



كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم

إدارة: البحوث والنشر العلمي ( المجلة العلمية )

=====

## **نضوب الأنا وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية**

إعداد

**د/ وائل أحمد سليمان الشاذلي**      **د/ محمد عبدالعظيم محمد محمود**

مدرس الصحة النفسية

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية- جامعة سوهاج

كلية التربية- جامعة سوهاج

﴿ المجلد الخامس والثلاثون - العدد السادس - يونيه ٢٠١٩م ﴾

[http://www.aun.edu.eg/faculty\\_education/arabic](http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic)

**مستخلص:**

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة كل من نضوب الأنا وقلق المستقبل والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وشملت عينة الدراسة (٩٠) من الطلاب الموهوبين بالصف الأول الثانوي العام بمحافظة سوهاج، طبق عليهم مقياس نضوب الأنا (إعداد الباحثين) ومقياس قلق المستقبل (إعداد الباحثين) ، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة إحصائياً بين نضوب الأنا وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة، كما جاءت درجة نضوب الأنا لديهم (متوسطة)، وكذلك درجة قلق المستقبل (متوسطة)، وقد وجدت فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في نضوب الأنا لصالح الذكور، بينما لم توجد فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل تعزى إلى الجنس، ويعمل نضوب الأنا كمنبئ بقلق المستقبل، وفي ضوء ذلك قدمت الدراسة مجموعة من التوصيات لتفعيل الخدمات الإرشادية للطلاب الموهوبين وتدريبهم على ضبط الذات، وتوفير مناخ دراسي يتحدى قدراتهم مما يحقق لهم الأمان النفسي وعدم القلق من المستقبل.

**الكلمات المفتاحية:** نضوب الأنا - قلق المستقبل

**Abstract:**

The study aimed to identify the degree of both ego depletion and future anxiety and their relationship with a sample of gifted students. The study relied on the descriptive associative approach. The sample included 90 gifted students in the first year of secondary school in Sohag Governorate. Ego depletion scale (Prepared by: Researchers) and future anxiety scale (Prepared by: Researcher) were applied to sample of study. The results indicated that: there was a positive correlative relationship and a statistically significant correlation between ego depletion and future anxiety in the study sample, the degree of ego depletion and future anxiety was (medium), there were statistically significant differences between males and females in ego depletion in favor of males, while there were no statistically significant differences in future anxiety attributed to sex and ego depletion acts a predictor of future anxiety. In light of this, the study presented a set of recommendations to activate the extension services for gifted students and train them on self-control, and to provide a learning environment that challenges their abilities, thus achieving psychological security and not worrying about the future.

**Keywords:** Ego depletion- Future anxiety

## مقدمة:

تمثل الاستفادة من قدرات وإمكانات الموهوبين المحور الذي تركز عليه الدول لتحقيق التقدم واستكمال مسيرة الازدهار؛ فقد اعتمدت الإنسانية منذ أقدم عصورها في تقدمها الحضاري على نتاج أفكارهم وحصائد عقولهم، ولن تتم هذه الاستفادة إلا من خلال الاهتمام بمشكلات هذه الفئة ودراساتها ومحاولة التعرف على العوامل المرتبطة بها والمؤثرة فيها.

والموهوبون هم أولئك الذين يعطون دليلاً على قدرتهم على الأداء الرفيع في المجالات العقلية والإبداعية والفنية والقيادية والأكاديمية الخاصة ويحتاجون إلى خدمات وأنشطة لا تقدمها المدرسة عادة وذلك من أجل تطوير استعداداتهم ومواجهة مشكلاتهم. (Clark, 1992, p.76)

ومن المشكلات النفسية التي تواجه الطلاب بشكل عام والموهوبين على وجه الخصوص القلق من المستقبل؛ وذلك في ضوء ما يواجهون من ضغوط ناتجة عن تخوفهم من المستقبل وما يحمله من أحداث غامضة قد لا تحقق لهم طموحاتهم، وبالتالي أصبح القلق من المستقبل من الأمور التي تشغل مساحة كبيرة من تفكير الطلاب الذين يمثلون المستقبل ويفكرون في المستقبل ويخافون مما يخبئه لهم ذلك المستقبل. (العتيبي، ٢٠١٦، ص٤٢٧)

ونظرة الفرد إلى المستقبل تتأثر بما يكون عليه من خصائص وسمات شخصية، وهذا يعني أن نظرة الفرد إلى المستقبل وتوجهه الزمني لهذا المستقبل له علاقة بسماته الشخصية سواء كانت هذه السمات إيجابية فتتنسق معها النظرة للمستقبل بالتفاؤل والأمل، أو سلبية فتتماشى معها هذه النظرة المستقبلية بالتشاؤم والخوف. (الحسيني، ٢٠١١، ص٣١)

وهذه الخصائص والسمات الشخصية تتأثر بشكل كبير بالأنشطة التي تقوم بها الذات كالاختيار واتخاذ القرارات والتحكم في الأفعال والسيطرة على الرغبات وتنظيم الذات، وكل هذه الأنشطة تحتاج إلى طاقة لأدائها وإتمامها بشكل صحيح، وهذه الطاقة تعتمد على مصادر محدودة داخل الجسم قابلة للنفاذ عند الإسراف في هذه الأنشطة، وهو ما يعرف بنضوب الأنا.

ونضوب الأنا هو أداء منخفض في مهمة تتطلب ضبط النفس كنتيجة للمجهود المبذول في مهام سابقة احتاجت إلى أنشطة ضبط الذات -كالتحكم في الانفعالات وتعديل السلوك والسيطرة على الشهوات واتخاذ القرارات-، مما يؤدي إلى ضعف التحكم الذاتي في أداء هذه المهمة. (Friese, Loschelder, Gieseler, Frankenbach & Inzlicht, 2019, p.107)

وهذا الانخفاض في أداء ضبط النفس والتراجع في التحكم الذاتي يؤدي إلى العديد من المشكلات السلوكية والاجتماعية كمشاكل السمعة، وتعاطي المخدرات، والعنف والتعثر المالي وعدم القدرة على سداد الديون، واضطرابات الأكل، والأمراض المنقولة عن طريق الاتصال الجنسي، وبعض الأمراض المزمنة كالسرطان وأمراض القلب- وهذه الأمراض لها علاقة بشكل مباشر أو غير مباشر بالفشل في ضبط النفس-، وهذا ما أشارت إليه دراسة (Muraven & Baumeister, 2000; Wills & Stoolmiller, 2002)، وعلى نحو مماثل يساهم التنظيم الناجح للذات في العديد من النتائج التكيفية في المجتمع كالنجاح في الدراسة وفي مكان العمل، والعلاقات الشخصية المتماسكة، والحفاظ على الصحة البدنية والعقلية، والقدرة على التكيف مع الحياة، وهذا ما أشارت إليه دراسة (Gailliot & Baumeister, 2007a; Hammer, 2005; Levy, 2006; Tangney)

### مشكلة الدراسة:

يعتقد الكثير من الباحثين أن الأفراد الموهوبين لديهم مخاطر ومشكلات نفسية محتملة بشكل يدعو إلى الاهتمام البحثي، وخاصة أثناء مرحلة المراهقة والبلوغ المبكر؛ حيث التغيرات النفسية والجسمية التي تسهم بشكل واضح في تضخيم هذه المشكلات، ومن ثم تؤثر على ما يملكون من قدرات وإمكانات قد تخبو في ظل هذه المخاطر. (Neihart, 1999, p.11)

وفي ظل هذا الاتجاه البحثي تؤكد العديد من الدراسات على هذا المنحى؛ فتشير نتائجها إلى أن الموهوبين قد يعانون من القلق بوجه عام وتظهر عليهم أعراضه، وقد يعانون من صور القلق المختلفة كقلق المستقبل وقلق الذكاء وقلق اللغة وقلق الموت وقلق الأداء، وهذه المعاناة تؤثر بشكل أو بآخر على قدراتهم ومواهبهم

(Fehm& Schmidt, 2006; Harrison& Van Haneghan, 2011; Kamarulzaman, Ibrahim, Yunus,& Ishak 2013; Lamont, 2012; Mirnics, Kov& Bagdy, 2015; Tippey& Burnham 2009; Yazid, Ali Khan, Asmuje, Zainun& Theis, 2019؛ محمد، ٢٠١٠)

وأكثر ما يثير القلق لدى الطلاب بوجه عام والموهوبين على وجه الخصوص هو المستقبل؛ حيث يشير إلى حيز الطموحات والأهداف ومحاولة تحقيقها، وهو بذلك يحمل معنىً إيجابياً دافعياً إذا لم يكتنفه عدم الوضوح وصعوبة تحقيق هذه الطموحات والأهداف؛ فيسهم هذا الغموض والشعور بالإخفاق في تحول هذا المعنى الإيجابي إلى حالة خوف من المستقبل يصعب السيطرة عليها، وهذا ما أوضحتها نتائج دراسة: (العتيبي، ٢٠١٦؛ اللصاصمة، ٢٠١٧؛ محمد، ٢٠١٤؛ (Eyzenk, Payne& Santos, 2006; Moore, 2006)

ويمكن النظر لقلق المستقبل على أنه أحد التحديات التي تواجه الموهوبين في حياتهم بشكل عام وحياتهم الدراسية بشكل خاص؛ حيث يولد داخلهم الصراع والتوتر والخوف مما يؤثر على أمنهم النفسي وتوافقهم في الحياة، كما يعرض استعداداتهم الفائقة للذبول والتدهور فيقوض من نجاحهم الدراسي؛ ويؤكد هذا الارتباط الإيجابي بين قلق المستقبل والعديد من المظاهر السلبية كالعصابية وعدم الإنجاز (Al Qaisy & Thawabieh, 2017)، والاكنتاب (الحلح، ٢٠١١)، والعنف (سليمان، ٢٠١١)، والأفكار اللاعقلانية والضغط النفسية (مسعود، ٢٠٠٦)، والتوقع السلبي للأحداث (Kagan, Macleod & Pote, 2004)، وارتباطه السلبي بالعديد من المظاهر الإيجابية كالكفاءة والفاعلية الذاتية (الرشيدي، ٢٠١٧؛ اللصامة، ٢٠١٧)، والتحصيل الدراسي (العنبي، ٢٠١٦)، والصلابة النفسية (عبد الرحمن، ٢٠١٦)، ودافعية الإنجاز ومستوى الطموح وفاعلية الذات وتقدير الذات. (الحري، ٢٠١٤؛ المشيخي، ٢٠٠٩؛ حسانين، ٢٠٠٠)

وفي ذات السياق يكون الأفراد الموهوبون أكثر حساسية للنزاعات الشخصية والقضايا المتعلقة بذواتهم ويتعرضون لمستويات إجهاد أعلى من أقرانهم بسبب الذكاء وقدراتهم المعرفية وإمكاناتهم الذاتية، وبالتالي يشعرون بمزيد من القلق والخوف من الفشل ويعانون من تدني احترام الذات، وعدم القدرة على ضبط الذات، وعدم القدرة على اتخاذ القرار، وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة: (Mirnics, Kov & Bagdy, 2015; Turki & Al Qaisi, 2012; Peterson, 2002; Silverman, 2002; Moon, 2009; 2004; 2009; 2009; Moon, 2009; 2004; Silverman, 2002) (٢٠٠١)

وبذلك نقل القدرة على ضبط الذات والتحكم في الرغبات وتضعف إرادة الموهوب وهو ما يعرف بنضوب الأنا، والذي يرتبط بدوره بالعديد من المشكلات النفسية كالاكتئاب والشعور بفقدان الأمل واليأس (Wegener, Ludlow, Olsen, Tortosa & Wintch, 2007)؛ رضوان، ٢٠١٧)، القلق الاجتماعي واضطراب العلاقات الشخصية (Blackhart & Williamson, 2015)، وقلة المجهود وضعف التنظيم الذاتي (Darowski, 2011)، والحساسية الزائدة (Sobocko, 2012)، وضعف القدرة على اكتساب المعلومات (Thompson, Ludlow, Olsen, Tortosa & Wintch, 2012)

لذا تسعى الدراسة الحالية للإجابة على السؤال الرئيس التالي: ما العلاقة بين نضوب الأنا وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين؟

### ويتفرع من هذا السؤال الرئيس مجموعة من الأسئلة البحثية التالية:

١. ما درجة نضوب الأنا لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين؟
٢. ما درجة قلق المستقبل لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين؟

٣. ما تأثير الجنس على درجات عينة الدراسة على مقياس نضوب الأنا؟
  ٤. ما تأثير الجنس على درجات عينة الدراسة على مقياس قلق المستقبل؟
  ٥. ما مدى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل لدى الطلاب الموهوبين من خلال نضوب الأنا لديهم؟
- أهداف الدراسة :**

تهدف الدراسة الحالية للتعرف على:

١. درجة نضوب الأنا لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين.
٢. درجة قلق المستقبل لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين.
٣. تأثير الجنس على درجات عينة الدراسة على مقياس نضوب الأنا.
٤. تأثير الجنس على درجات عينة الدراسة على مقياس قلق المستقبل.
٥. إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل لدى الطلاب الموهوبين من خلال نضوب الأنا لديهم.

**أهمية الدراسة:**

**أولاً: الأهمية النظرية:**

تكتسب الدراسة أهميتها النظرية من خلال إلقاء الضوء على مشكلة من المشكلات التي يعاني منها الطلاب الموهوبون وتتسبب في الكثير من المظاهر السلبية وهي قلق المستقبل، وكذلك نضوب الأنا ومحاولة تحديد مستواه وعلاقته بقلق المستقبل لدى هذه الفئة المهمة.

**ثانياً: الأهمية التطبيقية:**

تتمثل في الاستفادة أولياء الأمور والتربويين والمهتمين من نتائج الدراسة الحالية في التعامل مع هذه الفئة الخاصة من الطلاب والتي تتطلب تدخلاً خاصاً من الرعاية والاهتمام للاستفادة من إمكاناتها.

**مصطلحات الدراسة:**

**أولاً:** نضوب الأنا Ego depletion: حالة من الانخفاض المتغير في القدرة على ضبط الذات ويتضح ذلك من خلال الشعور بالاستنزاف النفسي والجسدي وضعف أداء المهام المجهددة وتشتت الانتباه وانخفاض التحكم في الذات.

**ثانياً:** قلق المستقبل Future anxiety: شعور بالتوتر والخوف من المستقبل البعيد وأحداثه التي تهدد وجود الفرد وتحول بينه وبين تحقيق أهدافه في مجال أو أكثر من المجالات (الشخصي - الاجتماعي - الاقتصادي - المهني - الدراسي).

**حدود الدراسة:**

تحددت الدراسة الحالية بالمحددات التالية:

١. الحدود الموضوعية: التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين نضوب الأنا وقلق المستقبل.
٢. الحدود البشرية: عينة من الطلاب الموهوبين بالصف الأول الثانوي.
٣. الحدود الزمانية والمكانية: تم تطبيق أدوات الدراسة خلال العام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩م بمدارس سوهاج الثانوية (العسكرية- بنات- الشهيد عبد المنعم رياض).

**الإطار النظري للدراسة:****أولاً: نضوب الأنا Ego depletion****(١) مفهوم نضوب الأنا:**

يقصد بالنضوب في اللغة القلة والانقطاع، وتشق كلمة نضوب من الفعل نضب أي قل أو انقطع (ابن منظور، ١٩٩٩، ص ص ١٧١-١٧٢).

أما من الناحية الاصطلاحية فيعرفه (Baumeister & Vohs, 2007, p.116) بأنه حالة من الانخفاض المؤقت للطاقة اللازمة لضبط الذات، والتي يتم استهلاكها بشكل طبيعي أثناء أداء الذات لوظائفها التنفيذية، والتي تتمثل في مجموعة أنشطة كالتنظيم الذاتي، والاختيار الصعب، والمبادرة النشطة، وهذه الطاقة لها مجموعة من الموارد المحدودة تعتمد عليها.

