جامعة يحي فارس بالمدية

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علوم التربية

قلق المستقبل وعلاقته بالتحصيل الدراسي عند طلبة الماستر

(دراسة ميدانية لعينة من طلبة الأولى ماستر بجامعة المدية)

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر تخصص: إرشاد وتوجيه

إعداد

- سليمة كداسي
- عقيلة شاوشي

إشراف

د / زروط

السنة الجامعية: 2021-2022م


بسم الله الرحمن الرحيم

شـــكر وعرفـــان



مصداقا لقوله صلى الله عليه وسلم " من لا يشكر الناس لا يشكر الله" نشكر الله المعطي المنام الواحد المستعان الذي جعل لنا الصعب سهلا فأضاء لنا الطريق ،فسرنا معه دون رفيق فأخرجنا بهذا الجهد إلى النور ووفقنا بما قدمناه متواضعا ميسورا فبحمده سبحانه ولا نحصى ثناء عليه.

وبعد نتقدم بالشكر و الوفاء و الامان بالفضل لأهل الفضل واعترافا بالجميل و الشكر الجزيل إلى الدكتور الفاضل علي زروط الذي منحنا الوقت و العلم و النصح و التوجيه ، فكان له الأثر و الفضل بعد الله عز وجل في إعداد هذا العمل.

وإلى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد في إنجاز هذا العمل وأسأل الله تعالى أن يجزي الجميع خير الجزاء وأن يجعل مساعدتهم في ميزان حسناتهم

إهـــــداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى

من قدم لي الدعم و المساعدة ، الوالدين الكريمين أطال الله في عمرهما.

*إلى إخوتي زهير و اسماعيل.

*إلى أخواتي فاطمة ،فتيحة.

*إلى الصغيرتين أميرة و دعاء.

ولا أنسى بالذكر كل أقاربي و صديقاتي "ياسمينة و دليلة."

عقيلة

إهـــــداء

بسم الله الرحمٰن الرحيم

و الصلاة والسلام على أشرف خلق الله محمد النبي الكريم ، وعلى آله وصحبه أجمعين .

إلى من تشققت يداه في سبيل رعايتي _أبي رحمه الله

إلى من لم تذخر جهدا في تربيتي _ أمي الحنون

إلى أخي محمد و أخواتي صباح و رتيبة وفضيلة حفظهم الله وأدامهم لي

إلى حبيباتي مريم و ياسمين ولا أنسى بالذكر صديقتي الغالية عقيلة التي شاركتني في إعداد هذه المذكرة

.

وإلى كل من كان لهم أثر في حياتي

وكل من ساهم في إتمام هذا البحث.

سليمة

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر ، كما تهدف أيضا إلى دراسة الفروق بين كل من قلق المستقبل و التحصيل الدراسي تبعا لمتغير الجنس .

ولتحقيق هذه الأهداف تم إستخدام المنهج الوصفي الإرتباطي ، من خلال تطبيق إستبيان قلق المستقبل لِ " د/ محمد عبد التواب معوض " و "د/ سيد عبد العظيم محمد " على عينة تم إختيارها بالطريقة العشوائية مكونة من 40 طالب و طالبة من طلاب الأولى ماستر جامعة يحي فارس بالمدية .

وتمت المعالجة الإحصائية للبيانات وذلك بإستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

- معامل الإرتباط بيرسون .
- إختبار "ت" .

وقد أسفرت هذه النتائج إلى :

- وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل عند طلبة الأولى ماستر ، تغزى لمتغير الجنس و لصالح الإناث .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر ، تغزي لمتغير الجنس و لصالح الإناث .

الكلمات المفتاحية : قلق المستقبل ، التحصيل الدراسي ، الطالب الجامعي .

Abstract

This study aimed to find out the relationship between future anxiety and academic achievement for first master students, and also aims to study the differences between future anxiety and academic achievement according to the gender variable.

To achieve these goals, the descriptive correlative approach was used, through the application of the future anxiety questionnaire for "Dr. Muhammad Abdel-Tawab Moawad" and "Dr. Sayed Abdel-Azim Muhammad" on a randomly selected sample of 40 male and female students from the first master's university Yahya Fares in Medea.

The data was statistically processed using the following statistical methods:

• Pearson correlation coefficient.

• T-test.

These results resulted in:

• There is a positive, statistically significant relationship between future anxiety and academic achievement for first master's students.

• There are statistically significant differences in future anxiety among first-master students, due to the gender variable and in favor of females.

• There are statistically significant differences in the academic achievement of the first master's students, which are due to the gender variable and in favor of females.

Keywords: future anxiety, academic achievement, university student.

فهرس المحتويات:

شكر وعرفان.....أ

إهداء 1.....ب

إهداء 2.....ت

ملخص الدراسة باللغة العربية.....ث

ملخص الدراسة باللغة الانجليزية.....ج

مقدمة:.....ذ

الفصل الأول : مدخل الدراسة.....8

1-إشكالية الدراسة : 8

2-الفرضيات : 10

4-أهمية الدراسة : 11

5-أهداف الدراسة : 11

6-مصطلحات الدراسة : 12

1-6.تعريف قلق المستقبل : 12

2-6.تعريف التحصيل الدراسي : 12

7-الدراسات السابقة : 13

1-7.الدراسات الخاصة بقلق المستقبل : 13

2-7.الدراسات الخاصة بالتحصيل الدراسي 16

8-التعقيب على الدراسات السابقة : 17

الفصل الثاني: قلق المستقبل.....22

تمهيد : 22

1-القلق 23

1-1.تعريف القلق:.....23

1-2.أسباب القلق : 24

1-3.مستويات القلق : 24

1-4.النظريات المفسرة للقلق : 25

2- قلق المستقبل. 32
2-1.تعريف قلق المستقبل : 32
2-2.الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل: 34
2-3.أسباب قلق المستقبل : 34
2-4.سمات ذوي قلق المستقبل : 36
2-6.طرق التعامل مع قلق المستقبل : 37
خلاصة : 40
الفصل الثالث: التحصيل الدراسي.....42
تمهيد : 42
1-مفهوم التحصيل الدراسي : 43
2-أنواع التحصيل الدراسي: 43
2-1.التحصيل الدراسي الجيد : 43
2-2.التحصيل الدراسي الضعيف : 44
3-شروط ومبادئ التحصيل الدراسي الجيد : 44
4-أهداف التحصيل الدراسي : 45
5-أهمية التحصيل الدراسي : 46
6-العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي : 47
6-1.العوامل المتعلقة بالشخص المتعلم : 47
6-2.العوامل المتعلقة بالبيئة المحيطة والأسرة : 48
6-3.عوامل متعلقة بالمدرسة : 48
7-مشاكل التحصيل الدراسي : 49
8-قياس التحصيل الدراسي : 50
9-علاج التحصيل الدراسي : 52
خلاصة : 55
الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية.....58
تمهيد : 58
1-الدراسة الاستطلاعية.....59
1-1.تعريف الدراسة الاستطلاعية 59

2-1.أهداف الدراسة الاستطلاعية :.....59
2- الدراسة الأساسية 60
2-1. منهج الدراسة: 60
2-2.حدود الدراسة : 60
2-3.مجتمع الدراسة :.....61
2-4.عينة الدراسة : 61
2-5.أدوات الدراسة : 62
2-6.الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة : 65
الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج.....67
تمهيد :.....67
1-عرض النتائج : 68
1-1.عرض نتيجة الفرضية العامة:.....68
1-2.عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:.....69
1-3.عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: 70
2-مناقشة وتفسير النتائج :.....71
2-1.مناقشة وتفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى : 71
2-2.مناقشة وتفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية: 72
2-3.مناقشة و تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة : 73
3-استنتاج عام :.....74
4-توصيات الدراسة: 75
5-مقترحات الدراسة : 75
خاتمة: 77
قائمة المراجع: 80
ملاحق:

- **قائمة الجداول:**

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	يوضع توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس	61
2	يوضح العوامل المكونة لمقياس قلق المستقبل و ما يتضمنها من عبارات	62
3	يوضح أرقام العبارات السالبة و الموجبة لمقياس قلق المستقبل	62
4	يوضح معامل الإرتباط بيرسون بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي	67
5	يوضح نتائج إختبار "ت" لدلالة الفروق بين الذكور و الإناث لقلق المستقبل	68
6	يوضح نتائج إختبار"ت" لدلالة الفروق بين الذكور و الإناث للتحصيل الدراسي	69

مقدمة

مقدمة:

يعتبر المستقبل الأمل الذي يعيش من أجله الإنسان ، لولا الأمل ما كان لحياة الإنسان معنى لأن الأشخاص الذين يشعرون بالرضا والسعادة يكون إدراكهم للمستقبل أكثر صحة و تفاؤلا ، في حين الأشخاص الذين يشعرون بعدم الرضا يكون إدراكهم للمستقبل أكثر قلقا و تشاؤما.

و مما لا شك فيه ، أن التفكير و الخوف من المستقبل من الأمور التي أصبحت لا ترتبط بفئة عمرية محددة بل أصبح التفكير في المستقبل و التنبؤ به من الأمور التي تهم جميع الفئات العمرية في شتى المجتمعات والشعوب، والتي تحاول أن تجد لنفسها موضوع على الخريطة العالمية والدولية **(فراج ، 2006)**.

وينظر الفرد إلى المستقبل بتفاؤل و بأمل أو بتشاؤم و إنزعاج ، حيث يمكن التعرض لهما بشكل متزامن ، فإذا كان الجانب السلبي هو الغالب على الواقع سيؤدي ذلك بالفرد إلى الشعور بالقلق بشأن المستقبل، أما إذا كان الجانب الإيجابي هو الأعلى على الفرد ، عندها سيؤدي إلى شعور الفرد بالرضا والتفاؤل والجد والنشاط **(Zaleski,1996)** .

ويعد القلق ظاهرة من الظواهر المميزة للقرن الواحد و العشرون ، و ذلك نتيجة لما يحدث للإنسان من الضغوطات في شتى نواحي الحياة بسبب المطالب و التغيرات في عصر السرعة و المال ، لذلك فإن القلق يعد السمة المميزة في هذا العصر **(كتاني ،2007)** .

كما أن الانسان بطبعه دائم التأمل بالمستقبل مما يعطيه شعور بالقلق من الكثير من الأشياء الممكن مواجهتها في المستقبل ، فنجد أن كل أنواع القلق لها بعد زمني قصير و محدود نسبيا ،ويستمر لفترة زمنية محدودة ، وأما قلق المستقبل يكون بعيد المدى **(Zaleski ,1996)** .

و الشعور بالقلق شيء طبيعي ، وهو إحساس و تفاعل مقبول و متوقع تحت ظرف معين قد يكون القلق مساعد على النشاط و حفظ الحياة ، وقد يتحول القلق إلى مشكلة نفسية للفرد حيث يصبح خوف وتوتر دون ظهور سبب واضح لحدوثه ، مما يعيق قدراته على التكيف و الأداء والتفاعل في المجتمع ، و من هنا تعد مرحلة الشباب فترة مهمة ، حيث تتشكل الأزمات النفسية وتسودها المعاناة كالإحباط و القلق ، وقد يعاني فيها الأفراد من صعوبات التوافق بسبب ما يتعرض له الشباب في الأسرة و المجتمع من خبرات مؤلمة وضغوط نفسية **(الحسيني ،2011)**.

ويشكل قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة حقيقة واضحة المعالم في مجتمع مليء بالمتغيرات و بعوامل مثيرة و كثيرة تأدي تفاعلاتها الإجتماعية و الإقتصادية و الصحية و البيئية إلى آثار تنعكس على الكثير من سلوكيات الفرد ، مما سبق يتضح أن هذه المشكلة تشكل معاناة للفرد و المجتمع ككل ، وأصبح عدم الوثوق في المستقبل من السمات النفسية لدى الإنسان ، و خاصة لدى فئة الشباب ، وتعد شريحة الطلبة الجامعيين جزء من هذا المجتمع الذي لم يسلم من هذا الإضطراب النفسي الذي إسمه القلق، بسبب الكثير من الأوضاع و الظروف الراهنة ، فيشعر الطالب الجامعي بالقلق حول مرحلة ما قبل التخرج و بعد التخرج و ضمان الوظيفة وسط هذا الكم الكبير من الطلبة الخريجين سنويا **(المشيخي ،2009)**.

إن التفكير في قلق المستقبل يشكل حالة من التوتر التي تصيب الطالب الجامعي وتؤثر على صحته النفسية وبالتالي تأثر على التحصيل الدراسي .

ومن هنا يعد التحصيل الدراسي من المفاهيم التي شاع استخدامها في ميدان التربية وعلم النفس التربوي بصفة خاصة ، ذلك لما يمثله من أهمية في تقويم الأداء الدراسي للطالب حيث ينظر إليه على

أنه محك أساسي يمكن في ضوئه ومن خلاله تحديد المستوى الأكاديمي للطالب ، و الحكم على الإنتاج التربوي كما ونوعا **(مصطفى الجيلالي ،2016 ،ص23)**.

ومما لا شك فيه أن التحصيل الدراسي له أثر كبير في شخصية الطالب ، فالتحصيل الدراسي يجعل الطالب يتعرف على حقيقة قدراته و إمكانياته ، كما أن وصول الطالب إلى مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبث الثقة بالنفس ويدعم فكرته في ذاته و يبعد عنه القلق و التوتر مما يقوي صحته النفسية ، أما فشل الطالب في التحصيل الدراسي المناسب لمواد دراسته فإنه يؤدي به إلى فقدان الثقة بالنفس و الإحساس بالإحباط و النقص و التوتر و القلق، وهو من دعائم سوء الصحة النفسية للفرد **(غيثاء علي بدور ،2001 ،ص173)**.

وفي هذا المنطلق تحاول الدراسة الحالية معرفة العلاقة بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر .

وقد قسمت الدراسة إلى جانبين : جانب نظري و جانب تطبيقي ، فالجانب النظري يحتوي على ثلاث فصول :

الفصل الأول : هو عبارة عن فصل تمهيدي والذي تم فيه تحديد الإشكالية ، ثم تحديد الفرضيات، وكذا ذكر أسباب إختيار الموضوع و أهمية وأهداف الدراسة وبعدها تم التطرق إلى مصطلحات الدراسة ، وأخيرا نجد مصطلحات الدراسة و الدراسات السابقة و التعقيب عليها .

الفصل الثاني : هو فصل خاص بمتغير قلق المستقبل حيث تضمن أولا مفهوم القلق ، أسبابه و مستوياته ، والنظريات المفسرة له ، وثانيا تم التطرق إلى قلق المستقبل ، تعريف قلق المستقبل ، الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل ، أسباب قلق المستقبل ، سمات ذوي قلق المستقبل، التأثير السلبي لقلق المستقبل و طريقة التعامل مع قلق المستقبل.

الفصل الثالث : هو الفصل الخاص بمتغير التحصيل الدراسي حيث تضمن : مفهوم التحصيل الدراسي ، أنواع التحصيل الدراسي ، شروط ومبادئ التحصيل الدراسي ، أهداف التحصيل الدراسي ،أهمية التحصيل الدراسي ، العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي ، مشاكل التحصيل الدراسي ،قياس التحصيل الدراسي ، وأخيرا علاج التحصيل الدراسي .

الجانب الميداني : والذي يشتمل على فصلين .

الفصل الرابع : حيث تمحور حول الإجراءات المنهجية للدراسة بدءا بالدراسة الاستطلاعية: تعريفها و أهدافها ، إلى الدراسة الأساسية والتي تحتوي على : منهج الدراسة ، حدود الدراسة، مجتمع الدراسة ، عينة الدراسة، أدوات الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

الفصل الخامس : وهو يضم عرض وتفسير النتائج التي تم التوصل إليها من خلال الجداول المرفقة بدءا من الفرضيات ، الفرضية الأولى ، الثانية ، الثالثة .

وفي الأخير تم تقديم بعض التوصيات ، والإقتراحات ووضع خاتمة للدراسة ،ثم قائمة المراجع و الملاحق .

الجَانِب النّظَري

الفصل الأول



مدخل الدراسة

1. إشكالية الدراسة .
2. فرضيات الدراسة .
3. أسباب إختيار الموضوع .
4. أهمية الدراسة .
5. أهداف الدراسة .
6. مصطلحات الدراسة .
7. الدراسات السابقة والتعقيب عليها .

الفصل الأول : مدخل الدراسة

1-إشكالية الدراسة :

لم يشهد عصر من العصور مثل ما يشهده عصرنا الحالي من التوترات و الأزمات و الضغوطات النفسية ، فضلا عن التغيرات السريعة و التطورات الكبيرة وما ينتشر في العالم من حروب وصراعات و منه تم زيادة الأعباء و الصعوبات التي يواجهونها في الحياة التي من شأنها أن تثير قلق المستقبل لديهم ، ولذا نجد طلبة اليوم بحاجة لأن تثار اهتماماتهم و مشكلاتهم.

