الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

مذكرة تخرج مقدّمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر الأكاديمي في:

علم النفس العيادي

الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين

(دراسة ميدانية في جامعة ورقلة)

إعداد الطالبتين :

- سعيدي إيمان
- عنانو أمنة

إشراف الدكتور:

أ.د خميس محمد سليم.

نوقشت وأجريت علنا بتاريخ: 2023/06/17

أ.د. خميس محمد سليم	**أستـــاذ**	**جامعة قاصدي مرباح ورقلة**	**مقـــــــررا**
د. طارق صالحي	**أستـــاذ**	**جامعة قاصدي مرباح ورقلة**	**منـــــاقشا**
أ.د. بن مجاهد فاطمة الزهراء	**أستـــاذ**	**جامعة قاصدي مرباح ورقلة**	**رئيـــــــسا**

الموسم الجامعي :

2023/2022

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

مذكرة تخرج مقدّمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر الأكاديمي في:

علم النفس العيادي

الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين

(دراسة ميدانية في جامعة ورقلة)

إعداد الطالبتين :

- سعيدي إيمان
- عنانو أمنة

إشراف الدكتور:

أ.د خميس محمد سليم.

نوقشت وأجريت علنا بتاريخ: 2023/06/17

أ.د. خميس محمد سليم	**أستـــاذ**	**جامعة قاصدي مرباح ورقلة**	**مقـــــــررا**
د. طارق صالحي	**أستـــاذ**	**جامعة قاصدي مرباح ورقلة**	**منـــــاقشا**
أ.د. بن مجاهد فاطمة الزهراء	**أستـــاذ**	**جامعة قاصدي مرباح ورقلة**	**رئيـــــــسا**

الموسم الجامعي :
2023/2022

إهداء

إلى ملهمي في الحياة وقدوتي ورمز العطاء معلمي الأول ... **أبي الغالي** حفظه الله وأطال في عمره.

إلى من رعتني بعينها وكستني بحلها وعطفها إلى حبيبة قلبي ... **أمي الحبيبة** حفظها الله وأطال في عمرها.

إلى سندي الآمن إلى من أستمد منهم معنى الحياة **إخوتي وأخواتي**.... حفظهم الله.

إلى كل صديقاتي، وزملائي في الدفعة، إلى كل من عائلتي "**سعيدي ـ فتح الله**"

إلى كل **أساتذة قسم علم النفس** "جامعة قاصدي مرباح ورقلة"

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع.

الطالبة: سعيدي إيمان

إهداء

إلى ملهمي في الحياة وقدوتي ورمز العطاء معلمي الأول ... **أبي الغالي** حفظه الله وأطال في عمره.

إلى من رعتني بعينها وكستني بحلها وعطفها إلى حبيبة قلبي ... **أمي الحبيبة** حفظها الله وأطال في عمرها.

إلى سندي الآمن إلى من أستمد منهم معنى الحياة **إخوتي وأخواتي**.... حفظهم الله.

إلى كل صديقاتي، وزملائي في الدفعة، إلى كل من عائلتي "**عنانو بن حميدة**"

إلى كل **أساتذة قسم علم النفس** "جامعة قاصدي مرباح ورقلة"

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع.

الطالبة: عنانو آمنة

شكر وتقدير

الحمد الله حمدا يليق بمقامه وجلاله على توفيقه لنا في إنجاز هذا العمل وإتمامه فله الحمد والشكر أولا وأخرا وانطلاقا من قول رسولنا الكريم محمد صلى الله عليه وسلم "من لا يشكر الناس لا يشكر"

نتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير والعرفان ألى من كانت لنا المرشدة والمعينة وخير ناصحة وسارت معنا في مشوارنا لإتمام هذا العمل الأستاذ الفاضلة المشرف "استاذ الدكتور **خميس محمد سليم**" على ما قدمه من توجيهات.

كما نتقدم بالشكر إلى أعضاء لجنة المناقشة "الأستاذ **صالحي طارق** والأستاذة **بن مجاهد فاطمة الزهراء**" على ماقدموه من جهود طيبة في قراءة هذا العمل، وإثرائنا بملاحظاتهم القيمة فجزاهم الله عنا خير الجزاء.

كما نتقدم بالشكر لكل من كان عونا لنا في إتمام هذا العمل ونخص بالذكر الأستاذة القديرة "**حورية بوحنة**" حفظها الله وبارك في جهودها.

... الحمد الله ...

- **ملخص:**

هدفت دراستنا الحالية إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و قلق المستقبل لدى طلبة الجامعيين بجامعة قاصدي مرباح ورقلة، كما تهدف إلى معرفة الفروق من حيث الجنس، المستوى الدراسي، التخصص في كل من الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعيين.

وطبقت الدراسة على عينة متكونة من "240" طالب جامعي تم إختيارهم بطريقة عشوائية، ولجمع المعلومات تم تطبيق مقياس الشعور بالوحدة النفسية "لراسيل 1996"، ومقياس قلق المستقبل "زينب محمود شقير 2005"، وكان اعتمادنا على المنهج الوصفي الارتباطي بإعتباره الأكثر تلاؤما مع موضوع ومضمون دراستنا حيث يقوم على تحليل الظاهرة ووصفها وصفا دقيقا، ولمعالجة البيانات وتحليلها إحصائيا تم إستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الإجتماعية SPSS V25 25.

وقد أسفرت النتائج على مايلي:

- وجود علاقة الإرتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعيين؛
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعيين بإختلاف الجنس؛
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعيين بإختلاف المستوى الدراسي؛
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعيين بإختلاف التخصص.

وقد تم تفسير ومناقشة النتائج في ظل التراث النظري والإجراءات الميدانية.

الكلمات المفتاحية: الشعور بالوحدة النفسية، قلق المستقبل، طلبة الجامعيين.

Abstract

-Abstract:

Our current study aimed to find out the relationship between psychological loneliness and future anxiety among university students at the University of KASDI MERBAH Ouargla, and also aims to find out the differences in terms of gender, academic level, specialization in both psychological loneliness and future anxiety among university students.

The study was applied to a sample of "240" university students who were selected randomly, and to collect information, the psychological Loneliness Scale "Russell 1996" and the future Anxiety Scale "Zeinab Mahmoud Choucair 2005" were applied, and our reliance on the descriptive-associative approach was considered the most appropriate to the subject and content of our study, as it is based on the analysis of the phenomenon and its accurate description, and to process the data and analyze it statistically, the statistical program of Social Sciences SPSS V25 25 was used.

The results were as follows:

- The existence of a positive correlation between the feeling of psychological loneliness and future anxiety among university students.

There are no significant differences in psychological loneliness and future anxiety among university students of different sexes.

- There are no statistically significant differences in the feeling of psychological loneliness and future anxiety among university students of different academic level.

- There are no significant differences in the feeling of psychological loneliness and future anxiety among university students with different specialties.

The results were interpreted and discussed under the theoretical heritage and field procedures.

Keywords: psychological loneliness, future anxiety, university students.

Résumé

-Résumé :

Notre étude actuelle visait à découvrir la relation entre la solitude psychologique et l'anxiété future chez les étudiants universitaires de l'Université KASDI Merbah Ouargla, et vise également à découvrir les différences en termes de sexe, de niveau académique, de spécialisation à la fois dans la solitude psychologique et l'anxiété future chez les étudiants universitaires.

L'étude a été appliquée à un échantillon de "240" étudiants universitaires sélectionnés au hasard, et pour collecter des informations, l'échelle de solitude psychologique "Russell 1996" et l'échelle d'anxiété future "Zeinab Mahmoud Chougair 2005" ont été appliquées, et notre recours à l'approche descriptive-associative a été considérée comme la plus appropriée au sujet et au contenu de notre étude, car elle est basée sur l'analyse du phénomène et sa description précise, et pour traiter les données et les analyser statistiquement, le programme statistique de Sciences sociales SPSS V25 25 a été utilisé.

Les résultats ont été les suivants :

- L'existence d'une corrélation positive entre le sentiment de solitude psychologique et l'anxiété future chez les étudiants universitaires.

Il n'y a pas de différences significatives dans la solitude psychologique et l'anxiété future chez les étudiants universitaires de sexes différents.

- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans le sentiment de solitude psychologique et d'anxiété future chez les étudiants universitaires de différents niveaux académiques.

- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans le sentiment de solitude psychologique et d'anxiété future chez les étudiants universitaires ayant des spécialités différentes.

Les résultats ont été interprétés et discutés selon les procédures théoriques du patrimoine et du terrain.

Mots clés : solitude psychologique, anxiété future, étudiants universitaires.

فهرس المحتويات

إهداء I

إهداء II

شكر وتقدير III

- ملخص: ..... أ

فهرس المحتويات..... د

قائمة الأشكال: ..... ح

فهرس الجداول..... ط

مقدمة: 1

الجانب النظري

الفصل الأول: إشكالية الدراسة واعتباراتها

1. مشكلة الدراسة: 8

2- فرضيات الدراسة 11

3- أهداف الدراسة: 12

4- أهمية الدراسة: 12

5- التعاريف الإجرائية:..... 13

6- حدود الدراسة: 14

الفصل الثاني: الشعور بالوحدة النفسية

تمهيد: 25

1- مفهوم الشعور بالوحدة النفسية: 26

2- نشأة الشعور بالوحدة النفسية عند الفرد: 28

3- الفرق بين الوحدة النفسية وبعض المفاهيم النفسية: 29

4- النظريات المفسرة للوحدة النفسية : 32

5- الأسباب والعوامل المؤدية إلى الشعور بالوحدة النفسية : 38

7- أنواع الشعور بالوحدة النفسية : 43

8- أبعاد ومكونات الشعور بالوحدة النفسية : 45

9- خصائص الشعور بالوحدة النفسية : 48

10- سمات شخصية للأفراد الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية: 49

11- التأثيرات والأضرار الناتجة عن الشعور بالوحدة النفسية: 51

الفصل الثالث: القلق المستقبل

تمهيد 59

1- تعريف القلق: 60

2- نشأة القلق: 60

3- تصنيفات القلق: 61

4- تعريف قلق المستقبل: 64

5- مفاهيم مرتبطة بالقلق المستقبل: 65

6- النظريات المفسيرة لقلق المستقبل: 69

7- مظاهر قلق المستقبل: 75

8- أسباب قلق المستقبل: 76

9- التأثير السلبي لقلق المستقبل: 81

10- سمات ذوي قلق المستقبل: 83

11- مجالات قلق المستقبل: 85

الخلاصة 89

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد 92
1- منهج الدراسة: 93
2- الدراسة الإستطلاعية: 93
2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية: 94
2-2- وصف عينة الدراسة الاستلاعية: 94
4- وصف أدوات الدراسة: 96
4-1- مقياس الشعور بالوحدة النفسية: 96
4-2- مقياس قلق المستقبل: 98
5- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة: 100
5-1- الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية: 100
5-2- الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل: 102
6-الدراسة الأساسية: 104
6-1- وصف عينة الدراسة الأساسية: 105
7- إجراءات تطبيق الدراسة: 108

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة وتفسير الفرضيات

تمهيد 112
1ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: 112
2ـــ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: 115
3ـــ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة: 122
4ـــ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة: 127
خلاصة: 134
- الدراسات المقترحة: 135

- استنتاج عام:..... 135

المراجع 136

الملاحق 136

قائمة الأشكال:

الشكل رقم(1): نموذج روكاتش لأسباب الشعور بالوحدة النفسية. 39

الشكل رقم (2): يبين نموذج روكاتش لأبعاد ومكونات الشعور بالوحدة النفسية. 46

فهرس الجداول

الجدول رقم(1): يوضح خصائص العينة الاستلاعية 95
الجدول رقم (2) يوضح الشعور بالوحدة النفسية العاطفية والشعور بالوحدة النفسية الإجتماعية.....97
الجدول رقم(3): جدول يوضح محاور مقياس قلق المستقبل وعبارات كل محور. 99
الجدول رقم(4): يوضح مفتاح التصحيح ومستويات قلق المستقبل.....100
الجدول رقم(5): يوضح الصدق التمييزي للقياس 100
الجدول رقم(6): يوضح الصدق الذاتي للقياس.....101
الجدول رقم (7): يوضح قيمة معامل الارتباط للتجزئة النصفية لحساب الثبات.....102
الجدول رقم(8): يوضح معامل ألفا كرونباخ.....102
الجدول رقم(9): يوضح الصدق التمييزي للقياس. 103
الجدول رقم(10): يوضح الصدق الذاتي للقياس.....103
الجدول رقم(11): يوضح قيمة معامل الارتباط للتجزئة النصفية لحساب الثبات.....104
الجدول رقم(12): يوضح معامل ألفا كرونباخ.....104
الجدول رقم(13): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس.....105
الجدول رقم(14) يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير مستوى الدراسي. 106
الجدول رقم(15): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير التخصص.....107
الجدول رقم (16): قيمة معامل الارتباط بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل. 112
الجدول رقم (17): يوضح درجة الشعور بالوحدة النفسية في العينة بإختلاف الجنس.....115
الجدول رقم (18): يوضح درجة قلق المستقبل في العينة بإختلاف الجنس. 119
الجدول رقم (19): يوضح درجة الشعور بالوحدة النفسية في العينة بإختلاف المستوى الدراسي. 123
الجدول رقم (20): يوضح درجة قلق المستقبل في العينة بإختلاف المستوى الدراسي.....125
الجدول رقم(21): يوضح درجة الشعور بالوحدة النفسية في العينة بإختلاف التخصص.....128
الجدول رقم(22): يوضح درجة قلق المستقبل في العينة بإختلاف التخصص.....131

مقدمة

مقدمة:

يندرج طالب العلم في الدراسة من سنة الى الأعلى منها ومن مرحلة لأخرى، فالمرحلة الجامعية وهي مرحلة التى يراها الجميع على أنها بوابة المستقبل وضمان للحلم الذي يراود كل شاب لتحقيق أهدافه وتنمية قدراته والتكيف مع الواقع دولته من حيث الشغل والابتكار كلا الجنسين للإلتحاق بها وفي مختلف التخصصات المتوفرة فيها والتواجد داخل اسوارها والتعرف على طبيعة الحياة الجامعية والتفاعل معها وبناء شخصيتهم الإنسانية المتكاملة في مختلف المجالات واكتساب المعلومات العلمية، حيث أنه في كثير من الأحيان تستوجب المرحلة تميز الطالب الجامعي بالإبداع والمهارة وتطور الطموح نحو الأفضل ولا يتحقق هذا إلا من خلال التغيرات والتطورات اليومية فالطالب الذي لايعرف التخطيط للنجاح هو بذلك يخطط للفشل، فكم صادفنا من أناس طموحين يخططون لمستقبلهم لكنهم لايتقنون التعامل مع اللحظات ومجريات الحياة لذلك ارتأيت من خلال هاته الدراسة الحالية البحث في موضوع الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعين.