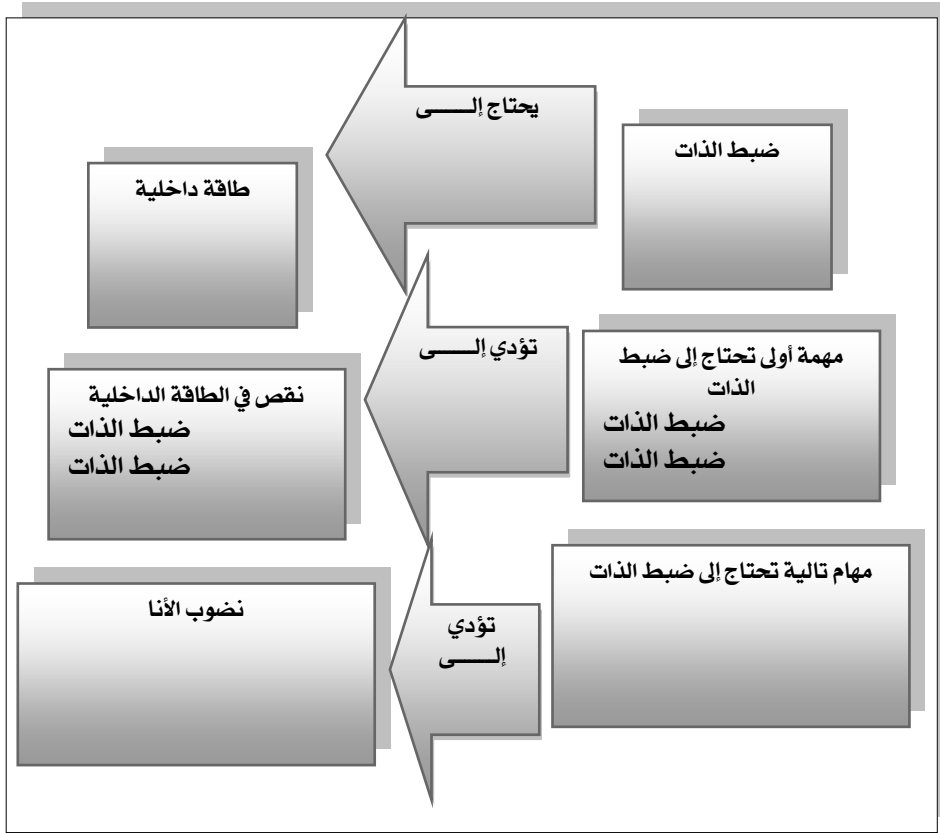
كما عرفه (Wegner et al., 2007, p.12) بأنه حالة من الاستنزاف النفسي ونقص الطاقة الداخلية للفرد الناتجة عن محاولات السيطرة والتحكم في الصراعات الناشئة بين الرغبات الداخلية للفرد والواقع الذي يفرض عليه مجموعة من المعايير والمحددات.

ويطلق على هذه الطاقة اللازمة لضبط الذات مصطلح الإرادة، كما تسمى الأفعال والأنشطة التي يقوم بها الفرد لضبط الذات- والتي تؤدي بدورها إلى نقص هذه الإرادة- بالأفعال الإرادية، والتي تحتاج إلى تدريب سابق للإرادة حتى يتمكن الفرد من القيام بها.

ويعرف الباحثان نضوب الأنا بأنه انخفاض متغير في القدرة على ضبط الذات ويتضح ذلك من خلال الشعور بالاستنزاف النفسي والجسدي وضعف أداء المهام المجهدة وتشتت الانتباه وانخفاض التحكم في الذات.

ويقصد بالتغيير أن قدرة الفرد على ضبط الذات تتغير حسب الطاقة الداخلية اللازمة لأداء مهام ضبط الذات والتي تتغير بدورها حسب المواقف والحالات؛ فالمواقف التي يحتاج فيها الفرد للتصرف بطريقة مقبولة يومياً أو السيطرة على رغباته وشهواته تقل فيها هذه الطاقة، كما تقل أيضاً من وقت لآخر لذلك يحاول الأفراد أخذ فترة راحة في نهاية اليوم لتجديد الطاقة التي استنفدت طوال النهار بعد قضاء يوم طويل للقيام بالمهام التي تتطلب ضبط الذات.





شكل (١) يوضح مفهوم نضوب الأنا

(٢) أعراض نضوب الأنا: يؤثر نضوب الأنا على أداء الفرد بشكل واضح؛ لذا فهناك كثير من الأعراض المرتبطة بالنضوب نذكر منها ما يلي:

أ. الإجهاد والتعب: يمثل الإجهاد والتعب والإرهاق الجسدي العرض الأساسي لنضوب الأنا، ويحدث ذلك كنتيجة لمحاولة الجسم مواجهة الآثار الناتجة عن نضوب الأنا من ناحية والتغيرات الكيميائية التي تحدث لمنع النضوب من ناحية أخرى، وهذا يعني أن الإرهاق العضلي لا يحدث بسبب النضوب ولكن يحدث كنتيجة لمحاولة منع حدوثه ومواجهة آثاره. (Richter & Stanek, 2015, p. 62)

ب. ضعف الأداء: إن طبيعة مهام ضبط الذات طبيعة شاقة وتتسبب في حدوث بعض المشاعر السلبية التي يشعر بها الفرد أثناء أداء المهمة وهذه المشاعر تؤدي بدورها إلى ضعف الأداء في المهام اللاحقة لضبط الذات. (Folkman & Moskowitz, 2000, p. 649)

ج. صعوبة تركيز الانتباه: عادة ما يفشل الأفراد المنضوبون في تركيز انتباههم حتى وإن كان المناخ العام يساعد على التركيز وفي غياب المثيرات الخارجية؛ فمثلاً قد يجد الفرد المنضوب صعوبة في تركيز انتباهه أثناء سيره في طريق هادئ ليلاً خالٍ من مشتتات الانتباه، وفي ذات الوقت قد يفشل الفرد المنضوب في تركيز الانتباه حتى في وجود المحفزات الخارجية. (Osgood , 2015, pp. 85 – 96)

د. ضعف الذاكرة: وجد أن المفحوصين على اختبارات الذاكرة من المنضوبين يحصلون على درجات ضعيفة؛ حيث يسترجعون ذكريات قليلة و محددة، وأشارت النتائج إلى أن استفاد الطاقة الداخلية للفرد في مهام ضبط الذات يمكن أن يؤثر على عمليات الذاكرة الحسية والتي تصاب بالخلل (Neshat- Doost, Dalgleish& Golden, 2008, p. 731)

هـ. عدم السيطرة على الدوافع: يضعف الأفراد المنضوبون بسهولة أمام رغباتهم ودوافعهم ولا يستطيعون السيطرة عليها كنتيجة لانخفاض الطاقة الداخلية اللازمة لعملية التحكم في هذه الدوافع والرغبات، ونقص هذه الطاقة يؤدي لفشل الفرد في ضبط الذات والسيطرة على الدوافع والرغبات (Muraven & Baumeister ,2000, p. 247)

ويتضح مما سبق أن هناك الكثير من الأعراض المرتبطة بنضوب الأنا منها أعراض سلوكية كالإجهاد والتعب وضعف الأداء، وأعراض نفسية كعدم السيطرة على الدوافع والصراعات وصعوبة التحكم في الانفعالات وعدم القدرة على كبح الرغبات وسوء الحالة المزاجية، وأعراض معرفية كضعف الذاكرة والنسيان وضعف القدرة على التركيز وصعوبة اتخاذ القرارات المناسبة.

(٣) النماذج والنظريات المفسرة: هناك العديد من النظريات التي حاولت تفسير نضوب الأنا ومعرفة الأسباب التي تكمن وراء النضوب، وحاولت كل نظرية تفسير ذلك في حدود الرؤية التي تتبناها وفيما يلي عرض لبعض هذه النظريات:

#### أ. النظرية المعرفية Cognitive Theory:

تفسر النظرية المعرفية نضوب الأنا في ضوء نفاذ مصادر الطاقة اللازمة للقيام بالعمليات المعرفية، ونفاذ هذه المصادر يرجع إلى الانخراط في عمليات معرفية تحتاج إلى تدخل الذات لتوجيه وضبط سير هذه العمليات مما يؤدي إلى انخفاض مستوى الأداء في العمليات التالية؛ ففي عمليات استخدام المنطق للوصول إلى تفسيرات، واستخدام الحقائق المعروفة للوصول إلى استنتاجات عن الحقائق المجهولة، وحل المشكلات الصعبة، وفهم الأمور والمعلومات، والعمليات التي تحتاج إلى الذكاء المرن، كل ذلك يحتاج لتدخل الذات وإلى طاقة معرفية قد تنفذ مع كثرة هذه العمليات، بينما عمليات تجهيز واستقبال المعلومات، وتخزين واسترجاع المعلومات، والعمليات التي تحتاج إلى الذكاء المتبلور تحدث بشكل اتوماتيكي بدون الحاجة إلى تدخل الذات وبالتالي يمكنها أن تستمر دون أن تؤدي لنضوب الأنا (Schmeichel, Vohs& Baumeister, 2003, pp. 33– 40)

ب. النظرية البيولوجية Biological Theory:

تُرجع هذه النظرية الفشل في ضبط الذات أو ما يسمى بضوب الأنا إلى الخلل الوظيفي لمنطقة اللوزة "Amygdala" وهي منطقة صغيرة من المخ قرب مركز الدماغ تشبه اللوزة والمسئولة عن إدراك وتنظيم المشاعر عن طريق الاستجابة للمحفزات السلبية والايجابية للانفعالات والمشاعر؛ ففي حالة المرضي الذين يعانون من اضطرابات في ضبط الذات تستجيب هذه المنطقة بشكل أكثر للمحفزات السلبية، فتحدث الاضطرابات المختلفة التي تؤدي في النهاية إلى الفشل في ضبط الذات، والخلل الوظيفي لمنطقة اللوزة يرجع إلى انخفاض في الارتباط الوظيفي بين هذه المنطقة ومناطق المخ الأخرى كقشرة الفص الجبهي الجانبية والقشرة المركزية والتي ترتبط ببعضها عن طريق الألياف العصبية المنتشرة بالمخ (wagner & Heatherton, 2013, pp. 410- 411)

ج. نظرية الموارد المحدودة The limited resources Theory:

يرى أصحاب نظرية الموارد المحدودة أن طاقة الذات لها كمية محدودة من الموارد تستخدم لأداء كثير من المهام المختلفة منها تنظيم الذات والأفكار، والتحكم في الانفعالات، والسيطرة على الدوافع والرغبات، والحفاظ على القوة الجسدية، ومقاومة الفشل، هذه المهام تستنفد هذه الموارد المحدودة وبالتالي تضعف قدرة الفرد على تنظيم وضبط الذات مما يؤدي بشكل تدريجي إلى بضوب الأنا (Baumeister & Heatherton 1996 , p.2).

ويسعى الفرد للحفاظ على هذه الموارد حتى يحافظ على طاقته النفسية والجسدية؛ فيسعى للحفاظ على الموارد النفسية كاحترام الذات والكفاءة الذاتية، والموارد المادية كالمسكن والملبس، والموارد الاجتماعية كالمساندة والدعم الاجتماعي والأمن الوظيفي، والموارد المعرفية كالاطلاع والمعرفة والثقافة.

وتؤكد هذه النظرية على الممارسة والتدريب حتى يتمكن الفرد من الحفاظ على هذه الموارد المحدودة؛ حيث يعمل التدريب على اعتياد التنظيم الذاتي في المواقف المختلفة تماماً كالإحماء في الممارسات الرياضية والذي يؤدي لزيادة القدرة في الممارسات الرياضية التالية، وهذه هي فرضية مهمة للاستمرار في التنظيم الذاتي دون بضوب؛ فالقدرة على التنظيم تقل علي المدى القصير، ولكن يمكن استعادة هذه القدرة مع الوقت من خلال التدريب والممارسة. (Muraven, Tice & Baumeister,1998, p.775)

## د. نموذج العملية المزدوجة Dual-process model:

يفترض هذا النموذج وجود نظامين لمعالجة المعلومات داخل عقل الإنسان النظام الأول بسيط والثاني معقد، وكل نظام مسئول عن مجموعة من المهام التي تتناسب مع طبيعته؛ فالنظام الأول هو المسئول عن المهام التي لا تحتاج لمزيد من الوعي والتفكير والجهد المعرفي كمعالجة المعلومات الحسية والعاطفية، وذلك بخلاف النظام الثاني الذي تتحدد مسؤوليته عن المهام التي تحتاج لمزيد من الوعي والتفكير والجهد المعرفي، وبالتالي تحتاج لمزيد من ضبط الذات كاتخاذ القرارات ومعالجة المعرفة (Evans & Stanovich, 2013, p. 225)

وبناءً على ذلك فإن هذا النموذج يفسر نضوب الأنا حسب نوعية المهام والمعلومات التي يعالجها العقل فكلما زادت المهام التي تتطلب مزيداً من الضبط الذاتي كلما زاد الضغط على النظام الثاني الذي لن يستمر طويلاً تحت هذا الضغط، فينضب ويترك المسؤولية للنظام الأول الذي لا يستطيع التعامل مع المهام المجهدة.

ويتضح مما سبق تعدد الاتجاهات المفسرة لنضوب الأنا؛ فبينما يرجعه المعرفيون لنفاد مصادر الطاقة اللازمة للقيام بالعمليات المعرفية، ويرجعه البيولوجيون للخلل الوظيفي في المخ، ويفسره النموذج المزدوج في ضوء زيادة المهام التي تحتاج لمعالجة معقدة، ويفسره أصحاب نظرية الموارد المحدودة بسبب نفاد الطاقة الداخلية المستمدة من موارد محدودة، ينظر الباحثان إلى تفسير نظرية الموارد المحدودة لنضوب الأنا على أنه التفسير الأنسب لنضوب الأنا لدى الموهوبين؛ وذلك يرجع لكثرة المهام التي تتطلب ضبطاً للذات من قبل الموهوبين في سعيهم للكمال والاستحواذ على الرضا من المحيطين بهم، ومن جانب آخر محاولاتهم الدؤوية على التميز وتحقيق المكانة، وهذا يتطلب قدراً كبيراً من تنظيم الذات والأفكار، والتحكم في الانفعالات، والسيطرة على الدوافع والرغبات، والحفاظ على القوة الجسدية، ومقاومة الفشل، وهذه المهام تستنفد طاقة الموهوب الداخلية والجسدية والمعرفية ومن ثم يحدث نضوب الأنا.

وعلى جانب الاستفادة من التراث الأدبي الذي تناول نضوب الأنا وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية يعرض الباحثان بعض هذه الدراسات ومنها: دراسة (رضوان، ٢٠١٧)، والتي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين نضوب الأنا والاكتئاب لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة السيكمترية من (٢٠٠) طالباً جامعياً، واستخدمت الدراسة مقياس "بيك" للاكتئاب، ومقياس نضوب الأنا، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة من الجنسين على مقياس نضوب الأنا ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب، كما كشفت الدراسة عن وجود فروق بين متوسطي درجات عينة الدراسة من الجنسين على كلٍ من مقياس نضوب الأنا، ومقياس الاكتئاب لصالح الذكور، كما تبنى حالة نضوب الأنا بالاكتئاب النفسي.

كما فحصت دراسة (Blackhart & Williamson, 2015) العلاقة بين القلق الاجتماعي وضبط النفس بعد التفاعلات الاجتماعية، أظهرت نتائج الدراسة ارتباط القلق إيجابياً بالنضوب وعدم ضبط النفس السلوكي بعد عامين من التفاعلات الاجتماعية، وهذه النتائج تدل على أن القلق الاجتماعي العالي مرتبط بانخفاض ضبط النفس بعد التفاعل الاجتماعي وأن الأفراد القلقين معرضون لخطر نضوب الأنا أثناء أو بعد التفاعلات الاجتماعية مما يؤثر سلباً على العلاقات الشخصية، وكانت عينة الدراسة مكونة من (٧٦) طالباً جامعياً، واستخدمت الدراسة مقياس القلق الاجتماعي ومقياس ضبط النفس.

وأما دراسة (Thompson et al., 2014) فقد هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير نضوب الأنا على التعليم الضمني "غير المباشر"، وتكونت عينة الدراسة من (١٥٤) من طلاب الجامعة، وأظهرت نتائج الدراسة أن نضوب الأنا يقلل من قدرة الطلاب على التعليم الضمني؛ حيث يؤثر على قدرتهم على اكتساب المعلومات الجديدة وغير المباشرة.

واختبرت دراسة (Bertrams & Englert, 2012) الفرضية القائلة بأن نضوب الأنا وحالة القلق يتفاعلان في التنبؤ بالأداء الرياضي من خلال مهمتين (رمي كرة السلة وكانت العينة ٦٤ طالباً، ومهمة الوثب وكانت العينة ٧٩ طالباً)، وأظهرت النتائج أن أداء المشاركين المنضبطين أسوأ في المهام المحددة مع زيادة قلقهم، وبالتالي فإن زيادة قوة ضبط النفس يمكن أن تقلل من آثار القلق السلبية في الرياضة وتحسن من أداء الرياضيين.

بينما هدفت دراسة (Sobocko, 2012) إلى الكشف عن العلاقة بين نضوب الأنا وحساسية المشاعر، وتكونت عينة الدراسة من (١١٨) من طلاب جامعة كارلتون تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٣١) سنة وتوصلت الدراسة إلى أن الأفراد الأكثر حساسية كانوا أكثر عرضة للإصابة بنضوب الأنا في ظل استهلاكهم كمية كبيرة من الطاقة كنتيجة لانخراطهم في المشاعر السلبية.