و الظاهر أن الطلبة الجامعيين يفكرون في المستقبل بشكل دائم و يتخوفون مما يخفي المجهول لهم ، فإن قلق الفرد من المستقبل يحجب الرؤية الواضحة عن إمكانياته ويفشل قدراته وبالتالي يعيق وضع أهداف واقعية تتفق مع طموحاته في تحقيق الأهداف المستقبلية التي تحقق السعادة **(الحسيني ،2011 ،ص27)**.

وقلق المستقبل ليس نتاجا من التغييرات المتلاحقة و التي من الصعب التنبؤ بها بل ينتج من رؤية الحاضر و ظروفه المعقدة مثل سيطرة الماديات على القيم بين الناس ، فضلا عن العمل و الدراسة ومتطلباتها الكثيرة و التهديد من جراء فقدانهما، الظروف السياسية و إنعكاساتها على الشارع و الفرد و خاصة الشباب بكل ما تحمله من مفاجآت و صعوبات و نوعية التعليم ومخرجاته ومدى اسهامه بإمداد المجتمع بأفراد قلقين على مستقبلهم وأفراد واثقين ومطمئنين **(النابلسي ،1999 ،ص43)**.

ويظهر قلق المستقبل بوضوح عند الشباب أكثر من غيرها من الفئات ، كونها مرحلة إنتقالية من الإعتماد على الغير إلى الإعتماد على النفس ، وتحمل المسؤولية وما يصاحبه من البحث عن وظيفة وزواج وتأمين متطلبات الحياة ، فقد ينجح الشباب في الحصول على هذه المتطلبات فيصبح فردا يتمتع

بصحة نفسية متزنة، أما عندما يفشل في الحصول على تلك المتطلبات ترتفع لديه نسبة القلق من المستقبل (**الحسيني ، 2011**).

وربما يتجلى قلق المستقبل على شكل إنخفاض في مستوى الشعور بالأمان و الطمأنينة وهي صورة واضحة في عصرنا الراهن (**توفلر،1990 ،ص449**).

ففي دراسة أجراها زاليسكي (zaleski,1997) أكد فيها أن الأشخاص الذين يعانون من قلق المستقبل يعبرون عن الشعور بالوحدة ولا يمتلكون قدرة التخطيط للمستقبل وليس لديهم مرونة ولا يحافظون على قواهم (**Zaleski,1997 ,53**).

وقد يظهر قلق المستقبل من خلال الإدراك الخاطئ للأحداث المستقبلية وانخفاض فعالية الفرد في التكيف مع المشكلات و الأحداث التي تعترضه و التقدير المنخفض لمصادر معالجة هذه الأحداث وهذا ما يعرضه للكثير من الإضطرابات و الأمراض(**الزواهرة ، 2015 ،ص56**)

لذلك يعتبر القلق من المستقبل نوعا من أنواع القلق الذي يشكل خطرا على صحة الأفراد وإنتاجيتهم ، حيث يظهر نتيجة ظروف الحياة الصعبة والمعقدة وتزايد ضغوط الحياة ومطالب العيش ، وقد يكون هذا القلق ذا درجة عالية فيؤدي إلى إختلال في توازن الفرد مما يكون له الأثر الأكبر على الفرد سواءا من الناحية العقلية أو الجسمية أو السلوكية (**المشيخي ،2009**).

ومن هنا ويعد التحصيل الدراسي أهم الأنشطة المعرفية التي يبدو فيها معيار الإمتياز أو النجاح و الفشل واضحا ، وله أهمية في حياة الطالب فهو ليس مجرد تجاوز لمراحل دراسية متتالية و الحصول على الدرجات التي تؤهله لذلك ، بل له جوانب عامة في حياته ، كونه الطريق الإجباري لإختيار نوع الدراسة و المهنة و بالتالي الدور الإجتماعي الذي سيقوم به الفرد ونظراته لذاته و الشعور بالنجاح (**منى الحموي ، 2010 ،ص 176**) .

يعتبر التحصيل الدراسي مؤشرا موضوعيا و علميا على مدى تقدم الطالب في إكتسابه للمعارف المختلفة ، وكذا على مدى قدرته على إسترجاعها في الوقت المناسب من خلال الإمتحانات و الإستجوابات و الفحوص ، وقد قدم الباحثون مجموعة من التعاريف المختلفة و المتنوعة والتي ترجعه أحيانا إلى إستعدادات المتمدرس وقدراته و أحيانا أخرى بالمنهاج و المادة الدراسية **(جديد ، 2016 ،ص11)**.

وعلى ضوء ما سبق ذكره يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر ؟
- هل توجد فروق في قلق المستقبل ترجع لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في التحصيل الدراسي ترجع لمتغير الجنس ؟

2-الفرضيات :

تعتبر الفروض إجابات مؤقتة لتساؤلات الدراسة يضعها الباحث للكشف عن العوامل المسببة للظاهرة المدروسة وفي هذه الدراسة :

- توجد علاقة بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر .
- توجد فروق في قلق المستقبل ترجع إلى متغير الجنس .
- توجد فروق في التحصيل الدراسي ترجع إلى متغير الجنس.

3-**أسباب اختيار الموضوع :**

تم إختيار الموضوع لأسباب متعددة من بينها :

- إرتباط الموضوع بتخصصنا الدراسي .

- الرغبة الشخصية في دراسة هذا الموضوع.
- التعرف على علاقة قلق المستقبل بالتحصيل الدراسي .

4-أهمية الدراسة :

تكمن أهمية هذه الدراسة في التعرف على الأسباب المؤدية إلى هذا الإضطراب و المساهمة في إثراء ميدان علم النفس بهذا النوع من الدراسات النادرة بين طلاب الجامعة خاصة في البيئة الجامعية ، وكذلك يرجع اهتمامنا بمتغير قلق المستقبل الى أن لهذا الإضطراب دور في الآونة الأخيرة خاصة بين طلبة الجامعة.

كما يعد التحصيل الدراسي نافذة نحو الآفاق تسمح للفرد بالتألق في الحياة المهنية و الإجتماعية وإثبات الذات و الثقة بالنفس إضافة إلى التعرف على موضوع قلق المستقبل وعلاقته بالتحصيل الدراسي.

5-أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة لما يلي :

1. معرفة ما إذا كان هناك علاقة بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي.
2. معرفة الفرق بين الذكور و الإناث في قلق المستقبل.
3. معرفة الفرق بين الذكور و الإناث في التحصيل الدراسي .

6-مصطلحات الدراسة :

6-1.تعريف قلق المستقبل :

- **لغة** : ورد على لسان العرب لإبن المنظور معنى القلق ، هو الإنزعاج، فيقال "قلق الشيء قلق فهو قلق ومقلاق ، وقلق الشيء من مكانه ، وقلق أي حركته" **(بوخالفة فريحة ، 2017 ،ص13)**
- **اصطلاحا** : هو خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية الغير سارة مع تشوه و تحريف ادراكي معرفي للواقع و الذات ، من خلال إستحضار للذكريات و الخبرات الماضية غير السارة ، ما تضخم سلبيات محصن للإيجابيات الخاصة بالذات و الواقع تجعل صاحبها في حالة من التوتر و عدم الأمن ما يدفعه إلى تدمير الذات و العجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث و تؤدي به إلى حالة من التشاؤم المستقبل و الخوف من المشاكل الإجتماعية و الإقتصادية المستقبلية **(مصطفى بعلي ، 2015،ص120).**
- **إجرائيا** :هو مجموعة من الدرجات التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس قلق المستقبل .

6-2.تعريف التحصيل الدراسي :

- **لغة** : حصل يعني بَقِيَ وثَبَتَ ،والتحصيل هو تمييز ما يحصل **(الفراهيدي،2005 ، ص194)**
- **اصطلاحا** :هو عبارة عن النتيجة العامة التي يحصل عليها الطالب في نهاية العام الدراسي ، والتي تضم جميع النتائج التي تحصل عليها في كل يوم وفي كل شهر وكل فصل وفي

نهاية السنة ، حيث يحدد التحصيل الدراسي للموضوع الواحد مستوى الطالب في هذا الموضوع نقاط القوة و الضعف لديه ، والتحصيل الاجمالي الذي يصل اليه الفرد في جميع المواد عن طريق تقويم المعلم الشفهي والكتابي اليومي أو الشهري الذي يعتمد على إجراء الإختبارات و الإمتحانات الخاصة(**عمر عبد الرحمان نصر الله ،2004، ص401**).

- **إجرائيا** : هو مجموع المعارف العلمية التي تقدر بعلامات التلاميذ (أفراد العينة) التي توجد في السجلات والوثائق المدرسية .

7-الدراسات السابقة :

7-1.الدراسات الخاصة بقلق المستقبل :

الدراسات العربية :

- **دراسة حسن (1999):**

عنوان الدراسة:

قلق المستقبل لدى خريجي الجامعة " استهدفت الدراسة التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى خرجي طلبة الجامعات، و قد اشتملت عينة البحث على 250طالب و طالبة و لقد أعد الباحث مقياس لقلق المستقبل، و تم استخراج صدق المقياس بطريقة الصدق التلازمي، أما ثبات المقياس فتم استخراجه بطريقة الاتساق الداخلي (الفا كرونباخ)و بعض المعالجات الإحصائية المتمثلة باستخدام الوسيط و معامل الفا كرونباخ و تحليل التباين الثنائي لعينتين مستقلتين .تم التوصل إلى النتائج التالية:

-أن الشباب المتخرجين من الجامعات لديهم مشاعر تتسم بالقلق من المستقبل.

- وجود فروق دالة إحصائيا بالنسبة لقلق المستقبل تبعا لمتغيري الجنس(ذكور –إناث) ،والمستوى الإجتماعي والإقتصادي(**الحمداني ،2010 ص.ص 193–194**).

- **دراسة سمين (2000) :**

عنوان الدراسة : قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة المستنصرية

إستهدفت الدراسة بناء مقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة والكشف عن دلالة الفروق في مفهوم الذات لدى الطلبة وفق متغير الجنس والكشف عن العلاقة الارتباطية بين مفهوم الذات وقلق المستقبل لدى الطلبة وفق متغير الجنس .

وتألفت عينة البحث من (120) طالب و طالبة في صفوف الرابعة تم إختيارهم بالطريقة العشوائية في أربع كليات في المستنصرية ، وقام الباحث بإعداد مقياس لقلق المستقبل واعتماده على مقياس جاهز لقياس مفهوم الذات ، وبعد المعالجات الإحصائية المتمثلة في إستخدام الإختيار الثاني لعينتين متساويتين ومعامل بيرسون وكانت النتائج كالتالي :

- هناك فرق دال معنويا في مفهوم الذات لصالح الذكور .
- كان مستوى قلق المستقبل أعلى من المتوسط لدى الذكور و الإناث وبفرق دال لصالح الإناث .
- وجود علاقة عكسية (سالبة) و دالة بين مفهوم الذات وقلق المستقبل وكانت عكسية (سالبة) ودالة عند مستوى (0,45) عند كل من الذكور و الإناث(**الحمداني ، 2010 ،ص 134**)

الدراسات الأجنبية :

- **دراسة بولانوسكي (2005):**

عنوان الدراسة:

القلق بشأن المستقبل المهني بين الأطباء الشباب .

والتي هدفت إلى معرفة معدل الشعور بالقلق بشأن المستقبل المهني و التعرف على العقبات التي تواجههم في بداية مشوارهم المهني والعمل على خلق روح التحدي لقهر هذه العقبات ، فقد بلغت عينة الدراسة 1000 طبيب بين أطباء الامتياز البولنديين و أطباء الامتياز الفرنسيين ، وطبق عليهم استبانة معدل القلق إعداد الباحث ، واستقرت نتائج الدراسة على ارتفاع معدل مؤشر الشعور بالقلق اتجاه المستقبل المهني منخفض جدا لدى أطباء الامتياز الفرنسيين ، كما أظهرت نتائج الدراسة أن أطباء الامتياز الذين لهم دراية بالواجبات الطبية اليومية يقومون بتطوير مهاراتهم العلمية ،و أيضا لديهم استقلال مادي عن مؤسساتهم الطبية، وينخفض لديهم معدل الشعور بالقلق تجاه مستقبلهم المهني ، وكذلك أظهرت نتائج الدراسة أن ارتفاع معدل شعور القلق يكون له تأثيرا سلبيا على مستقبلهم المهني .

- **دراسة ايزنك وآخرون (2006) eysenk et Al:**

عنوان الدراسة:

القلق والإكتئاب وتأثيرهما على الماضي و الحاضر والمستقبل .

تألفت عينة الدراسة من مجموعة من المراهقين تتراوح اعمارهم بين (13 ،17) عاما، ومجموعة من الشباب تتراوح اعمارهم بين (18 ،24) عاما، ومجموعة اخرى في سن الثلاثينات ، وهدفت الدراسة إلى معرفة التوقيت الأحداث السلبية من حيث وقوعها في الماضي و الحاضر والمستقبل.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن :

- الشعور بالإكتئاب مرتبط بتلك الأحداث التي من المتوقع حدوثها في المستقبل عن تلك التي حدثت في الماضي (**المشيخي ،2009 ،ص106 ،116**).

7-2.الدراسات الخاصة بالتحصيل الدراسي .

- **دراسة لونيس حدة (2013) :**

علاقة التحصيل الدراسي بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس .

هدف الدراسة : هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التحصيل الدراسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس .

أداة الدراسة : قامت الباحثة باستخدام مقياس دافعية التعلم ليوسف قطامي و الحصول على معدلات التلاميذ ومعالجتها احصائيا حسب طبيعة كل فرضية .

نتائج الدراسة : توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالةٍ احصائياً بين التحصيل و الدافعية ، كما توصلت إلى وجود فرق بين الذكور و الإناث في مستوى التحصيل الدراسي .

- **دراسة قوراي الناصر وزخاف عبد القادر(2014):**

عنوان الدراسة:

دافعية التعلم وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في مادة اللغة الانجليزية لدى طلبة السنة الثانية من التعليم الثانوي، بسعيدة.

هدف الدراسة:

معرفة العلاقة الرابطة بين الدافعية للتعلم والتحصيل الدراسي لدى طلبة السنة الثانية ثانوي وتحديد لأهمية الدافعية في رفع مستوى التحصيل الدراسي ، ورفع درجة التحصيل في مادة اللغة الإنجليزية بالإضافة إلى تحضير المتمدرسين وتهيئتهم للتعامل مع المجتمع الغربي والأخذ بإيجابياته المعرفية وكذا

رفع الثقافة لدى المجتمع الجزائري اضافة الى تحسين نسبة الفروق بين الذكور والاناث في مادة اللغة الإنجليزية لدى طلبة السنة الثانية من التعليم الثانوي.

▪**أداة الدراسة:** اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي في دراستها حيث طبقت عينتها على 60 تلميذ وتلميذة من طلبة السنة الثانية ثانوي .

▪**نتائج الدراسة:** أن العلاقة بين التحصيل في مادة اللغة الانجليزية والدافعية للتعلم سالبة ومنخفضة وبانه لا توجد فروق دالة احصائية بين الذكور والاناث فيما يخص التحصيل الدراسي في مادة اللغة الانجليزية.

8-التعقيب على الدراسات السابقة :

من حيث الموضوع :

من خلال الإِطلاع على الدراسات التي تناولت قلق المستقبل اتضح لنا ما مدى أهمية الموضوع خاصة لدى طلاب الجامعة و الذي تناوله من زوايا مختلفة و هذا مهم لنا لأنه يعتبر إِطار نظري يساعدنا في دراستنا الحالية والتي تخدم بعض الفرضيات و خاصة الفروق بين الجنسين وعلاقته ببعض المتغيرات كدراسة سمين (2000) ،كذلك هناك الدراسات التي تناولت من جانب آخر كدراسة حسن (1999) قلق المستقبل لدى خريجي الجامعة .

أما فيما يخص الدراسات الأجنبية اهتمت بتغير القلق و الاكتئاب وما مدى تأثيرهما على المستقبل كدراسة ايزنك وآخرون Eysenk et Al (2006)أما دراسة بولانوسكي (2005) فكان موضوعه القلق بشأن المستقبل المهني لدى فئة الشباب الأطباء .

أما دراسة لونيس حدة (2013) فكان موضوعها هو علاقة التحصيل الدراسي بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس ، أما دراسة قواري الناصر و زحاف عبد القادر (2014) كان موضوعها دافعية التعلم وعلاقته بالتحصيل الدراسي في مادة اللغة الانجليزية

من حيث الأهداف :

لقد كانت أهداف الدراسات التي تناولت موضوع قلق المستقبل مختلفة من دراسة لأخرى فالبعض منها هدف إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى خريجي الجامعة كدراسة حسن (1999) ،أما دراسة سمين (2000) فهدفها بناء مقياس قلق المستقبل.

أما فيما يخص بولانوسكي (2005) و ايزنك وآخرون (2006) فركزت على إرتباط القلق بالأحداث المتوقع حدوثها في المستقبل .