فالشعور بالوحدة النفسية يمثل إحدى المشكلات الهامة في حياة الإنسان المعاصر، لأن هذه المشكلة تعتبر نفطة البداية لكثير من المشكلات التي يتعرض لها طالب، ويتصدر هذه المشكلات الشعور الذاتي بعدم السعادة، والتشاؤم، فضلا عن الإحساس بالعجر والفشل نتيجة الإنعزال الإجتماعي والإنفعالي، ومن هذا المنطق يتبن أن الشعور بالوحدة النفسية شعور نفسي أليم قد يكون مسؤولا ظهور بعض الإضطرابات النفسية.**(وفاء جميل، 2008، ص2)**.

حيث يعرف على أنها خبرة غير محببة تدعو إلى الحزن والضيق، تنتج من إدراك الفرد للنقص في علاقاته الاجتماعية، بالإضافة إلى أنها خبرة شخصية أو ذاتية، تتضمن الرغبة في الابتعاد عن الآخرين، والاستمتاع بالجلوس منعزلا عنهم، مع صعوبة التودد إليهم، وصعوبة التمسك بهم، بجانب الشعور بالنقص

وعدم الثقة بالنفس، وعليه يعرف الفرد الوحيد نفسيا بأنه شخص يفتقر الى الاصدقاء، أنه غير محبوب بين الناس، وعاجز عن الدخول في العلاقات إجتماعية قوية مع غيره، ويفضل أن يكون وحيدا أكبر وقت ممكن، مع شعوره بالخجل والتوتر في وجود الآخرين، ولا يتفاعل معهم بشكل إيجابي ومقبول، وهو شخص لا يثق بنفسه، ولا يقدرها حق قدرها، وغالبا ما يشعر بالوحدة حتى في وجود الاخرين.**(دانيا، 2013، ص22)**.

وإن الطلبة الجامعيين أكثر عرضة للوحدة النفسية من غيرهم بسبب التغير في العلاقات الإجتماعية وحجم التوقع المطلوب منهم والضغوط التى يتعرضون لها نتيجة الإنتقال إلى الحياة الجامعية حيث أن الواقع الحالي للتعليم الجامعي له عقبات وحوجز تعيق مسيرتهم والتى قد تؤثر على أداء ادوارهم بصفة كامنة، والظاهر أن الطلبة الجامعين يفكرون في الغد بشكل دائم، ويتخوفون مما يخفي المجهول لهم فالحصر الأكبر الذي يشغلهم هو قلق المستقبل فإن القلق من المستقبل يحجب الرؤية الواضحة عن إمكانياته ويفشل قدراته، وبالتالي يعيق وضع أهدافه واقعية تتفق مع طموحاته في تحقيق الأهداف المستقبلية التى تحقق له السعادة حيث يعتبر الطلبة الجامعيين عماد المستقبل يقع على عائقهم الدور الكبير في عملية بناء والتطور ضمن التخصصات المختلفة التى يدرسونها وبالتالي تلعب دور كبير في معرفة مستوى قلقهم اتجاه المستقبل.

أي أن قلق المستقبل هو خبرة إنفعالية غير سارة يتملك الفرد من خلالها الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدا من صعوبات، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالتوتر والضيق والإنقباض عند الإستغراق في التفكير فيها، وضعف القدرة على التحقيق الأهداف والطموحات والإحساس بأن الحياة غير جديرة بالإهتمام والشعور بعدم الأمن والطمأنينة، نحو المستقبل، والإنزعاج وفقدان القدرة على التركيز والصداع.**(رحمين أمينة، 2015، ص56)**.

لذلك يمكن القول أن دراسة قلق المستقبل مهم في التنبؤ بتوقعات وأهداف وطموحات الطالب الجامعي لما يتعرض له لأزمات وتوترات وضغوط حيث يفكر في ما يخبئ له المستقبل، حيث يمثل الشاب أو الطالب الجامعي قوة دعم ومساندة لمجتمعهم، نجد أنهم بحاجة لمن يساندهم، ويدعمهم حتى لاينتكسوا باليأس، لأن نظرتهم للمستقبل تتأثر إلى حد كبير بإدراك الفرد لذاته وللأهداف التى يسعى إلى تحقيقها، وللأهداف السلبية التى يحاول أن يتجنبها، والعوائق التى تمنع تحقيق هذه الأهداف كذلك تتأثر نظرته للمستقبل بالبيئة النفسية التى يوجد فيها والتى تشمل جميع الأحداث التى تؤثر في الفرد ويتأثر بها ومن هنا يمكن القول ان قلق المستقبل ينشأ نتيجة للضغوطات والإحباطات التى قد يواجهها الطالب الجامعي في المستقبل وإمكانات الحاضر المتواضعة تجعل الطالب في حالة قلق دائم.

والأمر الذي جعل كثير من الطلاب يعيشون إغتراب حقيقي نحو مستقبلهم، مما أدى إلى شعورهم بالضجر وعدم متابعة الدراسة الجامعية، وفقدان القدرة على تحقيق الذات وخضوع البعض الآخر للالتحاق بالتخصصات غير المرغوبة، مما جعلهم يواجهون العديد من القيود الاكاديمية التى تعيق تفاعلاتهم، وأفكارهم وسلوكياتهم وتحرمهم من تحقيق طموحاتهم ورغباتهم وتحسين صورة المستقبل. **(رضا عبد الرزاق، 2021، ص126)**.

فوجهة نظر الفرد إلى المستقبل منحصر بين أمرين اثنين لا ثالث لهما، أما بتفاؤل وأمل وإما بتشاؤم ويأس، أي بإنزعاج وخوف وقلق، لكن هاتين الحالتين ليس بمعزي عن الأخرى، حيث يمكن التعرض لهما بشكل متزامن، فإن كان الجانب السلبي غالب على الواقع، بطبيعة الحال سيؤدي بالفرد إلى الشعور بالقلق نحو المستقبل.**(رميسة، 2014، ص1)**.

ومما سبق ولأهمية هذه الفئة في المجتمع، التي يجب توفير لها القدر الكافي من متطلباتها وإشباع حاجاتها، حتى يكون الطالب في صحة نفسية جيدة وجاهزة للعطاء مستقبلا، من جميع النواحى جاءت هذه

الدراسة، والتي تناولت الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين لكي يستطيع الطالب الخروج من العزلة والتصورات التي يحملها مستقبله المجهول (دراسة ميدانية على العينة من الطلبة الجامعيين) حيث لم تنال هذه الدراسة الإهتمام الكافي على حد علم الطالبتين من خلال اطلاعهما في البيئة المحلية.

وقد قسمت الدراسة إلى جانبين: جانب نظري وآحر تطبيقي ولقد احتوى الجانب النظري على الفصول الآتية:

الفصل الأول: وتم تطرق فيه إلى إشكالية الدراسة وفرضيات، وأهدافها، وأهميتها وحدودها، وكذا التعاريف الإجرائية، وأخيرا الدراسات السابقة.

الفصل الثاني: خصص لشعور بالوحدة النفسية بداء بتقديم تعريف له، متطرقين أولا إلى تعريف ونشأة الشعور بالوحدة النفسية ومفاهيم مرتبط بها، وبعدها تطرقنا إلى أسباب الشعور بالوحدة النفسية ومظاهرها وأنواعها وأبعادها وكونات الشعور بالوحدة النفسية، وخصائصها والنطريات وسمات الشخصية لشعور بالوحدة النفسية والتأثيراتها والأضرار والإسترتيجيات مواجهة الوحدة النفسية.

الفصل الثالث: اشتمل على قلق المستقبل وقد ضم: تعريف القلق بصفة ونشأته وتصنيفته، ثم تعريف قلق المستقبل والمفاهيم المرتبطة بيه، وبعدها تطرقنا أسبابها ومظاهرها، والنطريات المفسرة لقلق المستقبل، التأثير السلبي وسمات ومجالات القلق المستقبل.

الفصل الرابع: وتضمن إجراءات الدراسة الميدانية بدءا بمنهج وعينة الدراسة، وأيضا الدراسة الإستطلاعية والتي ضمت كل من الهدف ووصف الدراسة والإجراءات العينة والأدوات المستخدمة فيها، وخصائص السيكو مترية لدراسة، وصولا إلى نتائجها، أما في الدراسة الأساسية فقد قمنا بتناول كل من إجراءات تطبيقها والأساليب الإحصائية لدراسة.

الفصل الخامس: فقد تم فيه عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها، وتفسيرها وفق الفرضيات والدراسة السابقة.

وأخيرا خاتمة الدراسة مع مجموعة من الإقترحات، في ضوء النتائج المتوصل إليها وبعض التوصيات.

الجانب النظري

الجانب النظري

الفصل الأول: إشكالية الدراسة واعتباراتها

1- إشكالية الدراسة.

2- فرضيات الدراسة.

3- أهداف الدراسة.

4- أهمية الدراسة.

5- التعاريف الإجرائية.

6- حدود الدراسة.

7- الدراسات السابقة.

1. مشكلة الدراسة:

تعتبر الجامعة من المؤسسات التي تساهم إسهاما كبيرا في بناء شخصية الشاب بشكل لما تقدمه من مناهج متطورة وما توفره من علاقات إنسانية والإقتصادية والثقافية وتفاعل الإجتماعي، ولذا يمكن القول أن شخصية الطالب تتبلور وتنضج خلال فترة الإعداد الجامعي وأن ذلك يشمل إتجاهات الطالب وقيمته العقلية، فضلا عن حاجاته ودوافعه العديدة.

حيث يعيش الإنسان في العصر الحالي في عالم التغير، فقد يمسي الإنسان على مالم يمسي عليه من كثرة تغيرات الواقعة في جميع المناحي حياة، وهذا من شأنه أن يجعل الطالب الجامعي، حيث تعد المرحلة الجامعية من أهم المراحل التعلمية في حياة الطالب، وهي مرحلة تختلف تماما عن مراحل التعليم قبل الجامعي ومن خلال تتشكل شخصية في مختلف جوانب نطرا لما يتعرض له الطالب من مواقف ومشكلات النفسية التي قد تلقي ضرر على نفسيته وأداءه الدراسي والإجتماعي في حياته والتأثير في تصرفاته داخل المؤسسة الجامعية أو خارجها.

وتصل مظاهر النمو المختلفة لدى طلاب الجامعة مع بداية السن 19سنة إلى أعلى مستوياتهافي هذه الفترة، تتضح قدراتهم العقلية والمعرفية بشكل أكبر لاسيما القدرات التي تتطلب السرعة في الإستجابة والدقة في التذكر، وكذا النمو الجسمي والانفعالي والاجتماعي. ويتميز سلوك الطالب الجامعي بمظاهر نمائية تظهر على شكل عدم الاستقرار الانفعالي، تتمثل في صعوبة التوافق أو التوتر وشعور بالغربة وإحساس بالقلق يتعلق بشكل خاص بمظهرين، أحدهما الخوف من الفشل في الدراسة وثانيهما الخوف أو القلق من المستقبل المجهول وغير المحدد، قد يؤدي إلى إعاقة التحصيل الأكاديمي وضعف التركيز وإهمال الواجبات والملل من المحاضرات والخوف من الامتحانات. وفي هذا الإطار يشير زاليسكي(1996) هو

حالة من التوتر وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات غير المرغوبة في المستقبل وفي الحالة القصوى، فإنه يكون تهديدا بأن هناك شيئا ما غير حقيقي سوي يحدث للشخص.

ويعد القلق من المستقبل نوعا من أنواع القلق الذي يشكل عائقا أمام الأفراد وإنتاجيتهم، وقد يكون هذا القلق ذو درجة عالية يؤدي إلى اختلال في توازن الفرد مما يؤثر على الناحية العقلية أو الجسمية أو السلوكية. ويعتبر القلق الطالب الجامعي اتجاه المستقبل أحد أوجه القلق العام، وقد أظهرت دراسة وقام المشيخي (2009) توصلت هذه الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة الإحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية وطلاب كلية الأدب على مقياس قلق مستقبل، في هذا السياق نستطيع القول بأن قلق المستقبل هو نوع من أنواع قلق العام، الذي يشكل خطر في حياة الفرد الناجم عن خبراته الماضية، وكذا الحاضرة التي يعيشها، وتجعله يشعر ويحس بعدم الأمن والاستقرار، وبالتالي يتوقع الخطر وتتولد لديه حالة من اليأس والتشاؤم، ففي نهاية الأمر يؤدي به إلى الإضطرابات والأمراض النفسية. بينما أشارت دراسة أحمد (2014) أن نسبة إنتشار قلق المستقبل لدى طلبة جامعة دمشق قسمي علم النفس والكيمياء بلغ (57,63%)، وأيضا وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل وتقدير الذات لدى أفراد العينة. ووجود فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس ولصالح الذكور، وكذلك تبعا لمتغير التخصص الدراسي لصالح قسم علم النفس، وتبعا لمتغير السنة الدراسية لصالح السنة الأخيرة. كما أكدت دراسة سالمي مسعودة والآخرين(2018) أن مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين مرتفع ولا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس قلق المستقبل المهني بين طلبة العلوم الإجتماعية والعلوم التكنولوجية.

ويحمل القلق الذي يعاني منه الطالب الجامعي تأثيرا سلبيا على شخصيته ومستقبله كلما زادت درجة قلق المستقبل أو عدم القدرة على تحديد ما يريده، فقد تسبب هذه الأخيرة في تزايد الضغوط النفسية والاجتماعية التي يعاني منها الفرد ويواجه صعوبات في تجاوز مما يعرضه لعوامل القلق والتوتر والمعاناة

من الاضطرابات النفسية والإنفعالية والعقلية، وقد تؤدي به إلى بعد عن المجتمع والعزلة والشعور بالوحدة النفسية.

فحسب كاسيبو وآخرين(**Cacioppo & al**) أن الشعور بالوحدة النفسية لا يرتبط بالضرورة بالعزلة الإجتماعية، فغالبا مايعني الفرد من هذا الشعور وهو محاط بأفراد وجماعات أخرى (الزوج، العائلة والأصدقاء)، فالأمر يتعلق بطبيعة هذه العلاقات من حيث النوعية أكثر من كونها كمية (**سعداولي، 2018، ص5**).

حيث أكدت الكثير من الدراسات أن هناك علاقات إيجابية بين الشعور بالوحدة النفسية ومتغيرات الاخرى، وهذا ما أشارت إليه دراسة حنان أسعد محمد خوج (2002) أكدت أنها توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة، وبينما تؤكد بعض منها على علاقات سلبية من بينها دراسة عبد الحق بركات (2008) يشير إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات وأيضا لا توجد فروق في درجات أفراد العينة التي تعاني من الوحدة تبعا لمتغير الجنس والتخصص والمستوى الدراسي، وأشارت أيضا دراسة بن دهنون سامية شرين والاخرين(2014) على وجود علاقة ارتباطية سالبة بين شعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين، وتؤكد عدم وجود فروق في شعور بالوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي.

