual difference**, 21 , (2) pp 165 – 174.