وفي دراسة نقدية حاولت دراسة (Darowski, 2011) التعرف على تأثير نضوب الأنا على التنظيم الذاتي لدى أربع مجموعات من طلاب جامعة ميشيغان، وأشارت النتائج إلى أن الجهود المبذولة لها تأثير كبير على نضوب الأنا وأن الأفراد المنضبطين أقل ميلاً لممارسة أي جهد بعد الجهود السابق، كما وُجد أن هناك علاقة سالبة ودالة بين النضوب والتنظيم الذاتي.

كما هدفت دراسة (Veronika, Carol & Gregory, 2010) للتعرف على تأثير نظرة الفرد لإرادته على نضوب الأنا، وشملت العينة (٧٧) طالباً جامعياً، واستخدمت الدراسة مقياس قوة الإرادة ومقياس التحكم في الذات، وأظهرت النتائج أن الأفراد الذين يعتقدون أن الإرادة غير محدودة الموارد لم يظهروا نضوباً في الأنا بعد المجهود بعكس الذين يعتقدون أن الإرادة لها موارد محدودة؛ فقد أظهروا مستوى مرتفعاً من نضوب الأنا.

كما أجرى (Wegener et al., 2007) دراسة هدفت إلي التعرف علي العلاقة بين نضوب الأنا والاكتئاب وفقدان الأمل لدي طلاب الجامعة، وتمثلت عينة الدراسة في (٨١) من طلاب الجامعة (٣٦ طالباً، ٤٥ طالبة)، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين نضوب الأنا والاكتئاب والشعور بفقدان الأمل واليأس، كما أظهرت النتائج وجود فروق بين متوسطات درجات الجنسين علي مقياس نضوب الأنا لصالح الذكور.

وهدف دراسة (Oaten & Cheng, 2005) للتعرف على تأثير الضغوط الأكاديمية على التحكم في الذات وظهور أعراض نضوب الأنا، وتعرضت المجموعة التجريبية لضغوط أكاديمية قبل بدء الامتحانات فأظهرت الكثير من أعراض نضوب الأنا كالاضطراب العاطفي، عدم القدرة علي السيطرة على المشاعر، والتوتر، وانخفاض في الأداء وانخفاض النشاط البدني.

## ثانياً: قلق المستقبل Future anxiety

### (١) مفهوم قلق المستقبل:

لن يتضح مفهوم قلق المستقبل إلا من خلال توضيح مفهوم القلق بوجه عام والذي يعرفه (زهران، ٢٠٠٥، ص١١٨) بأنه حالة توتر شامل نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد حدث ويصاحبها شعور غامض، وأعراض نفسية وجسدية، ناتجة عن التوقع السلبي لحدث قادم، ورغم أن القلق غالباً ما يكون عرضاً لبعض الاضطرابات النفسية إلا أن حالة القلق قد تغلب فتصبح هي نفسها اضطراباً نفسياً أساسياً وتظهر أعراضه على الفرد، وهذا ما يعرف باسم عصاب القلق (Anxiety neurosis).

وتعرض (العناني، ٢٠٠٥، ص١١٤) مجموعة من هذه الأعراض المرتبطة بالقلق ومنها: الأعراض الجسمية كشحوب الوجه وبرودة الأطراف وسرعة ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم وتوتر العضلات وآلام المعدة، وأعراض نفسية كالخوف والترقب وتشتت الانتباه واضطرابات النوم والاكتئاب وعدم التوافق والشعور بالعجز، وأعراض معرفية كالتطرف في الأحكام والتصلب والجمود الذاتي.

وقلق المستقبل مصطلح حديث يمثل صورة من صور القلق العام ينظر إليه (علي، ٢٠١٧، ص٢٥٧) على أنه خوف من المجهول المتوقع حدوثه في المستقبل، وهذا الخوف تكون جذوره في الماضي وممتدة للحاضر، ويتمثل في الأفكار السلبية نحو المستقبل وتوقع الفشل الدراسي والقلق المهني بجانب ضغوط الحياة المتوقعة في نظرة الفرد للمستقبل.

في حين تركز (خليل، ٢٠١١، ص٩٤٤) على نظرة الفرد لأحداث المستقبل التي يكتنفها الغموض وعدم الوضوح في تناولها لقلق المستقبل على أنه شعور غامض غير سار مصحوب بالتوتر والخوف مما يحمله المستقبل من أحداث غير واضحة بالنسبة للفرد.

كذلك تربط (شقيير، ٢٠٠٥، ص٥) بين الماضي والحاضر والمستقبل في تعريفها لقلق المستقبل على أنه خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ناتج عن خبرات غير سارة تترافق مع تشويبه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار ذكريات وخبرات الماضي غير السارة، مع تضخيم السلبيات وتجاهل الايجابيات للذات والواقع، كل هذا يجعل الفرد في حالة من التوتر وعدم الامن، فيدفع به لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، ويؤدي به إلى حالة من التشاؤم وقلق التفكير في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة والأفكار الوسواسية واليأس.

بينما ينظر إليه (Zaleski, 1996, p.165) على أنه تطرف ومبالغة في الحرص على المستقبل يؤدي إلى حالة من الخوف والتوتر وعدم اليقين بالمستقبل وما به من تهديدات وتغييرات غير مرغوب فيها من المتوقع حدوثها في المستقبل.

ويعرف الباحثان قلق المستقبل بأنه شعور بالتوتر والخوف من المستقبل البعيد وأحداثه التي تهدد وجود الفرد وتحول بينه وبين تحقيق أهدافه في مجال أو أكثر من المجالات (الشخصي- الاجتماعي- الاقتصادي- المهني- الدراسي).

ويفرق الباحثان بين قلق المستقبل والقلق التقليدي من عدة أوجه منها: أن قلق المستقبل يكون من المستقبل البعيد بخلاف القلق التقليدي الذي ينحصر في المستقبل القريب، كما أن قلق المستقبل موجه لموضوعات خاصة أو مجالات معينة مهنية أو دراسية أو اجتماعية أو اقتصادية بينما القلق التقليدي غير محدد فهو شعور عام غير موجه، كما أن هناك تبايناً بين أسباب وأعراض كلٍ منهما.

## (٢) أسباب قلق المستقبل عند الموهوبين:

أ. الشك الذاتي: ويقصد به عدم الوثوق في قدرة الذات على تجاوز الصعوبات والتغلب على المشكلات، وربما يكون الموهوبون من الذين يشكون في قدراتهم وإمكاناتهم عندما لا تشفع لهم في الحصول على المكانة الاجتماعية التي يستحقونها في ظل انقلاب المعايير وسيطرة المزيفين على مساحات غير قليلة من المواقع والأدوار الحيوية في الوقت الذي بات فيه أولئك الموهوبون والمبدعون بعيداً عن المواقع المناسبة لهم. (محمد، ٢٠١٠، ص٢٣٤)

ب. فوضى البيئة: إن لنوع البيئة أثراً فعالاً في خلق أجواء إيجابية أو محبطة للموهوبين؛ فقد تقتل البيئة الموهبة وتجعل الموهوب شخصاً عادياً إذا كانت بيئة فوضوية محبطة بشكل متكرر؛ فالموهوب مهما صارع وحاول الإبقاء على موهبته في هذه البيئة سيستسلم للواقع في النهاية ويزيد شعوره بالعجز ومن ثم القلق والتوتر. (محمد، ٢٠١٠، ص ٢٣٨)

ج. عدم التشخيص المبكر: إن اكتشاف الموهوب في سن متأخرة يجرمه من تحقيق احتياجاته ومتطلباته التي تختلف عن احتياجات أقرانه من الفئات الأخرى، وفي ذات الوقت تكلفه بمهام لا تتناسب مع إمكاناته وقدراته إما زيادة أو نقصاناً عن هذه القدرات، وهذا قد يؤدي به في النهاية إلى القلق والخوف من المستقبل.

د. المعوقات التعليمية: أشارت نتائج دراسة (سعيدة عطار، ٢٠١٢) إلى بعض المشكلات المدرسية التي يعاني منها الطلاب الموهوبون والتي قد تمهد في إصابتهم بالقلق ومنها: غياب النشاطات الثقافية في المدرسة، عدم تفريق النظام المدرسي بين المتفوقين وغيرهم، عدم إشباع حب الاستطلاع لديهم، الحيرة المهنية بعد إنهاء الثانوية، عدم تقدير المدرسة لهم، نقص المعلومات حول التخصصات الدراسية في المستقبل، عدم وجود من يصارحونهم بمشكلاتهم، عدم إعطائهم فرصة لإظهار قدراتهم في المدرسة.

هـ. مظاهر القوة والخصائص العامة: مظاهر القوة عند الموهوبين - لاسيما ذوي الموهبة العالية يمكن أن تسبب لهم بعض المشكلات؛ فالسلوكيات التي تعد خصائص عامة للموهوبين هي نفسها قد تكون مشكلات محتملة، وكل مشكلة من هذه المشكلات قد تسبب الإجهاد للموهوب نفسه ولكل من يحيط به، وخاصة إذا لم يدرك المحيطون بالموهوب طبيعة هذه الخصائص التي تميزه ويتعرفوا عليها جيداً (جيمس، جانيب، إدورد وأرلين، ٢٠١٢، ص ٢١)

### (٣) النظريات المفسرة لقلق المستقبل:

أ. نظرية التحليل النفسي: يعتبر (Freud) رائد مدرسة التحليل النفسي ومن أوائل الذين تحدثوا عن القلق في علم النفس؛ حيث افترض أن منشأ كل قلق هو صدمة الولادة والتي تمثل أول تجربة للفرد مع القلق والخوف، ومن هذه التجربة تتولد أنماط لردود الفعل وحالات الشعور التي ستحدث عندما يتعرض الفرد لخطر في المستقبل وعجز عن التغلب على القلق الذي ينتابه من هذا الخطر. (الحمداني، ٢٠١١، ص ١٦٢)

كما طور (Freud) نظريته للقلق فأشار إلى أن القلق يعبر عن رد فعل لخطر يتنبأ به الفرد ويشعر أمامه بالعجز، وهذا يؤكد على أن حالة الخطر التي تسبب القلق لها شرطان الأول قدرة الفرد على التنبؤ بها، والثاني اعتقاده بعجزه عن القيام بالاستجابة المناسبة تجاه هذا الخطر. (الحسيني، ٢٠١١، ص ١٨)



ب. النظرية الإنسانية:

يعتقد رواد هذه النظرية أن قلق المستقبل ينشأ عندما يعجز الفرد عن إعطاء استجابات تقود إلى النجاح في مواقف الحياة وإلى إشباع الحاجات الاجتماعية؛ مما يخلق لدى الفرد صراعات تؤدي بدورها إلى إثارة مشاعر القلق لا سيما القلق من المستقبل، فتنشأ مشاعر عدم الرضا عن الذات وهذه المشاعر تتسبب بشكل كبير مشاعر عدم الأمن النفسي الذي يهدد الذات نفسها، وكلما استمر الصراع ازداد القلق وتمركز السلوك أكثر فأكثر وازدادت ردود الفعل الدفاعية وتتحول ناحية الأفراد المحيطين بالفرد والذين يتعامل معهم في الحياة اليومية. (الحمداني، ٢٠١١، ص ١٦٥)

ج. النظرية السلوكية:

ينظر السلوكيون لقلق المستقبل على أنه متعلم من البيئة التي يعيش فيها الإنسان، وذلك من خلال السلوكيات التي يكتسبها، خاصة السلوكيات غير المتوافقة التي يتعلمها الفرد في مرحلة الطفولة فتتأصل لديه وتصبح من سمات شخصيته ويتم تدعيمها من خلال الظروف والبيئة التي يعيش فيها الطفل وتستمر معه وتؤدي به إلى عدم التوافق مع نفسه ومع بيئته مما يؤدي به إلى الشعور بالقلق. (الدهري، ٢٠٠٥، ص ٢٠٧)

د. النظرية المعرفية:

يربط أصحاب النظرية المعرفية بين الأفكار والمدرجات الخاطئة وبين الاضطرابات النفسية، ويؤكدون على أن هذه الأفكار بإمكانها تغيير السلوك وذلك من خلال إعادة البناء الفكري للموقف لدى المريض والذي يقوي بدوره الدافع لهذا التغيير، وبذلك تتحكم أفكار الفرد في توافقه أو عدم توافقه مع نفسه ومع بيئته (دافيدوف، ٢٠٠٠، ص ٧٢).

والقلق يظهر مع تنشيط الخوف والذي يعتبر تفكيراً معبراً عن تقدير لخطر محتمل سيحدث في المستقبل، وذلك التفكير يؤدي لظهور أعراض جسمية وانفعالية لصاحبه، وبالتالي فالقلق له مضمون جسمي وآخر انفعالي ويرجع في البداية إلى مضمون معرفي يمثل الأساس (حقي، ١٩٩٥، ص ٥١).

ويتضح من العرض السابق لنظريات القلق اتفاق التحليلين والسلوكيين على ارتباط القلق بالماضي، وما يواجهه الفرد من خبرات ومواقف سابقة، ويختلفون في أسباب الاستجابة لهذه المواقف، وهذا الاتجاه يخالف ما ذهب إليه المدرسة الإنسانية التي تنظر للمستقبل على أنه سبب القلق وليس الماضي، بينما ترى النظرية المعرفية أن سبب القلق ليس مواقف ولا خبرات يواجهها الإنسان سواء في الماضي أو المستقبل إنما يرجع القلق لأسلوب التفكير الذي يتبناه الفرد، ويؤكد الباحثان على ما ذهب إليه المدرسة الإنسانية على أن خوف الفرد من عدم تحقيق ما يطمح إليه في المستقبل هو السبب الأقوى الذي يقف وراء القلق.

وفي إطار الاستفادة من الدراسات السابقة لقلق المستقبل يعرض الباحثان بعض هذه الدراسات ومنها: دراسة (Yazid et al., 2019) وهدفت إلى تحديد العلاقة بين الذكاء وكل من الاكتئاب والقلق والتوتر لدى عينة من الطلاب الموهوبين بلغت (١٣١) طالباً موهوباً تراوحت أعمارهم من (١٣-١٥) عاماً، واستخدم الباحثون مقياس الإجهاد للقلق والاكتئاب لقياس الحالات العاطفية السلبية للصحة النفسية، ووجدت نتائج الدراسة أن المستوى العالي من الذكاء كان هو الغالب بين الطلاب الموهوبين، في حين أن مستوى التوتر والاكتئاب كان في مستوى خفيف والقلق عند مستوى معتدل، كما أوضحت النتائج أن الذكاء لا يسهم في تشخيص أي مشاكل تتعلق بالصحة العقلية (الاكتئاب والقلق والتوتر).

بينما ربطت نتائج دراسة (Al Qaisy & Thawabieh, 2017) بين قلق المستقبل وكل من الانبساط والانفتاح على الخبرة والقبول والضمير بشكل سلبي وبين قلق المستقبل والعصابية بشكل إيجابي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٤) طالباً جامعياً، واستخدم الباحثون مقياس عوامل الشخصية الكبرى الخمسة، كما أشارت النتائج إلى أن مستوى القلق كان متوسطاً بالنسبة لجميع الطلاب، وأعلى لدى الطلاب الذكور عن الإناث.

وهدفت دراسة (اللطاصمة، ٢٠١٧) إلى معرفة مستوى الكفاءة الذاتية وأساليب إدارة الذات وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية، وأظهرت النتائج أن قلق المستقبل جاء متوسطاً من وجهة نظر الطلاب المتفوقين ووجود علاقة سلبية ودالة إحصائياً بين قلق المستقبل ومستوى الكفاءة الذاتية لدى الطلاب المتفوقين.

كما هدفت دراسة (العنبي، ٢٠١٦) للكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بلغت (١٢٤) طالباً من الذكور بالصف الثالث الثانوي، واستخدمت الدراسة مقياس قلق المستقبل (إعداد: المشيخي، ٢٠٠٩)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية ودالة إحصائياً بين قلق المستقبل والتحصيل الدراسي؛ فكلما زاد قلق المستقبل قل التقدير الأكاديمي للطلاب.

كما حددت دراسة (Mirnics, et al., 2015) ثمانية مجالات للمشكلات التي يتعرض لها الموهوبون وتمثلت في (بيئية، اجتماعية، عاطفية، تحفيزية، معرفية، ذاتية، المواجهة والتنظيم) ويتضح ذلك في خمسة ملامح نفسية أساسية (القلق، طلب الكمال، عدم التحكم في الرغبات، الحساسية، عدم المرونة)، واستخدمت الدراسة اختبار قلق الحالة العام، الاكتئاب، مهارات التأقلم، احترام الذات، مؤشر الطموح، وشملت العينة (١٠٠) مراهقاً موهوباً من المجر متوسط أعمارهم (١٥) عاماً.