من خلال ما طرقنا إليه نستنتج أن كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل يعد موضوع مهم في حياة الجامعية والبحث فيه فقد تناولت دراستنا الحالية هذان المتغيران لنرى مدى أهميتها وأهتمام بها في الحياة الطالب الجامعي خاصتين في مرحلة الجامعية أي مرحلة تكوين كل فرد والكشف عن مستقبلهم المجهول وموجهة الإنعزال أو العزلة عن المجتمع فيعد موضوع بحثنا هذا هدفه من أجل أن يستطيع الطالب الجامعي أن يواجه جميع العقبات والإضطرابات النفسية التي قد تكون له سبب دخوله في

متهات وانطواء عن بيئته ومجتمعه، فامن خلال معايشة الطالب هذه المشاكل والأحداث والمرور بهذه المرحلة نرى مدى كثرة انجداب الطالب وأهميته لموضوع دراستنا.

من هنا تطرقنا إلى هذه الدراسة الحالية لتسلط الضوء على متغيري الشعوربالوحدة النفسية و القلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين لما لهما من أهمية في الحياة الجامعية بشكل خاص والحياة الاجتماعية بشكل عام في مسيرتيه الدراسية.

ومن هنا يمكننا طرح التساولات التالية:

1. هل توجد علاقة إرتباطية بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين؟
2. هل توجد فروق بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس؟
3. هل توجد فروق بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى الدراسي؟
4. هل توجد فروق بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص؟

2. فرضيات الدراسة

1. توجد علاقة إرتباطية دالة بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين؛
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس؛
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى الدراسي؛
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص.

3. أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية :

1. محاولة الكشف عن نوع العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين؛
2. معرفة الفروق بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس؛
3. إبراز الفروق بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى الدراسي؛
4. إبراز الفروق بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص.

4. أهمية الدراسة:

أهمية النظرية:

أن الإهتمام بدراسة الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل يمهد للتعرف على أبرز مخاوف الطلبة في المستقبل والتي تعمل على إحباطهم وقوعهم في بعض الإضطرابات النفسية نحو المهام التعلمية التي يواجهونها نتيجة القلق وهذا يعمل على تشخيص الواقع الذي يعيشونه.

كما أن التصورات التي يعيشها الطالب الجامعي من خلال الضغوط والعوامل النفسية التي يمر بها والخوف من المستقبل مجهول نتيجة القلق الذي ينتابه.

وأيضا تتجلى أهمية الدراسة من الناحية النطرية في أهمية مشكلة الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل بإعتبارها إحدى المشكلات التي يعاني منها بعض الطلبة في الجامعة، وذلك بتسليط الضوء على أسبابه، ومظاهره، وأشكاله، وماله من آثار سلبية تنعكس على الطالب مستقبلا في عدة نواحي.

أهمية العلمية:

مرافقة الطلاب وتوعيتهم في هذه المرحلة الحاسمة ويأتي عنها من اضطرابات ومشكلات نفسية تعصف بمستقبل الطالب الجامعي وتوفير البيئة المناسبة لمواجهة القلق، ومساعدة على تقليل من مستوى الضغط الشعوربالوحدة النفسية.

كما يمكن الاستفادة من نتائج هذا البحث في إعداد برامج إرشادية للتخفيف من قلق المستقبل لدى طلبة الجامعيين.

كما يمكن الإستفادة من نتائج هذه الدراسة في توجيه في مجال الصحة النفسية في الاعداد برنامج الإلكتروني لكشف طبيعة الاضطرابات النفسية في وسط حرم الجامعي وتكفل بيها، ومن أجل تقليل من قلق المستقبل وخروج الطالب الجامعي من قوقعة الشعور بالوحدة النفسية.

5- التعاريف الإجرائية:

- الشعور الوحدة النفسية loneliness: وهي الرغبة في الإبتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلا عنهم، مع صعوبة التودد إليهم. **(شقير1993، 126).**

وتعرف الوحدة النفسية إجرائيا بأنها: إحساس الطالب الجامعي بوجود فجوة نفسية، مما يدفع به إلى بعض الإضظرابات النفسية كالقلق والتوتر وهروب من مجتمع، ويشار إلى ذلك بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس شعور بالوحدة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

- قلق المستقبل Future Anxiety: يعرف على أنه: "خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات ودحض للإجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في

حالة من التوتر وعدم الأمن،مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، كما تؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس". **(شقير، 2005، ص7)**.

ويعرف قلق المستقبل إجرائيا في هذه الدراسة بأنه مجموعة الدرجات التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة عن مقياس قلق مستقبل.

6. حدود الدراسة:

ـ **الحدود البشرية:** تمثلت عينة الدراسة في طلبة جامعة قاصدي مرباح ـ ورقلة؛

ـ **الحدود الزمنية:** أجريت هذه الدراسة خلال الموسم الجامعي (2023/2022)؛

ـ **الحدود المكانية:** أجريت الدراسة بجامعة قاصدي مرباح ـ ورقلة بـ **"كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية ـ كلية علوم التطبقية"**.

7. دراسات السابقة:

من خلال بحثنا عثرنا على بعض الدراسات الهامة منها:

1.7. الدراسات السابقة التي تناولت مفهوم الشعور بالوحدة النفسية:

ـ دراسة لكل من كماث Kmath وكانيكار Kanekar (1993):

عنوان الدراسة "الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بكل من الخجل وتقدير الذات"

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة الفروق الجنسية في الشخصية المستعدة لتوقع حدوث الشعور بالوحدة النفسية والخجل واحترام الذات، وتم استخدام عينة تكونت من (50) طالب ذكر و(50) طالبة أنثى من طلاب الكليات الذين يدرسون في جامعة بومباي وتوصل الباحثان لنتائج مفادها ارتباط الشعور بالخجل إيجابيا مع الشعور بالوحدة النفسية، وسلبيا مع احترام الذات لدى طلاب وطالبات الجامعة أفراد العينة، وكذلك ارتباط الشعور المرتفع بالوحدة النفسية سلبيا بالتقدير الإيجابي المرتفع للذات، كما لم توجد تأثيرات للمواقف والثقافة لهذه المتغيرات ولم تظهر فروق في الجنسين.

ـ دراسة كينث وكيمبرلي (2004):

عنوان الدراسة "الفروق الجنسية في الوحدة النفسية: دور الأنوثة والذكور"

هدفت هذه الدراسة التعرف على الفروق بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية، وهي عبارة عن دراسة وصفية استخدم من أجلها مقياس الشعور بالوحدة النفسية كأداة لجمع البايانات، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الذكور الذين كانوا أكثر حدة.

ـ دراسة جودة(2005):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة الموجودة بين الوحدة النفسية ومفهوم الذات لدى الأطفال في محافظة غزة، ومعرفة تأثر الوحدة النفسية ومفهوم الذات بإختلاف الجنس، وقد بلغت الدراسة (166 تلميذ و194 تلميذة) يدرسون في الصف السادس الإبتدائي، وبعد استخدام المقاييس المناسبة للدراسة (مقياس الوحدة النفسية) إعداد الباحثة، ومقياس مفهوم الذات لـ: منصور وبشاي(1986)، أسفرت نتائج الدراسة على ما يلي:

- أن 16,1% من أفراد العينة يعانون من الوحدة النفسية؛
- وجود علاقة ارتباط سالبة ودالة بين الوحدة النفسية مفهوم الذات لدى الأطفال؛
- وجود فروق دالة في الوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس ولصالح الذكور؛
- عدم وجود فروق في مفهوم الذات الكلي تبعا لمتغير الجنس.

ـ دراسة مقدادي (2008):

عنوان الدراسة "الوحدة النفسية وعلاقتها بالإكتئاب لدى عينة من طلبة كلية العلوم التربية بجامعة آل البيت". على عينة قوامها(510) طالب وطالبة منهم(312) إناث و(198) ذكورا، تم اختيارهم عشوائيا، وقد استخدم الباحث مقياس الشعور بالوحدة النفسية لـ: راسل (Russel)، وقائمة بيك الاكتئاب: وبعد القيام بالمعالجات الإحصائية المناسبة للدراسة، أسفرت النتائج على ما يلي:

- تقترن الزيادة في الاكتئاب بالزيادة في الشعور بالوحدة النفسية؛
- مستوى الشعور بالوحدة النفسية أعلى لدى مجموعة من المكتئبين مقارنة بمجموعة من غير المكتئبين؛
- توجد فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في مستوى الاكتئاب، وأن هذا الأخير أعلى لدى الإناث؛
- لا يوجد إختلاف في الشعور بالوحدة النفسية بين الجنسين؛
- إن نتائج هذه الدراسة تشير إلى أهمية تضمين البرامج الإرشادية والتربوية التي تقدم لطلبة الجامعات تدريبات لزيادة الاتصال الإجتماعي لأنها تساعد في الوقاية من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب.

ـ دراسة مازن ملحم(2010):

عنوان الدراسة "الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية"

هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة المحتملة بين الشعور بالوحدة النفسية والعوامل الخمسة للشخصية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، بلغ عدد أفراد العينة(120) مفردة وتعتبر هذه الدراسة من الدراسات الوصفية، إستخدم فيها مقياس الشعور بالوحدة النفسية "لراسل" ومقياس العوامل الخمسة للشخصية من إعداد "كوستا" و"ماكري" للإجابة على التساؤلات الآتية:

- هل توجد علاقة ارتباطية مابين الأداء على مقياس العوامل الخمسة للشخصية والأداء على مقياس الشعور بالوحدة النفسية ؟

توصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط إيجابي دال إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية.

ـ دراسة نمر صبح القيق(2011):

عنوان الدراسة "الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية القنون الجميلة بجامعة الأقصى بغزة.

هدفت الدراسة التعرف على درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة، وبيان علاقة هذا الشعور بكل من جنس والمستوى الدراسي، ولتحقيق ذلك استخدام الباحث مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداده، وتم توزيعه على عينة مكونة من(157) طالب من كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى بغزة.

توصلت نتائج الدراسة على أنه لا توجد فروق إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس.

توجد فروق في درجة الشعور بالوحدة النفسية تعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الرابع.

ـ دراسة جنار عبد القادر أحمد الجباري (2012):

عنوان الدراسة "الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كركوك"

هدفت الدراسة التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات(الجنس، المرحلة الدراسية)، وتعتبر من الدراسات الوصفية اعتمدت فيها الباحثة على مقياس قامت بإعداده وطبقته على 100 طالب وطالبة بطريقة عشوائية، بغرض الإجابة على التساؤلات التالية:

- ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة؟
- هل توجد فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تبعا لمتغير المرحلة الدراسية؟

توصلت نتائج الدراسة على أن هناك درجة عالية من الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة.

- لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية لمتغير المرحلة الدراسية.

2.7. الدراسات السابقة التي تناولت مفهوم قلق مستقبل:

ـ دراسة صبري إيمان(2003):

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة المعتقدات الخرافية بكل من قلق المستقبل والدافيعة ومدى إختلاف هذه المتغيرات بإختلاف النوع تكونت عينة الدراسة من (150) فردا،(75) طالبا و(75) طالبة. استخدمت الباحثة مقياس الاتجاه نحو المعتقدات الخرفية ومقياس قلق المستقبل من إعداد زاليكسي.

أظهرت النتائج وجود ارتباط عكسي دال بين المعتقدات الخرافية لدى المراهقين والمراهقات وكل من قلق المستقبل والدافعية للإنجاز، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مقياس قلق المستقبل لصالح الذكور، مما يعني أن الذكور أقل قلق على مستقبلهم من الإناث.

ـ دراسة بولانسكي(2005):

هدفت الدراسة إلى التعرف على القلق إتجاه المستقبل المهني لدى كليات الطب ببولندا، وتألفت العينة من (992) من طلبة السنة الأخيرة، وتم لستخدام استبانة لقياس قلق المستقبل من إعداد الباحث،وأظهر النتائج أن(81%) من طلبة كليات الطب كان لديهم مستوى قلق المستقبل مرتفع وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق تعزى لصالح الجنس والمستوى التعليمي.

ـ دراسة خالد العنزي(2010):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين القبول والرفض الوالدي بالأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل، تكونت عينة الدراسة من(320) طالبا منهم(195) من طلاب كلية التربية والآداب و(165) طالبا من كلية العلوم بجامعة الحدود الشمالية. تم استخدام استبيان القبول ـ الرفض الوالدي إعداد رونالد رونر ترجمة ممدوحة سلامة، مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد سليمان الريحاني ومقياس المستقبل إعداد زينب محمود شقير. توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل، في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية والآداب ومتوسطات طلاب كلية العلوم في قلق المستقبل.

ـ دراسة المصري (2011):

عنوان الدراسة: قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الاكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة.

هدفت الدراسة للتعرف على مستوى قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الاكاديمي، محاولة معرفة وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل وفاعلية الذات والطموح الاكاديمي، وقامت الباحثة بإستخدام المنهج الوصفي التحليلي، الذي يعتمد على دراسة الظاهرة الإجتماعية ووصفها كما وكيفا، تكونت عينة الدراسة من (626) طالبا وطالبة من جامعة الأزهر بغزة، الذين يمثلون(5,51%) من المجتمع الأصلي للدراسة، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين قلق المستقبل وأبعاده، وبين فاعلية الذات عدا البعد المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبلية فهو غير دال إحصائيا، وكذلك وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين جميع أبعاد قلق المستقبل وبين درجة الكلية للطموح الأكاديمي.

ـ دراسة بوزيان وبوقصة (2011-2012):

عنوان الدراسة: قلق المستقبل لدى طلبة التخرج دراسة ميدانية على طلبة بكلية العلوم الإنسانية والإجتماعية جامعة قاصدي مرباح بورقلة.

هدفت الدراسة للكشف عن قلق المستقبل والوقوف على الفروق الفردية طبقا للجنس والتخصص والنظام التعليمي لدى عينة البحث المؤلفة من(100) طالبا وطالبة من طلبة التخرج في كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية بجامعة قاصدي مرباح بورقلة، وتم اعتماد مقياس جاهز للدكتورين (محمد عبد التواب) و(سيد عبد العظيم محمد)، بإستخدام المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة الإجتماعية ووصفها كما وكيفا، أظهرت نتائج البحث على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على وفق المتغير(الجنس والنظام)

لدى عينة البحث، وكذلك أظهرت نتائج الإختبار فروق ذات دلالة إحصائية حسب التخصص لصالح علم الإجتماع وظهر مستوى عالي من القلق بشأن المستقبل لديهم.