أما دراسة لونيس حدة (2013) هدفت إلى معرفة العلاقة بين التحصيل الدراسي ودافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس. ودراسة قواري الناصر و زحاف عبد القادر (2014) فالهدف منها هو معرفة العلاقة الرابطة بين الدافعية للتعلم و التحصيل الدراسي بالإضافة إلى تحضير المتمدرسين وتهيئتهم للتعامل مع المجتمع الغربي .

من حيث العينات :

اختلفت عينات الدراسات السابقة باختلاف الهدف و موضوع الدراسة حيث كانت أغلب العينات هي فئات طلابية سواءا للمرحلة الجامعية كدراسة حسن و دراسة سمين ودراسة لونيس حدة هذا حسب متغير الجنس" الذكور و الإناث" .

على غرار عينة بولانوسكي فاختلفت تماماً على بقية العينات فكانت العينة من فئة الشباب الأطباء، في حين دراسة ايزنك استهدفت المراهقين "13 ،17" سنة و فئة الشباب "18 ،29" سنة .

أما دراسة قواري الناصر و زحاف عبد القادر (2014) فكانت لطلبة الثانية ثانوي

من حيث الأدوات المستخدمة :

تعددت واختلفت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة وهي على النمو التالي :

تمثلت في إعداد مقياس لقلق المستقبل ، وتم استخراج صدق المقياس بطريقة الصدق التلازمي، أما ثبات المقياس فتم استخراجه بطريقة الاتساق الداخلي (الفا كرونباخ)و بعض المعالجات الإحصائية المتمثلة باستخدام الوسيط و معامل الفا كرونباخ و تحليل التباين الثنائي لعينتين مستقلتين وهذا حسب دراسة حسن (1999) أما دراسة سمين (2000) استعملت مقياس قلق المستقبل، في حين نجد بولانوسكي (2005) قد اعتمد على استبيان من اعداده.

أما فيما يخص دراسة لونيس حدة (2013) استخدمت مقياس دافعية التعلم ليوسف قطامي و الحصول على معدلات التلاميذ ومعالجتها احصائيا حسب طبيعة كل فرضية . و دراسة قواري الناصر و زحاف عبد القادر (2014) اعتمدوا على المنهج الوصفي في دراستهم .

من حيث النتائج :

دراسة حسن (1999) فكان نتائج دراسته متمثلة في وجود فروق دالة إحصائيا بالنسبة لقلق المستقبل تبعا لمتغيري الجنس(ذكور –إناث) ،والمستوى الاجتماعي والاقتصادي.

–وأن الشباب المتخرجين من الجامعات لديهم مشاعر تتسم بالقلق من المستقبل.

أما دراسة سمين (2000) فتوصلت إلى أن مستوى قلق المستقبل أعلى من المتوسط لدى الذكور و الإناث وبفرق دال لصالح الإناث ، مع وجود علاقة سلبية "عكسية" بين قلق المستقبل و مفهوم الذات .

أما في دراسة بولانوسكي (2005) توصلت إلى أن الشعور بالاكتئاب مرتبط بالأحداث المتوقع حدوثها في المستقبل.

و في دراسة ايزنك وآخرون (2006) فتوصلت إلى أن الشعور بالاكتئاب مرتبط بالأحداث المتوقع حدوثها في المستقبل.

أما فيما يخص دراسة لونيس حدة (2013) إلى وجود علاقة دالةِ احصائياً بين التحصيل و الدافعية ، كما توصلت إلى وجود فرق بين الذكور و الإناث في مستوى التحصيل الدراسي .

وكذلك توصلت دراسة قواري الناصر و زحاف عبد القادر (2014) توصلت إلى أن هناك علاقة سالبة بين التحصيل في مادة اللغة الانجليزية والدافعية للتعلم و وبانه لا توجد فروق دالة احصائية بين الذكور والاناث فيما يخص التحصيل الدراسي في مادة اللغة الانجليزية .

الفصل الثاني



قلق المستقبل

تمهيد

أولا : القلق.

1- تعريف القلق.

2- أسباب القلق.

3-مستويات القلق.

4-النظريات المفسرة للقلق.

ثانيا : قلق المستقبل.

1-تعريف قلق المستقبل.

2-الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل.

3-أسباب قلق المستقبل.

4-سمات ذوي قلق المستقبل.

5-التأثير السلبي لقلق المستقبل.

6-طرق التعامل مع قلق المستقبل.

خلاصة الفصل

الفصل الثاني: قلق المستقبل

تمهيد :

لا يمكن الحديث عن القلق بشكل عام فيما يلي يعرض الباحث لهذا الموضوع

يعيش الإنسان في الوقت الحاضر ، وسط عالم يتميز بالتغيير والتطور السريع في شتى مجالات الحياة ، مما يخلق لدى الفرد الإحساس ويعد الشعور بالأمان و الإرتياح حيث يعتبر هذا العصر عصر الإضطرابات فهو عصر القلق والتوتر النفسي ، كما يعد ظاهرة نفسية ذات إنتشار واسع في أنحاء العالم وهو ميلاد التعقيدات المادية و المعنوية التي غزت المجتمعات فهو يسيطر على ذات الإنسان وأفكاره .

1-القلق

1-1.تعريف القلق:

لقد إختلف علماء النفس فيما بينهم وتنوعت تفسيراتهم له ، وفي هذا المقام سوف نستعرض في بحثنا هذا عدد من التعريفات التي ذكرت عن القلق وسوف نذكر منها :

- هو حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد خطير فعلي أو رمزي قد يحدث ويصاحبه خوف غامض ، وأعراض نفسية وجسمية ويكون المريض وكأن لسان حاله يقول : شاعر بمصيبة قادمة ، ورغم أن القلق غالبا ما يكون عرض لبعض الإضطرابات النفسية إلا إن حالة القلق قد تغلب فتصبح هي نفسها إضطرابا نفسيا أساسيا **(زهران ، 2005 ، ص484)**.
- أما العناني فترى "أن القلق عبارة عن إشارة لإنذار شخص ما من حدوث كارثة أو إحساس بالضياع في موقف شديد الدافعية مع شعور هذا الشخص بعدم التركيز و التشتت و العجز عن الوصول إلى حل" **(العناني ،2000 ،ص111)**.
- ويعرف القلق بأنه شعور من التوجس والخوف و التوتر الذي يرتبط بشيء معين ، فالفرد القلق يحمل أفكار مزعجة حول مخاطر لا يعرف مصدرها **(علي ، 2003 ، ص169)**.
- القلق هو خبرة مؤلمة يعاني منها الفرد عندما يتعرض إلى ما يهدد أمنه و حفاظه على سلامته وما يواجهه من مواقف تستثير فيه الخوف ،فتأثر في مستوى أدائه و علاقاته بالآخرين **(نسيمة ملاك ، 2018 ،ص85)**.

1-2.أسباب القلق :

كل شخص من بين 4 أشخاص يعاني من القلق النفسي خلال فترة من حياته ، 17.7% في أي وقت من السنة يعانون من القلق ، وتزيد نسبة القلق النفسي في المجتمعات البسيطة و الفقيرة ، ويصيب الإناث أكثر من الذكور **(دلو جمال ، 2009 ، ص131)**.

ومن أسباب انتشار القلق مايلي :

- الإستعداد الوراثي في بعض الحالات و قد تختلف العوامل الوراثية بالعوامل البيئية .
- الإستعداد النفسي (الضغط النفسي العام) و الشعور بالتهديد الداخلي و الخارجي و الأزمات و المتاعب أو الخسائر المفاجئة و الصدمات النفسية .
- ربط سيغموند فرويد بين القلق و إعاقة الليبيدو والإشباع الجنسي الطبيعي ووجود عقدة أوديب وعقدة الكترا وعقدة الخصاء **(فاروق ،2001 ،ص485)**.
- مواقف الحياة الضاغطة ، و الضغوط الثقافية و البيئية و الحضارية الحديثة .
- عدم تطابق بين الذات الواقعية و الذات المثالية ، وعدم تحقيق الذات .
- التعرض للخبرات الحادة (عاطفيا ،تربويا ، وإقتصاديا) كذلك الخبرات الجنسية الصادمة خاصة في الطفولة و المراهقة **(العبيدي، 2009 ، ص132)** .

1-3.مستويات القلق :

تشير دراسات عديدة إلى وجود القلق في حياة الإنسان بدرجات مختلفة ، تمتد من القلق البسيط الذي يظهر على شكل الخشية وإنشغال البال ، والقلق الشديد الذي يظهر على شكل الرعب .

والفزع، ويوجد هناك ثلاث مستويات للقلق وهي :

- **المستوى المرتفع :**

يتأثر لتنظيم السلوكي بصورة سلبية أو يقوم بأساليب سلوكية غير ملائمة للمواقف المختلفة ولا يستطيع الفرد التمييز بين الميزات الضارة والغير الضارة ويرتبط بعدم القدرة على التركيز و الإنتباه وسرعة التهيج و السلوك العشوائي **(أريج ، 2016،ص12)** .

- **المستوى المتوسط:**

تكون إستجابة القلق في المواقف الآنية المختلفة متسمة بالجمود وفقد السيطرة على السلوك و مرونته ، ويحتاج إلى بذل جهد مضاعف للمحافظة على السلوك المناسب **(كريمة ، 2009 ،ص11)**.

- **المستوى المنخفض :**

يحدث في حالة التنبيه العام الفرد و تزداد يقظته وترتفع لديه الحساسية للأحداث الخارجية كما تزداد قدرته على المقاومة للخطر، ويكون الفرد في حالة تحفز لمواجهة مصادر الخطر في البيئة التي يعيش فيها، ولهذا يكون القلق في هذا المستوى إشارة إلى انذار الخصم وشك الوقوع **(عبد اللطيف،2009، ص 131)**.

1-4.النظريات المفسرة للقلق :

تناولت العديد من النظريات ظاهرة القلق ، نذكر منها :

أولا: نظرية التحليل النفسي لفرويد سيغموند (1962)

فرق فرويد بين نوعين من القلق في نظريته الثانية (الأخيرة)عن القلق مشيرا إلى أن الفرق بينهما يحتاج الى بحث وتدقيق ، وهما القلق الموضوعي وهو خوف من خطر معروف المصدر، القلق العصابي وهو خوف من خطر غير معروف المصدر وهو مثار حيرة وكأنه لا غرض منه ولا فائدة فيه.

وأحيانا يختلط خصائص النوعين من القلق ،فقد يكون الخطر معروفا وموضوعيا ولكن القلق الخاص به يكون كبيرا جدا إضافة إلى أن مصدر القلق الموضوعي هو تهديد من شيء خارجي ، أما القلق العصابي فهو تهديد من رغبة غريزية ، فإذا كانت الرغبة الغريزية شيئا موضوعيا ،فحينئذ يكون القلق العصابي أساساً موضوعيا وللقلق علاقة بالتوقع ، فالقلق يحدث بخصوص شيء ما ،ولذا يعد فرويد توقع الخطر في المستقبل أحد معالم القلق ،لكي تستطيع الأنا مجابهة هذا الخطر المتوقع.

وحالة الخطر هذه عجز يدركها الفرد ويتذكرها ويتوقعها ، إذن فإن مصادر القلق تتحدد على وفق موضوعيتها سواءا كانت أخطار خارجية أو رغبات غريزية ،وقد شخص فرويد هذه الرغبات الغريزية في مواضع أخرى من مؤلفاته، ويشير إليها أحيانا بالدوافع الغريزية أو النزعات النفسية الجنسية، وقد ربط بين التوقع والقلق إذ عُد التوقع أحد مصادر القلق، يحصل توقع الخطر يحصل القلق.

وشعور الفرد (بالعجز)أمام اي موقف يعني أن هنالك خطرا وعلى رأيه حين يتوقع الفرد شيئا ما وهو قادر عليه لا يثير لديه حالة من القلق مالم يشعر بعجزه عن مواجهته **(الشمري ، 2012، ص 194).**

ثانيا: نظرية أوتورانك (1968)

يذهب رانك إلى أن الإنسان يشعر في جميع مراحل نمو شخصيته، بخبرات متتالية من الإنفصال، ويعتبر رانك ميلاد أول وأهم خبرة للإنفصال تمر بالإنسان وتسبب له صدمة مؤلمة وتثير فيه قلق شديد و قد سماه بالقلق الأولي، ويستمر هذا القلق مع الإنسان فيما بعد وتأخذ جزاء منه في الإنسياب طوال الحياة ويفسر "رانك" جميع حالات القلق التالية على أساس قلق الميلاد فهي عبارة عن تنفيس أو تفريغ لانفعال القلق الأولى و الإنفصال عن الأم هو الصدمة الأولى ويصبح كل إنفصال فيما بعد من أي أنواع كان مسببا لظهور القلق فالفطام يثير القلق لأنه يتضمن إنفصالاً عن ثدي الأم ، الذهاب إلى المدرسة يثير

القلق لأنه يتضمن إنفصالاً عن الأم، و الزواج يثير القلق لأنه يتضمن الإنفصال عن الحياة الواحدة ، بالقلق إذن في رأي رانك هو الخوف الذي تتضمنه هذه الإنفصال عن المختلفة.

ويذهب رانك إلى أن القلق الأولي يتخذ صورتين تستمران مع الفرد في جميع مراحل حياته، وهما خوف الحياة وخوف الموت ، أن خوف الحياة هو قلق من التقدم و الإستقلال الفردي، ويظهر هذا القلق عند احتمال حدوث أي نشاط ذاتي للفرد، وعندما تريد إمكاناته أن تخلق إبتكارات جديدة أو تعمل على إيجاد تغييرات جديدة في شخصيته أو عندما يريد الفرد أن يكون علاقات جديدة مع الناس ويظهر القلق في هذه الحالات لأن تحقيق هذه الإمكانيات يهدد بالإنفصال عن علاقاته أو أوضاعه السابقة .

وخوف الموت على عكس خوف الحياة، وهو قلق من التأخر وفقدان الفردية أنه خوف ان يضيع في المجموع أو الخوف من أن يفقد إستقلاله الفردي و يعود إلى حالة الإعتماد على الغير.

ويعتقد "رانك" أن كل فرد يشعر بهذين القلقين وهو دائم التردد بينهما فأحيانا يشعر بقلق الحياة و أحيانا يشعر بقلق الموت و الشخص الذي لا يستطيع أن يحفظ التوازن بين هذين القلقين ، فقلقه من النشاط الذاتي المستقبل بمنعه من إثبات اِمكاناته ، وقلقه من الإعتماد على الغير يجعله عاجزا من مودة الناس وحبهم وصداقته .

تحدث "أوتورانك "عن صدمة الميلاد قال أن العقدة الأوديبية ليست هي المشكلة للإنسان إنما صدمة الميلاد فهي التي تحرك في اللاّشعور وذلك أن الطفل قبل ولادته كان ينعم بلذة وسعادة في جنة الرحم و الولادة له هي طرد له من هذه الجنة **(الشرافي،2013 ،ص34)**.

ثالثا: النظرية المعرفية لأرونبيك (2000)

جاء المعرفيون بنقلة جديدة في ميدان العلاج النفسي، على عكس المدارس العلاجية الأخرى حديث أن أصحاب الإتجاه المعرفي لا يختلفون كثيراً فيما بينهم ، بل يمكن ببساطة إستنتاج أن جهود كل منهم جاء تكملة لجهود الآخرين.

•النموذج المعرفي للقلق عند أرونبيك (Beck A) :

ركز "بيك" أعماله على الاكتئاب إلا أنه طبق مفاهيمه المعرفية عن الأفكار التلقائية ، و التحريفات المعرفية، و التخطيطات المعرفية في تفسير الإضطرابات الإنفعالية الأخرى ومنها القلق.

ويرى "بيك" أن الإضطرابات الانفعالية تكون ناتجة أساسا عن إضطراب في تفكير الفرد ، فطريقة تفكير الفرد و ما يعتقده، وكيف يفسر الأحداث من حوله كلها عوامل هامة في الإضطراب الإنفعالي.

ويؤكد"بيك" في أعماله على أن توقع الفرد للأخطاء و الشرور هي المكونات الأساسية التي تميز مرض القلق ، فالقلق لديه يتوقف أساساً على كيفية إدراكه لتلك المخاطر، وتقديره لها ، فالفرد في حالة القلق يكون مهموما أولاً باحتمال تعرضه للخطر أو الأذى .

فالفكرة الأساسية التي تهيمن عليه هي وجود خطر داهم يهدد صحته، أسرته ،ممتلكاته مركزه المهني أو الاجتماعي وغيرها من أنواع التهديدات.

ويعتبر التفكير المأساوي من الأخطاء المعرفية الشائعة لدى مرض القلق، وتعني توقع أسوأ النتائج، إذ أن تفكير مرض القلق منصباً على توقع أسوأ النتائج المحتملة لأي موقف من المواقف.

فالمبالغة في تقدير الأخطار المحتمل حدوثها للفرد في المستقبل تجعله دائما يشكك في قدرته على المواجهة و المقاومة ، مما تسبب له قلقا مستمرا.