وهدفت دراسة (محمد، ٢٠١٤) للتعرف على العوامل المؤدية إلى قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة من خلال استبانة لجمع آراء (٣٠) طالباً، (٢٠) معلماً حول هذه العوامل ومن ثم وضع تصور مقترح لخفض قلق المستقبل، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك أسباب تتعلق بالأهداف الذاتية، وأسباب نفسية وجسمية واجتماعية وثقافية، وأسباب تتعلق بتحديات المستقبل.

كما أوضحت دراسة (Moore, 2006) العلاقة بين القلق ونوع السيطرة لدى عينة من (٢٢٠) طالباً موهوباً من المدارس المتوسطة، واستخدمت مقياس نوع التحكم، واختبار أعراض القلق، وأشارت إلى العلاقة الكبيرة بين القلق ونوع السيطرة فكلما زاد القلق قلت السيطرة الداخلية للموهوب وزادت السيطرة الخارجية على التحصيل وأحداث الحياة، وأظهرت الإناث مستوى أعلى من الذكور في القلق.

وأجرت (مسعود، ٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى الكشف العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (٥٩٩) طالباً وطالبة من مدارس الثانوية العامة والفنية، وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين قلق المستقبل وكل من الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية، ووجود فروق بين درجات كل من المراهقات والمراهقين على مقياس قلق المستقبل لصالح المراهقات.

وسعت دراسة (Kagan et al., 2004) للكشف عن نظرة المراهقين المصابين بالقلق والاكنتاب لأحداث المستقبل، وشملت عينة الدراسة (٣٩٩٥) طالباً تراوحت أعمارهم بين ١١ - ١٧ عاماً، وأوضحت النتائج الارتباط الإيجابي بين القلق والاكنتاب والنظرة السلبية لأحداث المستقبل.

وفي ضوء مطالعة الدراسات السابقة التي تناولت متغيري الدراسة الحالية- نضوب الأنا وقلق المستقبل- يتضح الآتي:

١. أكدت هذه الدراسات على أهمية وحداثة هذين المتغيرين ودورهما المؤثر في حياة الفرد وعلاقتها بكثير من الظواهر النفسية المختلفة.
٢. ندرة الدراسات العربية التي تناولت متغير نضوب الأنا؛ فلم يجد الباحثان سوى دراسة (رضوان، ٢٠١٧)، بالرغم من الاهتمام الملحوظ في الوسط البحثي الأجنبي.
٣. تناولت الدراسات الأجنبية متغير نضوب الأنا لدى عينات مختلفة جاء معظمها من طلاب الجامعة في ضوء نتائج بعض الدراسات التي أشارت إلى زيادة نضوب الأنا في المرحلة الجامعية، ولم تتناوله هذه الدراسات مع فئة الموهوبين.
٤. ندرة الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت متغير قلق المستقبل لدى الطلاب الموهوبين؛ فلم يجد الباحثان سوى دراسة (Mirnics, et al., 2015; Yazid et al., 2019) Moore, 2006) التي تناولت القلق العام لدى الموهوبين، وبعض الدراسات العربية التي تناولت قلق المستقبل لدى الطلاب المتفوقين دراسياً كدراسة (للصامعة، ٢٠١٧).

٥. ندرة الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت العلاقة بين نضوب الأنا وقلق المستقبل؛ فلم يجد الباحثان سوى بعض الدراسات التي درست العلاقة بين نضوب الأنا وحالة القلق كدراسة (Bertrams & Englert, 2012)، والقلق الاجتماعي كدراسة (Blackhart & Williamson, 2015).

### فروض الدراسة

١. يظهر الطلاب الموهوبون من عينة الدراسة مستوى مرتفعاً من نضوب الأنا.
٢. يظهر الطلاب الموهوبون من عينة الدراسة مستوى مرتفعاً من قلق المستقبل.
٣. لا توجد علاقة ارتباطية بين درجات عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين على مقياس نضوب الأنا ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل.
٤. توجد فروق بين متوسطي درجات عينة الدراسة من الجنسين على مقياس نضوب الأنا لصالح الذكور.
٥. توجد فروق بين متوسطي درجات عينة الدراسة من الجنسين على مقياس قلق المستقبل لصالح الذكور.
٦. يمكن التنبؤ بقلق المستقبل لدى الطلاب الموهوبين من خلال نضوب الأنا لديهم.

### منهج الدراسة وإجراءاتها:

#### أولاً: المنهج:

اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة التي تهدف إلى تحديد درجة كل من نضوب الأنا وقلق المستقبل والعلاقة بينهما لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين.

#### ثانياً: العينة:

شملت عينة الدراسة (٩٠) من الطلاب الموهوبين -٥٥ طالباً و٣٥ طالبة- تم اختيارهم من مدارس سوهاج الثانوية (العسكرية- الثانوية بنات- الشهيد عبد المنعم رياض) بالصف الأول الثانوي لصعوبة التطبيق على الصف الثاني والثالث، وقد كان المحك الأساسي في اختيارهم حصولهم على (٥٣) درجة خام - تقابل (٩٥) في الرتبة المئينية-، وهي الحد الأدنى لفئة "الممتاز عقلياً" في اختبار المصفوفات المتتابعة لـ "Raven" بعد ترشيح المعلمين لـ (١٢٠) طالباً وطالبة، تم استبعاد (٣٠) طالباً لم يحصلوا على هذه الدرجة.

#### ثالثاً: أدوات الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على استخدام مقياس نضوب الأنا (إعداد الباحثين) ، ومقياس قلق المستقبل (إعداد الباحثين) ، واختبار المصفوفات المتتابعة لـ "Raven" (إعداد فؤاد أبو حطب، ٩٧٧م)، ويمكن تفصيل ذلك كالتالي:

(١) مقياس نضوب الأنا:

قام الباحثان بإعداد مقياس نضوب الأنا بما يتناسب مع البيئة العربية والمصرية من ناحية، وبما يتناسب مع عينة الدراسة الحالية وخصائصها السيكولوجية من ناحية أخرى، وذلك نظراً لعدم وجود أي مقياس عربي - على حد علم الباحثان - تقيس هذا المتغير لدى هذه الفئة، وقد اعتمد الباحثان في بناء المقياس على مجموعة من الإجراءات هي:

(أ) تحديد الهدف من إعداد المقياس: تمثل في قياس مستوى نضوب الأنا لدى الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية.

(ب) تحديد مصادر اشتقاق أبعاد وعبارات المقياس: من خلال الاطلاع على التراث النظري والبحثي السابق وثيق الصلة بنضوب الأنا وتعريفه وأعراضه والنظريات المفسرة له كما ورد في الإطار النظري للدراسة الحالية ودراساتها السابقة، كما تم الاطلاع على عدد من المقاييس التي تقيس نضوب الأنا ومنها: مقياس معالجة النضوب Depletion Manipulation Check إعداد (Maranges, 2014)؛ مقياس الشعور بالنضوب The Depletion Sensitivity Scale إعداد (Salmon, 2014)؛ استبيان نضوب الأنا البعدي Post-Ego Depletion Questionnaire إعداد (Burkley, 2008).

(ج) تكوين المقياس في صورته الأولية: يتكون المقياس في صورته الأولية من (٥٣) عبارة تكشف عن نضوب الأنا كحالة من الانخفاض المتغير والنسبي في القدرة على ضبط الذات ويتضح ذلك من خلال الشعور بالاستنزاف النفسي والجسدي وضعف أداء المهام المجهدة وتشنت الانتباه وانخفاض التحكم في الذات، ولذا تم توزيع العبارات على أربعة أبعاد:

**البعد الأول/ الشعور بالاستنزاف Feeling of depletion:** ويقصد به شعور الفرد بنفاذ مصادر طاقته النفسية والجسدية والمعرفية كنتيجة لاستهلاك الطاقة في مهمة تتطلب ضبط الذات فيشعر الفرد بالإجهاد الشديد بشكل تدريجي في المهام التالية التي تتطلب ضبط الذات.

**البعد الثاني/ ضعف الأداء Weak Performance:** ويقصد به انخفاض في قدرة الفرد على أداء وإنجاز المهام الصعبة التي تحتاج إلى كثير من الطاقة الداخلية والدافع لإنجازها.

**البعد الثالث/ تشنت الانتباه Attention Deficit:** ويقصد به صعوبة التركيز والانتباه وعدم القدرة على مقاومة المثيرات الخارجية التي من شأنها تشنت الانتباه فيحدث الملل والتقل بين المهام قبل إنهاؤها في ظل صعوبة معالجة المعلومات الخاصة بهذه المهام.

**البعد الرابع/ انخفاض التحكم في الذات Low Self-Control:** ويقصد به انخفاض في القدرة على السيطرة على الأفكار والانفعالات وعدم التحكم في الرغبات والدوافع من ثم عدم تحقيق الأهداف بنجاح.

(د) **التحقق من صدق وثبات المقياس:** تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من (٣٤) طالباً موهوباً للتحقق من صدقه وثباته وذلك من خلال الخطوات الإجرائية التالية:

## د/ ١/ الصدق:

تم التحقق من صلاحية المقياس في قياس ما وضع لأجله من خلال الصدق الظاهري، وذلك بعرضه على (٥) محكمين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس وتم حذف ثلاث عبارات لم تصل نسبة الاتفاق عليها ٨٠%، كما تم حساب الصدق العاملي للمقياس من خلال تحديد البنية العاملية، وقد أظهرت نتائج التحليل العاملي لدرجات العينة الاستطلاعية بطريقة المكونات الأساسية والتدوير المتعامد بطريقة ألفاريماكس أربعة عوامل تم تفسيرهم في ضوء تشبعات البنود التي تساوي (٠.٣٥) أو تزيد عنها (أمين، ٢٠٠٨، ص ١٩٦)، ويوضح جدول (١) تشبعات بنود المقياس بهذه العوامل.

جدول (١) التشبعات الجوهرية لبنود مقياس نضوب الأنا

تشبعات العوامل				رقم العبارة
العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	
			٠.٧٢٥	٩
			٠.٧١٢	٢٥
			٠.٧١٢	٣٣
			٠.٦٨٤	٢٩
			٠.٦٨٢	١٣
			٠.٦٧٩	١
			٠.٦٧٨	٣٧
			٠.٦٦٠	٢١
			٠.٦٥٩	٤٥
			٠.٦٤٣	٤٧
			٠.٦٣٥	٤٩
			٠.٦٢٤	١٧
			٠.٦٢١	٥
			٠.٦١٧	٤١
		٠.٦٥١		٦
		٠.٥٧٩		٢٢
		٠.٥٤٦		١٤
		٠.٥٢٤		٢
		٠.٥٢٣		٣٠
		٠.٤٩٧		١٠
		٠.٤٧٩		٢٦
		٠.٤٤٩		١٨
		٠.٤٣٨		٣٤
		٠.٤٣٠		٤٢

تشيعات العوامل				رقم العبارة
العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	
		٠.٤٢٤		٣٨
		٠.٦٩٧		٣
	٠.٦٠٥			١٥
	٠.٥٤١			١٩
	٠.٥٣٣			٢٣
	٠.٥١١			٢٧
	٠.٥٠٩			١١
	٠.٤٥٠			٤٣
	٠.٤٤٠			٧
	٠.٤٠٢			٣٥
	٠.٣٩٩			٣٩
	٠.٣٨٢			٣١
	٠.٣٧٥			٢٧
٠.٦٩٢				٤٨
٠.٦٦٦				٤٤
٠.٦٦٥				١٢
٠.٥٩٢				٥٠
٠.٥٨٨				٤٦
٠.٥٧٦				٨
٠.٥٥٢				٣٢
٠.٥٠١				٢٨
٠.٤٩٧				٢٤
٠.٤٨٨				٤٠
٠.٤٧١				٢٠
٠.٤٦٦				٣٦
٠.٤٥٢				٤
٤.٤٧				١٦
٢.٦٢٧	٣.٥١٧	٤.٥١٧	٥.٤٧٤	الجذر الكامن
٥.٧١١	٧.٦٤٧	٩.٨٢٠	١١.٩٠	النسبة المئوية للتباين

### تفسير العوامل:

**العامل الأول:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٥.٤٧٤)، واستوعب (١١.٩٠%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشعب هذا العامل بأربعة عشر بنداً تدور معانيها حول عدم الرغبة في المذاكرة، والكسل والضعف العام، وعدم القدرة على تحمل الضغوط، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات؛ لذا تم تسميته بالشعور بالاستنزاف.

**العامل الثاني:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٤.٥١٧)، واستوعب (٩.٨٢٠%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشبع هذا العامل بأحد عشر بنداً تدور معانيها حول عدم امتلاك الدافع، وعدم القدرة على إنجاز المهام الصعبة وتأجيلها وإسنادها للغير؛ لذا تم تسميته بضعف الأداء.

**العامل الثالث:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٣.٥١٧)، واستوعب (٧.٦٤٧%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشبع هذا العامل بأحد عشر بنداً تدور معانيها حول عدم القدرة على التركيز والانتباه، والشعور بالملل، وتزايد النسيان؛ لذا تم تسميته بتشتت الانتباه.

**العامل الرابع:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٢.٦٢٧)، واستوعب (٥.٧١١%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشبع هذا العامل بأربعة عشر بنداً تدور معانيها حول عدم القدرة على التحكم في الانفعالات، والضعف أمام الشهوات، والعجز عن تنظيم الأولويات؛ لذا تم تسميته بانخفاض التحكم في الذات.

## د/ ٢ الثبات:

قام الباحثان في الباحثان الحالي بالتأكد من ثبات المقياس بطريقتين:

جدول (٢) ثبات مقياس نضوب الأنا باستخدام معامل ألفا لكرونباخ ومعامل التجزئة النصفية

الأبعاد	معامل ألفا لكرونباخ	معامل التجزئة النصفية لسبيرمان-براون
الشعور بالاستنزاف	٠.٨٣	٠.٩٠
ضعف الأداء	٠.٨٤	٠.٨٩
تشتت الانتباه	٠.٨٤	٠.٨٨
انخفاض التحكم في الذات	٠.٨١	٠.٨٧
مقياس نضوب الانا ككل	٠.٩٠	٠.٩٢

يتضح من جدول (٢) تراوح قيم معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ ما بين (٠.٨١ - ٠.٩٠)، وباستخدام معامل التجزئة النصفية لسبيرمان-براون (٠.٨٧ - ٠.٩٢)، مما يدل على تمتع أبعاد المقياس والمقياس ككل بثبات مرتفع.