ـ دراسة المومني ونعيم (2013):

عنوان الدراسة: قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات.

هدفت الدراسة إلى كشف عن مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل، وقد تم إعداد استبانة للكشف قلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة البالغة(439) طالبا وطالبة،منهم(207) طالب، و(232) طالبة، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد عينة البحث مرتفعا، حيث جاء المجال الاقتصادي في المرتبة الأولى وبدرجة مرتفعة، في حين جاء المجال الأسري في المرتبة الأخيرة وبدرجة مرتفعة أيضا، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى إلى إختلاف متغيرات التخصص أو المستوى الدراسي، وأكدت النتائج أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائيا تعزى لإختلاف الجنس لصالح الذكور، ووجود فروق في المجالين الإجتماعي والإقتصادي تعزى للجنس، وفروق المجال العمل تعزى للتخصص.

ـــ التعقيب على الدراسات السابقة للشعور بالوحدة النفسية:

ويتضح من خلال دراسات السابقة التي تكونت من دراسات عربية وأجنبية بأنها تناولت موضوع الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين الذي يتشابه مع موضوع البحث الحالي حيث إتفقت دراسات مع عينة بحثي وهي الطلبة الجامعيين ومنها دراسة، كماث وكانيكار"1993"، كيث وكيمبرلي"2004"، مقدادي"2008"، ودراسة مازن ملحم"2010"، نمر صبح القيق"2011" ودراسة جنار عبد القادر أحمد الجباري"2012"، وتناولت أيضا دراسة جودة "2005" عينة تلاميذ الإبتدائي.

- وتنوعت منهجية الدراسة في الدراسات السابقة فالبعض استخدم المنهج الوصفي بينما استخدم البعض الآخر مناهج الاخرى؛
- أي أنه هناك عدة اوجه تشابه بين دراستنا والدراسات السابقة الاخرى كعينة البحث؛
- ولقد إعتمدت بعض على مقياس لراسيل"1996" وبعض الآخر اعتمد على بناء المقياس؛
- وجود أيضا أوجه تشابه في النتائج في الدراسة كل من(دراسة كماث وكانيكار1993، دراسة مقدادي2008، دراسة نمر صبح القيق2011، ودراسة جناري عبد القلدر أحمد الجباري2012) أنه لا توجد فروق إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس.

- التعقيب على الدراسات السابقة للقلق المستقبل:

ويتضح من خلال دراسات السابقة التي تكونت من دراسات عربية وأجنبية بأنها تناولت موضوع قلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين الذي يتشابه مع موضوع البحث الحالي حيث إتفقت دراسات مع عينة بحثي وهي الطلبة الجامعيين ومنها دراسة، خالد العنزي"2010"، مصري"2011"، ودراسة بوزيان وبوقصة"2011 – 2012"، دراسة بولانسكي"2005"، محمد المومني ومازن نعيم"2012"، وتناولت أيضا دراسة الزعلان"2015" عينة الأطفال مجهولي النسب، صبري ايمان"2003" عينة المراهقين.

- وتنوعت منهجية الدراسة في الدراسات السابقة فالبعض استخدم المنهج الوصفي بينما استخدم البعض الآخر المنهج الوصفي التحليلي؛
- أي أنه هناك عدة اوجه تشابه بين دراستنا والدراسات السابقة الاخرى كعينة البحث؛
- ولقد اعتمدت بعض على مقياس زينب محمود شقير"2005"ومقياس زاليكسي"2005"؛

- وجود أيضا أوجه تشابه في النتائج في الدراسة(خالد العنزي 2010) أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل، في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية التربية والآداب ومتوسطات طلاب كلية العلوم في قلق المستقبل.

الفصل الثاني
الشعور بالوحدة النفسية

تمهيد

1. **مفهوم الشعور بالوحدة النفسية.**
2. **نشأة الشعور بالوحدة النفسية عند الفرد.**
3. **الفرق بين الوحدة النفسية وبعض المفاهيم النفسية.**
4. **النظريات المفسرة للوحدة النفسية.**
5. **الأسباب الشعور بالوحدة النفسية.**
6. **مظاهر الشعور بالوحدة النفسية.**
7. **أنواع الشعور بالوحدة النفسية.**
8. **أبعاد ومكونات الشعور بالوحدة النفسية.**
9. **خصائص الشعور بالوحدة النفسية.**
10. **سمات شخصية للأفراد الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية.**
11. **التأثيرات والأضرار الناتجة عن الشعور بالوحدة النفسية.**
12. **استراتيجيات مواجهة الوحدة النفسية.**

خلاصة

تمهيد:

تعتبر دراسة الشعور بالوحدة النفسية من المواضيع المهمة في مجال علم النفس حيث قد تكون من أصعب المشاعر التي يمر بها الإنسان. وهي خبرة ذاتية وإحساس إنساني شامل وعام، لهذا إتجه الباحثون لدراسته والبحث في أبجدياته، بإعتباره نتاج للعلاقات الإنفعالية والإجتماعية غير مرضية فضلا عن عدم إتسامها بخاصية الاشباع، وبالرغم من أهمية هذه الظاهرة، إلا أن علم النفس الحديث لم يلتفت إليها إلا مند فترة وجيزة حيث ظل تناولها يتم بصورة غير مباشرة في إطار ظواهر أخرى أشمل وأكثر عمومية مثل القلق والتوتر والإكتئاب وبعض الإضطرابات النفسية، حيث في فترة الأخيرة بدأت النظرة الجادة إلى هذه الظاهرة بإعتبارها من الظواهر النفسية المستقلة والمتميزة، لذلك سنتطرق لهذا الموضوع في هذا الفصل من عدة أبواب وزوايا مختلفة ومتعددة.

1. مفهوم الشعور بالوحدة النفسية:

1.1. لغة :

ـ في معاجم اللغة العربية:

تعددت المناحي المستخدمة في تعريف معنى الشعور بالوحدة النفسية فمن وجهة نظر معاجم اللغة العربية يقصد بالوحدة على المستوى النفسي الإنفراد، ويتردد هذا المعنى بصورة مختلفة في كثير من هذه المعاجم فيرى كل من أبي منصور الأزهري ومحمد أبي بكر الرازي أن الوحدة تعني الإنفراد والرجل الوحيد يقصد به الرجل المنفرد بنفسه أو المنفرد برأيه كما ذكر البستاني، وتوحد الرجل أي انفراد برأيه.

كما يرى الإمام أبو الفضل جمال الدين محمد الإفريقي المصري الأنصاري أن الواحد مبني على إنقطاع النظير، وعون المثل والوحيد بني على الوحدة والإنفراد عن الأصحاب هو طريق الانقطاع عنهم.**(بركات عبد الحق، 2007، ص30)**.

حيث تتحدث هذه المعاجم عن الوحدة بمعنى الإنفراد كعملية إرادية حيث يحدث في بعض الأحيان أن يعتمد الفرد إلى اعتزالعن بيئته بمحض إرادته والإختلاء بنفسه مع فكرة أو موضوع ما، ولا يعتري الفرد عندئد أي احساس أو شعور بالضيق أو التوتر وقلق بسبب كونه وحيدا بيد أن هذا المعنى يختلف كما يتضمن مصطلح الإحساس بالوحدة النفسية لأن الوحدة النفسية ترتبط بالوحشة وبعد عن الواقعه وهذا ما أكدته معاجم اللغة العربية وقد ربط بعض علماء اللغة بين مفهوم (الوحدة) ومفهوم(الوحشة) ومفهوم(الإعتزال).

2.1. اصطلاحا

اختلفت تعاريف الباحثين لمفهوم الشعور بالوحدة النفسية حسب توجهاتهم وإنتماءاتهم النظرية، لكن جميعهم يؤكدون على كون أن الوحدة النفسية تعتبر ظاهرة نجد ذاتها منفصلة عن الإضطرابات النفسية الأخرى كالإكتئاب والقلق وغيرها.

يعرفه كوبستانت (kubistant, 1979)، حيث يرى أن الوحدة النفسية تعتبر ظاهرة منفصلة ينبغي تناولها لوحدها ولا يمكن تصنيف أو إدماج الظاهرة مع ظاهرة أخرى يبدو أنها ترتبط بها على هذا النحو.**(سعداولي، 2018، ص21)**

وعرفت **جودة(2006)** الشعور بالوحدة النفسية بأنه يمثل "حالة يخبرها الفرد تنشأ أساسا عن قصور في العلاقات الإجتماعية للفرد مع الأخرين، مما يجعله يشعر بالألم والمعاناة بسبب إحساسه بعدم التقبل وإهمال الأخرين له".

وذكر **زهران** أن "**وييس**" "**Weiss**" يرى أن الشعور بالوحدة النفسية على أنها: "ظاهر معقدة وسببها النتائج العاطفية السلبية كما تنتج من ألم الإنفصال"، وترى سيسيليا سولانو آخرون:" أن خبرة الشعور بالوحدة النفسية هي حالة ذاتية واضحة المعالم بحيث يستطيع المرء أن يصفها وصفا ذاتيا ويخبرها للآخرين"، في حين يرى سكميت: "أن هناك متغيرات شخصية ترتبط مع شعور بالوحدة النفسية مثل تقدير الذات المنخفض والخجل والشعور بالإغتراب والضجر وعدم السعادة والإكتئاب النفسي، لذا فإن الأشخاص الشاعرين بالوحدة النفسية يتصفون باللامبالاة وينسبوها إلى البيئة الإجتماعية التي سلبت منهم قوتهم وصلاحيتهم وغياب أشكال المودة". **(بن عمر، 2015، ص33)**.

أما **روكاش (2004Rokach,)** فترى أن الوحدة النفسية شعور مؤلم ناتج عن تجربة ذاتية، وتكون خبرتها بشكل منفرد ناتج عن شدة الحساسية، وشعور الفرد بأنه وحيد وبعيد عن المجتمع، والشعور بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين ومقهور بالألم الشديد.**(Rokach, 2004, p.25).**

بينما يرى **سيرمات (Sermat)** أن الوحدة النفسية هي الشعور بالحرمان ينشأ عندما يحدث خلل في شبكة العلاقات الإجتماعية للفرد التي كانت لديه خلال مرحلة ما والتي يريد أن تكون لديه ويؤدي هذا الخلل إلى الشعور بالفراغ العاطفي. **(مريم مراكشي، 2014، ص75).**

ويشير **لينش** و **ليدرمان** و**روكاتش (Lynch&Leiderman &Rokatch)** أن الشعور بالوحدة النفسية حالة يشعر فيها الفرد بالوحدة النفسية أي الانفصال عن الآخرين، وهي حالة تصاحبها معاناة الفرد لكثير من ضروب الوحشة، والإغتراب، والإكتئاب من جراء هذا الإحساس.**(مريم مراكشي، 2014، ص75).**

يتضح مما سبق، أن الشعور بالوحدة النفسية هو حالة يعيشها الفرد تنشأ أساسا عن نقص في العلاقات الاجتماعية للفرد مع الآخرين، مما يجعل الفرد يشعر بالألم والمعاناة والعزلة وقلق والكآبة بالإضافة إلى البؤس والإنطواء مع الشعور بالإهمال وعدم الإهتمام من قبل الآخرين.

2. نشأة الشعور بالوحدة النفسية عند الفرد:

قد تنشأ الوحدة النفسية عن الشعور بالرفض، أو سوء الفهم أو الإنفصال أو المرض أو المواقف المأساوية، إلا أن هناك سمات شخصية بعينها تعمل على زيادة مستوى الشعور بالوحدة النفسية. وتتضمن هذه السمات المهارات الإجتماعية الضعيفة والمواقف السلبية، وضعف الثقة بالنفس، وعدم الشعور بالأمان، وأيضا انعدام الثقة بالآخرين. كما يعد الشعور بالوحدة النفسية من الظواهر الإجتماعية الهامة التي قد تظهر في جميع مراحل عمر الإنسان من الطفولة إلى الكهولة، وهي مشكلة عامة قد تصيب الفرد في مراحل

العمر نتيجة فقدان الفرد للإتصال والإحتكاك الإنفعالي **Emotional Attachment**. إلا أن الشباب على وجه الخصوص أكثر عرضة للشعور بالعزلة، والوحدة وذلك لأن مهام النمو الرئيسية تتطلب انسلاخ الشباب من التعلق بالآباء، وتكوين علاقات جديدة مع أفراد من نفس جنسهم أو الجنس الآخر أو جماعة الرفاق ونتائج هذه العملية تولد الشعور بالعزلة والوحدة.

وقد افترض كل من"**روبنشتين وشافر**"**Rubenstein And Shaver** أن الوحدة النفسية التي يتعرض لها المراهق لها جدور في مرحلة الطفولة أي تعرضه في سنوات عمرية الأولى إلى خبرة الانفصال عن الوالدين أو فقد أحدهما أو النبد والإهمال من العوامل المسؤولة عن مشاعر الوحدة التي تؤثر عليه في سنوات حياته اللاحقة. وتظهر هذه المؤشرات بجلاء عندما ينفصل الطفل عن والديه وخاصة الأم. ويشير هذا إلى تأكيد أهمية العلاقة القائمة بين الآباء والأبناء في مراحل عمرهم المبكرة وذلك لما يتضمنه دور الآباء في مراحل عمرهم المتتالية. **(جعفر سندس ريان، 2020، ص12)**.

وهذا ما أيدته دراسة كل من "**روبنشتين وشافر**" **Rubenstein And Shaver** في مسح أجرياه في مدينتين مختلفتين في الولايات المتحدة الأمريكية حيث تبين أن الأبناء الذين أدركوا آبائهم بأنهم مصدر للأمن والثقة لم يخبروا الوحدة النفسية لدى الأبناء وأن الذين تعرضوا إلى الانفصال عن أحد الأبوين حصلوا على أعلى مستويات الشعور بالوحدة النفسية. وقد فسر الباحثان نتائجهما على أن قلق الإنفصال المزمن يترك الفرد وهو على هاوية السقوط في الوحدة النفسية. **(جعفر سندس ريان، 2020، ص12)**.

3. الفرق بين الوحدة النفسية وبعض المفاهيم النفسية:

عرف مفهوم الوحدة النفسية في بدايات ظهوره نوعا من الغموض والخلط بينه وبعض المفاهيم النفسية الأخرى، ما استدعى العمل أكثر على تحديده بصفة أدق وتمييزه عن غيره من الاضطرابات النفسية لتفادي الخلط القائم، وفيما يلي عرض لأهم المفاهيم المتداخلة مع مفهوم الوحدة النفسية.