ويعمل ميكانزيم الأفكار التلقائية السلبية المتسم بتوقع دائم للمخاطر على تحريف وتشويه معارف مريض القلق .

وهناك فروقات في إرتباطات التكوين المعرفي :

فالتكوين المعرفي الذي يتسم بتوقع الفرد للمخاطر ، و الشعور بالتهديد النفسي و الجسمي و الاجتماعي يرتبط بالقلق.

أما التكوين المعرفي المتسم بفقدان الأمل ، الحزن، و التشاؤم ، و الشعور بعدم القيمة ، وعدم الكفاءة ، و الاتجاه السلبي نحو الذات و العالم و المستقبل يرتبط بالإكتئاب، مرضى القلق يرون أن المستقبل لا يمكن التنبؤ به وأنه حافل بالخطر.

ويشير "بيك" إلى أن الأفكار الملازمة لمرضى القلق تتضمن عادة:

- عدم الكفاءة و الأهلية في الانجاز.
- نقص ضبط الذات و السيطرة عليها.
- الرفض الإجتماعي.
- المرض.
- إيذاء الجسم **(القاضي،2009 ،ص21, 22)**.

رابعا: النظرية السلوكية

تنظر المدرسة السلوكية إلى القلق على أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد تحت شروط التدعيم الايجابي و التدعيم السلبي، فعلماء المدرسة السلوكية لا يؤمنون بالدوافع اللاّشعورية بل أنهم يفسرون القلق في ضوء الإشتراط الكلاسيكي وهو إرتباط مثير جديد بالكثير الأصلي، ويصبح هذا المثير الأصلي قادرا على استدعاء الإجابة الخاصة به ، فالسلوكيون يعتبرون القلق بمثابة استجابة

مكتسبة عن القلق العادي تحت ظروف معينة ثم تعمم الإستجابة بعد ذلك، وبمعنى آخر هو استجابة خوف تستثار بمثيرات ليست من شأنها أن تثير هذه الإستجابة، غير أنه اكتسبت القدرة على إثارة هذه الإستجابة نتيجة لعملية تعلم سابقة فالخوف و القلق إستجابة انفعالية واحدة وإذا أثيرت هذه الإستجابة بمثير ليس من طبيعته إثارة الخوف فإنها تكون قلقا ، والذي يحدث أن المثير المحايد (مثير ليس من شأنه إثارة هذه الإستجابة) يكتسب القدرة على توليد الإستجابة نتيجة لحدوثه من الوقت نفسه تقريبا الذي حدث فيه الطبيعي.

الذي أدى إلى إستجابة الخوف، بمعنى آخر أن القلق استجابة خوف اشتراطية متعلمة و البرد غير واعي بالكثير الطبيعي الأصلي لها و بناء عليه، فإن المدرسة السلوكية ترى أن القلق و الخوف المرضي يمكن محوه ، لأنه مكتسب و يكون ذلك عن طريق الاشراك الكلاسيكي.

وقد ذكر السلوكيون أمثلة للمواقف العادية التي يمكن أن تؤدي الى القلق و منها مواقف ليس فيها إشباع، فقد يتعرض الفرد في طفولته لمواقف يحدث فيها خوف وتهديد ولا يصاحبها تكيف ناجح ويترتب على ذلك مثيرات انفعالية أهمها عدم الارتياح الانفعالي، وما يصاحبها من توتر وعدم الإستقرار **(ابراهيم ، 2019 ،ص25)**.

خامسا : النظرية الإنسانية لروجرز (1951)

يرى أصحاب المذهب الإنساني أن القلق هو الخوف من المستقبل وما يمر به من أحداث تهدد وجود الإنسان أو كيانه الشخصي، القلق نشأ من توقعات الإنسان لما قد يحدث و القلق ليس ناتجا عن ماضي الفرد ، و يرى هؤلاء ان الإنسان هو الكائن الحي الوحيد الذي يدرك نهايته الحتمية، وإن الموت قد يحدث في أي لحظة وان توقع الموت هو المثير الأساسي للقلق عند الإنسان، وقد تحدث" كارل روجرز " عن القلق في مواقع مختلفة في بيان نظريته للعلاج النفسي المتمركز حول العميل ، فتحدث عنه أثناء

شرحه لقابلية التعرض للتهديد أو الحساسية، و أثناء حديثه عن كيفية تحريف أو انكار الخبرات المؤلمة، وأثناء حديثه عن تشكيل الاضطراب النفسي و ذلك من مؤلفاته العلاج المتمركز حول العميل 1956 وكيف تصبح شخص 1916 وبدايته ، فانه ينظر إلى القلق كأحد الأبعاد الأساسية التي تشكل في مجموعها رؤيته للتوتر إذ أن التوتر الذي ينتاب الكائن الحي يتضمن ثلاثة أنواع و هي :

- الفيسيولوجي التوتر physiological tension
- عدم الإرتياح النفسي discomfort psychological
- القلق ansciety

ويقسم "**rogers**" الانفعالات إلى قسمين أساسيين :

- المشاعر المؤلمة أو المقلقة ، تميل تلك المجموعة من المشاعر إلى مصاحبة الجهود و اشباع الحاجة .
- المشاعر الهادئة أو السارة و تميل تلك المجموعة إلى مصاحبة إشباع الحاجة أو الخبرة السارة لذلك ترى أن المجموعة الأولى من المشاعر لها تأثير على تركيز السلوك نحو الهدف، فالخوف مثلا يثير الكائن الحي باتجاه الهروب من الخطر، في حين تركز الغيرة و المنافسة الجهود للتفوق على الآخرين وتختلف حدة هذه الانفعالات وفقا لمدة ارتباطها بالمحافظة على الذات وتحقيق النمو كما يدركها الفرد .

ويوضح"rogers" أن نشوء القلق لا يشترط بالضرورة الحتمية الوعي الكامل بالتناقض بين الذات و الخبرة، وانما قيم انبعاثه ولو بأدنى درجة من الوعي و من الملاحظ أن هذه النظرية قد اختلفت في تفسيرها لنشأة القلق مع النظريات السابقة حيث اعتبرت أن الحاضر و المستقبل هما اللذان يثيران القلق لدى الفرد بعكس المدارس التي سبقتها و التي اعتبرت أن الماضي هو الذي يسبب القلق لدى الأفراد وهم

يرون أن الإنسان كائن حي يجب أن نحترمه و نقدره ولا ننظر إليه كآلة ونقيم عليه التجارب وغير ذلك من الأمور التي تهدد اِنسانيته ، فهم يدرسون مشكلات ذات معنى للإنسان و لوجوده و لرسالته، كالإدارة وحرية الإختيار و المسؤولية، ولاشك أن هذه المعاني قريبة من مفاهيم الدين الإسلامي الحنيف **(القاضي ، 2009 ،ص26)**.

سادسا : نظرية الدافع

أعطى بعض الباحثين للقلق خاصية الدافع الذي يدفع الشخص للعمل و النشاط و التعلم بمعنى أن الانسان عندما يقوم بعمل يشعر بالقلق الذي يحفزه على انجازه حتى يخف هذا الشعور وأشاروا أن وجود القلق دليل على وجود الدافع و بالتالي تحسن الأداء ، أي أن القلق بمثابة جهاز إنذار ينشط الكائن ليبذل جهد لإنجاز مهامه ، ويرون أن القلق بالرغم من أنه مرتبط بالخوف فهو يجعل الكائن الحي أكثر يقظة لذا فإن القلق آثاره المتمثلة في التيقظ الادراكي و الدفاع الادراكي .

وكذلك ذهبوا إلى أن الفرد القلق يكون نشطا و يقوم بعملية التعلم من أجل تخفيض القلق ولكن في الواقع أمر مخالف الحقيقة وذلك لأن القلق يجعل الفرد في حالة من الكدر و الحزن و عدم الإستقرار و عدم القدرة على التركيز وظهور الانفعالات النفسية و الجسمية الغير مرغوب فيها **(حريزي قيس،2016 ،ص32 ،33)** .

2- قلق المستقبل.

2-1.تعريف قلق المستقبل :

قد إختلف مفهوم قلق المستقبل باختلاف الباحثين، واِختلاف زاوية نظر كل منهم لهذا المفهوم، حيث تباينت وجهات نظر الأختصاصيين النفسيين والتربويين حوله ، إذ قدموا تعريفات اِستنادا إلى العوامل و الأسباب المؤدية إليه و كذلك نتائجه ، فمن الباحثين من أشار إلى أن قلق المستقبل بأنه حالة

من التوجس والخوف كما في تعريف "زاليسكي" الذي وصف قلق المستقبل بأنه حالة من التوجس وعدم الاطمئنان و الخوف من المتغيرات السلبية في المستقبل، ويرى "أن حالة القلق الشديد تحدث من تهديدها و من أن شيئا كارثيا حقيقيا يمكن أن يحدث للفرد". **(Zaleski , 1996 ,165)**

وأشار الحمداني بأنه: "حالة من الخوف من المستقبل، وما يحمله من أحداث تهدد الإنسان أو تهدد اِنسانيته، و القلق ينشأ مما يتوقع الإنسان حدوثه وليس ناشئاً مما في الفرد" .(**الحمداني ،2011 ،ص167)**

ونظر باحثون آخرون له من زاوية إنفعالية شملت شعور الفرد المتسم بالسلبية كما في تعريف سانتروك **(santrok ,2003)** لأنه: "شعور مبهم وغير مرضي من الخوف و الشر المرتقب من المجهول".

وكذلك يعرف بأنه: " شعور إنفعالي يتسم بالإرتباك و الضيق و الغموض و توقع السوء و الخوف من المستقبل وعدم القدرة على التعامل الاجتماعي مع الأحداث" .**(كرميان ، 2008 ،ص7).**

وفي سياق آخر نظر إليه باحثون من زاوية طريقة التفكير و التوافق السلبي للمستقبل ومع الإحاطة بالأسباب، كما في تعريف سعود بأنه جزء من القلق العام المعمم على المستقبل يمتلك جذوره في الواقع الراهن ويتمثل في مجموعة من البنى كالتشاؤم و إدراك العجز في تحقيق الاهداف العامة وفقدان السيطرة على الحاضر وعدم التأكد من المستقبل و لا يتضح إلا من ضمن إطار فهمنا للقلق العام(**سعود ، 2005 ،ص5).**

وكما عند عسلية و البنا بأنه: "توقع الفرد لوجود خطر يهدد حياته و مستقبله وقد لا يكون لهذا الخطر أي وجود، ينجم عنه فقدان الشعور بالأمن و النظرة التشاؤمية للمستقبل و الحياة" **(عسلية و البنا ،2011 ،ص1124).**

2-2.الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل:

إن قلق المستقبل يشتمل على جانب معرفي مهم ،فهو معرفي أكثر من كونه انفعاليا أو عاطفيا و الأبحاث الحديثة تتعامل مع القلق كعملية ، وقد أكد على الجانب المعرفي في قلق المستقبل مجموعة من العلماء على سبيل ابسيتن و هاملتون و اريك حيث تعامل هؤلاء الباحثون مع القلق على أساس أنه عملية معرفية في المقام الأول .

يشير رواد المدخل المعرفي إلى أن التشويه المعرفي، وتشويه التفكير عن الذات و عن العالم وعن المستقبل وراء نشأة واستمرار القلق، حيث يلجأ الشخص القلق إلى تضخيم السلبيات والتقليل من شأن الإيجابيات و تعميم الفشل وتوقع الكوارث ولوم الذات وذلك كله يرتبط بالتكوين المعرفي وكيفية إدراكه وتفسيره للأحداث، كما يؤكد هؤلاء المعرفيون على أن ذلك المحتوى المعرفي في المسؤول عن انفعال الفرد وسلوكه و المستقبل ويفترض بيك "**beck**" من خلال النموذج المعرفي للاضطرابات النفسية الخاص بمريض القلق بأن الأفكار التلقائية العابرة و التفسيرات و خيال مريض القلق تتركز حول الغضب و سوء التأويل لخبراته الشعورية في شكل الشعور بالخطر الجسدية و النفسي مع زيادة في تقدير احتمال الأذى المتوقع و شدته في المواقف المستقبلية مثل هذه الأفكار التي تدور حول التهديد المتوقع تؤدي إلى إثارة مشاعر الضيق والخوف و التنبيه التلقائي فالمعارف التي تعكسها القائمة المعرفية للقلق تجسد درجة عالية من عدم التأكد مع حيرة المستقبل (شيء ما سوف يحدث) و الصفات المزاجية التي تعكس القلق هي الرعب والفزع و القلق **(ايمان صبري ،2006 ،ص14)**.

2-3.أسباب قلق المستقبل :

يشير العجمي (2004 ، 98) إلى أن أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تعود إلى :

- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف و الطموحات .

- الإِحساس بأن الحياة غير جديرة بالإِهتمام .
- عدم القدرة على فصل أمانيه على التوقعات المبنية على الواقع .
- الشعور بعدم الإِنتماء داخل الأسرة و المجتمع .
- عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها .
- الشعور بالأمان و الإِحساس بالتمزق .
- التفكك الأسري .
- ويرى العشري (2004 ،42) أن أسباب القلق ترجع إلى :
- الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعد من صعوبات .
- التنبؤ السلبي للأحداث .
- الشعور بالضيق و التوتر و الانقباض عند الاستغراق في التفكير في المستقبل .
- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف و الطموحات .
- الإِنزعاج و فقدان القدرة على التركيز .
- في حين يشير حسن (1999 ،19) إلى أن أسباب قلق المستقبل ترجع إلى :
- الإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل .
- تقليل فعالية الشخص في التعامل مع هذه الأحداث و النظر إليها بطريقة سلبية .
- عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الشخص .
- الشعور بعدم الإنتماء **(القاضي ،2009 ،ص30,31)**.

2-4.سمات ذوي قلق المستقبل :

لا نستطيع القول أن شخصا ما لديه قلق المستقبل إلا من خلال ملاحظة مجموعة من الصفات النفسية و السلوكية التي تكشف و بشكل جلي درجة خوفه و توجسه مما قد يحمله المستقبل من أحداث، سواءا ظهر هذا من خلال أفكاره السلبية أو من خلال سلوكه التجنبي و للوصول إلى أهم سمات الأشخاص ذوي قلق المستقبل نستطيع الاستناد إلى مجموعة من الأطر النظرية و دراسات كثير من الباحثين منهم مولين"molin1990" توفلر (1974), حسانين (2000) ،وزاليسكي (1996) وفيما يلي أهم هذه المظاهر :

- التشاؤم ، لأن الخائف من المستقبل لا يتوقع إلا الشر ، ويخيل له أن الأخطار محدقة به من كل جانب .
- الخوف من التغيرات الإجتماعية و السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل.
- صلابة الرأي و التعنت .
- الإصرار على الأساليب الروتينية في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة .
- الإنسحاب من الأنشطة البناءة .

وبالتالي فإن الغموض و عدم معرفة المستقبل يقود الكثيرين إلى العجز وارتفاع نسبة القلق و عندما يشعر الفرد بأن مستقبله ليس تحت سيطرته من جهة ، ومن جهة أخرى تكون رؤية للمستقبل مشوشة له، فإنه لا يستطيع أن يفكر ولا يخطط للمستقبل بالصورة المطلوبة، مما يجعل من القلق مسيطرا عليه **(Karrie et all, 2000,102)**.

2-5.التأثير السلبي لقلق المستقبل:

يشير المشيخي (2009 ،56) أن من أهم الآثار السلبية لقلق المستقبل مايلي :

- الهروب من الماضي و التشاؤم و عدم الثقة في أحد ، واستخدام آلية الدفاع وصلابة الرأي و التعنت.
- الشعور بالتوتر و الإنزعاج لأتفه الأسباب و الأحلام المزعجة و إضطرابات النوم واضطرابات التفكير، و عدم التركيز و سوء الإدراك الاجتماعي و الإنطواء .
- الشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة و عدم القدرة على التخطيط للمستقبل، و الجمود وقلة المرونة و الإعتماد على الآخرين في تأمين المستقبل .
- يفقد الانسان تماسكه المعنوي، ويصبح عرضة الانهيار العقلي و البدني .
- يعيش الإنسان في حالة انعدام الطمأنينة على صحته ورزقه .
- الاعتمادية و العجز و اللاعقلانية **(القاضي ،2009 ،ص333)**.

2-6.طرق التعامل مع قلق المستقبل :

إنه من الطبيعي أن قلق المستقبل له أثر كبير على صحة الفرد و انتاجيته لما له من أضرار على الصعيد النفسي و الجسمي وهذا يستدعي المعالجة و المواجهة معاً ، لذلك لابد من ايجاد أساليب تهدف إلى التخلص من القلق و الحد منه .