د/٣ الاتساق الداخلي:

وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، وحساب مصفوفة معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها ببعض والأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس كما هو مبين في الجداول (٣، ٤، ٥):

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من

مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس

مستوى الدلالة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية	العبارة	مستوى الدلالة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية	العبارة
٠.٠١	٠.٥٩٠	٢٦	٠.٠١	٠.٥٢٧	١
٠.٠١	٠.٧٣٥	٢٧	٠.٠١	٠.٧٣١	٢
٠.٠١	٠.٧٣١	٢٨	٠.٠١	٠.٦١٤	٣
٠.٠١	٠.٨٤٠	٢٩	٠.٠١	٠.٤٧٥	٤
٠.٠١	٠.٦٦٩	٣٠	٠.٠٥	٠.٣٥٤	٥
٠.٠١	٠.٤٠٣	٣١	٠.٠٥	٠.٣١٢	٦
٠.٠١	٠.٨١٩	٣٢	٠.٠١	٠.٥٥٠	٧
٠.٠١	٠.٤٢٨	٣٣	٠.٠١	٠.٨٤٢	٨
٠.٠١	٠.٤٥٠	٣٤	٠.٠١	٠.٥٧٨	٩
٠.٠١	٠.٦٥٣	٣٥	٠.٠١	٠.٦٧٨	١٠
٠.٠١	٠.٦٠٤	٣٦	٠.٠١	٠.٥٩٧	١١
٠.٠١	٠.٦٧٨	٣٧	٠.٠١	٠.٧٠٣	١٢
٠.٠١	٠.٨١٧	٣٨	٠.٠١	٠.٥٢٨	١٣
٠.٠١	٠.٨٥٣	٣٩	٠.٠١	٠.٥٤٨	١٤
٠.٠١	٠.٨١٠	٤٠	٠.٠١	٠.٦٥٠	١٥
٠.٠١	٠.٧١٧	٤١	٠.٠١	٠.٥٤٧	١٦
٠.٠١	٠.٤٨٩	٤٢	٠.٠١	٠.٧٩٧	١٧
٠.٠١	٠.٧٦٧	٤٣	٠.٠١	٠.٨٦٧	١٨
٠.٠١	٠.٦٧٥	٤٤	٠.٠١	٠.٥١٦	١٩
٠.٠١	٠.٧٦٣	٤٥	٠.٠١	٠.٥٣٢	٢٠
٠.٠١	٠.٨٢٥	٤٦	٠.٠١	٠.٥٩٣	٢١
٠.٠١	٠.٦١٧	٤٧	٠.٠١	٠.٥٢٤	٢٢
٠.٠١	٠.٧٣٦	٤٨	٠.٠١	٠.٥٤٩	٢٣
٠.٠١	٠.٦١٥	٤٩	٠.٠١	٠.٦٤٧	٢٤
٠.٠١	٠.٥١١	٥٠	٠.٠١	٠.٥٩٥	٢٥

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه

رقم المفردة	البعد	معامل ارتباط	مستوى الدلالة	رقم المفردة	البعد	معامل ارتباط	مستوى الدلالة
١	الشعور بالاستنزاف	٠.٤٩٣	٠.٠١	٣	تشنت الانتباه	٠.٥٨٣	٠.٠١
٥		٠.٥٨٢	٠.٠١	٧		٠.٥١٢	٠.٠١
٩		٠.٥٧٧	٠.٠١	١١		٠.٥٤٩	٠.٠١
١٣		٠.٦٠١	٠.٠١	١٥		٠.٤٦٧	٠.٠١
١٧		٠.٦٠٧	٠.٠١	١٩		٠.٤٧٧	٠.٠١
٢١		٠.٤٤٩	٠.٠١	٢٣		٠.٤٩٨	٠.٠١
٢٥		٠.٦٩٠	٠.٠١	٢٧		٠.٥١١	٠.٠١
٢٩		٠.٤٣٩	٠.٠١	٣١		٠.٥٧٩	٠.٠١
٣٣		٠.٤٧٨	٠.٠١	٣٥		٠.٦٣٠	٠.٠١
٣٧		٠.٤٩٠	٠.٠١	٣٩		٠.٥٢٢	٠.٠١
٤١		٠.٥٥١	٠.٠١	٤٣		٠.٤٥٦	٠.٠١
٤٥		٠.٤٨٦	٠.٠١	٤		٠.٦٢٣	٠.٠١
٤٧		٠.٥١٦	٠.٠١	٨		٠.٦٣١	٠.٠١
٤٩	٠.٤٣٤	٠.٠١	١٢	٠.٦٧٣	٠.٠١		
٢	ضعف الأداء	٠.٥٧٢	٠.٠١	١٦	انخفاض التحكم في الذات	٠.٥٦٣	٠.٠١
٦		٠.٤٩٢	٠.٠١	٢٠		٠.٥٢٨	٠.٠١
١٠		٠.٦٠٠	٠.٠١	٢٤		٠.٦٠١	٠.٠١
١٤		٠.٦٢٧	٠.٠١	٢٨		٠.٥٩١	٠.٠١
١٨		٠.٥٩٣	٠.٠١	٣٢		٠.٤٨٩	٠.٠١
٢٢		٠.٤٧٨	٠.٠١	٣٦		٠.٦٠٤	٠.٠١
٢٤		٠.٥٤٣	٠.٠١	٤٠		٠.٤٥٦	٠.٠١
٢٦		٠.٤٦١	٠.٠١	٤٤		٠.٥٠٩	٠.٠١
٣٠		٠.٥١٠	٠.٠١	٤٦		٠.٥٢٦	٠.٠١
٣٨		٠.٥٦٩	٠.٠١	٤٨		٠.٤٧٨	٠.٠١
٤٢		٠.٤٩٩	٠.٠١	٥٠		٠.٥٤٧	٠.٠١

جدول (٥) معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها ببعض والأبعاد الكلية للمقياس

الأبعاد	الشعور بالاستنزاف	ضعف الأداء	تشنت الانتباه	انخفاض التحكم في الذات
الشعور بالاستنزاف	-			
ضعف الأداء	٠.٥٤٤	-		
تشنت الانتباه	٠.٥٢٤	٠.٤٤٠	-	
انخفاض التحكم في الذات	٠.٤٩٠	٠.٤٦٢	٠.٤٦٠	-
المقياس ككل	٠.٧١٩	٠.٧٢٦	٠.٧٠٥	٠.٧٣٤

يتضح من جدول (٣، ٤، ٥) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، ومعاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، ومعاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها ببعض والأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠١)، مما يدل ذلك على تمتع المقياس باتساق داخلي.

(هـ) تكوين المقياس في صورته النهائية: يتكون المقياس في صورته النهائية من (٥٠) عبارة تم صياغتها بصياغة موجبة وسالبة موزعة على أبعاد المقياس على النحو المبين في الجدول الآتي:

جدول (٦) توزيع البنود على أبعاد المقياس في صورته النهائية

الأبعاد	أرقام العبارات الموجبة	العبارات السالبة
الشعور بالاستنزاف	١٣، ٩، ٥، ١، ٢٥، ٢٩، ٣٣، ٤١، ٤٧، ٤٩	١٧، ٢١، ٣٧، ٤٥
ضعف الأداء	٢، ٦، ١٤، ٢٢، ٣٠، ٣٤	١٠، ١٨، ٢٦، ٣٨، ٤٢
تشنت الانتباه	١١، ١٥، ١٩، ٢٣، ٢٧، ٣١، ٣٥، ٣٩	٣، ٧، ٤٣
انخفاض التحكم في الذات	٤، ١٢، ١٦، ٢٠، ٢٤، ٣٦، ٤٠، ٤٤، ٤٦، ٤٨	٨، ٢٨، ٣٢، ٥٠

## (٢) مقياس قلق المستقبل:

قام الباحثان بإعداد مقياس قلق المستقبل بما يتناسب مع البيئة العربية والمصرية من ناحية، وبما يتناسب مع عينة الدراسة الحالية وخصائصها السيكولوجية من ناحية أخرى، وذلك نظراً لعدم وجود أي مقاييس عربية- على حد علم الباحثين - تقيس هذا المتغير لدى هذه الفئة، وقد اعتمد الباحثان في بناء المقياس على مجموعة من الإجراءات هي:

(أ) تحديد الهدف من إعداد المقياس: تمثل في قياس مستوى قلق المستقبل لدى الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية.

(ب) تحديد مصادر اشتقاق أبعاد وعبارات المقياس: الاطلاع على التراث النظري والبحثي السابق وثيق الصلة بقلق المستقبل وتعريفه وأعراضه والنظريات المفسرة له كما ورد في الإطار النظري للدراسة الحالية ودراساتها السابقة، كما تم الاطلاع على عدد من المقاييس التي تقيس قلق المستقبل ومنها: (علي، ٢٠١٧)؛ (سليمان، ٢٠١١)؛ (المشيخي، ٢٠٠٩)؛ (Zaleski, 1996).

(ج) تكوين المقياس في صورته الأولى: يتكون المقياس في صورته الأولى من (٤٥) عبارة تكشف عن قلق المستقبل كشعور بالتوتر والخوف من المستقبل البعيد وأحداثه التي تهدد وجود الفرد وتحول بينه وبين تحقيق أهدافه في المجال الشخصي والاجتماعي والاقتصادي والمهني والدراسي، ولذا تم توزيع العبارات على خمسة أبعاد:

**البعد الأول/** المجال الشخصي **Personal field**: ويقصد به أفكار الفرد ومشاعره تجاه أحداث المستقبل والقدرة على تحقيق الأهداف والطموحات.

**البعد الثاني/** المجال الاجتماعي **Society field**: ويقصد به الخوف من المستقبل المجهول في النواحي الاجتماعية كالعلاقات مع الآخرين والزواج والقيم والمعايير الاجتماعية.

**البعد الثالث/** المجال الاقتصادي **Economic field**: ويقصد به الخوف من عدم القدرة على مواجهة أعباء الحياة ومتطلباتها المتزايدة في المستقبل.

**البعد الرابع/** المجال المهني **Professional field**: ويقصد به الخوف من المستقبل المجهول فيما يتعلق بالجانب المهني وإمكانية الحصول على فرصة عمل مناسبة.

**البعد الخامس/** المجال الدراسي **Study field**: ويقصد به الخوف من المستقبل الدراسي والخيارات المتاحة وتحقيق التفوق.

(د) **التحقق من صدق وثبات المقياس**: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من (٣٤) طالباً موهوباً للتحقق من صدقه وثباته وذلك من خلال الخطوات الإجرائية التالية:

#### د/ ١/ الصدق:

تم التحقق من صلاحية المقياس في قياس ما وضع لأجله من خلال الصدق الظاهري، وذلك بعرضه على (٥) محكمين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس وتم حذف خمس عبارات لم تصل نسبة الاتفاق عليها ٨٠%، كما تم حساب الصدق العاملي للمقياس من خلال تحديد البنية العاملية، وقد أظهرت نتائج التحليل العاملي لدرجات العينة الاستطلاعية بطريقة المكونات الأساسية والتدوير المتعامد بطريقة ألفاريماكس خمسة عوامل تم تفسيرهم في ضوء تشبعات البنود التي تساوي (٠.٣٥) أو تزيد عنها (أمين، ٢٠٠٨، ص١٩٦)، ويوضح جدول (٧) تشبعات بنود المقياس بهذه العوامل.

جدول (٧) التشبعات الجوهرية لبند مقياس قلق المستقبل

تشبعات العوامل					رقم العبارة
العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	
				٠.٦٩٩	٣٦
				٠.٦٨٧	٦
				٠.٦٧٦	١
				٠.٦٦١	٢١
				٠.٦٥٩	٣١
				٠.٦٣٤	١١
				٠.٦١٢	١٦
				٠.٦٠٤	٢٦
			٠.٦٨٤		٧
			٠.٦٧٧		١٧
			٠.٦٦٠		٢٢
			٠.٦٥٦		٢
			٠.٦٤٧		١٢
			٠.٦٤٢		٢٧
			٠.٦٣٣		٣٢
			٠.٥٩٨		٣٧
		٠.٦٤٢			٣
		٠.٦٣٧			١٨
		٠.٦٣٥			٢٣
		٠.٦٢٩			٢٨
		٠.٦١٧			٣٣
		٠.٦٠٩			٨
		٠.٥٨٢			١٣
	٠.٦٣٠				١٤
	٠.٦٢٤				١٩
	٠.٦١٥				٩
	٠.٦٠٦				٤
	٠.٥٨٦				٢٤
	٠.٥٧٧				٣٨
	٠.٥٥٢				٣٤
	٠.٥٢٣				٢٩
٠.٧١٤					١٠
٠.٧١٠					٢٥
٠.٧٠٣					٤٠
٠.٦٩٣					٣٩
٠.٦٧٤					١٥
٠.٦٤٢					٥
٠.٦٣٥					٣٠
٠.٦٢٩					٣٥
٠.٦١٢					٢٠
٣.٤٣٩	٣.٩٦٥	٤.٢٨٠	٤.٧١٢	٤.٩٨٦	الجذر الكامن
٥.٩٣	٦.٧٢	٨.٦٣	٩.٢٩	١٠.٧٤	النسبة المئوية للتباين

**تفسير العوامل:**

**العامل الأول:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٤.٩٨٦)، واستوعب (١٠.٧٤%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشبع هذا العامل بثمانية بنود تدور معانيها حول النظرة التشاؤمية للمستقبل، وتوقع عدم القدرة على تحقيق الأهداف، وعدم وضوح المستقبل؛ لذا تم تسميته بالمجال الشخص.

**العامل الثاني:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٤.٧١٢)، واستوعب (٩.٢٩%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشبع هذا العامل بثمانية بنود تدور معانيها حول الخوف من تبدل قيم المجتمع، وعدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، والخوف من الفشل الزوجي؛ لذا تم تسميته بالمجال الاجتماعي.

**العامل الثالث:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٤.٢٨٠)، واستوعب (٨.٦٣%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشبع هذا العامل بسبعة بنود تدور معانيها حول القلق من زيادة أعباء الحياة وتكاليف المعيشة، وعدم قدرة الفرد على إعالة نفسه؛ لذا تم تسميته بالمجال الاقتصادي.

**العامل الرابع:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٣.٩٦٥)، واستوعب (٥.٩٣%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشبع هذا العامل بثمانية بنود تدور معانيها حول طبيعة العمل في المستقبل، وعلاقته بالدراسة وتوافقه مع توجهات الفرد؛ لذا تم تسميته بالمجال المهني.

**العامل الخامس:** وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٣.٤٣٩)، واستوعب (٥.٩٣%) من نسبة التباين الكلي، وقد تشبع هذا العامل بتسعة بنود تدور معانيها حول إمكانية تحقيق التفوق الدراسي، وتحقيق توقعات الوالدين والمعلمين، والقلق من الامتحانات؛ لذا تم تسميته بالمجال الدراسي.

**د/ ٢ ثبات المقياس:**

قام الباحثان في البحث الحالي بالتأكد من ثبات المقياس بطريقتين هما: معامل ألفا لكرونباخ ومعامل التجزئة النصفية:

جدول (٨) ثبات مقياس قلق المستقبل باستخدام معامل ألفا لكرونباخ ومعامل التجزئة النصفية

الأبعاد	معامل ألفا لكرونباخ	معامل التجزئة النصفية لسبيرمان-براون
المجال الشخص	٠.٧٩	٠.٨٤
المجال الاجتماعي	٠.٧٨	٠.٨٢
المجال الاقتصادي	٠.٨٠	٠.٨٦
المجال المهني	٠.٧٦	٠.٧٨
المجال الدراسي	٠.٧٨	٠.٨٣
مقياس قلق المستقبل ككل	٠.٨٢	٠.٨٤

ويبين جدول (٨) تراوح قيم معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونياخ ما بين (٠.٧٦ - ٠.٨٢) وباستخدام معامل التجزئة النصفية لسبيرمان- برون (٠.٨٢ - ٠.٨٦) مما يدل على تمتع أبعاد المقياس والمقياس ككل بثبات مرتفع.

### د/٣ الاتساق الداخلي:

وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، وحساب مصفوفة معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها ببعض والأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس كما هو مبين في الجداول (٩، ١٠، ١١):

### جدول (٩) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس

#### والدرجة الكلية للمقياس

مستوى الدلالة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية	العبرة	مستوى الدلالة	معامل ارتباط المفردة بالدرجة الكلية	العبرة
٠.٠١	٠.٦٣٧	٢١	٠.٠١	٠.٥٦٠	١
٠.٠١	٠.٧٠٤	٢٢	٠.٠١	٠.٧٣٨	٢
٠.٠١	٠.٧٥٤	٢٣	٠.٠١	٠.٧٥٧	٣
٠.٠١	٠.٧٢٣	٢٤	٠.٠١	٠.٦٥٨	٤
٠.٠١	٠.٦٤٨	٢٥	٠.٠٥	٠.٥٧٧	٥
٠.٠١	٠.٦٠٦	٢٦	٠.٠٥	٠.٥٥٦	٦
٠.٠١	٠.٦٠٣	٢٧	٠.٠١	٠.٦٧٣	٧
٠.٠١	٠.٦٧٥	٢٨	٠.٠١	٠.٧٢٠	٨
٠.٠١	٠.٦٤٦	٢٩	٠.٠١	٠.٧١٢	٩
٠.٠١	٠.٧١٢	٣٠	٠.٠١	٠.٦٧١	١٠
٠.٠١	٠.٦٤١	٣١	٠.٠١	٠.٦٣٤	١١
٠.٠١	٠.٧٣١	٣٢	٠.٠١	٠.٥٦٢	١٢
٠.٠١	٠.٦٥٤	٣٣	٠.٠١	٠.٦٦٩	١٣
٠.٠١	٠.٧٠١	٣٤	٠.٠١	٠.٥٨٨	١٤
٠.٠١	٠.٦٩٠	٣٥	٠.٠١	٠.٦٢٣	١٥
٠.٠١	٠.٥٨٧	٣٦	٠.٠١	٠.٥٤٣	١٦
٠.٠١	٠.٦١٩	٣٧	٠.٠١	٠.٦٣٢	١٧
٠.٠١	٠.٧٠٣	٣٨	٠.٠١	٠.٥٩٧	١٨
٠.٠١	٠.٦٢٣	٣٩	٠.٠١	٠.٥٢١	١٩
٠.٠١	٠.٦٥٤	٤٠	٠.٠١	٠.٥٢١	٢٠

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه

رقم المفردة	البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم المفردة	البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	المجال الشخصي	٠.٦٣٤	٠.٠١	٤	المجال المهني	٠.٦٣٨	٠.٠١
٦		٠.٦١٢	٠.٠١	٩		٠.٦٠٢	٠.٠١
١١		٠.٤٩٨	٠.٠١	١٤		٠.٥٣٣	٠.٠١
١٦		٠.٥٤٨	٠.٠١	١٩		٠.٥٧١	٠.٠١
٢١		٠.٥٩٠	٠.٠١	٢٤		٠.٦٠١	٠.٠١
٢٦		٠.٥١٢	٠.٠١	٢٩		٠.٦٠٠	٠.٠١
٣١		٠.٥٧٣	٠.٠١	٣٤		٠.٥٢٠	٠.٠١
٣٦	المجال الاجتماعي	٠.٥٢٩	٠.٠١	٣٨	المجال الدراسي	٠.٤٨٨	٠.٠١
٢		٠.٥٣٨	٠.٠١	٥		٠.٦٠٠	٠.٠١
٧		٠.٥٤٣	٠.٠١	١٠		٠.٦٢١	٠.٠١
١٢		٠.٤٥٩	٠.٠١	١٥		٠.٥٢٣	٠.٠١
١٧		٠.٥٦٧	٠.٠١	٢٠		٠.٥٧٨	٠.٠١
٢٢		٠.٤٩٨	٠.٠١	٢٥		٠.٦٩٨	٠.٠١
٢٧		٠.٥٦٣	٠.٠١	٣٠		٠.٦١١	٠.٠١
٣٢		٠.٤٨٩	٠.٠١	٣٥		٠.٦٠٣	٠.٠١
٣٧		٠.٥٦٠	٠.٠١	٣٩		٠.٥٩٨	٠.٠١
٣		٠.٦١٣	٠.٠١	٤٠		٠.٥٧٦	٠.٠١
٨	المجال الاقتصادي	٠.٦٧٣	٠.٠١				
١٣		٠.٥٩٠	٠.٠١				
١٨		٠.٤٥٣	٠.٠١				
٢٣		٠.٦٣٢	٠.٠١				
٢٨		٠.٥٣٢	٠.٠١				
٣٣		٠.٤٩٧	٠.٠١				

جدول (١١) معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها ببعض والأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	المجال الشخصي	المجال الاجتماعي	المجال الاقتصادي	المجال المهني	المجال الدراسي
المجال الشخصي	-				
المجال الاجتماعي	٠.٦٢١	-			
المجال الاقتصادي	٠.٤٩٩	٠.٤٨٢	-		
المجال المهني	٠.٥٣٤	٠.٥٨٧	٠.٥٠٣	-	
المجال الدراسي	٠.٥٤٢	٠.٥٢١	٠.٥٤٩	٠.٥٦٢	-
المقياس ككل	٠.٧٠٦	٠.٧٢٩	٠.٧٤٧	٠.٧٦٣	٠.٧٩١



يتضح من جدول (٩، ١٠، ١١) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، ومعاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، ومعاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها ببعض والأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠١)، مما يدل ذلك على تمتع المقياس باتساق داخلي.