1.3. العزلة الاجتماعية:

العزلة تعني شعور الفرد بإنسحابه والنقص عن تيار الثقافة السائدة، وشعوره بعدم الاندماج، وتبني مبادئ أو مفاهيم مخالفة، مما يجعله غير قادر على مسايرة الأوضاع القائمة، بحيث يكون الفرد في حالة تناقض بين ماهو مادي وماهو نفسي، فهو موجود في المجتمع من الناحية المادية لا من ناحية النفسية.

أكد أغلب علماء الاجتماع أن الوحدة النفسية هي خبرة ذاتية فهي ليست مرادفة للعزلة الاجتماعية الموضوعية، فالفرد قد يكون وحده دون أن يشعر بالوحدة النفسية عكس كونه مع حشد من الناس، ووفقا لهذا الفرق ركز علماء النفس الإنتباهى على الخبرة الذاتية الخاصة بالوحدة النفسية.**(حامد،2013،ص404)**.

2.3. الانسحاب النفسي:

يتمثل في التبلد واللامبالاة وعد الاكتراث، وطموح منخفض، يتصف بهذه الحالة الأفراد الذين يستبدهم حكام طغاة، أو في حالة المريض الذي أيقن دنو أجله ويميل أصحاب هذا النوع من الانسحاب إلى إشغال أنفسهم بأعمال مختلفة ليبتعدوا قدر الإمكان عن مواجهة مشاكلهم، فالانسحاب النفسي وسيلة دفاعية يلجأ إليها الأنا للدفاع عن نفسه، حيث يعجز الفرد عن الابتعاد عن الموافق المهددة، ومن ثم يزيح عن نفسه القلق بأن ينسحب من الموقف أو ينكر وجود العنصر المهددة.**(مريم مراكشي، 2014، ص98)**

3.3. الإنطواء :

هو نمط من أنماط الشخصية، المنطوي فرد يحب العزلة والاعتكاف، يجد صعوبة في الاختلاط بالناس، يقابل الغرباء بحذر وتحفظ هو خجول، شديد الحساسية، يجرح شعوره بسهولة، كثير الشك، يكلم نفسه يستسلم لأحلام اليقظة، يهتم بالتفاصيل يضخم الصغائر دائم التأمل في نفسه تحليلها، لديه رغبة في الانعزال والوحدة. **(فضيلة، 2009، ص3)**.

4.3. الإغتراب:

هو اضطراب نفسي يعبر عن اغتراب الذات عن هويتها وعن الواقع والمجتمع، وهو في غربة عن النفس وعن العالم، ومن أهم مظاهره العجز، الانسحاب، الانفصال، بالرفض، العنف، احتقار الذات، كراهية الجماعة، والتفكك، ويستخدم حديثا للدلالة على الشعور المتزايد بالعزلة والوحدة، والتطلع إلى التآلف والمودة والشعور بفقدان الجذور، وقد يكون اغتراب فكري، اجتماعي أو ثقافي. **(المنتهى، 2013، ص06)**

5.3. الإكتئاب:

ينشأ الاكتئاب نتيجة التعب الانفعالي، فهو يعبر عما يعانيه الفرد من شعور بالإرهاق، والوحدة النفسية تعد أحد أسباب الاكتئاب، وتمثل عرضا من أعراضه ومن ماهره انخفاض وهبوط المزاج، مشاعر الألم، صعوبة التفكير وصعوبة نفسية حركية.**(الجباري، 2012، ص1361)**.

ويضيف كل من بني مصطفى والشريفين أن مشاعر الوحدة النفسية تختلف عن الاكتئاب، فالمكتئبون يحرصون على البقاء لوحدهم، ويشعرون بالاستسلام أمام ظروف الحياة، بينما يخاف الفرد الوحيد من بقائه وحيدا أو يرغب في داخله بالتغير ويحاول إيجاد المكان المناسب له بين اللآخرين.**(بني مصطفى والشريفين، 2013، ص142. 143)**.

6.3. الخجل:

الخجل هو حالة انفعالية يتسم صاحبها بالميل إلى تجنب التفاعل والمشاركة في الموافق الاجتماعية، يصاحبها شعور بالقلق والتوتر وعدم الارتياح خاصة في موافق المواجهة مع الآخرين وحيث يواجه صعوبة في تحقيق الاتصال الناجح معهم لعدم جاذبية حديثه مع الحساسية الزائدة وانعدام تقدير الذات لديه وشعوره بالنقص في مواجهة الذات والآخرين وتفضيله للعزلة والانسحاب بعيدا عن مواقف التفاعل الاجتماعي،

الخجل الحقيقي يكون مصاحبا للإهانة حقيقية أو إتهام حقيقي، ويسيطر الخجل على الإنسان في درجات مختبفة منها ماهو طفيف ومنها ماهو كبير إلى درجة يشل فيها الإنسان ويفقده دوره الفعال في الحياة الاجتماعية ويزول بزوال السبب، بينما الشعور بالوحدة شعور مؤلم ضاغظ لا يستطيع الفرد الخلاص منه وقت ما يشاء ويعبر عن ضعف الثقة بالنفس والذات.**(شقير، 2002، ص282)**

تأسيسا على ما سبق يتبين أن مفهوم الوحدة النفسية بالرغم من تداخله مع بعض المفاهيم الأخرى كالعزلة الإجتماعية، الإنسحاب النفسي، الإنطواء، الإغتراب، الإكتئاب والخجل النفسي إلا أنه يعتبر مفهوم قائم بذاته فهو يتميز بكونه شعور مفروض على الفرد يسبب له الألم وليس اختياري كما هو الحال في العزلة الاجتماعية، ويتميز عن الإغتراب بكونه جانب أساسي من هذا الشعور، ويختلف عن الإكتئاب بكون هذا الأخير يجد فيه الفرد صعوبة في الإرادة للتغير عكس الوحيد نفسيا الذي يحاول ويأمل بداخله في التغيير، وعليه يتضح أن الوحدة النفسية مشكلة نفسية قائمة بذاتها، ويختلف أيضا عن الخجل وبعض المفاهيم المتعلقة بالشعور بالوحدة النفسية.

4. النظريات المفسرة للوحدة النفسية :

1.4. نظرية التحليلية :

1.1.4. حسب فرويد :

فسر فرويد الشعور بالوحدة النفسية بأنها عملية تنافر المكونات داخل الفرد (الهو والانا والانا الاعلى)، مما يؤدي إلى سوء توافقه مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية من حوله، ويمكن النظر إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنه نتيجة للتلف العصابي الطفولي وله وسيلة دفاعية نفسية تعمل للحفاظ على الشخصية من التهديد الناشئ من البيئة الاجتماعية ويعبر عنه في صورة عزلة أو انسحاب.**(بن عمر، 2015، ص50)**.

2.1.4. حسب أدلر :

فسر أدلر الشعور بالوحدة النفسية بأنه حالة عرض مرضي عصابي يحدث بسبب نقص الاهتمام الاجتماعي للفرد، بحيث يكون غير مرغوبة فيه اجتماعيا ويعبر عنه بأنه خطأ في أسلوب حياة الفرد الذي تكون في طفولته.**(شيبي، 2005، ص33)**.

3.1.4. حسب يونغ :

فسر يونغ الشعور بالوحدة النفسية على أنه عملية تفرد وسعي شخص ينمو من خلال العلاقة مع الآخرين ويهدف إلى تكوين ارتقاء البنى الأساسية للشخصية وهي(القناع، الظل، الانيما، الاينموس) التي تحدد الصور والرموز النوعية المرتبطة بكل بنية، أي الشعور بالوحدة النفسية يعبر عن محاولة للتوافق النفسي مع الحياة.**(خويطر، 2010، ص126)**.

4.1.4. حسب زيلبورج :

والذي يعد أول من قام بتحليل علمي عن الوحدة وفرق بين الشخص الذي ينتابه شعور مؤقت بالوحدة النفسية والشخص الوحيد، فالشعور الؤقت بالوحدة النفسية شعور طبيعي وحالة عقلية عابرة، وتنتج عن فقدان شخص معين، أما الوحدة المزمنة فهي استجابة لفقدان الحب أو شعور الفرد بأنه شخص غير مرغوب فيه ولا فائدة منه، مما يؤدي به إلى الإكتئاب والانهيار العصبي، وتعود جذور الوحدة النفسية إلى المهد.**(شيبي، 2005، ص33)**.

2.4. نظرية المعرفية :

يرى"**جونز" - Jones–** وزملاؤه أن الشعور بالوحدة النفسية يعود إلى الأفكار والتصورات الخاطئة التي يحملها الفرد عن ذاته، والتصورات هذه ماهي إلا طريقة للتفسير والتفكير حول واقعنا اليومي، كما

يعتبرون أن كلا من السلوك والوجدان إنما يتحدان من خلال عمليات معرفية ضمنية وهذا يجعل المهارات الاجتماعية لشخص ما تختل بتأثر من أفكاره غير الواقعية، وغير المتوافقة، فقد يظن هذا الشخص أن زملاءه سوف يرفضونه إذا حاول أن يعقد صداقات معهم، ويؤدي هذا الظن إلى إثارة قلقه وتوتره إلى الحد الذي يدفعه إلى تجنب الآخرين والعزوف عن المبادرة بالتفاعل الاجتماعي كي لا يوقع نفسه في الحرج الناتج عن نبد الآخرين وإهمالهم له.**(مريم مراكشي، 2014، ص103)**.

3.4. نظرية الاجتماعية :

تركز هذه النظرية على أهمية عملية التنشئة الاجتماعية وترى أن الوحدة النفسية هي ناتج عن تأثيرات البيئة الكلية، وقد افتراض **بومان(Biumman)** أن هناك ثلاث قوى إجتماعية تؤدي إلى الوحدة النفسية هي:

- ضعف علاقة الفرد بالأسرة؛
- زيادة الحراك في الأسرة؛
- زيادة الحراك الاجتماعي.

وركز **سلاتر(Slater)** على كون الوحدة النفسية سلوك شاذ وعادي في نفس الوقت، ناتج عن التقدم التكنولوجي المعاصر الذي أثر على العلاقات الشخصية بين أفراد الأسرة والمجتمع عموما. **(أبو زيد، 2004، ص26)**.

من خلال ماقدمته هذه النظرية يتبين أن النطرية الاجتماعية فسرت الشعور بالوحدة النفسية على أساس عملية التنشئة الاجتماعية ومخلفات التطور التكنولوجي والتغير الإجتماعي وما طرأ على العلاقات الإجتماعات من تغير حيث أصبحت أكثر سطحية، لكن ما تؤخذ عليه النظرية هو اعتبارها للوحدة النفسية

كضرورة حتمية للتطورات الحاصلة في حياة الأفراد ولم تسعى لتقديم الحلول مع التقليل من أهمية هذه المشكلة.

4.4. نظرية التفاعلية :

دمجت هذه النظرية بين العوامل الشخصية والإجتماعية معا وترى أن تفاعل هذه العوامل معا ينتج عنه شعور الأفراد بالوحدة النفسية ويشير **ويس** "**Weiss**" إلى:

ـ إن الوحدة النفسية ليست بسبب العوامل الشخصية أو العوامل الموقفية بل هي ناتجة عن تأثير التفاعل لتلك العوامل؛

ـ إن الوحدة النفسية تنشأ عندما تكون تفاعلات الفرد الإجتماعية غير كاملة ولكنه يعطي اهتماما اكبر للعوامل الموقفية. **(العباسي، 1999، ص40)**.

5.4. نظرية السلوكية :

يرى **جون واطسون(1878.1958)** أن الشعور بالوحدة النفسية نمط سلوكي لم يتوفر له تعزيز إجتماعي إيجابي، بمعنى آخر أن الشخصية الإنسانية هي نتاج لعنلية التعلم، وأنها عبارة عن مجموعة من العادات السلوكية التي إكتسبها الفرد، وأن السلوك متعلم في البيئة وبالتالي فإن الوحدة النفسية والتجنب الإنفعالي سلوك متعلم من البيئة المحيط بالفرد **(Rokach,1988,p528)**.

6.4. نظرية الظواهرية :

كان **كارل روجرز(Carl Rogers)** معالجا نفسيا معروفا ومؤسسا لطريقة العلاج المتمركز حول المسترشد، وقد جمع المبادئ الأكثر نظامية وأسس عليها نظرية الذات من خلال شواهد سريريه، كما أنه طبق هذه النظرية في مجال الإرشاد والعلاج النفسي. فيرى أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ بسبب كف

وإنكار أو تحريف لبعض الإدراك في ميدان الخبرة، وهي دالة على مستوى التوافق النفسي وعلى مدى تنافر أو انسجام الذات مع الخبرات الإجتماعية التي تنتظم لدى الفرد وتتشوه من أجل أن تتلاءم مع المدركات السابقة.**(أحلام أحمد محمد الغامدي، 2020، ص1495-1496)**.

7.4. نظرية السمات :

عبر **جوردن البورت"ALLPORT"(1967.1897)** عن الشعور بالوحدة النفسية بعدم قدرة الفرد على تحقيق امتداد الذات وانعدام الاهتمام الحقيقي في مجال العلاقات الإجتماعية مع تركيزه الكلي على دوافع ومقاصده الخارجية مع نظرة سلبية على نفسه بفقدان الأمن الإنفعالي وعدم تقبل الذات **(خويطر، 2010، ص98)**.

8.4. نظرية الحاجات (التدرج الهرمي للحاجات) :

من رواد النطرية "**أبراهام ماسلو**"، والذي يرى أن لكل السلوكات البشرية وظيفة تهدف إلى إشباع حاجة، فيرى أن الشعور بالوحدة النفسية نشأ بسبب عدم إشباع حاجات الإنتماء والحب، والوحيد نفسيا يكون مدفوعا بالحرمان من الإحتكاك والصداقة والانتماء، والحاجة إلى التغلب على مشاعر الإغتراب والعزلة التي سادت بسبب الحراك الإجتماعي، وتحطم الجماعات التقليدية وبعثرة الأسرة والفجوة بين الأجيال بسبب التحضر المستمر واختفاء علاقة الوجه لوجه.**(نفس مرجع سابق، 2010، ص59)**.

وخلال مما سبق يتضح أن نظرية الحاجات فسرت الوحدة النفسية بعدم إشباع الفرد للحاجة إلى الحب والانتماء وحرمانه من المودة.

9.4. نظرية الجشطالتية :

فقد فسر كل من"كوفكا وفرتيمرو كوهلر" الشعور بالوحدة النفسية بأنه تعبير عن قصور في حيز وعن إتجاهاته نحو نفسه وموقفه منها. **(جعفر، 2020، ص20)**.

10.4. نظرية المجال :

فسر **"كيرت ليفين"(1890.1949)** الشعور بالوحدة النفسية حالة عدم أتزان إنفعالي تؤدي إلى عجز الفرد في الوصول إلى محتويات كثير من المناطق في مجاله الحيوي، وكثيرا ماتطغى المناطق المقفلة على المناطق الأخرى وتؤثر في سلوكه، بحيث يبدو غير منسجم أو متوافق مع عالم الواقع الاجتماعي الذي يعيش فيه.**(أحلام أحمد مح الغامدي، 2020، ص1495)**.