فقد أشار (الأقصري ،2002 ،76) إلى أن هناك طرق لمواجهة الخوف و القلق من المستقبل باستخدام تقنيات العلاج السلوكي والتي يمكن عرضها كما يلي :

الطريقة الأولى : إزالة الحساسية المسببة للمخاوف بطريقة منتظمة

وهي أولى أنواع العلاج السلوكي الهامة فلو أن الانسان يخاف من شيء ما يقول أنه سيحدث ولو حدث سيؤدي إلى آثار وخيمة، فليتخيل هذا الشيء الذي يخشاه قد حدث فعلا، ثم يقوم باسترخاء عميق لعضلاته بطريقة فعالة من خلال علاج القلق بالإسترخاء لأنه ثبت أن أغلب المصابين بالقلق و الخوف

من المستقبل يعجزون عن الإسترخاء بطريقة فعالة، بل يكونون في حاجة إلى ساعات طويلة من التدريب حتى يتمكنون من اخضاع عضلتهم للإسترخاء العميق عندما يريدون وبعد الإسترخاء العميق يلزم استحضار صورة بصرية حية للمخاوف التي تقلق الفرد من المستقبل و الاحتفاظ بهذه الصورة لمدة 15 ثانية فقط وتكرير ما سبق عدة مرات مؤكدا على مواجهة تلك المخاوف حتى لو حدثت ، إلى أن يتمكن الفرد من تخيل الأشياء التي كانت تثير خوفه و قلقه دون أن يشعر بالقلق بل تخيلها أثناء الشعور .

وهكذا يمكن الكشف أن طريقة إزالة الحساسية المنظمة في التخلص من المخاوف و القلق، إنما هي وسيلة ترتكز على المواجهة التدريجية لتلك المخاوف، يصاحبها إسترخاء عميق للعضلات، وتكون المواجهة أولاً في الخيال حتى إذا تم إزالة تلك المخاوف من الخيال فإنه يمكن بعد ذلك مواجهة المخاوف على أرض الواقع إذا حدثت .

الطريقة الثانية : الإغلاق

وهي أسلوب مواجهة فعلية للمخاوف في الخيال دون الإستعانة باسترخاء العضلات فالإنسان المصاب بالقلق و الخوف من المستقبل يجب أن يتخيل الحد الأقصى من المخاوف أمامه ، و يتخيل أن تلك المخاوف بحدها الأقصى قد حدثت فعلا، ويتكيف على ذلك، ويكرر التخيل المبالغ فيه للمخاوف فترات طويلة حتى يتكيف معها تماماً ، و يستمر هذا التصور إلى أن يشعر بأن تكرار مشاهدة الحد الأقصى من المخاوف أمام عينيه، أصبح لا يثير ولا يقلقه لأنه إعتاد على تصوره وهكذا نجد أن ذلك الشخص بهذا الأسلوب قد تعلم ذهنيا كيف يواجه أسوء تقديرات الخوف و القلق، ويتعامل معها في خياله، ويكون مؤهلا لمواجهتها في الواقع لو حدثت .

الطريقة الثالثة : إعادة التنظيم المعرفي

وهذه الطريقة العلمية تمت متابعتها وحققت نجاحات كثيرة بعد أن لوحظ أن الذين يعانون من القلق و الخوف من المستقبل، يشغلون أنفسهم دائما بالتفكير السلبي، وهو ما يؤدي إلى حالة القلق و الخوف .

وعلى هذا الأساس فإن الطريقة قائمة على استبدال الأفكار السلبية بأخرى إيجابية، وعند التفكير السلبي بالأشياء التي تثير القلق و المخاوف، فلماذا لا يتم التفكير بعد ذلك مباشرة في عكس ذلك في التوقعات إيجابيات بدل السلبيات وهذه الإعادة في تنظيم التفكير و استبدال النتائج الإيجابية المتوقعة لتحل محل النتائج السلبية المقلقة وهي التنظيم المعرفي السوي لا بدل له أن يتوقع النجاح كما يتوقع الفشل .

فالهدف الأساسي من طريقة إعادة التنظيم المعرفي هو تعديل أنماط التفكير السلبي و احلال الأفكار الإيجابية المتفائلة مكانها ولو أننا حاولنا الحصول على نتائج إيجابية في التخلص من القلق و الخوف من المستقبل و ذلك باستخدام العلاج السلوكي، فلابد أن نعلم أن هذه العملية بطيئة إلى حد ما وتحتاج إلى فترة زمنية قد تطول إلى أن ينتهي الإنسان من التغلب على مخاوفه تماما .

ولعل أفضل هذه الطرق الثلاثة السابقة الإشارة إليها و التي يستجيب الكثيرون لها طريقة التدرج البطيء المتأني التي يصاحبها الإسترخاء، و التدريب على الإسترخاء يساعد في زيادة اكتساب الإنسان الشعور بالسيطرة على ذاته وبالهدوء في مواجهة الأخطار، ولو كانت مجرد خيال فالفائدة من هذا العلاج السلوكي هي إزالة المخاوف من العقول بالتدرج، أما بالنسبة للإنسان

الشجاع فإن المواجهة مباشرة هي أسرع للقضاء على القلق و الخوف من المستقبل **(المشيخي، 2009 ،ص57 ،59).**

خلاصة :

ومن هنا يتضح لنا أن قلق المستقبل يعد أحد الأبعاد المهمة في تحقيق الصحة النفسية و الإجتماعية للفرد ، كما أنه يعد من الإضطرابات النفسية التي تؤثر على الأفراد في مجالات حياتهم المختلفة، فلا يستطيعون أن يحققوا ذواتهم أو يبدعوا ، حيث يشعرون بالعجز و الإضطراب و الإكتئاب و التشاؤم و الأفكار الوسواسية و اليأس أو عدم الشعور بالأمن .

الفصل الثالث



التحصيل الدراسي

تمهيد

1- مفهوم التحصيل الدراسي

2- أنواع التحصيل الدراسي.

3- شروط ومبادئ التحصيل الدراسي.

4- أهداف التحصيل الدراسي.

5- أهمية التحصيل الدراسي

6- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي.

7- مشاكل التحصيل الدراسي.

8- قياس التحصيل الدراسي.

9- علاج التحصيل الدراسي

خلاصة الفصل

الفصل الثالث: التحصيل الدراسي

تمهيد :

يعتبر التحصيل الدراسي أو ما يسمى أحيانا بالتحصيل الاكاديمي ، من بين احدى الموضوعات الاكثر إثارة للجدل في الاوساط الاكاديمية ،اذ تأتي أهميته من القيمة التي يشكلها في حياة الطالب ، ولما يترتب عن نتائجه من قرارات تربوية حاسمة ، اذ يعتبره الكثير من الباحثين والدارسين له كمحك أساسي لمدخلات العملية التعليمية ومخرجاتها ، وبموجبه يتم التعرف على سير تقدم الطلبة وتحديد الاهداف المهنية لهم لاحقاً .

وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى تعريف التحصيل ، أنواعه ، شروطه و أهدافه ، اهميته ، العوامل المؤثرة فيه ، ثم مشاكله و قياسه وأخيرا علاجه .

1-مفهوم التحصيل الدراسي :

تختلف تعريفات التحصيل الدراسي باختلاف وجهات النظر وتعددها ،ومن بين هذه التعريفات نذكر ما يلي:

هو درجة الاكتساب التي يحققها الفرد أو مستوى النجاح الذي يحرزه أو يصل اليه في مادة دراسية أو مجال تعليمي **(صلاح علام ، 2000 ،ص305)**.

التحصيل الدراسي يرتبط مباشرا بالأداء الدراسي للطلاب لتوضيح المدى الذي تحققت فيه الأهداف التعليمية لدى الطلاب ، و يقاس باختبارات التحصيل، نتيجة التعليم او التدريس **(عبد الرحمان الطريري ،1997 ، ص280 ،281)**.

ولقد عرفه رفعت محمود بهجات محمد على أنه: "درجة الاكتساب الذي يحققه الفرد في مادة دراسية معينة ، أو في مجال تعليمي ، أو هو مستوى النجاح الذي يحرزه في تلك المادة" **(رفعت محمود بهجات محمد، 2003 ،ص21)** .

2-أنواع التحصيل الدراسي:

هناك نوعان التحصيل الدراسي ، التحصيل الجيد و التحصيل الضعيف .

2-1.التحصيل الدراسي الجيد :

إن نجاح الدراسي متصل مباشرة بالتحصيل الدراسي ، ونقصد بهذا بلوغ التلميذ لمستوى معين من التحصيل، الذي تعمل المدرسة من أجله ، والنجاح المدرسي هي كلمة تعني فئة من التلاميذ من مستوى معين ومتفوق من التحصيل **(Revue,1982)** .

والتحصيل الدراسي الجيد له عوامل مطابقة لعوامل التفوق الدراسي ، وكذلك هناك من يعرفها بارتفاع التحصيل الدراسي و الحصول على درجات عالية في مختلف المواد الدراسية أو الانجاز.

2-2.التحصيل الدراسي الضعيف :

حسب بورت يقول أنه اطلق كلمة التخلف بمعناه الاصطلاحي على كل أولئك الذين لا يستطيعون وهم في منتصف السنة الدراسية أن يقوموا بالعمل المطلوب من الصف الذي يقع فيه دورهم مباشرة .

ويكون ضعف التحصيل الدراسي أو التخلف الدراسي على شكلين رئيسيين العام و الخاص .

فالتخلف العام هو الذي يظهر عند التلميذ في كل المواد الدراسية .

اما الخاص فهو تقصير ملحوظ في عدد قليل من الموضوعات الدراسية مثل الرياضيات أو الفيزياء **(نعيم الرفاعي ، 1978 ،ص436)** .

3-شروط ومبادئ التحصيل الدراسي الجيد :

- **التكرار :**

لحدوث التعلم لابد من التكرار أو الممارسة ، فلا يستطيع حفظ اي شيء دون تكرار ذلك عدة مرات حتى يتم اعادة التعلم واتقانه .

- **الدافعية :**

هي شرط من شروط حدوث التعلم الجيد ، وهو إن يكون هناك دافع نحو بذل الجهد والطاقة لتعلم المواقف الجديدة او حل المشكلات .

- **الطريقة الكلية :**

وهي إن يأخذ المتعلم أولا فكرة عامة عن الموضوع المراد دراستك ككل ثم بعد ذلك تحليله الى جزيئاته ومكوناته.

- **نوع المادة الدراسية ومدى تنظيمها :**

كلما كانت المادة الدراسية مرتبطة منطقيا، ومترابطة الاجزاء وواضحة المعنى تكون سهلة الحفظ والمراجعة .

- **التسميع الذاتي :**

وهي محاولة الاسترجاع أثناء الحفظ ، مما يساعد على تثبيت المعلومات والقدرة على استدعاءها .

- **التوجيه والارشاد :**

ثبت أن التحصيل الدراسي المقترن بالتوجيه افضل من التحصيل بدونه ، فالمتعلم والمرشد يعي أهمية ما حصله ويعرف ماذا يريد **(رشاد صلاح الدمنهوري ، 1995 ،ص87)** .

4-أهداف التحصيل الدراسي :

للتحصيل الدراسي أهداف نذكر منها :

- تقرير نتيجة الطالب لانتقاله لمرحلة أخرى .
- تحديد نوع الدراسة والتخصص الذي سينتقل اليه الطالب لاحقاً .
- معرفة القدرات الفردية للطلبة .
- الاستفادة من نتائج التحصيل للانتقال من مدرسة إلى أخرى **(طعيمة سعيد ،2002 ،ص13)**.

ولقد أكدت البحوث على وجود علاقة وظيفية بين التحصيل الجيد و الاتجاهات الموجبة نحو المدرسة وينعكس ذلك على سلوك الطلبة نحو المدرسة والتعليم ، ويسهم في تعديل التوافق النفسي و الاجتماعي للطلبة .

إن الوضع الإقتصادي والاجتماعي للطالب الاثر الكبير في التوجه نحو التحصيل الدراسي وكذلك موقع المدرسة ونوعها الذي يأثر ايجابيا في العلاقة بين الطالب والمعلم أو المدرس **(يوسف صالح ، 1996 ، ص90)** .

5-أهمية التحصيل الدراسي :

يكتسب التحصيل الدراسي أهمية كبيرة بالنسبة للطالب أو أسرته أو مجتمعه حيث أن التحصيل الدراسي يمارس دورا هاما في صنع الحياة اليومية للفرد و الأسرة و المجتمع لا يوازيه في ذلك أي مفهوم تربوي آخر سوى الانسان نفسه المنتج للتحصيل، كما أن التحصيل مهم الحياة وتقدم الفرد فإنه أيضا هام جدا المجتمع و خاصة في بيئتنا العربية على إعتبار أننا في مجتمع يعطي قدرا كبيرا من الاهتمام للتحصيل الدراسي و النجاح .

ولا شك أن التحصيل الدراسي له أهمية كبيرة على مستوى الفرد حيث يؤدي إلى إشباع حاجة الفرد و تحقيق التوافق النفسي ، وتقبل الفرد لذاته ، ومن ثم عدم الوقوع في مشكلات سلوكية قد تؤدي إلى اضطراب النظام داخل المدرسة وخارجها **(أحمد ،2010 ،ص14)** .

فالتحصيل الدراسي مؤشر لنجاح الطالب في الحياة المدرسية و في الحياة اليومية و القدرة على التفاعل و التعايش مع الآخرين في المستقبل.

كما أن الجامعات و المعاهد العليا التي تعمل على تدريب و تخريج الطلاب تعتبر المعدل الذي يحصل مقياسا لقدراته ومن ثم قبوله في الجامعة بصورة عامة، وفي بعض التخصصات بصورة خاصة حيث أنها تطلب معدلات مرتفعة جدا لدخول تخصص معين **(بوخالفة ، 2015 ،ص15)**

6-العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي :

6-1.العوامل المتعلقة بالشخص المتعلم :

- **الحالة الصحية الجيدة :**

فكلما كانت الحالة الصحية جيدة مثل قوة السمع و النطق والنظر يزيد ذلك في مقدار التحصيل الدراسي للطالب .

- **التغذية السليمة :**

العقل السليم في الجسم السليم ، فكلما كانت التغذية سليمة وصحية زادت القدرة العقلية والاستيعابية للطالب ،وبالتالي تزيد من قدرات التحصيل الدراسي .

- **رغبة الطالب للعلم :**

تعد رغبة الطالب وحبه للعلم من اهم العوامل التي تؤدي الى زيادة التحصيل الدراسي لديهم .

- **قدرة الطالب العقلية :**

القدرة العقلية للطالب تعبر عن مدى استيعاب الطالب وقدرته على التعلم ، فكلما زادت قدرته العقلية زاد مقدار التحصيل لديه .

•الثقة بالنفس :

الثقة بالنفس والثقة بقدراتها على تحقيق الأهداف تؤدي الى زيادة التحصيل العلمي و الدراسي .

(أحمد محمد حسين ،ص19)

6-2.العوامل المتعلقة بالبيئة المحيطة والأسرة :

- **طريقة تعامل الوالدين وافراد الأسرة مع المتعلم :**

قسوة الوالدين في التعامل مع الطالب تؤدي الى تراجع مستوى تحصيله الدراسي ويشعر بالنبذ والاهمال.

- **توفير بيئة صحية ومناسبة للطالب :**

يساعد توفير البيئة الصحية و المناسبة على زيادة التحصيل الدراسي لدى الطالب .

- **الحرمان و الكبت و عدم استقرار العائلة :**

يعمل الحرمان و الكبت و عدم استقرار العائلة على تراجع التحصيل الدراسي لدى الطالب ، نتيجة التأثير على نفسه ، وبالتالي زوال الرغبة في التعلم .

- **التفرقة بين الأبناء :**

تعمل التفرقة بين الأبناء على تراجع الحالة النفسية للطالب وبالتالي تراجع مدى التحصيل الدراسي لديه .

6-3.عوامل متعلقة بالمدرسة :

- **قسوة المعلمين في التعامل مع الطالب :**

استخدام المعلمين للقسوة من خلال أسلوب التخويف و الترهيب ، مما يسبب الخوف الشديد للطالب ، وبالتالي يقلل من مستوى التحصيل لديه .

- **صعوبة المادة الدراسية :**

تؤثر على نفسية الطالب وتسبب لديه الخوف الشديد منها وبالتالي تقلل من مدى التحصيل لديه .

- **ازدحام الصفوف :**

يؤدي ازدحام الصفوف الى تشتت تركيز الطالب وبالتالي تقليل التحصيل لديه **(عبد المنعم عبد الرحمان ،2008 ،ص83).**

7-مشاكل التحصيل الدراسي :

- **التساهل :**

سواء كان من طرف الوالدين أو المعلمين الذي يخلق رغبة متدنية لدى المتعلم في التحصيل الدراسي.

- **الاهمال وعدم الاهتمام :**

كانشغال الآباء عن أبنائهم ، أو اهتمام المعلم ببعض المتعلمين واهماله للبقية مما يؤثر على تحصيلهم الدراسي.

- **الرفض والنقد المستمرين :**

يتصف الأفراد الموصوفين أو الموصومين بالعجز أو الرفض وعدم اللياقة ، بالإحساس بالنقص و الشراسة مما يؤثر على تحصيلهم الدراسي.