وتم استخدام مقياس ليكرت ذي التدرج الرباعي للتعبير عن استجابات أفراد الدراسة على جميع فقرات المقياسين على النحو الآتي: ( دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً)، بحيث يتم إعطاء القيمة الوزنية (٤) إلى دائماً، (٣) إلى غالباً، (٢) إلى أحياناً، (١) إلى نادراً، والعكس في العبارات السالبة.

ويهدف الحكم على درجة استجابات أفراد عينة الدراسة على عبارات المقياسين، تم حساب المدى لمستويات الاستجابة وهو (٣=١-٤)، وبالتالي يكون طول الفئة يساوي (٣/٤=٠.٧٥)، وجدول (١٢) يوضح معيار الحكم على درجة التوفر.

جدول (١٢) معيار الحكم على استجابات أفراد عينة الدراسة على المقياسين

المتوسط الحسابي	درجة التوفر
(١.٧٥)	منخفضة جداً
(٢.٥٠-١.٧٦)	منخفضة
(٣.٢٥-٢.٥١)	متوسطة
(٤-٣.٢٦)	مرتفعة

(هـ) تكوين المقياس في صورته النهائية: يتكون المقياس في صورته النهائية من (٤٠) عبارة تم صياغتها بصياغة موجبة وسالبة موزعة على أبعاد المقياس على النحو المبين في الجدول الآتي:

جدول (١٣) توزيع البنود على أبعاد المقياس في صورته النهائية

الأبعاد	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
المجال الشخصي	١، ٦، ٢٦، ٣١، ٣٦	١١، ١٦، ٢١
المجال الاجتماعي	٢، ١٢، ١٧، ٢٢، ٢٧، ٣٢	٧، ٣٧
المجال الاقتصادي	٣، ٨، ١٣، ٢٣	١٨، ٢٨، ٣٣
المجال المهني	٩، ١٤، ١٩، ٢٤، ٢٩، ٣٤	٤، ٣٨
المجال الدراسي	٥، ١٥، ٢٠، ٣٠، ٣٥، ٤٠	١٠، ٢٥، ٣٩

## (٣) اختبار المصفوفات المتتابعة لرافن "Raven". (ترجمة فؤاد أبو حطب، ١٩٧٧م)

استخدم الباحثان اختبار المصفوفات المتتابعة لـ "Raven" -ترجمة فؤاد أبو حطب (١٩٧٧)- بهدف تحديد المستوى العقلي العام للطلاب، وذلك لاختيار مجموعة الدراسة من الطلاب الموهوبين، وتم اختيار هذا الاختبار لعدة اعتبارات وهي: إنه من أكثر مقاييس الذكاء شيوعاً واستخداماً في قياس القدرة العقلية العامة، كما يعد هذا الاختبار من النوع الذي يطلق عليه الاختبارات غير المتحيزة للثقافة *Culture-Fair Test* (علام، صلاح الدين محمود، ٢٠٠٠، ص ٣٩٦)

## نتائج الدراسة ومناقشتها:

## النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

ونصه: ما درجة نضوب الأنا لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين؟

وقد تمت الإجابة عن هذا السؤال من خلال حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس نضوب الأنا وأبعاده ثم مقارنتها بمقياس الحكم على المتوسط لبيان درجة توفر كل بعد؛ فكانت النتائج كما هي مبينة بالجدول الآتي:

## جدول (١٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد

## والدرجة الكلية لمقياس نضوب الأنا

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التوفر
الشعور بالاستنزاف	٣.٠٦	٢.٥٥٢	متوسطة
ضعف الأداء	٣.٢٠	٢.٧١٠	متوسطة
تشنت الانتباه	٣.٢٨	٢.٧٧٤	مرتفعة
انخفاض التحكم في الذات	٣.٣٧	٣.٢٣٠	مرتفعة
الدرجة الكلية لمقياس نضوب الأنا	٣.٢٢	٥.٨٠١	متوسطة

يتبين من جدول (١٤) أن درجة نضوب الأنا لدى عينة الدراسة جاءت متوسطة؛ حيث بلغ متوسطها الحسابي (٣.٢٢) بانحراف معياري (٥.٨٠١)، وجاء بعدان بدرجة متوسطة وهما: الشعور بالاستنزاف وضعف الأداء، وبعدان بدرجة مرتفعة وهما: تشنت الانتباه وانخفاض التحكم في الذات، ويمكن تفسير النتيجة في ضوء المحاور الآتية:

١. خصائص الموهوبين وسماتهم سلاح ذو حدين: فالخصائص المميزة للموهوبين والتي تمثل مظاهر للقوة تمثل في ذات الوقت مسببات للاضطراب؛ فمثلاً يتسمون بالحساسية الزائدة، ويقصد بها العاطفة المتزايدة في مواقف الحياة المختلفة، والتي تؤدي لمزيد من الضغط يؤثر بشكل سلبي على سلوك الفرد، وفي الوقت ذاته يمكن الاستفادة منها كمصدر للطاقة والحماس لدى هؤلاء الطلاب (Council of Curriculum Examinations and Assessment (CCEA), 2006, p.53) وفي هذا السياق تشير دراسة (Sobocho, 2012) أن هناك ارتباطاً إيجابياً بين الحساسية ونضوب الأنا، كما يتسمون بالنزعة إلى الكمال، ويقصد بها ميل الفرد إلى تحديد معايير شخصية عالية يصعب إنجازها ويبعد الوصول إليها، وهذه المعايير العالية للنجاح وتحقيق الأهداف قد تكون مفيدة للتعبير عن المواهب في حال امتلاك الفرد القدرة على الوصول إليها ويمكن أيضاً أن تتسبب في كثير من المشاعر السلبية كالقلق والتوتر والاكتئاب وعدم الرضا عن الحياة إذا عجز الفرد عن تحقيقها، وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة (Albano, 2011; Guignard, Jacquet, 2012) وهذا يعني أن هذه السمات سلاح ذو حدين: حدٍ إيجابي يعمل كدافع للإنجاز والتعبير عن الموهبة في حيز من ضبط الذات والتحكم في الانفعالات والرغبات، وحدٍ سلبي يعمل على فتور العزيمة واندثار الموهبة في حيز من نضوب الأنا وعدم التحكم في الذات.

٢. مقابلة القدرات للتحديات: فهناك العديد من التحديات الأكاديمية التي تواجه هؤلاء الموهوبين ومنها: وضع أهداف أكاديمية أعلى لأنفسهم، والنظر إلى الفشل بشكل أكثر سلبية، ومحاولة تحقيق توقعات المعلمين لهم، وتنافسهم مع أقرانهم ليكونوا في قمة الفصل، ومحاولات جلب الرضا من قبل المحيطين؛ مما يزيد من المهام التي تتطلب ضبط الذات، وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة (Chan, 2003) إلى أن المشكلات المدرسية التي يواجهها هؤلاء الطلاب الموهوبين قد تؤدي بهم إلى اضطرابات اجتماعية وعاطفية والاستغراق كثيراً في محاولة مواجهتها وإيجاد حلول مناسبة لها، ولكن هذه المشكلات والتحديات يقابلها في ذات الوقت قدرات عالية لدى هؤلاء الموهوبين قد تمكنهم أحياناً من التغلب عليها، وأحياناً أخرى تغلبهم هذه التحديات وفي ضوء ذلك فإن هذه التحديات والمهام تؤدي للنضوب وهذه القدرات والإمكانات تمكنهم من ضبط الذات ونقل من النضوب؛ لذا جاء نضوب الأنا - بين تأثير هذين العاملين - متوسطاً عند عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين.

٣. طبيعة المرحلة العمرية: كما يمكن تفسير نتيجة الأبعاد التي جاءت مرتفعة وهما تشتت الانتباه، وانخفاض التحكم في الذات في ظل طبيعة مرحلة المراهقة التي تكثر فيها الاهتمامات والطموحات ومحاولة إثبات الذات في مجالات الحياة المختلفة مما يؤثر على تركيز المراهق وانتباهه، كما تزداد فيها الرغبات والشهوات بشكل كبير فيصعب عليه مواجهتها والتحكم فيها.

### النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

ونصه: ما درجة قلق المستقبل لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين؟

وقد تمت الإجابة عن هذا السؤال من خلال حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس قلق المستقبل ثم مقارنتها بمعيار الحكم على المتوسط لبيان درجة توفر كل بعد؛ فكانت النتائج كما هي مبينة بالجدول الآتي:

جدول (١٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التوفر
المجال الشخصي	٣.١٤	٢.٤٥٥	متوسطة
المجال الاجتماعي	٣.١٠	٢.٤٨٣	متوسطة
المجال الاقتصادي	٣.٠٣	٢.٢٧٩	متوسطة
المجال المهني	٣.٣٥	٢.٣٠٧	مرتفعة
المجال الدراسي	٣.١٨	٢.٧٤١	متوسطة
الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل	٣.١٧	٥.٥٧٦	متوسطة

يتبين من جدول (١٥) أن درجة قلق المستقبل لدى عينة الدراسة جاءت متوسطة؛ حيث بلغ متوسطها الحسابي (٣.١٧) بانحراف معياري (٥.٥٧٦)، وجاء أربعة أبعاد بدرجة متوسطة وهي: المجال الشخصي، المجال الاجتماعي، المجال الاقتصادي، المجال الدراسي، وبعد واحد بدرجة مرتفعة وهو: المجال المهني، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه بعض الدراسات السابقة كدراسة (Al Qaisy & Thawabieh, 2017; Yazid et al., 2019)؛ للخاصة، ٢٠١٧؛ حيث أشارت هذه الدراسات أن عينة الدراسة أظهرت مستوى متوسطاً من القلق، ويمكن تفسير هذه النتيجة أيضاً في ضوء المحاور الآتية:

١. الرفض مقابل الانفتاح: قد يؤدي تميز الموهوبين واختلافهم عن الأقران إلى الرفض من قبل الأفراد الآخرين داخل المجموعة؛ وذلك في ضوء اختلاف الأفكار والاهتمامات والتوجهات والميول، ومن ثم قد يحاط الموهوبون بمناخ من الرفض والاتهام من قبل أقرانهم وهذا يؤدي بدوره إلى زيادة القلق لديهم، وعلى الجانب الآخر فإن الموهوب يحاول أن يكتسب الخبرات بالانفتاح على المحيطين به والاستفادة منهم، وهذا يؤدي إلى الشعور بالأمان الاجتماعي ومقاومة القلق

٢. طبيعة المرحلة العمرية لعينة الدراسة: حيث تمثل المرحلة الثانوية مرحلة فارقة في حياة الطالب العادي فضلاً عن الموهوب؛ فهي البداية الحقيقية لمستقبل الطالب كمرحلة ممهدة لدخول الجامعة، كما تحدث فيها كثير من التغيرات الجسمية والعقلية والنفسية للطالب؛ وفيها يحاول إثبات ذاته لمن حوله من الأسرة والمجتمع، كما أن تأثير هذه المرحلة سيظل معه طوال حياته، وسيحدد نظرته للمستقبل؛ لذا يزداد تفكيره في المستقبل في هذه المرحلة، وذلك في إطار البحث عن الهوية، والذي اعتبره Ericsson و Fruid أحد أشكال الصراع ما بين القدرة على تكوين خصائص مميزة للفرد والحفاظ عليها في مواجهة ردود أفعال الأشخاص المختلفة وبين عدم القدرة على هذا التكوين والذي يؤدي إلى اضطراب الأدوار والإدراك المشوه للذات (حمداوي، بولحوش، ٢٠١٨، ص ٥٠)، وبين النجاح في القدرة على تكوين هذه الخصائص أحياناً وعدم القدرة أحياناً أخرى يكون القلق متوسطاً لدى الفرد.

٣. غموض الجانب المهني: يعزو الباحثان ارتفاع قلق المستقبل في المجال المهني لدى الموهوبين للغموض الذي يكتنف هذا الجانب بالنسبة للطلاب لاسيما الطلاب الموهوبين؛ حيث يتسم المستقبل المهني في بلادنا بعدم الوضوح وصعوبة التنبؤ به في ظل عوامل كثيرة منها: الفجوة بين التعليم والعمل؛ فقد يتفوق الطالب في دراسته وتخصصه وبعد ذلك لا يجد فرصة للعمل في مجاله، وعدم الاستقرار الاقتصادي في بلاد العالم عامة وفي بلادنا خاصة يتسبب أيضاً في عتامة المستقبل المهني وعدم وضوحه، واحتياجات سوق العمل المتغيرة بشكل متلاحق، والزيادة السكانية وانحصار الوظائف المهنية وقتلتها، مما يؤثر بشكل كبير على نظرة الطلاب لمستقبلهم المهني.

### النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

ونصه: ما العلاقة بين نضوب الأنا وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة من الطلاب الموهوبين؟

وقد تمت الإجابة عن هذا السؤال من خلال حساب مصفوفة معاملات الارتباط المتبادلة بين الدرجة الكلية وأبعاد كل من نضوب الأنا وقلق المستقبل فكانت النتائج كما هي مبينة بالجدول الآتي:

جدول (١٦) مصفوفة معاملات الارتباط بين نضوب الأنا وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة

الدرجة الكلية لقلق المستقبل	المجال الدراسي	المجال المهني	المجال الاقتصادي	المجال الاجتماعي	المجال الشخص	معاملات الارتباط ومستوى الدلالة	المتغير
٠.١١٩	٠.١٣١	٠.١٢٣	٠.٠٧٢	٠.٠٩٤	٠.١٥٠	قيمة معامل الارتباط	الشعور بالاستنزاف
						مستوى الدلالة	
٠.٨٥٧	٠.٧٦٩	٠.٩٨٤	٠.٦٥٣	٠.٨٧٥	٠.٩٤٣	قيمة معامل الارتباط	ضعف الأداء
						مستوى الدلالة	
**٠.٧٥١	**٠.٦٢٤	**٠.٥٤٣	**٠.٦٥٨	**٠.٧٤٥	**٠.٦٨٠	قيمة معامل الارتباط	تشنت الانتباه
						مستوى الدلالة	
**٠.٧٣٩	**٠.٥٦٣	**٠.٦٠١	**٠.٦٣٧	**٠.٧٨١	**٠.٥٩٣	قيمة معامل الارتباط	انخفاض التحكم في الذات
						مستوى الدلالة	
٠.١٦٥	٠.١٧٦	٠.٠٦٩	٠.٠٩٣	٠.٠٧٨	٠.١٤٣	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الكلية لنضوب الأنا
						مستوى الدلالة	
٠.٧٤٣	٠.٦٥٧	٠.٧٨٣	٠.٧٦٥	٠.٧٦٠	٠.٨٧٦	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الكلية لنضوب الأنا
						مستوى الدلالة	
**٠.٦٦٤	**٠.٥١١	**٠.٤٩٧	**٠.٥٢١	**٠.٥٦٣	**٠.٤٥١	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الكلية لنضوب الأنا
						مستوى الدلالة	
٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	٠.٠١	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الكلية لنضوب الأنا
						مستوى الدلالة	

\*\* القيمة دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (١٦) على مستوى الدرجات الكلية وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية لنضوب الأنا والدرجة الكلية لقلق المستقبل، وبلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٠.٦٦٤) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، أما على مستوى أبعاد نضوب الأنا، فقد جاءت المعاملات:

- مرتبطة ارتباطاً إيجابياً ودال إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠١) بالدرجة الكلية لقلق المستقبل، وذلك في بعدي: ضعف الأداء؛ حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٠.٧٥١)، وتشنت الانتباه؛ حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٠.٧٣٩).
- غير مرتبطة بالدرجة الكلية لقلق المستقبل وغير دالة إحصائياً، وذلك في بعدي: الشعور بالاستنزاف؛ حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٠.١١٩)، وانخفاض التحكم في الذات؛ حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٠.١٦٥).