11.4. نظرية الإنسانية :

اتفق أصحاب هذه المدرسة أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ من التناقض بين الذات الداخلية للفرد والذات الظاهرة للآخرين أي الذات الخارجية.

فيري روجز في نظريته العلاج المتمركز حول العميل بأن الإنسان لديه نزعة فطرية للذات، والأحداث عند الفرد لا معنى لها إلا المعنى الذي يدركه منها ويفهمه عنها، فالواقع في حقيقته لا يهم الفرد ولا يؤثر في سلوكه، لأنه يتعامل مع الواقع كما يدركه، فإذا كان إدراكه للواقع ذا قيمة موجبة ومتمشية مع نزعته يتكون لدى الفرد الحاجة إلى التقدير الذات الموجب، وعندما تتعارض الخبرات التي تعرض لها الفرد مع فكرته ومع ذاته ودافعه لتقدير ذاته وقع فريسة للصراع، حيث يرى أن كل خبرة لا تتماشى مع ذاته تعتبر تهديدا له، وهنا ينشأ القلق والتوتر ويلجأ إلى استخدام ميكانزمات الدفاع ومنها العزلة والوحدة والتشويه والتحريف وغيرها.**(نسرين محمود محمد النيرب، 2016، ص27)**.

وهنا اختلف روجرز مع أصحاب النظرية التحليلية في تأثير الطفولة على الفرد ويرى أن العوامل الحاضرة تسهم إلى حد ما في تكوين الشعور بالوحدة النفسية.**(حدواس، 2013، ص70)**.

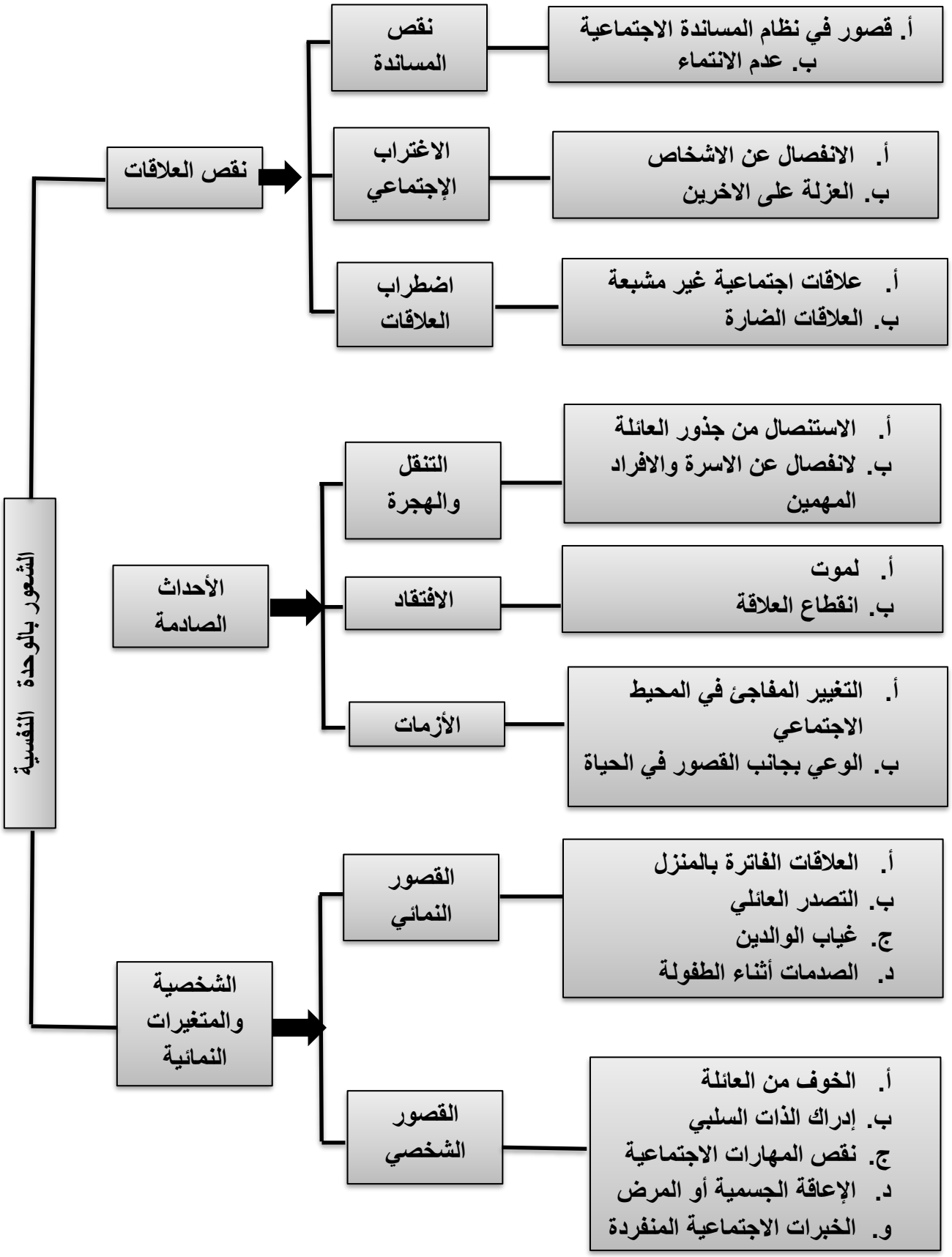
5. الأسباب والعوامل المؤدية إلى الشعور بالوحدة النفسية :

لقد حاول الباحثون النظر عن كتب إلى الأسباب المؤدية للشعور بالوحدة النفسية، فقد حصر **روكاتش وزملاؤه (1988)** الأسباب المؤدية في ثلاث نقاط وهي موضحة بالجدول التالي:

1/ العجز الشخصي النمائي؛

2/ الفشل في إقامة العلاقات؛

3/ الهاشمية الاجتماعية التي يعيشها الشخص.**(نسرين محمود، 2016، ص20-21)**.



الشكل رقم(1): نموذج روكاتش لأسباب الشعور بالوحدة النفسية.

وقد حصرت **شقير(2002)** أسباب الشعور بالوحدة النفسية من خلال الدراسات التي تناولت الوحدة النفسية في عدة نقاط وهي كالآتي:

1. التعرض إلى مشكلات جسمية صحية أو عقلية بما في ذلك إدمان الكحوليات؛
2. التعرض إلى بعض التغيرات الديمغرافية مثل: انخفاض الدخل والانتقال والهجرة؛
3. انخفاض الوعي الذاتي والإجتماعي؛
4. 4نقص المهارات الإجتماعية لدى الفرد؛
5. التقييم السلبي والخاطئ للذات و الآخرين؛
6. الفشل في إشباع الحاجات الإنسانية كالحاجة إلى الألفة والمحبة وعدم الرضى عن علاقته بالآخر؛
7. العلاقات غير المرضية بين الطفل والآباء مما يجعله أكثر حساسية ويزداد لديه الخوف من الانفصال ومشاعر الاغتراب والوحدة؛
8. إصابة أحد الأبوين أوكلاهما بمشاعر الوحدة النفسية؛
9. إخفاق الفرد في إمكانية الانخراط في عملية التواصل الشخصي والإجتماعي السويين؛
10. ترتيب الفرد في الأسرة وجنس الفرد نفسه.**(شقير، 2002، ص280-281)**.

من خلال عرض هذه الأسباب تبين أن هناك أسباب شخصية ناتجة عن وجود خلل في شخصية الفرد الذي يعاني من الوحدة النفسية في مرحلة ما من مراحل حياته الطالب أو ناتج عن طبيعة شحصيته، بالإضافة إلى عوامل اخرى مساعدة ومحفزة لشعوره بالوحدة النفسية والتي ترتبط بعوامل موقفية وبيئية واقتصادية، اجتماعية، نفسية ودينية والتي تتشابك مع بعضها وتتداخل ويصعب فصلها عن الطالب والتي تؤدي بذلك إلى شعوره بالوحدة النفسية.

6. مظاهر الشعور بالوحدة النفسية :

يرتبط الشعور بالوحدة النفسية بعدد من الأعراض أو المظاهر التي يمكن تقسيمها إلى:

1.6. مظاهر تتعلق بالذات : وهي تنقسم :

- **السمات الشخصية:** تعبر السمات الشخصية عن الإتجاه المعرفي وتركز على أهمية الإدراكات الشخصية ونظام تفكير الوحيد نفسيا. ولقد لوحظ أن مظاهر الشعور بالوحدة النفسية هي فقدان الثقة بالنفس وضعف مفهور الذات، والخجل والعدوان والشعور بالتفاهة وعدم الأهمية، وعدم الجاذبية، وتبني استراتيجيات غير فعالة لحل المشاكل، وعدم القدرة على المشاركة في الرأي والشعور بإنعدام الأمن، إغتراب الذات بسبب الشعور بالفراغ الداخلي.
- **مظاهر نفسية جسمية:** تظهر بعض الأعراض النفسية الجسمية على الفرد نتيجة لمعاناته من الوحدة النفسية منها الصداع والشعور بالضعف وفقدان الشهية والنوم الزائد. **(p539 Rokach, 1988,).**

2.6. مظاهر تتعلق بالعلاقة مع الآخرين:

هناك إرتباط وثيق بين تقدير الفرد ومشاعره نحو الآخرين، فالشعور بغض الذات لا ينفصل عن الشعور ببعض الآخرين، فإن من أهم مظاهر الوحدة النفسية: عدم الحساسية إتجاه الآخرين، فقدان القدرة على كشف مشاعر، وفقدان القدرة على التواصل والإتصال مع الآخرين، سواء إجتماعيا أو إنفعاليا، والعجز الإجتماعي والإنطواء ونقص المهارات الإجتماعية، والعزلة الإجتماعية. **(جعفر سندس ريان، 2020، ص13).**

وترى الباحثتين أن هناك إقترابا كبيرا بين عناصر الشعور بالوحدة النفسية ومظاهر الشعور بالوحدة النفسية، فجميعها لا تخرج عن عدة مشاعر مؤلمة، وعزلة إجتماعية، عاطفية، ونفسية تؤثر على شخصية الفرد وعلى علاقتها مع نفسه أو مع الآخرين.

ومن أهم ما يصاحب الشعور بالوحدة النفسية ما ذكره"**(Seepersad, 2001)**" الحاجة إلى وجود شخص ما يهتم بنا وهو الرغبة في الحصول على شخص ما يشاركنا تفكيرنا وشعورنا وشخص يهتم ويعتني بنا، شخص نحبه ويحبنا.

- **البكاء:** الألم عادة ما يتلازم مع الدموع، ومن أجل ذلك فإن الوحدة النفسية أيضا تتلازم مع الدموع؛
- **المشاعر الخفية:** بعض الأفراد الوحيدين يتدبرون مع الوحدة النفسية من خلال إخفاء مشاعرهم، فالبعض يخاف من البوح بمشاعره إذا اعتقد أنه سوف يسبب له السخرية أو ارفض، ويخفي الكشف عن أي إشارة للضعف مثل الوحدة النفسية؛
- **البلادة والخمول:** تترافق الوحدة النفسية أيضا مع فترة خمول مثلا المكوث في الفراش، والجلوس، التقوقع، وخلال فترات الخمول هذه يكون الأفراد المعتزلون غارقين في أفكارهم يفكرون في تسنحوذ على أفكارهم؛
- **الانسحاب والاستغراق في أحلام اليقظة؛**
- **الانتحار:** يفكر البعض بأن الموت هو الطريق الوحيد للهروب من الوحدة النفسية؛
- **التدين:** وهو طريق آخر من طرق التعاطي مع الوحدة النفسية، حيث يشعر البعض بأن الدين هو علاج ناجم لقهر وحدتهم النفسية.**(جعفر، 2022، ص 13-14)**

وهذا يتضح من خلال ما سبق أن الشعور بالوحدة النفسية مظاهر عديدة متعلقة بالجانب الجسمي كالشعور بالصداع، اضطرابات الشهية، واضطراب النوم وغيرها، وأخرى تتعلق بالجانب الانفعالي والمتمثلة أساسا في الحزن، البكاء، انتحار مشاعر الاغتراب، عدم الشعور بالأمن ونقص الثقة في النفس، فضلا عن المظاهر المتعلقة بسمات الشخصية كالإتصاف بالتشاؤم، الشعور بالفراغ العاطفي والتفكير غير العقلاني، وغيرها من المظاهر، وتجدر الإشارة إلى كون هذه المظاهر تؤثر على حياة الفرد وقد تعيق توافقه النفسي والاجتماعي، وكلما زاد عددها زاد تأثيرها.

7. أنواع الشعور بالوحدة النفسية :

تعددت أشكال وصور الشعور بالوحدة النفسية، واختلف العلماء فيما بينهم بخصوص صورها وأشكالها، ومن بين هذه التصنيفات نجد منها:

1.7. تصنيف ويس"Weiss" : قد ميز بين شكلين من أشكال الوحدة النفسية.

1.1.7. الوحدة النفسية العاطفية"Emotional Lonliness":

تنشأ جراء الإفتقار إلى صلة حميمة وثيقة بشخص آخر، فالأفراد الذين قد انفصلوا عن أزواجهم بالوفاء مثلا نجدهم يعيشون هذا النوع من الوحدة النفسية، كذلك فقدان العلاقات الودودة والحميمية بشخص معين كالوالدين أو شريك يشاطر الشخص تجاربه العاطفية.

2.1.7. الوحدة الإجتماعية"Social Lonliness" :

وتنشأ من غياب شبكة العلاقات الاجتماعية المشبعة أو كنتيجة ثانوية لفقدان شخص عزيز، مما يؤدي إلى عزلة وجدانية (عد الإنغماس مع زملاء العمل أو الأقارب). **(بركات، 2008، ص44)**.

2.7. تصنيف يونج"Young" : وقد ميز بين ثلاثة أنواع من الوحدة النفسية وهي :

1.2.7. الشعور بالوحدة النفسية العابرة"Transient":

والتي تتضمن فترات من الوحدة النفسية على الرغم من أن حياة الفرد الإجتماعية تتسم بالتوافق والمواءمة.

2.2.7. الشعور بالوحدة النفسية التحولية"Transitional":

وفيها يتمتع الفرد بعلاقات إجتماعية طيبة في الماضي القريب ولكنهم يشعرون بالوحدة النفسية حديثا نتيجة لبعض الظروف المستجدة كالطلاق أو وفاة شخص عزيز.

3.2.7. الشعور بالوحدة النفسية المزمنة :

والتي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى حد السنين وفيها لا يشعر الفرد بأي نوع من أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الإجتماعية. **(أحلام أحمد محمد الغامدي، 2020، ص1494)**.