- **عدم معرفة طرق الدراسة الصحيحة :**

إن عدم إلمام المتعلم بأهم الطرق و الاساليب العلمية التي تمكنه من تفعيل طاقاته و استغلال قدراته العقلية ، وكذلك عدم استغلال مكتبة المدرسة في تطوير قدراتهم المعرفية يؤثر سلباً على التحصيل الدراسي **(جودة عزة عبد الهادي ، 2004 ،ص188 ،193)** .

- **المفاهيم الوالدية الخاطئة :**

إن قيام الوالدين بتعليم أبنائهم وتدريسهم وتربيتهم على التعلم ، في مرحلة مبكرة من الطفولة وقبل وصولهم إلى مرحلة الإستعداد الجسمي و العقلي و الاجتماعي المطلوب للتمدرس ، يخلق في المراحل التعليمية اللاحقة مشاكل لدى المتعلم ، قد تؤثر على تحصيله الدراسي في المرحلة الثانوية على وجه الخصوص **(عبد الرحيم نصر الله ،2004 ،ص90)** .

8-قياس التحصيل الدراسي :

تعتبر صور من الاختبارات التي يقوم المدرس بإعدادها من واقع المواد التحصيلية التي درسها التلميذ وتهدف الاختبارات المدرسية التحصيلية إلى قياس مدى تحقيق الأهداف التعليمية وهي إما اختبارات عادية تعد بواسطة المعلمين أو اختبارات عامة تعدها الوزارة في نهاية كل مرحلة دراسية، خاصة الثانوية العامة **(عبد الوارث الرازجي ،2001 ،ص110)** .

ومن أشهر تلك الصور مايلي :

- **الاختبارات التقليدية :**

وهي من أقدم الوسائل التي استخدمت لقياس التحصيل، ويطلق عليها أحيانا اختبارات المقال، ويقصد بها أسئِلة غير مكتوبة، تعطى للتلاميذ و يطلب منهم الإجابة عنها دون كتابة. الغرض منها

معرفة مدى دقة فهم التلميذ للمادة الدراسية ، ومدى قدرته على التعبير عن نفسه **(رجاء بوعلام ،2005 ،ص373)** .

وهذا النوع عيوب من بينها :

تعود التلميذ على سرد المعلومات فقط لا تحليلها و تركيبها، فلا نهتم بمظاهر الابتكار و قدرة التلميذ على تطبيق ما تعلمه من حل المشكلات الجديدة، فقد يصادف التلميذ الحظ فتأتي الأسئلة فيما يتقنه وقد يكون العكس .

- **الاختبارات الموضوعية :**

ويقصد بها تجنب الاجابات الكرة ، وتقيد التلميذ في طريقة اجابته على إعطاء إجابة صحيحة واحدة لكل سؤال، وهناك اختبارات كثيرة تبعد العوامل الذاتية أثناء عملية التنقيط و ذلك لاعتمادها على مفتاح التصحيح **(عبد الرحمان عبد السلام جامل ، 2000 ،ص180)** .

والاختبارات الموضوعية أنواع :

- **أسئِلة الاختبار من متعدد :**

الصيغة التقليدية لأسئلة الاختبار من متعدد، وذلك بإعطاء سؤال ثم مجموعة من الاجابات، إجابة واحدة فقط تكون الصواب **(سامي ملحم ،2000 ،ص212)** .

- **أسئِلة الخطأ و الصواب :**

وفي هذا النوع من الاختبارات يتم عرض بعض العبارات على التلاميذ، ثم يطلب منهم تأكيد صحتها أو خطئها ، بكتابة كلمة "صح أو خطأ" في الخانة .

- **أسئِلة المزاوجة :**

وهي في العادة تتكون من قائمتين متوازيتين ولكنهما في الغالب غير متساويتين في عدد المثيرات و الاستجابات ، و يطلب من التلاميذ التوصيل بين المثيرات "الأسئلة "وبين ما يناسبها من اجابات **(عبد القادر كراجة ، 1998 ،ص145 ،164)** .

إذا فالاختبارات التحصيلية تقيس مدى إستيعاب التلاميذ لبعض المعارف و المفاهيم و المهارات المتعلقة بالمادة الدراسية .

9-علاج التحصيل الدراسي :

إن مشكلة الانجاز و التحصيل الدراسي لدى الكثير من الطلاب تتطلب من التفكير الجاد لإيجاد حل لها لأن تأثيرها يكون على المستوى الفردي و الجماعي ويترك أثرا كبيرا في مكانة الفرد داخل المجتمع والبيئة التي يعيش فيها.

وحل هذه المشكلة يكمن في وجود الحافز على العمل، ووجود الدافعية له بغض النظر عن الجنس او العائلة او الدين او المكان المحيط الذي يعيش فيه الطالب، أو المدرسة التي يتعلم فيها، المهم أن يأخذ جميع المحيطين بالفرد و الذين لهم علاقة مباشرة معه ، الأمر بالاهتمام و الجدية المناسبة بالتعاون بينهم على دفع الطالب إلى الأمام والوقوف الى جانبه خلال هذه المرحلة التي تعتبر حرجة بالنسبة له وتحدد ما سيكون عليه في المستقبل .

ويتضمن الحافز على العمل أربعة عناصر هامة و أساسية هي :

- **الفكرة :**

وهي الهدف أو الصورة الذهنية التي يضعها او يكونها الطالب لنفسه بالنسبة لما يتعلمه أو يعلمه وكيف تتوائم مع العالم الذي يعيش أو يتواجد فيه ويتكيف معه، وعدم وجود هدف خاص عند الطالب يؤدي إلى تشتت و الفساد و الانحراف وهذا بطبيعته يلحق به الضرر في حياته المدرسية، بينما يكون الوضع على العكس من ذلك حيث هناك وجود لصورة واضحة في ذهنه تساعده على الإفصاح عنها بكل فصاحة و بيان.

- **الالتزام :**

بعد وضوح الصورة أمام الطالب يأتي دور الالتزام الذي يجعل صاحبه يقف في وجه المغريات و الضغوط التي قد يتعرض لها من زملائه أو المحيط الذي يعيش فيه، خصوصا المغريات المادية و الانفعالية.

- **التخطيط :**

الطالب التي تتوفر لديه الصورة الواضحة و الالتزام نحوها فإن هذا يعني وجود خطة لديه مفصلة و ثابتة للعمل تتصف بالواقعية وتتضمن الخطوات العلمية التي يجب السير عليها .

- **المتابعة :**

في هذه المرحلة علينا الحاق القول التنفيذي الذي نسعى إليه من خلال القيام بجميع هذه الخطوات من ناحية أخرى على الأهل أخذ بعين الاعتبار و الاهتمام و السير حسب خطوات وأساليب عمل مناسبة و صحيحة حتى تكون مؤقتة تزول بزوال مسبباتها، وهذا يعني أن بإمكانهم الأخذ بيد الأبناء و تجاوزها وهي :

- على الآباء التذكر أنهم أباء ولا يوجد للأبناء غيرهم وهم ليسو أطباء أو معالجين .
- على الآباء اصطحاب الأبناء مع العائلة للرحلات الخاصة أيام العطل، والتي تكون خالية من عمل الواجبات المدرسية أو المحادثات عن المدرسة وواجباتها ، لأن لكل حادث حديث .
- يجب أن يتذكر الآباء بأن الإبن لن يبقى طول عمره في المدرسة ولكنه سوف يبقى طول عمره إبنهم و الآباء سيبقون طول العمر آباءهم .
- يجب أن يكون وقت للراحة و الهدوء خلال الأسبوع و خلال النهار حتى يكون بالإمكان عمل التوازن بين العمل و الترويح عن النفس.
- على الأهل التحدث عن النجاح الذي توصل إليه الابن مهما كان بسيطا لكي نترك أثرا فعالا في نفسه .
- يجب أن نصغي للإبن و نعطيه الإهتمام اللازم و الكافي و نشجعه على القيام بالأعمال التي من شأنها رفع مستوى تحصيله .
- يجب إعطاء الإبن الثقة و إشعاره بذلك حتى يكون بمقدوره ابرازه لكيانه و شخصيته و الشعور بقيمته في مجتمعه .
- يجب أن لا يطلب من الإبن الوصول إلى الكمال و لا نستطيع ذلك .
- يجب أن يكون حديثنا معه قائما على المناقشة و الحوار بعيدا عن التسلط و القهر لأن ذلك لا يؤدي إلى وصول المعلومات و المعرفة و الحكمة إليه .

وعليه فإن مشكلة تدني تحصيل الانجاز و التحصيل الدراسي هي من أهم المشاكل المعقدة نتيجة لتداخل و تفاعل عدة أبعاد فيها ، و لكن بالإمكان معالجتها إذا تضافرت الجهود بين العناصر الثلاثة الأساسية التي لها علاقة مباشرة وهي المدرسة، البيت، الطالب، و التي هي أعمدة الانجاز المدرسي التحصيلي العالي و المتدني **(عبد الرحيم نصر الله ،2004،ص54 ،56)** .

خلاصة :

مما سبق ذكره يتضح أن التحصيل الدراسي له الأثر الكبير على شخصية الطالب، فالتحصيل الدراسي يجعل الطالب يتعرف على حقيقة قدراته و امكانياته، كما أن وصول الطالب إلى مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبث الثقة في نفسه و يدعم فكرته عن ذاته، ويبعد عنه القلق و التوتر مما يقوي صحته النفسية، أما فشل الطالب في التحصيل الدراسي المناسب لمواد دراسته، فإنه يؤدي به إلى فقد الثقة في نفسه و الإحساس بالإحباط. و النقص و التوتر والقلق، وهذا من دعائم سوء الصحة النفسية للفرد ، ويتأثر التحصيل الدراسي بالعديد من العوامل الداخلية و الخارجية للطالب فعلى المستوى الخارجي فيتأثر تحصيله بالبيئة المحيطة به بأشكالها المختلفة، وتؤثر وتتأثر كل من هذه العوامل الداخلية و الخارجية للطالب ببعضها البعض .

الجانب التطبيقي

الفصل الرّابع



الإطار المنهجي للدراسة

تمهيد .

أولا: الدراسة الاستطلاعية .

- تعريف الدراسة الاستطلاعية .
- أهداف الدراسة الاستطلاعية .

ثانيا : الدراسة الميدانية .

1. منهج الدراسة .
2. حدود الدراسة .
3. مجتمع الدراسة .
4. عينة الدراسة .
5. أدوات الدراسة .
6. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة .

خلاصة .

الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية

تمهيد :

يتضمن هذا الفصل اجراءات الدراسة الميدانية بداية بالدراسة الاستطلاعية و بعدها التطرق لإجراءات الدراسة الأساسية، مرورا بكل من منهج الدراسة، مكان وزمان إجرائها ، تحديد العينة وبعدها الأدوات المستعملة في الدراسة، وأخيرا الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة .

1-الدراسة الاستطلاعية

1-1.تعريف الدراسة الاستطلاعية

تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم الخطوات الميدانية في البحوث العلمية ، و التي تهدف في أي بحث علمي إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث بدراستها ، والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها و اخضاعها للبحث العلمي، وكذا التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة **(مروان عبد المجيد ابراهيم ، 2000 ، ص38)** .

حيث تتضمن تطبيق إجراءات الدراسة في عينات أولية تنتمي إلى نفس مجتمع الدراسة التي تنتمي إليها العينة الأساسية **(عبد الله زيد الكيلاني ،2007 ،ص16)** .

1-2.أهداف الدراسة الاستطلاعية :

الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو :

1.تحديد ميدان الدراسة و التعرف على صعوبات الميدان.

2.ضبط المجتمع الأصلي للدراسة واختيار العينة الممثلة له .

3.تحديد حجم العينة المناسبة حسب المجتمع الاصلي .

4. بناء أدوات البحث وتجريبها قبل استخدامها في الدراسة الأساسية.

5.التأكد من الخصائص السيكومترية (صدق وثبات)ومقاييس الدراسة **(بقدور فاطمة ، 2017، ص 130)** .

2- الدراسة الأساسية

2-1. منهج الدراسة:

اتبعنا في دراستنا المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لأنه يُعد أكثر المناهج ملائمة لمثل هذا النوع من الدراسة ، إذ يهدف المنهج الوصفي كخطوة أولى إلى جمع بيانات كافية و دقيقة عن ظاهرة أو موضوع إجتماعي ثم تحليل ما تم جمعه من بيانات بطريقة موضوعية كخطوة ثانية ، لتؤدي هذه الأخيرة إلى التعرف على العوامل المكونة و المؤثرة على الظاهرة كخطوة ثالثة **(عبيدات ومبيضين ،1999 ،ص46)** .

ويعرف كذلك على أنه المنهج الذي يقوم على وصف خصائص ظاهرة معينة وجمع معلومات عنها وهذا يتطلب عدم التحيز **(عبد القادر ،2011 ،ص58)** .

ويعرف المنهج الوصفي الارتباطي بأنه المنهج الذي يهتم بدراسة العلاقة بين الظواهر وتحليلها و التعمق فيها ، لمعرفة الارتباطات الداخلية في هذه الظواهر وكذلك الارتباطات الخارجية بينها و بين الظواهر الأخرى **(عبيدات و عدس و عبد الحق ،1984 ،ص19)** .

2-2.حدود الدراسة :

- **الحدود المكانية :**

طبقت هذه الدراسة على طلاب الأولى ماستر بكلية العلوم الانسانية و الاجتماعية جامعة يحي فارس بالمدية .

- **الحدود الزمانية :** أجريت الدراسة يوم 20 أفريل 2022 .

•الحدود البشرية :

أجريت الدراسة على عينة قدرت ب 40 طالب و طالبة من طلاب الأولى ماستر بكلية العلوم الانسانية و الاجتماعية جامعة يحي فارس بالمدية .

2-3.مجتمع الدراسة :

يعرف عودة و الملكاوي (1987) مجتمع الدراسة بأنه "المجموعة الكلية للعناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة" .

ويعرف مجتمع الدراسة بمجتمع البحث و الذي يمثل جزءا من المجتمع العام ، وهو يتكون من جميع مفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث ، وهو مجتمع محدد الملامح ، وكلما زاد تحديد هذه الملامح كلما زادت امكانية اجراء دراسة يمكن تصميم نتائجها عليه فهو مجموعة كلية أو كبيرة من الأفراد أو الأحداث أو الأشياء التي تجرى عليهم الدراسة .

والمجتمع الأصلي هو المجتمع الذي يستقي منه الباحث عينة دراسته حيث يجب أن تحمل العينة نفس خصائص التي يمتلكه المجتمع الأصلي .

وتكون مجتمع الدراسة الحالية من طلاب الأولى ماستر كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية ، جامعة يحي فارس بالمدية **(عودة والملكاوي،1987)** .

2-4.عينة الدراسة :

العينة جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية ، وهي تعتبر جزءا من الكل ،بمعنى أنه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث ، ثم تعمم نتائج الدراسة

على المجتمع كله ، ويستخدم أسلوب البحث بالعينة عند استحالة دراسة جميع أفراد المجتمع لظرف من الظروف **(رواتي ،2007 ،ص334)** .

لقد تكونت عينة الدراسة من 40 طالب و طالبة من طلاب الأولى ماستر ، كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية ، جامعة يحي فارس بالمدية .

وقد تم إختيارهم بطريقة عشوائية و الجدول التالي رقم (1) يوضح ذلك .

الجدول (1) : يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس :

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	10	25%
أنثى	30	75%
المجموع	40	100%

•من خلال الجدول رقم (1) يتضح أن توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس حيث قدر عدد الذكور (10) طلاب بنسبة قدرت ب 25% ، وقدر عدد الإناث (30) طالبة بنسبة 75%.

2-5.أدوات الدراسة :

•مقياس قلق المستقبل :

أعد هذا المقياس د/ محمد عبد التواب معوض و د/ سيد عبد العظيم محمد وذلك لقياس قلق المستقبل ويتكون المقياس من 40 عبارة موزعة على 04 عوامل هي : الخوف من المشكلات المستقبلية ، التشاؤم من المستقبل ، قلق التفكير في المستقبل ، قلق الموت .

ولكل عبارة 05 إستجابات هي : "1- معترض بشدة ، 2- معترض ، 3- لا أستطيع تحديد رأيي ، 4- موافق ، 5- مواقف بشدة " الملحق (1) .

العوامل المكونة لمقياس قلق المستقبل	أرقام العبارات
الخوف من المشكلات	23 ،22، 13 ،12 ، 11، 3، 2، 24، 25 ،38، 39، 40
النظرة التشاؤمية للمستقبل	1، 4، 5، 14، 15، 16، 26، 27، 28، 29، 30، 37
التفكير و الانشغال الزائد في المستقبل	6، 7، 8، 17، 18، 19، 31، 32، 33
قلق الموت	9، 10، 20، 21، 34، 35، 36

الجدول رقم (2) : يوضح العوامل المكونة لمقياس قلق المستقبل وما يتضمنها من عبارات .

تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (40– 200) وقد وضعت 5 بدائل الإجابة عن كل بند من بنود المقياس وهي معترض بشدة (1) ، معترض (2)، لا أيستطيع تحديد رأيي (3) ، موافق (4) ،موافق بشدة (5) ، وتعكس هذه العبارات في عبارات سالبة و الجدول الآتي يوضح ذلك .

الجدول رقم (3) :يوضح أرقام العبارات السالبة و الموجبة لمقياس قلق المستقبل .

نوع البنود	أرقام البنود	المجموع
البنود الموجبة	1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 29، 30، 31، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40	36

البنود السالبة	15، 27، 28، 32	04

ملاحظة:

بخصوص نتائج الطلبة او معدلاتهم تم الحصول عليها عن طريق كتابة كل طالب معدله في مقياس قلق المستقبل .

•الخصائص السيكومترية للمقياس:

أما في الدراسة الحالية للتأكد من ملائمة مقياس :قلق المستقبل لـ :د /محمد عبد التواب معوض و د /سيد عبد العظيم محمد مع البيئة المحلية قامت الطالبة بتطبيقه على عينة تتكون من(30) طالب المقبلين على التخرج (سنة ثالثة ليسانس و ثانية ماستر) تم إختيارهم بأسلوب عشوائي و بطريقة العينة القصدية من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي.

أ-صدق المقياس :

تم حساب المقياس عن طريق حساب الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية) حيث قامت الطالبة بأخذ (27%) من أعلى درجات المقياس و (27%) من أدنى درجات المقياس للعينة التي تتكون من (30) فردا و هذا بعد ترتيب هذه الدرجات تصاعديا فتصبح مجموعتان تتكون كل واحدة من (08) أفراد لأن ((27×30)\100=8,1) ومنه نأخذ (08) أفراد من المجموعة العليا و (08) أفراد من المجموعة الدنيا ثم نستعمل أسلوبا إحصائيا ملائما وهو اختبار "ت "لدلالة الفرق بينهما.

ب- ثبات المقياس:

قامت الطالبة بحساب ثبات مقياس قلق المستقبل باستخدام معامل ثبات ألفاكرونباخ ، وتم التوصل إلى معامل ثبات قدره (0.80) وهذا المعامل دال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,01)مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بقدر عالي من الثبات.

2-6.الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

تمت معالجة البيانات ب (spss) وبتطبيق الأساليب الإحصائية التالية :

-معامل إرتباط بيرسون للتعرف على العلاقة بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر .

-اختبار الفروق (t-test) لدلالة الفروق بين العينتين مستقلتين غير متساويتين وغير متجانستين .

-المتوسط الحسابي .

-الانحراف المعياري .

الفصل الخامس



عرض ومناقشة النتائج

تمهيد

1. عرض نتائج الدراسة.
2. مناقشة وتفسير نتائج الدراسة.
3. استنتاج عام.
4. توصيات الدراسة.
5. مقترحات الدراسة.

خاتمة

الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج

تمهيد :

تناول هذا الفصل عرض النتائج المتحصل عليها في الدراسة ، للكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل بالتحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر مع مناقشة النتائج و الخروج باستنتاج عام ، مع تقديم بعض التوصيات و المقترحات ووضع خاتمة للدراسة ، ثم قائمة المراجع و الملاحق.

1-عرض النتائج :

1-1.عرض نتيجة الفرضية العامة:

والتي تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل والتحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر .

ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، والنتائج المتحصل عليها مدونة في الجدول التالي:

جدول رقم (04) يوضح معامل الارتباط بيرسون بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر

المقياس	معامل الارتباط بيرسون "p"	الدلالة الإحصائية"sig"	مستوى الدلالة
قلق المستقبل	0.669**	0.001	0.01
التحصيل الدراسي			

من خلال الجدول رقم(04) وبعد تطبيقنا لاختبار معامل الارتباط بيرسون على مقياس

قلق المستقبل ودرجات التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر قدرت قيمته بـ(0.669) وهو ارتباط موجب بين المتغيرين، وبدلالة إحصائية بلغت (0.001) وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01).

ومنه نقبل الفرضية البديلة القائلة بأنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل والتحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر.

1-2.عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في قلق المستقبل عند طلبة الأولى ماستر تعزى لمتغير الجنس.

وبعد تطبيق اختبار الفروق" ت" لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين، تحصلنا على النتائج التالي:

جدول رقم (05): يوضح نتائج اختبار"ت" لدلالة الفروق بين الذكور و الإناث لقلق المستقبل

قلق المستقبل / الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية (sig)	مستوى الدلالة	النتيجة (الدلالة الإحصائية)
ذكر	10	100.4000	21.57262	2.197-	38	0.034	0.05	دالة
أنثى	30	123.8000	31.15191					

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن قيمة المتوسط الحسابي لفئة جنس الذكور في قلق المستقبل عند طلبة الأولى ماستر قدر بـ(100.4000) وبانحراف معياري قدر بـ (21.57262)، وهي أقل من قيمة المتوسط الحسابي لفئة جنس الإناث في قلق المستقبل عند طلبة الأولى ماستر والتي قدرت

بـ (123.8000) وبانحراف معياري بلغت قيمته بـ (31.15191)، كما بلغت قيمة الاختبار" ت" لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين بـ(-2.197) عند درجة حرية (38)، وبدلالة إحصائية (sig) بلغت قيمتها بـ (0.034)، مما يدل على أنها دالة عند مستوى دلالة (0.05). وبالتالي نستنتج أنه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة القائلة بأنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في قلق المستقبل عند طلبة الأولى ماستر تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث.

1-3.عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر تعزى لمتغير الجنس.

وبعد تطبيق اختبار الفروق" ت" لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين، تحصلنا على النتائج التالية:

جدول رقم (06): يوضح نتائج اختبار"ت" لدلالة الفروق بين الذكور و الإناث للتحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي / الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية (sig)	مستوى الدلالة	النتيجة (الدلالة الإحصائية)
ذكر	10	9.7560	0.99543	3.523-	38	0.001	0.01	دالة
أنثى	30	11.2907	1.24802					

يتضح من خلال الجدول رقم (06) أن قيمة المتوسط الحسابي لفئة جنس الذكور في التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر قدر بـ(9.7560) وبانحراف معياري قدر بـ (0.99543)، وهي أقل من قيمة المتوسط الحسابي لفئة جنس الإناث في التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر والتي قدرت بـ (11.2907) وبانحراف معياري بلغت قيمته بـ (1.24802)، كما بلغت قيمة الاختبار" ت" لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين بـ(−3.523) عند درجة حرية (38)، وبدلالة إحصائية (sig) بلغت قيمتها بـ (0.001)، مما يدل على أنها دالة عند مستوى دلالة (0.01). وبالتالي نستنتج أنه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة القائلة بأنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث.

2-مناقشة وتفسير النتائج :

2-1.مناقشة وتفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى :

نصت الفرضية الأولى على وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل ودرجات التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر ومن خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (04) تبين وجود علاقة اِرتباطية موجبة وهي دالة احصائيا عند مستوى 0.01 بين قلق المستقبل والتحصيل الدراسي وهدا يعني كلما زاد قلق المستقبل زادت درجة التحصيل الدراسي .

وتفسير هذه النتيجة يرجع إلى زيادة الدافعية والتصميم على الإستمرار في الدراسة والنجاح والتقليل من الضغوط التي يتعرض لها الطالب وتساعده على الحاضر والإعداد للمستقبل من خلال إنجاز المهام دون تسويف او تأجيل وتحويل الأفكار السلبية إلى أفكار إيجابية ولابد من الإستعداد للمواجهة ،وذلك من خلال الإستعداد للمواجهة بالبدء بالعمل الفوري دون تأجيل لوقت آخر ، و الأهم من كل ذلك الإيمان بقدراته وامكانياته بقوله أستطيع العمل أفضل حتى أصل إلى درجة معقولة من النجاح بدلا من قول أن

الآخرين أفضل مني ،فذلك يساعده على العمل بفعالية وعدم الوصول إلى الشعور بالعجز و التحول إلى القوة والإرادة من أجل الوصول الى مراتب أعلى والقدرة على تحقيق أهدافهم وطموحاتهم.

وهذه النتيجة المتوصل إليها تختلف عن نتائج دراسة سمين (2000) التي توصلت إلى وجود علاقة عكسية (سالبة) ودالة بين مفهوم الذات وقلق المستقبل عند كل من الذكور والإناث.

ويرى الباحثان أن زيادة الدافعية و التصميم على الإستمرار في الدراسة و النجاح و الوصول إلى مراتب أعلى و القدرة على تحقيق أهدافهم و طموحاتهم ، و كذلك العوامل الشخصية مثل مستوى الطموح تساهم في زيادة التحصيل الدراسي .

2-2.مناقشة وتفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية على وجود فروق ذات دلالة احصائية في قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس لصالح الاناث ومن خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (05) تبين وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى 0.05 في قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس لصالح الاناث وهذا يعني ان الاناث اكثر قلقا على المستقبل من الذكور.

وتفسير هذه النتيجة يعود الى اساليب التنشئة التي تتبعها المجتمعات في تربية الاناث تختلف تماما عن اساليب في تنشئة الذكور وخصوصا في المجتمعات العربية التي تعطي فرصا للذكور اكثر من الإناث ، وحرية اقل للإناث للتعبير عن نفسها في ممارسة الأنشطة المختلفة ، والدفاع عن حقوقها ومحاولة إثبات وجودها لتغيير نظرة المجتمع اليها التي توحي على انا وزنها وثقلها في المجتمع اقل من الذكر ، وهذا ما حاولت الدفاع عنها خلال الحرص الشديد على التفوق في اكتساب المعارف والتحصيل العلمي الذي يعد مؤشرا هاما في زيادة قلقها لإثبات وجودها وبناء مستقبلها .

وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دارسة حسن (1999) والتي توصلت الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بالنسبة لقلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس (ذكور –إناث).

يرى الباحثان أن الهرمونات المسببة للقلق هي تلك التي تفرزها الغدة الدرقية، ما يعني إذا كانت الاناث تعاني من مشاكل صحية فيها وهو ما يحدث عادة بنسبة أكبر لدى الاناث من الذكور فإن ذلك سيؤدي لإصابتها بالقلق دون شك ، وترجع أيضا إلى عوامل ثقافية وبيئية وبيولوجية وفيسيولوجية و العوامل الاجتماعية ، بالإضافة إلى الضغوطات التي تلعب دورا في إزدياد التشاؤم لدى الاناث وعدم قدرتهن على تحمل الإحباط الناتج عن الفشل.

2-3.مناقشة و تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة :

نصت الفرضية الثالثة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي تعزى لمتغير الجنس و من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (06) تبين وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 في التحصيل الدراسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث وهذا يعني أن الإناث متفوقات على الذكور .

وتفسير هذه النتيجة يرجع إلى الجهد الذي تبذله الإناث هو ما يجعلهن متفوقات على الذكور ، كما أن الطالبات مستمعات جيدا لما يدور في الحصة كونهن يرغبن في امتلاك المعرفة العلمية ، وتسعى الإناث للتركيز على فهم المادة و لديهن أكثر قدرة على الانضباط الذاتي .

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة لونيس حدة (2013) والتي توصلت إلى وجود فروق بين الذكور و الإناث في مستوى التحصيل الدراسي .

وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة قواري الناصر و زحاف عبد القادر (2014) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث فيما يخص التحصيل الدراسي في مادة اللغة الانجليزية .

ويرى الباحثان أن الأسرة تلعب دورا هاما في تشجيع الإناث على الإبداع و القراءة و زيادة التحصيل ، وكذلك العوامل الثقافية و الإجتماعية و التربوية و النفسية بالإضافة إلى زيادة دافعية الإناث في التعلم و التي ساهمت في تفوق الإناث على الذكور .

3-استنتاج عام :

من خلال عرض ومناقشة نتائج الفرضيات نستنتج ما يلي :

- وجود علاقة إرتباطية موجبة بين قلق المستقبل و التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق لدى طلاب الجامعة تعزى إلى متغير الجنس لصالح الإناث .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر تعزى إلى متغير الجنس لصالح الإناث .

4-توصيات الدراسة:

بناءا مما توصلت إليه الدراسة من نتائج نوصي بما يلي :

- ضرورة الاهتمام بالإرشاد النفسي في الجامعات والعمل على فتح مكتب للاستشارة النفسية التي تعنى بمشكلات الطلبة .
- استخدام سلوكيات جديدة للتعامل مع القلق وهي العلاج بالِاسترخاء .
- فعالية البرنامج الارشادي في التخفيف من حدة قلق المستقبل لدى الطالب الجامعي .
- زيادة الاهتمام بالطالب الجامعي داخل الأسرة و المجتمع و تقديم المساندة المناسبة له
- توعية طلاب الجامعة وحثهم على أهمية الدراسة و التفوق فيها من أجل تحديد مستقبلهم .

5-مقترحات الدراسة :

في ضوء النتائج التي توصلت إليها دراستنا نقترح مايلي :

- دراسة العلاقة بين متغيرات أخرى "أساليب التفكير ، فاعلية الذات ..." .
- إجراء دراسات مماثلة لمعرفة علاقة قلق المستقبل بالتحصيل الدراسي عند طلبة الأولى ماستر من حيث متغير " العمر ، التخصص ...".
- القيام بدراسة مماثلة على تلاميذ الثانوية .

خـــاتمة

خاتمة:

يعد موضوع قلق المستقبل من أكثر المواضيع أهمية في مجال التربية و علم النفس خاصة إذا تم ربطه بالتحصيل الدراسي ، الذي عرف انتشارا واسعا خاصة في الآونة الأخيرة فهو ظاهرة عامة في جميع المجتمعات .

وقلق المستقبل سمة يتصف بها أغلب شباب اليوم خاصة طلاب الجامعة لأنه يمر بأصعب مرحلة في حياته ، وقلق الطالب من مستقبله يؤثر عليه سلبا أو إيجابا مما يؤثر بدوره على التحصيل الدراسي .

من خلال الدراسة التي قمنا بها حول قلق المستقبل و علاقته بالتحصيل وصلنا في دراستنا إلى أن هناك علاقة إرتباطية بين المتغيرين ، كما توصلنا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من قلق المستقبل و التحصيل الدراسي تبعا لمتغير الجنس .

وبهذا نستطيع القول بأن قلق المستقبل يؤثر على التحصيل واستطعنا التحقق من الفرضية المطروحة سابقا .

حيث أن المستقبل لدى هذه الفئة من المجتمع مرتبط بالقدرة على بناء أهداف شخصية بعيدة المدى ، و العمل على تحقيقها يعتبر مكونا رئيسيا لسلوك الفرد ، وعليه فإن إحساسه بأنه قد لا يستطيع الوصول إلى أهدافه و إلى تحقيقها على أرض الواقع ، وهذا لعدة عوامل سياسية و إجتماعية و إقتصادية قد تعيق تصوره المستقبلي ، فإن ذلك حتما سيؤدي به حتما إلى القلق على مستقبله و يعد المستقبل من أول الخطط المستقبلية التي يحددها الشباب ويسعى إليها ، ذلك أن الحصول على المهنة يفتح له المجال لتكوين أسرة وتحقيق مكانة داخل المجتمع .

وفي الأخير يمكننا القول أن المستقبل هو ما يصنعه الإنسان بدءا من حاضره فهو حصيلة هذا الحاضر و هو إفتراض وغير موجود بعد ، وهذا الإفتراض يمتلك ملامحه الأولية من حركة الواقع الراهن و اتجاهاته العديدة .

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

الكتب باللغة العربية :

1. .حامد عبد السلام زهران (2005) : الأمراض النفسية و علاجها ، ط4 ، عالم الكتب ، القاهرة .
2. .دلو جمال (2009) : الصحة النفسية ،دط ،دار أسامة للنشر ،الأردن.
3. .سامي ملحم (2000) : القياس و التقويم في التربية و علم النفس ، ط1 ، دار المسيرة ، دون بلد.
4. .صلاح الدين علام (2000) القياس و التقويم في التربية و علم النفس ، ط1 ، دار المسيرة ، دون بلد .
5. .عبد القادر، موفق بن عبد الله (2011) : منهج البحث العلمي و كتابة الرسائل العلمية ، ط1 ، دار التوحيد للنشر ، الرياضة .
6. أبي عبد الرحمان بن أحمد الفراهيدي (2005) : كتاب العين ، دار التراث العربي ، دط ، بيروت
7. أحمد محمد حسين (2010) : التحصيل الدراسي وعلاقته بالتوافق المنزلي ، ط2 ،مكتبة دار العلم ، بيروت .
8. الأقصري يوسف (2000): كيف نتخلص من الخوف و القلق من المستقبل ، دار الطائف للنشر و التوزيع .
9. بيك أرون (2000) : العلاج المعرفي و الإضطرابات الانفعالية "ترجمة عادل مصطفى " ، دار الآفاق العربية ، القاهرة .