ويشير ذلك إلى أنه كلما زاد نضوب الأنا زاد قلق المستقبل، وكلما انخفض نضوب الأنا انخفض قلق المستقبل، مما يؤكد على الحاجة إلى ضبط الذات والتحكم في الرغبات الذي يعمل بدوره على التقليل من قلق المستقبل، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Kagan et al., 2004) و (Bertrams & Englert, 2012) والتي أشارت نتائجها لوجود علاقة ارتباطية إيجابية بين نضوب الأنا والقلق العام، كما أوضحت دراسة (Moore, 2006) وجود علاقة ارتباطية سلبية بين القلق والسيطرة الداخلية كمظهر من مظاهر ضبط الذات، وكذلك دراسة (الرشيدى، ٢٠١٧) أظهرت وجود علاقة ارتباطية سلبية بين قلق المستقبل وضبط الذات، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النظرية الإنسانية المفسرة للقلق؛ حيث يرى "Rogers" أن عدم تحقيق الذات أحد أهم الأسباب التي تقف وراء حدوث القلق، وتتبعث هذه الرؤية من رؤيته لمكونات الشخصية والتي تتكون عنده من مكونين: الكيان العضوي ومفهوم الذات، ولكل منهما حاجاته الخاصة التي تتطلب الإشباع من أجل تحقيق الفرد لنزعة النمو وتحقيق الذات، والقلق ينتج عن ضغوط هذه الحاجات الخاصة على الفرد، وكذلك التعارض بين إشباع هذه الحاجات على حساب الأخرى؛ فتحقيق الأهداف والطموحات يمثل ضغطاً على الفرد حتى يصل لهدفه، وفي حالة الإخفاق وعدم الوصول لهذا الهدف أو تعارضه مع الحاجات العضوية يحدث القلق الذي يعد برأيه أعلى مستويات التوتر. (حمزة، ٢٠٠٥، ص٩٧)

ونضوب الأنا يهدد بشكل واضح مفهوم الذات لدى الفرد ومن ثم عدم تحقيق الذات وذلك يرجع لضعف الإرادة والتي تمثل المحرك الأساسي لتحقيق الأهداف والطموحات والوصول إلى نتائج قوية وسريعة مما يكسب الفرد ثقة في قدراته وإمكاناته لتحقيق ذاته، وهذا الربط بين عدم تحقيق الأهداف ونضوب الأنا من ناحية والقلق من ناحية أخرى يؤكد على هذه العلاقة الإيجابية بين نضوب الأنا وقلق المستقبل؛ فتحقيق الأهداف وثيق الصلة بالإرادة القوية والطاقة الداخلية التي تمكن الفرد من ترتيب أولوياته والتحكم في رغباته والتنازل عن نزواته في سبيل تحقيق هذه الأهداف من ناحية، والاستقرار النفسي والشعور بالأمان النفسي الذي يمكن الفرد من عدم الاستسلام ومواصلة الطريق حتى الوصول للهدف من ناحية أخرى.

#### النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

ونصه: ما تأثير الجنس على درجات عينة الدراسة على مقياس نضوب الأنا؟

وقد تمت الإجابة عن هذا السؤال من خلال استخدام اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات على مقياس نضوب الأنا فكانت النتائج كما هي مبينة بالجدول الآتي:

## جدول (١٧) نتائج اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات

## على مقياس نضوب الأنا

مستوى الدلالة	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	مصدر التباين	مقياس نضوب الأنا
٠.٠١	٢.٨٠٧	٨٨	٥.٣٢٦	١٦٣.٤٣	٥٥	ذكور	
			٥.٧٤٨	١٦٠.٠٤	٣٥	إناث	

يتضح من جدول (١٧) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس نضوب الأنا لصالح الذكور؛ لكون متوسط استجاباتهم على المقياس أعلى من الإناث، وتتفق هذه النتيجة مع دراسات سابقة كدراسة (رضوان، ٢٠١٧؛ Wegener et al., 2007) والتي أظهرت نتائجها أن نضوب الأنا مرتفع عند الذكور عن الإناث من عينة الدراسة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء التراث الأدبي لنضوب الأنا؛ حيث أشار (Kaygusuz, Duyan, Oksal & Duyan, 2015, p.163) إلى بعض المظاهر التي تؤكد ارتفاع نضوب الأنا لدى الذكور عن الإناث ومنها: انتشار السلوكيات الإجرامية والعنصرية بين الذكور كتعاطي الكحول، والتدخين، وجرائم القتل، والعنف، والاندفاع والتهور، والتمرد وعدم اتباع القوانين العامة والتقاليد ومحاولة الخروج عليها، وسلوكيات المخاطرة كالقيادة السريعة والألعاب العنيفة، وأرجع ذلك لعدة أسباب منها: الرقابة الضعيفة؛ حيث يتلقى الذكور رقابة أقل من الإناث باعتقاد اجتماعي أن الولد عنده القدرة على تحمل مسؤولية نفسه أكثر من البنت، وكذلك أساليب التربية التي تفرق في الثواب والعقاب بين الولد والبنت؛ فقد يكون عقاب البنت أشد قسوة وأكثر أثراً من عقاب الولد في مواقف كثيرة، وكذلك طبيعة الولد ومكوناته الجسمية قد تكون عاملاً على الحصول على كل ما يريد دون تحكم في هذه الإرادة، وهذا يؤدي في مجمله إلى ارتفاع نضوب الأنا لدى الذكور عن الإناث.

وفي سياق يؤكد على هذه النتيجة تشير نظرية الموارد المحدودة The limited Theory resources ونموذج العملية المزدوجة Dual-process model إلى أنه كلما زادت وتوالت المهام الصعبة والتي تحتاج لمزيد من التفكير والوعي ومزيد من ضبط الذات كلما زاد ذلك من احتمالية حدوث النضوب في ظل نفاذ الطاقة الداخلية للفرد ونضوب النظام الثاني المسئول عن هذه العمليات، وانطلاقاً من هذه الرؤية النظرية فإن الذكر يقع عليه في مجتمعاتنا أعباء كثيرة تزيد عن أعباء الأنثى- وفي ذات الوقت لا تقلل منها-؛ فقد يطلب منه قضاء كثير من حوائج الأسرة خارج المنزل والتعامل مع المجتمع الخارجي ومساعدة الأب بجانب المذاكرة والأعمال المدرسية، وهذا يمثل ضغطاً على أنظمة ضبط الذات للذكر والذي يفسر بدوره ارتفاع نضوب الأنا لدى الذكور عن الإناث.



### النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

ونصه: ما تأثير الجنس على درجات عينة الدراسة على مقياس قلق المستقبل؟

وقد تمت الإجابة عن هذا السؤال من خلال استخدام اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات على مقياس قلق المستقبل، فكانت النتائج كما هي مبينة بالجدول الآتي:

جدول (١٨) نتائج اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات على مقياس نضوب الأنا

مستوى الدلالة	قيمة اختبار "ت"	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	مصدر التباين	مقياس قلق المستقبل
٠.٢٤٣	١.١٧٧	٨٨	٥.٤٨٨	١٢٦.١٣	٥٥	ذكور	
			٥.٦٨٥	١٢٧.٥٤	٣٥	إناث	

يتضح من جدول (١٨) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس قلق المستقبل، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الذكور والإناث من الموهوبين لديهم مشاعر متقاربة حول مستقبلهم نتيجة الواقع المشترك الذي يعيشون فيه والذي يسير في اتجاه المساواة بين الرجل والمرأة في كثير من المناحي كالدراسة والعمل، ومن ناحية أخرى القيم الاجتماعية الواحدة التي يعتقدون بها وتؤثر على نظرتهم للمستقبل- في جميع مجالاته المهنية والدراسية والاجتماعية والاقتصادية - وتوقعاتهم نحو هذا المستقبل، وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Moore, 2006; مسعود، ٢٠٠٦) والتي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في قلق المستقبل لصالح الإناث، بينما أشارت دراسة (الرشيدي، ٢٠١٧; Al Qaisy & Thawabieh, 2017) إلى زيادة مستويات القلق لدى الذكور عن الإناث، ويفسر الباحثان هذا الاختلاف في ضوء اختلاف عينة الدراسة في هذه الدراسات عن عينة الدراسة الحالية؛ حيث تمثلت عينة دراسة (الرشيدي، ٢٠١٧; Al Qaisy & Thawabieh, 2017) في طلاب الجامعة، بينما كانت عينة دراسة (مسعود، ٢٠٠٦) من طلاب مدارس الثانوية العامة والفنية، وهذه الفئات تختلف عن فئة الموهوبين في خصائصها وسماتها المميزة وهذا الاختلاف يؤدي إلى اختلاف النتائج، ويرجع الباحثان اختلاف نتيجة هذه الدراسة عن نتيجة دراسة (Moore, 2006)- بالرغم من اتفاق العينة في الدراستين من الطلاب الموهوبين- إلى اختلاف المجتمع والذي يؤثر بشكل واضح على خصائص أفرادهم وسماتهم.

### النتائج المتعلقة بالسؤال السادس:

ونصه: ما مدى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل لدى الطلاب الموهوبين من خلال نضوب

الأنا لديهم؟

وقد تمت الإجابة عن هذا السؤال من خلال حساب تحليل الانحدار المتعدد (باستخدام الطريقة "Enter") لمعرفة مدى تأثير أبعاد نضوب الأنا على قلق المستقبل بهدف تحديد الأبعاد التي يمكن من خلالها التنبؤ بقلق المستقبل لدى أفراد الدراسة، ويوضح جدول (١٥)، (١٦) نتائج هذا التحليل.

جدول (١٩) نتائج تحليل التباين ومعامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد لنموذج الانحدار المتعدد بين قلق المستقبل وأبعاد نضوب الأنا

المصدر Source	مجموع المربعات SS	درجات الحرية DF	متوسط المربعات MS	ف المحسوبة F	الدلالة الإحصائية Sig.	معامل الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R2
الانحدار	٧٧٤.٧١٣	٤	١٩٣.٦٧٨	٥.١٦٦	٠.٠٠١	٠.٢٨٦	٠.٠٨٢
الخطأ	٨٦٩٧.٣٨٩	٢٣٢	٣٧.٤٨٩				
المجموع	٩٤٧٢.١٠١	٢٣٦					

جدول (٢٠) معاملات الانحدار المتعدد ودلالاتها الإحصائية لأبعاد نضوب الأنا

الاستراتيجيات	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	معامل الانحدار المعياري	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
الثابت	٣٣.٦١٧	٥.٩١٧		٥.٦٨١***	٠.٠٠٠
الشعور بالاستنزاف	٠.٠٨٥	٠.٠٧٧	٠.٠٧٣	١.٠٩٩	٠.٢٧٣
ضعف الأداء	- ٠.٥٣٨	٠.١٣٢	- ٠.٣٨٦	- ٤.٠٩١***	٠.٠٠٠
تشنت الانتباه	٠.٩١١	٠.٢٢٥	٠.٣٧٤	٤.٠٤٣***	٠.٠٠٠
انخفاض التحكم في الذات	- ٠.٠٤٥	٠.٠٥٢	- ٠.٠٥٥	- ٠.٨٦٦	٠.٣٨٧

\*\*\* القيمة دالة عند مستوى ٠.٠٠١

يتضح من جدول (٢٠) أن نموذج الانحدار المتعدد بين قلق المستقبل (ص) وأبعاد نضوب الأنا وهي: الشعور بالاستنزاف (س١)، ضعف الأداء (س٢)، تشنت الانتباه (س٣)، انخفاض التحكم في الذات (س٤) يمكن صياغته في المعادلة التالية:

$$ص = ٣٣.٦١٧ + ٠.٠٨٥ س١ - ٠.٥٣٨ س٢ + ٠.٩١١ س٣ - ٠.٠٤٥ س٤$$

ويشير هذا النموذج إلى:

$$- \text{المقدار الثابت} = 33.617$$

$$- \text{معاملات الانحدار: } 1 = 0.085 \quad 2 = 0.038$$

$$3 = 0.911 \quad 4 = 0.045$$

### صلاحية نموذج الانحدار المقدر:

يمكن الحكم على صلاحية نموذج الانحدار المقدر من خلال التعليق على نتائج الانحدار المتعدد لأبعاد نضوب الأنا الموضحة في جدول (١٥) وجدول (١٦) كما يلي:

#### ١- القدرة التفسيرية للنموذج:

يشير جدول (١٥) إلى أن معامل الارتباط المتعدد (R) يساوي ٠.٢٨٦ وأن معامل التحديد (R<sup>2</sup>) يساوي ٠.٠٨٢، وهذا معناه أن أبعاد نضوب الأنا تفسر ٨.٢ % من التغيرات التي حدثت في المتغير التابع (قلق المستقبل)، والباقي ٩١.٨ % من التباين يرجع إلى عوامل أخرى، وبذلك تعد القدرة التفسيرية للنموذج غير مناسبة حيث إنها أقل من تفسير ٥٠ % من تباين قلق المستقبل لأفراد الدراسة.

#### ٢- الدلالة الإحصائية الكلية للنموذج:

يشير جدول (١٥) الذي يتضمن تحليل التباين أن قيمة الدلالة الإحصائية (Sig.) تساوي ٠.٠٠١، وهي أقل من مستوى المعنوية ١ %، وبالتالي فإن نموذج الانحدار دال إحصائياً "معنوي"، ومن ثم يمكن استخدام نموذج الانحدار المقدر في التنبؤ بقلق المستقبل لأفراد الدراسة.

#### ٣- الدلالة الإحصائية الجزئية للنموذج:

يتضح من جدول (١٦) الذي يتضمن معاملات الانحدار المتعدد ودلالاتها الإحصائية أن هذه المعاملات جاءت متباينة من حيث دلالتها أو عدم دلالتها الإحصائية من ناحية ومن حيث مستوى الدلالة من ناحية أخرى، ويمكن توضيح هذه النتائج فيما يلي:

أ- قيمة الثابت في المعادلة تساوي ( ٣٣.٦١٧ ) وهذه القيمة لها دلالة عند مستوى ٠.٠١ وبذلك يكون وجود هذا الثابت في معادلة التنبؤ أمر ضروري وجوهري.

ب- يلاحظ أن معاملي الانحدار ( ٠.٠٨٥ )، ( - ٠.٠٤٥ ) غير دالين إحصائياً، وهما معاملي الانحدار الخاصين بالشعور بالاستنزاف، وانخفاض التحكم في الذات، وهذه النتيجة تشير إلى أن بعدي الشعور بالاستنزاف، وانخفاض التحكم في الذات لا يصلح استخدامهما في التنبؤ بقلق المستقبل.

ج- يلاحظ أن معاملي الانحدار ( - ٠.٥٣٨ )، ( ٠.٩١١ ) دالين إحصائياً، وهما معاملي الانحدار الخاصين بضعف الأداء، وتشنت الانتباه، وهذه النتيجة تشير إلى أن ضعف الأداء، وتشنت الانتباه يصلح استخدامهما كمنبئات بقلق المستقبل.

ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى انسحاب النظرة للواقع على المستقبل، بمعنى أن الفشل في مهام ضبط الذات والخاصة بضعف الأداء في المهام الصعبة وعدم القدرة على إكمالها وعدم القدرة على حل المشكلات والذي ينطوي على عدم وجود الرغبة والدافع لأداء هذه المهام الذي يعد الخطوة الأولى للنجاح والوصول للهدف، وكذلك تشنت الانتباه وعدم التركيز والذي ينطوي على الشعور بالملل الذي يعد كذلك حاجزاً قوياً بين الفرد والنجاح، كل ذلك ينعكس على نظرة الفرد للمستقبل بشيء من القياس على الواقع؛ فكلما تكرر الفشل في واقعه اعتقد أن ذلك سيكون في المستقبل أيضاً مما يزيد من قلقه تجاه هذا المستقبل في إطار من الشك الذاتي في قدراته وإمكاناته على تحقيق النجاح.

### توصيات الدراسة:

١. تفعيل الخدمات الإرشادية للطلاب الموهوبين في نطاق المدرسة والمجتمع ككل، والتي تعمل على تدريب الطلاب على كيفية التحكم وضبط الذات، مما يقلل من حدوث المشكلات النفسية والاجتماعية.
٢. توجيه أنظار المعلمين والوالدين إلى ضرورة تدريب الأبناء والطلاب على ضبط الذات وممارسته، مما يقوي من طاقتهم الداخلية ويقلل من نضوب الأنا لديهم.
٣. تقديم دورات تأهيلية وإرشادية للطلاب الموهوبين لتنمية الثقة في ذاتهم والاستفادة من قدراتهم وخصائصهم العامة مما يقلل من قلقهم تجاه مستقبلهم.
٤. العمل على توفير مناخ دراسي يتحدى قدرات الطلاب الموهوبين ويكسبهم الأمان النفسي على مستقبلهم الدراسي وبالتالي عدم القلق والخوف من المستقبل.

## مراجع الدراسة

### أولاً: المراجع العربية

ابن منظور، محمد ( ١٩٩٩). *لسان العرب*. بيروت: دار إحياء التراث العربي.  
أمين، أسامة ربيع (٢٠٠٧). *التحليل الإحصائي باستخدام برنامج spss*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

جيمس ت. ويب، جانيب ل. غور، إدورد ر. أميد، آرلين ر. ديفرايز (٢٠١٢). *دليل الوالدين في تربية الأطفال الموهوبين*. ترجمة شفيق علوانة. الرياض: مكتبة العبيكان.

الحري، تهاني (٢٠١٤). *القلق من المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض* (رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية).

حسانين، أحمد (٢٠٠٠). *قلق المستقبل وقلق الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي* (رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة المنيا، مصر).

الحسيني، عاطف مسعد (٢٠١١). *قلق المستقبل والعلاج بالمعنى*. القاهرة: دار الفكر العربي.  
حقي، ألفت (١٩٩٥). *الاضطراب النفسي: التشخيص والعلاج والوقاية*. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.

الحلح، سمر (٢٠١١). *علاقة قلق المستقبل بالاكتمال لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي في محافظة ريف دمشق* (رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق)

الحمداني، إقبال محمد (٢٠١١). *الاغتراب - التمرد - قلق المستقبل*. عمان: دار صفاء.

حمداوي، جميل و بولحوش، فاطمة (٢٠١٨). *المراهقة في علم النفس*. تم الاسترجاع من موقع

<http://hamdaoui.ma/files/downloads/morahaqafinalmente.pdf>

te.pdf

حمزة، جمال مختار (٢٠٠٥). *قلق المستقبل لدى أبناء العاملين بالخارج*. مجلة العلوم التربوية،

جامعة القاهرة، ١، ٨٩ - ١١٠.

- خليل، عفراء إبراهيم (٢٠١١). مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة. *دراسات العلوم التربوية*، ٣٨ (٣)، ٩٤٢ - ٩٦٤.
- دافيدوف، ليندا (٢٠٠٠). *الشخصية- الدافعية والانفعالات*. ترجمة سيد الطواب، محمود عمر، القاهرة: الدار الدولية للاستثمارات الثقافية.
- الرشيدى، بنيان (٢٠١٧). قلق المستقبل والفاعلية الذاتية لدى طلبة كلية المجتمع في جامعة حائل في ضوء بعض المتغيرات، *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، ١٧٤ (٢)، ٦٣٩ - ٦٨٦.
- رضوان، أسماء أبو بكر (٢٠١٧). *نضوب الأنا وعلاقته بالاكتئاب لدى طلاب الجامعة*. دراسة سيكومترية - كLINيكية (رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر).
- زهران، حامد (٢٠٠٥). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. القاهرة: الأنجلو المصرية.
- سعيدة عطار (٢٠١٢). مشكلات الطلبة المتفوقين في المدرسة الجزائرية "دراسة ميدانية في ثانويات مدينة تلمسان". *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، ٨، ١٦٩ - ٢٠٠.
- سليمان، حاتم (٢٠١١). دراسة العلاقة بين قلق المستقبل والسلوك العنيف لدى عينة من طلاب التعليم الثانوي العام. *مجلة البحث العلمي في التربية، مصر*، ١٢ (٣)، ٦٨١ - ٧٠٣.
- شقير، زينب (٢٠٠٥). *مقياس قلق المستقبل*. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- عبد الرحمن، نائل محمد (٢٠١٦). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة إكلينيكية من العصائبيين والذهانيين. *المجلة الدولية للتربية المتخصصة*، ٥ (٣)، ١٩٢ - ٢١٥.
- العنبي، هذال عبدالله (٢٠١٦). أثر قلق المستقبل على التحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية جامعة أسيوط*، ٣٢ (٤)، ٤٢٦ - ٤٥٧.
- علام، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠). *القياس والتقويم النفسي التربوي أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة*. القاهرة: دار الفكر العربي.

علي، محمد النوبي (٢٠١٧). فعالية برنامج تدريبي قائم على حل المشكلات المستقبلية لتحسين الاستدلال العلمي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين عقلياً. مجلة التربية جامعة الأزهر، ١٧٢ (٢)، ٢٢٦ - ٣١٨.

العناني، حنان (٢٠٠٥). الصحة النفسية. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.

اللاصامة، منى (٢٠١٧). الكفاءة الذاتية وأساليب إدارة الذات وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة المتفوقين تحصيلياً في المرحلة الثانوية في مدارس مديرية تربية القصر، (رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن).

محاسنة، عبد الرحيم (٢٠٠١). حاجات ومشكلات الطلبة المتميزين الملحقين ببرامج المتميزين في الأردن مقارنة بالطلبة غير المتميزين (رسالة ماجستير. الجامعة الأردنية).

محمد، أسامة حامد (٢٠١٠). قلق الذكاء لدى الطلبة الموهوبين، مجلة التربية والتعليم، ١٧ (٤)، ٢٦١ - ٢٢٦.

محمد، غادة عبد الباقي (٢٠١٤). تصور مقترح لخفض قلق المستقبل من وجهة نظر الطلاب والمعلمين بالمرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، ١٥، ٦٠٤ - ٦٢٧.

مسعود، سناء (٢٠٠٦). بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين دراسة تشخيصية (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة طنطا، مصر.

المشيخي، غالب محمد (٢٠٠٩). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف (رسالة دكتوراه، جامعة أم القرى، السعودية).



ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Al Qaisy, L. M.& Thawabieh, A. M. (2017). Personal Traits and Their Relationship with Future Anxiety and Achievement. *Journal on Educational Psychology, 10*(3), 11-19.
- Albano, A. (2011). *The Relationship Among Perfectionism, Life Satisfaction, and Socio-Emotional Variables in Gifted Children* (Doctoral dissertation, Hofstra University).
- Baumeister, R. F.& Vohz, K. D. (2007). Self- Regulation. Ego depletion. And motivation. *Social and Personality Psychology Compass, 1*(1), 115-128.
- Baumeister, R.F , Heatherton, T.F . (1996). Self-regulation failure: an overview. *Psychological Inquiry, 7* (1), 1-15.
- Bertrams A., Englert C, (2012). Anxiety, ego depletion, and sports performance. *journal of Sport Exercises Psychology., 34*(5),580-99.
- Bertrams, A.& Englert C . (2012). Anxiety, ego depletion, and sports performance. *journal of Sport Exercises Psychology., 34*(5),580-99.
- Blackhart G.& Williamson, J. (2015). Social Anxiety in Relation to Self-Control Depletion Following Social Interactions. *Journal of Social and Clinical Psychology, 34*( 9), 747-773. DOI: 10.1521/jscp.2015.34.9.747
- Burkley, E. (2008). The role of self-control in resistance to persuasion. *Personality and Social Psychology Bulletin, 34*(3), 419-431.
- Chan, D. (2003). Adjustment problems and multiple Intelligences among gifted students in Hong Kong: The development of the revised student adjustment problems inventory. *High Abilities Studies, 14*, 41-54.

- Clark, B. (1992). *Growing up giftedness*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Council of Curriculum Examinations and Assessment (CCEA) (2006). *Gifted and talented children in (and out) of the classroom*. Retrieved from [http://www.nicurriculum.org.uk/docs/inclusion\\_and\\_sen/gifted/gifted\\_children\\_060306.pdf](http://www.nicurriculum.org.uk/docs/inclusion_and_sen/gifted/gifted_children_060306.pdf)
- Darowski, E. S. (2011). *A Critical examination of the ego depletion effect: can you VS. Will you engage in effortful self-regulation?* (Doctoral dissertation, Michigan State University).
- Evans, J.& Stanovich, K. (2013). Dual-Process Theories of Higher Cognition: Advancing the Debate. *Perspectives on Psychological Science*, 8(3), 223-241.
- Eyzenk, M., Payne S.& Santos, R. (2006). Anxiety and depression. past, present and future events. *Cognitive and Emotion*, 20(2), 247-294.
- Fehm, L.& Schmidt, K. (2006). Performance anxiety in gifted adolescent musicians. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(1), 98-109.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55 (6), 647-654.
- Friese, M. , Loschelder, D. , Gieseler, K., Frankenbach, J.& Inzlicht, M. (2019). Is Ego Depletion Real? An Analysis of Arguments. *Personality and Social Psychology Review*, 23(2) 107-131.

- Gailliot, M. T., & Baumeister, R. F. (2007). The physiology of willpower: Linking blood glucose to self-control. *Personality and Social Psychology Review*, 11, 303-327. doi:10.1177/1088868307303030
- Guignard, J., Jacquet, A., Lubart, T. (2012). Perfectionism and Anxiety: A Paradox in Intellectual Giftedness?. *PLoS ONE*, 7(7), 1- 6. doi:10.1371/ journal.pone.0041043
- Hammer, E. Y. (2005). From the laboratory to the classroom and back: The science of interpersonal relationships informs teaching. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 3-10. doi:10.1521/jscp.24.1.3.59168
- Harrison, G. E. & Van Haneghan, J. P. (2011). The Gifted and Shadow of the night: Dabrowski,s over excitabilities and their correlation to insomnia. Death anxiety and fear of the unknown. *Journal for the education of the Gifted*, 34, 669- 697.
- Kagan, L., Macleod, A. & Pote, H. (2004). Accessibility of Causal Explanations for Future Positive and Negative Events in Adolescents with Anxiety and Depression. *Journal of Clinical Psychological*, 11 (3), 177- 186.
- Kamarulzaman, M. H., Ibrahim, N., Yunus, M. M., & Ishak, N. M (2013). Language Anxiety among Gifted Learners in Malaysia. *English Language Teaching*, 6(3), 20-29.
- Kaygusuz, C. Duyan, G. Oksal, A. Duyan, V. (2015). The Effects of Some Socio-Demographic and Academic Characteristics of University Students on Self-Control. *American International Journal of Social Science*, 4(5), 162-168 .
- Lamont, R. T. (2012). The Fears and Anxieties of Gifted Learners, *Gifted Child Today*, 35(4), 271-276.

- 
- Levy, N. (2006). Addiction, autonomy and ego-depletion: A response to Bennett Foddy and Julian Savulescu. *Bioethics*, 20, 16-20. doi:10.1111/ j.1467-8519.2006.00471.x
- Maranges H. M. (2014). *Ego Depletion and changes in the premenstrual phase :Impaired self-control as a common source* (Doctoral dissertation, Florida State University).
- Mirnics, Z., Kov, Z.& Bagdy, E. (2015). Mental Health Promotion and Prevention Among Gifted Adolescent, *Cognitive-Counseling Research & Conference Services Science*, 3, 107- 120.
- Moon, S. M. (2004). *Social/emotional issues, underachievement, and counseling of gifted and talented students*. Thousand Oaks: Corwin.
- Moon, S. M. (2009). High-ability students don't face problems and challenges. *Gifted Child Quarterly*, 53(4), 274-276. doi: 10.1177/0016986209346943
- Moor, M. (2006). *Variations in Test Anxiety and Locus of Control Orientation in Achieving and Underachieving Gifted and Nongifted Middle School Students* (Doctoral dissertation, University of Connecticut)
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle?. *Psychological bulletin*, 126 (2), 247 -259.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126, 247-259. doi:10.1037/0033-2909.126.2.247

- Muraven, M., Tice, D. & Baumeister, R. (1998). Self-Control as Limited Resource: Regulatory Depletion Patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(3), 774-789
- Neihart, M. (1999). The impact of giftedness on psychological well-being: What does the empirical literature say? *Roe per Review*, 22(1), 10-17.
- Neshat-Doost, H. T., Dalgleish, T. J., & Golden, A. M. (2008). Reduced specificity of emotional autobiographical memories following self-regulation depletion. *Emotion*, 8(5), 731-736.
- Oaten, M., & Cheng, K. (2007). Improvements in self-control from financial monitoring. *Journal of Economic Psychology*, 28 (4), 487- 501.
- Osgood, J. M. (2015). Acute Cardiovascular Exercise Counteracts the Effect of Ego-Depletion on Attention: How Ego-Depletion Increases Boredom and Compromises Directed Attention. *International Journal of Psychological Studies*, 7 (3), 85- 96.
- Peterson, S. J. (2009). Gifted and talented individuals do not have unique social and emotional needs. *Gifted Child Quarterly*, 53(4), 280-282. doi: 10.1177/0016986209346946
- Richter, M. & Stanek, J. (2015). The Muscle Metaphor in Self-Regulation in the Light of Current Theorizing on Muscle Physiology. *Handbook of Biobehavioral Approaches to Self-Regulation*, 5, 55-67. DOI 10.1007/978-1-4939-1236-0

- Salmon, S. J., Adriaanse, M. A., De Vet, E., Fennis, B. M., & De Ridder, D. T. (2014). "When the going gets tough, who keeps going?" Depletion sensitivity moderates the ego-depletion effect. *Frontiers in psychology*, 5, 647-654.
- Schmeichel, B. J., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2003). Intellectual performance and ego depletion: Role of the self in logical reasoning and other information processing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (1), 33- 46.
- Silverman, L. K. (2002). Asynchronous development. In M. Neihart, S. M. Reis, N. M. Robinson, & S. M. Moon (Eds.), *The social and emotional development of gifted children: What do we know?* (pp. 31-40). Waco, TX: Prufrock Press.
- Sobocko, K. (2012). *The Relationship between Ego-depletion and Sensory Processing Sensitivity* (Doctoral dissertation, Carleton University Ottawa, Canada).
- Thompson, K. R., Sanchez ,D.J., Wesley, A. H. & Reber p. J. (2014). Ego depletion impairs implicit learning. *PLOS ONE*, 9 (10), 1-7.
- Tippey, J. G.& Burnham, J. J. (2009). Examining the Fears of the Gifted Children, *Journal for the education of the Gifted*, 32 321- 339.
- Turki, J., & Al-Qaisy, L. M. (2012). Adjustment problems and self-efficacy among gifted students in Salt Pioneer Center. *International journal of Education Sciences*, 4(1), 1-6.

- Veronika J., Carol S. & Gregory M.(2010). Ego Depletion—Is It All in Your Head? Implicit Theories About Willpower Affect Self- Regulation. *Psychological Science*, 21(11), 1686-1693
- Wagner, D. D., & Heatherton, T. F. (2013). Self-regulatory depletion increases emotional reactivity in the amygdala. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 8 (4), 410-417.
- Wegener, R. J., Ludlow, E. C., Olsen, J. A., Tortosa, M. & Wintch, H. p. . (2007). Ego Depletion: A Contributing factor of hopelessness depression. *Journal of Psychology*, 3, 12- 17.
- Wills, T. A., & Stoolmiller, M. (2002). The role of self-control in early escalation of substance use: A time-varying analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70, 986-997. doi:10.1037/0022- 006X.70.4.986
- Yazid A. F., Ali Khan A. R., Asmuje N. F. , Zainun A. & Theis N. A. (2019). Correlation Study of Intelligence With Mental Health Issues Among Gifted and Talented Students. *Malaysian Journal of Youth Studies*, 2. 98-110.
- Zaleski, Z. (1996). Future anxiety: concept, measurement, and preliminary research. *Personality and Individual Differences*, 21, 165-174.