3.7. تصنيف قشقوش : قسم الوحدة النفسية إلى ثلاثة أنواع رئيسية وهي :

1.3.7. الوحدة النفسية الأولية :

وهي اضطراب في إحدى سمات الشخصية المرتبطة بالإنسحاب الإنفعالي، ويؤثر في عدد كبير من صور وأشكال السلوك الإجتماعي، وهذا النوع ينقسم إلى قسمين هما:

- الوحدة النفسية الناتجة عن تخلف نمائي في الشخصية: ويقصد به تباطؤ أو تخلف في التتابع الطبيعي لنمو الشخصية؛
- الوحدة النفسية الناتجة عن قصور في السلوك: وهذا النوع يرتبط بعجز أو قصور في الوظائف النفسية التي تحكم عملية التفاعلات الشخصية المتبادلة.

2.3.7. الوحدة النفسية الثانوية:

وهي تمثل استجابة انفعالية في جانب الفرد لتغيير ما يحدث في بيئته، ويترتب عليه حرمان الفرد من الانحراط في علاقات هامة كانت نتاحة لديه قبل حدوث هذا التغيير، ومع افتقاد الفرد لهذه العلاقة يصبح غير قادر على أن يفي بمتطلبات بعض الأدوار والممارسات الهامة في حياته، وهذا يرتبط بثلاثة محكات هي:

- نتيجة تمزق مفاجئ في البيئة الإجتماعية للفرد؛
- تحدث فجأة كإستجابة لحرمان مفاجئ؛

- تسكن عندما يتغير الموقف المؤلم الذي طرأ على حياة الفرد.

3.3.7. الوحدة النفسية الوجودية:

يعدها بعض الفلاسفة أنها حالة إنسانية طبيعية يتعذر الهروب منها، إلا أن الوحدة النفسية الوجودية يمكن أن تعكس كذلك فترة ما من فترة النماء النفسي، لأن خبرة الإحساس بالوحدة النفسية تميل في بعض لحالات إلى أن تحرر ما قد يكون لدى الفرد من طاقات وإمكانات ابتكارية يقل التقدم التكنولوجي، الذي يعتبره الباحثون مصدرا للإحساس بالوحدة النفسية الوجودية. **(قشقوش، 1983، ص192-194)**.

ومن خلال ما سبق فإن الشعور بالوحدة النفسية لديها أشكال وصور مختلفة تظهر وتتباين تبعا لتصورات الباحثين، وطريقة تناولهم للموضوع، إضافة إلى الوسائل المستخدمة في التشخيص والعينات المتبادلة والفروق الفردية فيما بينهما.

8. أبعاد ومكونات الشعور بالوحدة النفسية :

1.8. أبعاد الشعور بالوحدة النفسية :

للوحدة النفسية جوانب وأبعاد متعددة اختلف العلماء في تصنيفيها كل حسب توجهه النظري وأفكار حول الموضوع وفيما يلي عرض لأهم هذه الأبعاد من وجهة نظر البعض منهم.

1.1.8. "روكاتش" (Rockach,1988): ترى أن هناك نموذجا يتكون من أربعة (04) عناصر أساسية للشعور بالوحدة النفسية، فهي أعدت النموذج على أساس تعدد جوانب الشخصية الفزيولوجية، النفسية والإجتماعية، فيتمثل الجانب الأول في شعور الفرد بالهوة والاغتراب بين ذاته والمحيطين به، يليه إدراك الفرد للفراغ العلائقي الذي يعيشه وشعور بالعزلة، أما الجانب الثالث فيتعلق بمعاناة الفرد من الصراع والشعور

بالألم وفقدان الثقة بالنفس والآخرين وبالنسبة للجانب الرابع فهو يتعلق بالتأثيرات الفزيولوجية والنفسية لمعاناة الفرد من الشعور بالوحدة النفسية والشكل التالي يوضح أكثر هذه الأبعاد.

أبعاد الشعور بالوحدة النفسية

إغتراب الذات:

وهو شعور الفرد بالفراغ الداخلي والانفصال عن الآخرين، واغتراب الفرد عن نفسه وهويته مع تدني في مستوى تقديره لذاته.

العزلة في العلاقات الشخصية المتبادلة:

يمثل في المشاعر التي تنتاب الفرد وتجعله يشعر بالغياب الاجتماعي والمودة والشعور بالهجر.

ألم والصداع الحاد:

يقصد به الاهتياج والبحث داخل الذات عن احتياجات تتزامن مع سرعة الحساسية والغضب وفقدان القدرة على الدفاع والمواجهة مع الإحساس بالإرتباك والاضطراب واللامبالاة، وفقدان الاتجاه كما يهر في التوترات الانفعالية التي تدور حول الألم والأذى والتعاسة وعدم الثقة التي تتضمن بدورها القلق والخوف وتوهم الوحدة حيث تسود لدى الفرد الانفعالات السلبية كالعدواة والمرارة ومشاعر الكراهية.

ردود الأفعال الموجعة والضاغطة:

يحدث ذلك نتيجة الألم والمعاناة من خبرة الشعور بالوحدة النفسية، وتظهر في الضغوط الفزيولوجية كالصداع والإنهاك والصراع والنوم الكثير والضغوط الإجتماعية والمعرفية وتحقير الذات والأفكار السلبية **(سعدولي، 2018، ص32)**

الشكل رقم (2): يبين نموذج روكاتش لأبعاد ومكونات الشعور بالوحدة النفسية.

2.1.8. "دي يونج فليد" و"راد سكيلدرز"(De Young and Redskelders): ويميزه في ثلاثة ابعاد للوحدة النفسية هي:

- **الخصائص الإنفعالية:** والتي تشير إلى غياب المؤشرات الإيجابية مثل السعادة ووجود عواطف سلبية مثل: الخوف وعدم الثقة؛
- **نوع الحرمان:** يشير إلى طبيعة العلاقات الغائبة وهذا البعد يمكن تقسيمه إلى ثلاثة أبعاد فرعية هي: مشاعر الحرمان المرتبطة بغياب الود، مشاعر الخواء، ومشاعر الهجرة؛
- **منظور الزمن:** وهذا البعد أيضا يمكن تقسيمه إلى ثلاث مكونات فرعية وهي: الدرجة التي تعاش فيها الوحدة على أنها غير قابلة للتغيير، والدرجة التي تعاش فيها الوحدة على أنها موقوتة (عابرة)، والدرجة التي يعفي بها الفرد نفسه من مسؤولية الوحدة ويرجعها للآخرين.**(بن عمر، 2015، ص45)**.

3.1.8. "ويس" (Weiss) : حيث وضع ثلاثة أبعاد أساسية لخبرة الشعور بالوحدة النفسية وهي :

- **البعد الأول (العاطفة)Emotional:**

حيث يحتاج الأفراد دائما إلى الصداقة العاطفية الحميمة من الأشخاص المقربين، وإلى التأييد الإجتماعي ويتولد الشعور بالوحدة النفسية نتيجة لفقد الأفراد الشعور بالعاطفة من قبل الآخرين

- **البعد الثاني فقدان الأمل (اليأس أو الإحباط):**

وهو شعور الفرد بالقلق المرتفع والضغط النفسي عند التوقع لاحتياجات لا تتحقق مما يولد الشعور بالوحدة النفسية.

- **البعد الثالث (المظاهر الإجتماعية):**

وهي أن شعور الفرد بالوحدة النفسية يقف حائلا أمام تكوين الصداقات مع الآخرين، مما يولد الشعور بالإكتئاب، ويجعل الفرد مستهدفا للإدمان، وانحراف المراهقين وسلوكهم سلوكا يتسم بالعنف والعدوان.**(أحلام أحمد محمد الغامدي، 2020، ص1490).**

2.8. مكونات الشعور بالوحدة النفسية :

نجد أن **قشقوش** قد وضع أربعة مكونات للشعور بالوحدة النفسية:

- إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتواد والحب من قبل الآخرين؛
- إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية**(Psychological Gaop)** تباعد بينه وبين أشخاص الوسط المحيط به يصاحبها أو يترتب عليها افتقاد الفرد لأشخاص يستطيع أن يثق فيهم؛
- معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصابية: الإحساس بالملل والإجهاد وانعدام القدرة على تركيز الانتباه والإستغراق في أحلام اليقظة؛
- إحساس الفرد بإفتقاد المهارات الإجتماعية اللازمة لإنخراطه في علاقات مشبعة مثمرة مع الآخرين.**(قشقوش، 1988، ص190).**

9. خصائص الشعور بالوحدة النفسية :

تتميز الوحدة النفسية بالعديد من الخصائص المهمة التي تميزها عن غيرها من المفاهيم الأخرى والتي ذكرها **الشيبي2005 وجبريل 1990** وهي كالآتي:

1.9. إنها خبرة غير سارة تسبب إحساسا مؤلما وغير مرغوب فيه يعشه الفرد نتيجة الانفصال عن بعض الأشخاص أو موافق مؤلمة تحيط به أو موضوعات الوسط الذي يعيش فيه. **(الشيبي، 2005، ص27).**

2.9. إنها تمثل إدراكا ذاتيا للفرد يعبر عن وجود نواقص في نسيج علاقاته الاجتماعية وأن هذه النواقص قد تكون كمية وتتمثل بعدم وجود عدد كافي من الأصدقاء، أو قد تكون نوعية وتتمثل بنقص المحبة والألفة والمودة مع الآخرين، وهي هنا تختلف عن العزلة الاجتماعية، ولعل هذه الخاصية هي التي أدت بالبعض إلى القول، إن هناك وحدة نفسية عاطفية، وإن هناك وحدة نفسية اجتماعية.

3.9. مواجهة الأفراد الذين يعانون من الوحدة النفسية لمصاعب في مجالات الآلف والإندماج مع الآحرين وعدم القدرة على تكوين علاقات منسجمة والارتباط مع الآخرين. **(نسرين محمود، 2016، ص33).**

10. سمات شخصية للأفراد الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية:

يتميز الأشخاص الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية بمجموعة من الصفات والخصائص النفسية والاجتماعية منها:

الإنقطاع عن الواقع وعدم المشاركة في النشاطات الجماعية، وتعمد البقاء في المنزل حيث يترتب عن ذلك الشعور بالإرتياب والشك بوجود مشاعر الكراهية والبغض تجاههم من قبل الأشخاص المحيطين بهم.**(خوج، 2002، ص24).**

ولقد أثبتت العديد من الدراسات العلاقة الموجودة بين بعض خصائص الشخصية والشعور بالوحدة النفسية، وفي هذا الصدد يرى كل من بيبلو وبرلمان أن هناك ثلاث وسائل يمكن أن تسهم بها خصائص الشخصية في توليد الشعور بالوحدة النفسية وهي:

1. تجعل هذه الخصائص الفرد شخصا غير مرغوب فيه كصديق ما يقلل من العلاقات الاجتماعية المتاحة له؛
2. قد تؤثر الفروق الفردية في السلوك التفاعلي للفرد، وتجعل المحافظة على العلاقات أمرا صعبا؛

3. تؤثر خصائص الشخصية في استجابة الفرد للتغيرات الواقعة في العلاقات الإجتماعية وتؤثر في كيفية أن يكون الشخص فعالا في استجابته للوحدة وإزالة الشعور بها. **(سعدولي، 2018، ص46)**

وقد قام بيبلو وبرلمان بتحديد مجموعة من السمات التي يتميز بها الأفراد الذين يشعرون بالوحدة النفسية ومنها: الخجل، الانطواء، قلة المخاطرة والخوف منها **(القيق، 2011، ص603)**.

وحسب "**كسيوبو وهاوكلي**" فإن دراسات كل من "**دياتوماسو وآخرون"(2003)**، "**كسيوبو وهاوكلي وآخرين"(2006)**، "**أرنست وكاسيوبو"(1998)** و"**مارنغوري وإيكاز"(1989)**، و"**شافرو برينان"(1991)**، **(Ditommaso et al,2003)**، **(Cacioppo, Hawkly et al,2006)**، **(Ernst &Cacioppo,1998)**، **(Marangori & Ickes,1989)**، **(Shaver & Brennan,1991)** توصلت لأهمية خصائص الشخصية في الشعور بالوحدة النفسية خاصة مايتعلق بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصابية، انحفاض الضمير، الانطواء تدني مستوى تقدير الذات، عدم التفتح، القلق، التشاؤم، نقص المهارات الإجتماعية والتقييم السلبي للذات **(Cacioppo & Hawkly, 2008, p7-10)**.

وتوصل "**كوترونا"(Cutrona, 1982)** في دراساته إلى وجود علاقة تربط بين الشعور بالوحدة، وبعض خصائص وسمات الشخصية كالخجل، نقص في المهارات الإجتماعية، انخفاض في توكيد الذات وتقديرها، ارتفاع الخجل، عدم الوعي بالذات وصعوبة تكوين صداقات جديدة .

وفي نفس السياق توصلت دراسة سليمان**(1989)** إلى أن الشخص الوحيد نفسيا يعاني من نقص الثقة بالنفس ونقص تقدير الذات وتجنب إقامة علاقات بسبب القلق والخوف من الحصول على تغذية راجعة سلبية.**(شقير، 1993، ص129)**.

وحسب **روكاتش** يتميز الأفراد الذين يعانون من الوحدة النفسية بالسمات الإجتماعية السلبية كالتشاؤم، غياب مشاعر السعادة والإشباع، والأفكار السلبية.**(Rokach&Al, 2001, p.478)**.

وترى **شقير** أن الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية يفضل دائما البقاء بمفرده أكبر وقت ممكن ولذلك فهو يفتقر إلى الأصدقاء ويعجز عن التفاعل مع الآخرين بشكل إيجابي ومقبول، وكذلك شعوره بالخجل والنقص وعدم الثقة بالنفس، كما أنه يشعر بالوحدة حتى في وجود الآخرين**(سعداولي، 2018، ص47)**.

ويرى "**سكيمت كارديك**"**(Schimtt & Kurdek,1985)** أن هناك متغيرات ترتبط بالشعور بالوحدة النفسية مثل تقدير الذات المنخفض الخجل والشعور بالإغتراب والضجر وعدم السعادة والإكتئاب النفسي، لذا فالأشخاص الذين يشعرون بالوحدة النفسية يتصفون باللامبالاة والتي ينسبونها إلى البيئة الإجتماعية التي سلبت منهم قوتهم وصلاحياتهم. **(حمو علي، 2012، ص44)**.

من خلال ماتقدم يتبين أن الأفراد الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية يتصفون ببعض السمات الشخصية والمتمثلة أساسا في سيادة المشاعر السلبية، الحزن، الاكتئاب، الخجل، الشعور بالقلق وعدم الارتياح في المواقف الاجتماعية مع عدم القدرة على التفاعل الاجتماعي، وتدني مستوى تقدير الذات وتحقيرها بالإضافة إلى ضعف الثقة في النفس خاصة في المواقف الاجتماعية.