10.توفلر ألفن (1990) : صدمة المستقبل، ترجمة محمد علي ناصف، دار النهضة، مصر ، القاهرة .

11.جودة عزة عبد الهادي (2004) : مبادئ التوجيه والارشاد النفسي ، دط ، دار الثقافة، الأردن .

12.الحسيني عاطف (2011) :قلق المستقبل و العلاج بالمعنى ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

13.الحمداني إقبال (2011) : الإغتراب و التمرد و القلق من المستقبل ، دار الفكر العربي، القاهرة ، مصر .

14.رجاء بوعلام (2005) : مناهج البحث في العلوم النفسية و التربوية ، ط5 ،دار النشر للجامعات ، القاهرة .

15.رواتي رشيد (2007) : مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية ، ط1 ، دار الهدى للطباعة و النشر و التوزيع ، عين مليلة ، الجزائر.

16.رشاد صلاح الدمنهوري (1995): التنشئة الاجتماعية و التأخر الدراسي ، دط ، دار المعرفة الجامعية ،الاسكندرية .

17.رفعت محمود بهجات محمد (2003) : التعلم الاستراتيجي ، ط1 ،عالم الكتب ، دون بلد .

18.طعيمة سعيد (2002) : الأسرة و المدرسة و أهم عوامل التحصيل الدراسي ، المكتبة العلمية ، بيروت.

19.عبد الرحمان الطريري (1997) : القياس النفسي و التربوي ،دط ، مكتبة الرشد ، الرياضة .

20.عبد الرحمان عبد السلام جامل (2000) : طرق التدريس العامة ومهارات تنفيذ وتخطيط عملية التدريس ، ط2 ،دار المنهاج للنشر و التوزيع ، الأردن .

21. عبد الرحيم نصر الله (2004) : تدني مستوى التحصيل الدراسي و الانجاز المدرسي ،ط1 ، دار وائل للنشر و التوزيع ، الأردن .

22. عبد القادر كراجة (1998) : القياس و التقويم في علم النفس ، ط1 ، دار اليازوري ، عمان.

23. عبد الله الكيلاني (2007) : دليل الرسائل و الأطروحات ، دار المسيرة ، عمان .

24. عبد المنعم عبد الرحمان (2008) : أهمية البيئة المنزلية في تعزيز التعلم عند الطلبة ، مركز تدريب المتعلمين في الأمانة العامة المؤسسات التربوية، الأردن، عمان .

25. عبد الوارث الرازحي (2001) : تطوير نموذج معياري التقويم كفاءة نظام إعداد الاختبارات العامة ، المركز القومي للامتحانات و التقويم التربوي ، القاهرة .

26. عبيدات ، ذوقان و عدس ، عبد الرحمان و عبد الحق (1984) : البحث العلمي " مفهومه وأدواته وأساليبه " ، دار الفكر ، عمان .

27. عبيدات ، محمد و أبو نصار ، محمد و مبيضين (1999): منهجية البحث العلمي القواعد و المراحل و التطبيقات ، ط2، دار وائل ، عمان .

28. العبيدي محمد جاسم (2009) : مشكلات الصحة النفسية أمراضها و علاجها ، ط1،دارالثقافة عمان .

29. عسكري علي (2003) : الصحة النفسية و أساليب مواجهتها ، ط3،دار الكتاب الحديث ، الكويت .

30. عمر عبد الرحمان نصر الله (2004) : تدني مستوى التحصيل الدراسي و الانجاز المدرسي، ط1، دار وائل للنشر و التوزيع ، الأردن .

31. العناني حنان عبد الحميد (2000) : الصحة النفسية، دار الفكر للطباعة و النشر، الأردن.

32. عودة أحمد ، و الملكاوي فتحي (1987) : أساسيات البحث العلمي في التربية و العلوم الانسانية، مكتبة المنار للنشر و التوزيع .

33. فاروق السيد عثمان (2001) : القلق وإدارة الضغوط النفسية ،ط1 ،دار الفكر العربي ،القاهرة .

34. فرج عبد اللطيف حسين (2009) : الإضطرابات النفسية ،دار الحامد ، عمان .

35. فرويد سيغموند (1962) : القلق ، ترجمة محمد عثماني نجاتي، مكتبة أصول التحليل النفسي، دار النهضة العربية ، القاهرة .

36. كتاني منذر (2007) : بحوث في ظاهرة القلق، دار عمار للنشر و التوزيع ، عمان.

37. لمعان مصطفى الجيلالي (2016) : التحصيل الدراسي،ط2، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان .

38. مروان عبد المجيد ابراهيم (2000) : أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، مؤسسة الوراق، الأردن

39. النابلسي محمد (1999) : سيكولوجية السياسة العربية ، العرب و المستقبليات ، دار النهضة العربية ، بيروت .

40. نعيم الرفاعي (1978) : الصحة النفسية ،ط5 ، دار العلمية للنشر و التوزيع، دمشق.

المجلات :

1. بشرى كاظم سلمان الشمري (2012) : قلق المستقبل و علاقته بالضغوط النفسية التي يتعرض لها مدرسي الجامعة، قسم العلوم التربوية و النفسية، مجلة البحوث التربوية و النفسية، كلية التربية ،الجامعة المستنصرية ، العدد "35" .

2. حسن محمود (1999) : قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات، مجلة المستقبل العربي، العدد "249" ،71, 85.

3. الزواهرة محمد (2015) : العلاقة بين الصلابة النفسية و قلق المستقبل و مستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية ، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث و الدراسات التربوية و النفسية ، مجلد "3" العدد "10" .

4. صبري إيمان محمد أنور ابراهيم (2006) : بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين و علاقتها بقلق المستقبل و الدافعية للإنجاز ، المجلة المصرية الدراسات النفسية ، المجلد الثالث عشر، العدد "38" .

5. عسيلة محمد والبنا أنور (2011) : فاعلية برنامج في برمجة اللغوية العصبية في خفض قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الأقصى للمنظمات بمحافظة غزة ، مجلة النجاح للأبحاث، المجلد 25 ،العدد "5",غزة، فلسطين .

6. العشري ، محمود محي الدين (2004) : قلق المستقبل و علاقته ببعض المتغيرات الثقافية، دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان ، المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس ، مصر، مجلد 01 ، العدد "11".

7. فراج محمد (2006) : قلق المستقبل و مستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من ذوي المستويات الاجتماعية و الاقتصادية و الثقافية المختلفة ، مجلة كلية التربية ، جامعة الاسكندرية 16 "2", 480-501.

8. منى الحموي (2010) : التحصيل الدراسي و علاقته بمفهوم الذات " دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الصف الخامس، الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية "، مجلة دمشق ، المجلد 26 ،ملحق .
9. يوسف صالح (1996): خصائص الطلبة ذوي الصعوبات التعليمية، مجلة رسالة معلم ،الأردن .

الرسائل و الأطروحات :

1. ابراهيم ، أشرف جح (2019) : الإغتراب النفسي و علاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، فرع طول كرم ، رسالة ماجستير في الارشاد النفسي و التربوي ، جامعة القدس المفتوحة ، فلسطين.
2. بدور غيثاء علي (2001) : مستوى الطموح و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الفني ،رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة دمشق، سوريا .
3. بعلي مصطفى (2015) : القبول و الرفض الوالدين كما يدركه الأبناء وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية ، أطروحة دكتوراه ، جامعة محمد خيضر بسكرة ، غير منشورة ، الجزائر pdf
4. بقدور فاطمة (2017) : صورة الذات لدى الطالب الجامعي ذو الجنسية المثلية وأثرها على قلق المستقبل ،مذكرة ماستر في علم النفس العيادي ، جامعة عبد الحميد ابن باديس ، مستغانم .
5. بوخالفة سليمة (2015) : الصلابة النفسية و علاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة الثانوية، مذكرة ماجستير في علم النفس، جامعة ورقلة .

6. بوخالفة فريحة (2017) : قلق المستقبل لدى مرضى الكلوي المزمن ، مذكرة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي ، جامعة ورقلة .

7. جديد أحلام (2016) : علاقة الصلابة النفسية للطلبة الجامعيين بالدافعية للتعلم ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي ، جامعة غرداية .

8. حريزي قيس (2016) :قلق المستقبل و نوع استراتيجيا التعامل، جامعة محمد بوضياف ، رسالة ماجستير في علم النفس، المسيلة .

9. الحسانين، أحمد محمد (2000) : قلق المستقبل و قلق الامتحان و علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني ثانوي ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المينا .

10. خليل محمد القيق أريج (2016) : قلق الموت و علاقته بالصحة النفسية لدى عينة من المسنين دراسة مقارنة بين الناس القائمين بدور المسنين وأقرانهم العاديين ، رسالة ماجستير.

11. الساسي كريمة (2009) : الإكتئاب والقلق لدى عينة من المتأخرات على الزواج ، رسالة ماجستير في علم النفس الإجتماعي .

12. سعود ناهد شريف (2005) : قلق المستقبل و علاقته بسمتي التفاؤل و التشاؤم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة دمشق ، سوريا .

13. الشرافي ، ماهر موسى مصطفى (2013) : الانهاك النفسي و علاقته بكل من قلق المستقبل و مستوى الطموح لدى العاملين في الانفاق ، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين.

14. العجمي ، نجلاء محمد (2004) : بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب و طالبات جامعة الملك سعود، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود .

15. القاضي ، وفاء محمد أحميدان (2009) : قلق المستقبل و علاقته بصورة الجسم و مفهوم الذات لدى حالات البشر بعد الحرب على غزة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الجامعة الاسلامية ، غزة ، فلسطين .

16. كرميان صلاح (2008) : سمات الشخصية و علاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في أستراليا، رسالة ماجستير غير منشورة، الأكاديمية العربية في الدانمارك .

17. المشيخي غالي محمد علي (2009) : قلق المستقبل و علاقته بكل من الفاعلية الذات و مستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى .

18. نسيمة ملاك (2018) : الضغط النفسي و قلق الامتحان وعلاقة كل منهما بظهور السلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ، رسالة دكتوراه في علوم التربية، ولاية تيزي وزو .

الكتب باللغة الأجنبية :

1. Karrie, j , Craig k, brow , j and Andrew , B ,2000 , environnemental foctors in the etiology of auxiety http : //www. Acnnp .org.
2. Moline Ronald, 1990, future ansciety :clinical Issues of children in latter phases of Foster Care , children and adolescent social work 7,6,501,512. .
3. Rank , o (1968) : le traumatisme de la naissance, Paris, royot .
4. Revue française de pédagogie forpine, 1982.

5. Rogers,c,r (1951) , client–centered therapy – boston : Houghton mifflin .

6. Santrock ,j,w (2003) : adolescence 9th Ed, mcGraw – Hill co . USA .

7. Zaleski, z, &swieticha , R , (1997) : influence strategies uses by military and civil supervisor, pol – (ish psychology , vol, (28) , N (4).

8. Zaleski, zbiyniew , 1996, future enxiety concept, measurement and preliminary research, journal of personality and individual différents 2(2) ,pp 165 ,174.

ملاحق

ملاحق:

الملحق رقم (1) : مقياس قلق المستقبل.

جامعة الدكتور يحي فارس بالمدية

كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

تخصص : ارشاد و توجيه

مقياس قلق المستقبل ل :

"د/ محمد عبد التواب معوض و د/ سيد العظيم محمد."

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

التقدير : (المعدل) .

تعليمات المقياس :

1-يهدف هذا المقياس إلى معرفة موافقتك أو معارضتك لبعض العبارات المرتبطة برؤيتك للمستقبل.

2-يتكون المقياس من(40)عبارة لكل منها خمس اجابات هي : (معترض بشدة- معترض- لا أستطيع تحديد رأيي – موافق -موافق بشدة).

3-لا توجد عبارة لها استجابة صحيحة أو خاطئة و لكن أفضل استجابة هي التي تعكس إحساسك الصادق.

4-اقرأ كل عبارة جيدًا ثم (×) أسفل الشاشة التي تعبر عن رأيك في ورقة الإجابة المنفصلة و المخصصة لك.

5-إذا غيرت رأيك في أحد العبارات، ضع دائرة حول العلامة التي وضعتها ثم ضع علامة أخرى أسفل الاستجابة الجديدة.

6-لا تترك أي اجابة دون الاجابة عليها

7-تأكد أن استجابتك تعكس رأيك الشخصي، و تكون موضع السرية التامة .

ملاحق

الرقم	العبارات	معترض بشدة	معترض	لا أستطيع تحديد رأيي	موافق	مواقف بشدة
1	يجعلني التفكير في المستقبل متشائما					
2	يخيفني التغير الذي يطرأ على العالم					
3	تقلقني التغيرات السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل					
4	أشعر بعدم الامان بالنسبة لحياتي المستقبلية					
5	يصيبني القلق على ما سيحدث لي مستقبلا					
6	يشغلني التفكير بخصوص حياتي في المستقبل					
7	يقلقني التفكير في المستقبل					
8	يجعلني التفكير في حياتي المستقبلية مضطربا					
9	تراودني فكرة موت شخص عزيز لي					
10	تنتابني وساوس بأنني سأموت قريبا					
11	تشغلني مشكلة الزيادة المستمرة في الاسعار					
12	يقلقني ما يطرأ على القيم من تغيرات					
13	أخشى دائما من زيادة موجة العنف و الإرهاب					
14	أشعر بأن المستقبل سيمثل لي مشكل					
15	أشعر بالطمأنينة و الهدوء بالنسبة لحياتي المستقبلية					

16	أشعر بأنني سأحرم من الأولاد					
17	اعتقد أن تفكيري في المستقبل هو المصدر الأساسي للقلق					
18	أستغرق وقتا طويلا في تخيل ما يمكن أن يكون عليه مستقبلي					
19	أعتقد أن التفكير في الكوارث الطبيعية المتوقعة					
20	أعتقد أن معدل الوفيات ستزداد مستقبلا					
21	يضايقني كثيرا الحديث عن الموت					
22	أخشى من انتشار الأمراض الخطيرة (الوبائية)					
23	خاف من انتشار الحروب واستخدام الاسلحة الفتاكة					
24	خشى من نقص المياه في المستقبل					
25	تشغلني مشكلة الزيادة المستمرة في السكان					
26	أشك في تحقيق طموحي الدراسي					
27	أشعر أنني سأكون مستقرا في حياتي المقبلة					
28	أشعر أنني سأكون من المتفوقين في مجال تخصصي					
29	أشعر أنني لن أحقق السعادة في حياتي المستقبلية					
30	أخشى من صعوبة الحصول على عمل في المستقبل					

31	يشغلني التفكير في احتمال فشل حياتي الأسرية					
32	اعتقد أن حياتي الأسرية ستكون سعيدة					
33	يشغلني التفكير في احتمال فشل حياتي					
34	تراودني كثيرا فكرة إصابتي بالأمراض					
35	أشعر أنني سأتعرض لمشاكل صحية خطيرة					
36	أخاف من الموت					
37	أشعر أن المستقبل غامض					
38	يقلقني تأخر سن الزواج بين الشباب					
39	أخشى من زيادة الآثار السلبية للتقنيات الحديثة مثل :الفضائيات، الأنترنت، الهواتف المحمولة					
40	اخشى من تلوث البيئة					

ملحق رقم(02): نتائج حساب الفرضية العامة

```
CORRELATIONS
  /VARIABLES=TOTALESTRES MOYEN
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Corrélations

Corrélations

		TOTALESTRES	MOYENE
TOTALESTRES	Corrélation de Pearson	1	-,669**
	Sig. (bilatérale)		,001
	N	40	40
MOYENE	Corrélation de Pearson	-,669**	1
	Sig. (bilatérale)	,001	
	N	40	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

ملحق رقم (03): يبين نتائج حساب الفرضية الجزئية الأولى

```
T-TEST GROUPS=sex(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=TOTALESTRES
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test-t

Statistiques de groupe

	sexe	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
TOTALESTRES	masculin	10	100,4000	21,57262	6,82186
	feminin	30	123,8000	31,15191	5,68753

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
									Inférieure	Supérieure
TOTALESTRES	Hypothèse de variances égales	4,6	0,04	-2,2	38	0,034	-23,4	10,65095	-44,9617	-1,83827
	Hypothèse de variances inégales			-2,64	22,49	0,015	-23,4	8,88177	-41,7965	-5,00349

ملحق رقم (04): يبين نتائج حساب الفرضية الجزئية الثانية

```
T-TEST GROUPS=sex(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=TOTALESTRES
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test-t

Statistiques de groupe

	sexe	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
MOYENE	masculin	10	9.7560	.99543	.31478
	feminin	30	11.2907	1.24802	.22786

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
									Inférieure	Supérieure
MOYENE	Hypothèse de variances égales	0,19	0,66	-3,52	38	0,001	-1.53467	.43564	-2.41657	-.65277
	Hypothèse de variances inégales			-3,95	19,26	0,001	-1.53467	.38859	-2.34726	-.72207