11. التأثيرات والأضرار الناتجة عن الشعور بالوحدة النفسية:

إن إمكانية إلحاق أضرار بالصحة النفسية والجسمية والإجتماعية نتيجة للتأثيرات المختلفة للشعور بالوحدة النفسية وارد وبشكل كبير، ويدعم" **بيتود**"**(Pittaud)** بكون أضرار الوحدة النفسية تتجسد في أضرار نفسية مصحوبة غالبا بأعراض جسمية، حيث مع الوقت تتسبب في خلل عام وهام ومستمر للحياة النفسية، خاصة إذا تزامن مع فترة حساسة في حياة الفرد، حيث يصعب تحديد مظاهر هذا الشعور بصورة واضحة.

لذلك فيما يلي سيتم عرض تأثيرات هذا الشعور على الجانب النفسي والاجتماعي والجسمي للأفراد.

ويدعم"**بيتود**"**(Pittaud)** بكون أضرار الوحدة النفسية تتجسد في مصحوبة غالبا بأعراض جسمية،حيث مع الوقت تتسبب في خلل عام وهام ومستمر للحياة النفسية،خاصة إذا تزامن مع فترة حساسة في حياة الفرد، حيث يصعب تحديد مظاهر هذا الشعور بصورة واضحة.

1.11. التأثيرات الجسمية:

لقد ربط العديد من الباحثين في مجال علم النفس بين الشعور بالوحدة النفسية و اعتلال الصحة الجسمية للأفراد، فيرى"**روان و وو**"**(Ruan et Wu,2008)** أن العزلة النفسية الناتجة عن الوحدة النفسية تؤثر على الفرد ونمط عيشه.

كما يؤكد كل من"**تونوقاكي و نوزو وأوكا**"**(Nonogaki, Nozue, Oka, 2007)** أن الشعور بالوحدة النفسية يتسبب في تطور المشاكل الصحية كالسمنة**(Obésité)** والسكري من النمط الثاني.

ويشير"**كاسيوبو وآحرين** أن العديد من الدراسات أثبتت أن الوحدة النفسية والعزلة الإجتماعية تتسبب في ظهور أعراض جسدية مزمنة والشعور بالضغوط النفسية، مع استثارة الجهاز العصبي المستقل وزيادة إفراز الأدرينالين، نقص في مناعة الجسم انخفاض التحكم في الالتهابات، التعرق أثناء النوم وتراجع نشاط الجهاز المناعي للأفراد .

ويتسبب الشعور بالوحدة النفسية لفترات زمنية طويلة في اختلال وظائف الجهاز الدوراني، الغدي، والجهاز المناعي، كما أكدت الدراسات والنظريات المقامة في الآونة الأخيرة على العلاقة بين آثار الوحدة

النفسية وتدهور النشاط الفيزيولوجي للجسم لدى الشباب ويتسبب هذا الشعور في فقدان السيطرة والتحكم على بعض أجهزة الجسم والمعاناة من الأمراض النفسجسدية الناتجة عن الشعور الدائم بالضغط والتوتر.

وفي نفس السياق توصلت دراسة"**لودر وآخرون**"**(Lauder & Al,2013)** إلى كون الوحدة النفسية من العوامل الرئيسية المهددة للصحة الجسدية للأفراد. **(سعودي، ب ـ ت،ص48).**

2.11. التأثيرات النفسية الإجتماعية:

وأشارت كل من"**جونز وآخرين**"**(Jones et all,1982)** و"**نيتو**"**(Neto)** إلى أن الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية يكون وعليه العام بذاته مرتفعا، كما يكون قلقا اجتماعيا ولديه مستويات عالية من الخجل وعدم السواء وتقديره لذاته منخفض ولا يحب الآخرين وتقبله لهم ضعيف، كما يؤثر ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية على قدرات التفكير ويذكر "**بورنوف**"**(Pornoff,1976)** أن هناك عدة متغيرات سلبية تصاحب خبرة الشعور بالوحدة النفسية وترتبط بها وتتضمن هذه المتغيرات كلا من الاكتئاب،كما يرتبط الشعور بالوحدة النفسية بالضغوط النفسية، القلق، الملل النفسي، وكراهية الذات وفقدان المهارات الإجتماعية. **(سعداولي، 2018، ص49)**

بالنسبة لـ"**كاسيوبو وهاوكلي**" فإن الشعور بالوحدة النفسية من أخطر العوامل المسببة لأعراض الاكتئاب خاصة لدى الشباب، بالإضافة إلى مظاهر العدوانية والضغوط الإجتماعية.

وذكر"**كوسياللك (Koscielak)** أن الوحدة النفسية عبارة عن مشكلة تؤدي إلى بعض الظواهر النفسية كإضطرابات الشخصية واضطرابات نفسية وانحرافات إجرامية، وتبين أن هذا الشعور يؤدي إلى

اختلال في صورة الذات(**rupture de l¨image de soi**)، وفقدان الثقة في النفس، ويصبح الأشخاص الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية غير فعالين في النشاط الاجتماعي، متشائمين، ومستثارين بشهولة ويعانون من توتر عام واجتماعي في نفس الوقت يتسبب في شلل حياتهم الاجتماعية.

وتشير **روكاش(Rokach,2004)** إلى أنه عندما يتم إنكار وتجاهل عواقب الوحدة النفسية واعتبار أنها أشياء صغيرة وتافهة، فإن هذه العواقب تصبح خطيرة مدمرة لحياة الفرد، ومن المخاطر التي تسببها الوحدة النفسية للفرد:

- تعيق الوحدة النفسية توجيه الطاقة الإبداعية والفعالة للفرد؛
- قد تتسبب الوحدة النفسية في جعل الأفراد قساة غير متفاعلين. **(سعداولي، 2018، ص50)**.

وتوصل **"كاستيلان"(Castellan,2010)** في دراسته إلى ذكر بعض مظاهر المعاناة التي يتسبب فيها الشعور بالوحدة النفسية وقد حددها في:

- فقدان الروابط الاجتماعية(خاصة إذا تعلق الأمر بفقدان مكانة الشريك"الزوج")؛
- فقدان التواصل والتبادل والمثيرات الخارجية التي تساعد الفرد على الانخراط الحر في المحيط؛
- فقدان الألفة والمودة والمعاناة من الخوف الدائم من المستقبل(التشاؤم)؛
- الشعور بالإهمال واللامبالاة والرفض من طرف المحيط؛
- الشعور بإنحطاط الذات وعدم القيمة؛
- أحيانا ما يصاحب هذا الشعور ردود أفعال عنيفة وعدوانية.**(Castellan, 2010, p.02)**.

كما يتضمن الشعور بالوحدة النفسية بعض الأضرار النفسية الأخرى وهي فقدان أي هدف أو معنى للحياة، العجز عن إقامة علاقات شخصية حميمة ومستمرة مع الآخرين، وفقدان خاصية التواصل العاطفي والفتور الإنفعالي والعنف، الإقدام على محاولة الانتحار التي يسبقها الشعور بالإكتئاب، واضطرابات انفعالية،

حيث تبين أن الإنتحار ناتج عن أسباب رئيسية متعلقة بقطع العلاقات الإجتماعية التي لها معنى نتيجة الشعور بالوحدة النفسية والعزلة.

استنادا إلى ماسبق عرضه من أفكار ودراسات تناولت تأثير الشعور بالوحدة النفسية، يتضح أن أضرار وتأثير الوحدة النفسية تمس الحياة النفسية وتسبب في معاناة الفرد من بعض الاضطرابات الشخصية والنفسية الخطيرة كالإكتئاب، الانتحار وغيرها، إضافة إلى معاناة الفرد من مشاعر الألم النفسي وفقدان الثقة بالنفس والآخرين، ناهيك عن تأثيرها على الحياة الإجتماعية للفرد والتي تصبح بدون فعالية يفتقد فيها الفرد للتواصل الإجتماعي البناء وينعزل كليا ويكون عالمه الخاص الذي يتسبب في تدهور حالته النفسية أكثر فأكثر، بالإضافة إلى آثارها السلبية على الجانب الجسمي حيث يؤدي إلى خلل وتراجع في وظائف أجهزة الجسم المختلفة (الجهاز الدوراني، الجهاز الغدي، الجهاز العصبي والنشاط المشبكي).

12. استراتيجيات مواجهة الوحدة النفسية:

لمواجهة الشعور بالوحدة النفسية يجب عليهم إشباع احتياجاته للتواصل الإجتماعي بزيادة كمية أو نوعية العلاقات الاجتماعية لسد الفجوة النفسية الداخلية للفرد، ومن أهم الإستراتيجيات التي يلجأ إليها الأفراد الذين يعانون من الإحساس بالوحدة منها:

1. البحث عن الإصدقاء؛
2. مشاهدة التلفاز والمطالعة؛
3. ممارسة هوايات جديدة وأنشطة جديدة كرياضة الجري والرسم وغيرها؛
4. استخدام الكحوليات والمخدرات للتخلص من مشاعر الوحدة؛
5. العودة إلى هوايات واهتمامات الماضي**(نسرين محمود، 2016، ص25-26)**.

وهذه بعض الإستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد لتكيف مع مشاعر الوحدة، منها مايعد تكيفا إيجابيا وبه ينجح الفرد في التخلص من هذه المشاعر والعودة إلى الحياة من جديد كالبحث عن الأصدقاء وممارسة هوايات جديدة مفيدة، وبعضها يعد تكيفا سلبيا كاللجوء إلى الهروب من الموقف كاللجوء إلى المخدرات والمسكرات والقمار والعقاقير المهدئة والتي تزيد المشكلة سوءا.

الخلاصة

من خلال ماسبق ذكره في هذا الفصل استطعنا بشكل عام التعرف على أهم المحاور الأساسية المتعلقة بالشعور بالوحدة النفسية،من خلالها نستنتج أنها مؤلمة يمر بها الفرد نتيجة لتعرضيه لعدة مواقف صادمة ومؤلمة بنسبة له وهذا مبينا العواما الشخصية والموقفية، حيث تم تطرق لكل الجوانب التي من خلالها يمكن فهم الوحدة بشكل جيد، وبالتالي يمكن القول بإن هناك حاجة عامة ودائمة للحب والمودة، والتي تعد داعيمة لكل إنسان من الطفولة إلى مدى الحياة وغيبها يكون فجوة لحبرة الوحدة النفسية.

الفصل الثالث:

القلق المستقبل

تمهيد

1. تعريف قلق العام.

2. نشأة قلق.

3. تصنيفات القلق.

4. تعريف قلق المستقبل.

5. بعض المفاهيم متعلقة بقلق المستقبل.

6. النظريات المفسيرة لقلق المستقبل.

7. مظاهر قلق المستقبل.

8. أسباب قلق المستقبل.

9. التاثير السلبي لقلق المستقبل.

10. سمات ذوي قلق المستقبل.

11. مجالات القلق المستقبل.

الخلاصة.

تمهيد

قد ينشغل الإنسان بالمستقبل منذ نشاته على الأرض حيث كان يمثل له المجهول من حلقات الزمن الثلاث الماضي – الحاضر – المستقبل، لذلك اقترن تفكيره فيه بالخوف منه والرغبة في التنبو به ومعرفة مايحمله من خير أو شر حيث تختلف وجهة النظر الطلبه نحو المستقبل، فمنهم من ينظر ليه بنظرة تفاؤلية في حين ينظر البعض الآخر إليه نظرة تشاؤمية مما يجعلهم، يشعرون بالقلق والحيرة اتجاه مستقبلهم الذي ينتظر فيهم فذلك يؤثر على مشاريعهم وطموحات هم المستقبلية ومن هنا سنتطرق الى اهم العناصر الآتية.

1. تعريف القلق:

1.1. لغة: ورد في لسان العرب لابن المنظور معنى القلق، هو الانزعاج، فيقال قلق الشيء قلقا، فهو قلق ومقلاق واقلق الشيء من مكانه وقلقه: اي حركه. والقلق ايضا ان لا يستقر في مكان واحد.**(عرفات، ب ـ ت، ص5)**.

2.1 اصطلاحا: أما التعريف السيكولوجي فكما يعرفه معجم علم النفس والطب النفسي 1990 أنه شعور عام بالفزع والخوف من شر مرتقب وكارثة توشك أن تحدث، والقلق استجابة لتهديد غير محدد كثيرا مايصدر من الصراعات اللاشعورية ومشاعر عدم الأمن والنزاعات الغويزية الممنوعة المنبعثة من داخل النفس وفي الحالتين يعبئ الجسم إمكانيته لمواجهة التهديد فتتوتر العضلات ويتسارع النفس ونبضات القلب. **(رحمين، 2015، ص 17)**

يعرفه الرفاعي (2003): فإن القلق استجابة لخطر يخشى من وقوعه ويكون موجها للمكونات الشخصية والاستجابة هذه تحمل معنى داخليا يتصل بالشخص ويضيفه على العالم الخارجي.**(الرفاعي، 2000، ص200)**.

يعرفه أحمد عكاشة (1992): فيرى بانه شعور غامض غير سار بالخوف والتحفيز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية الخاصة بزيادة نشاط الجهاز العصبي اللاارادي وياتي في نوبات متكرره مثل الشعور بالفراغ من المعد هاو الحبسة في الصدر .**(أحمد عكاشه، 1992، ص13)**.

2. نشأة القلق:

تعتبر ظاهرة القلق عند الإنسان السوى بشكل عام تفاعلا طبيعيا لظروف الحياة العادية، وخاصة في الموقف التوقع كدخول الامتحان أو الالتحاق بوظيفة.

فالقلق في حدوده الطبيعية يعمل كدافع نحو النجاح و التقدم،عند الأفراد، ولكن اذ زاد عن حده واصبح شديدا لدرجة الوقوف في سبيل التكيف وعرقلة التقدم،اصبح عرضا مرضيا، وذلك مايطلق عليه عصاب القلق.

فاالأحداث التي يراقبها الفرد بشكل مبالغ منه ستتحول الى مصادر للضغط، وان ادراك المثير على انه سلبي يرجع الى عدم قدرة الفرد على التحكم فيه مما يودي الى الإحساس بالقلق. **(الصيخان، 2010، ص69)**.

هذا ما جعل من الموضوع القلق محيط اهتمام الكثير من الباحثين في الفلسفة وعلم النفس والصحة النفسية فقد نشر العالم كيركيجارد، اول مقال متخصص عن القلق عام 1844، وحدد فيه مفهوم القلق، وميز بين القلق والخوف.**(صالح وآخرون، 2011، ص153)**.

والقلق من منظور علم النفس الايجابي يعني ضعف المهارات والقوى الايجابية التي يمتلكها جميع الأفراد، والتي تعتبر بمثابة حماية للأفراد من الاصابة بالمرض النفسي، وان تحديد وتعظيم هذه المهارات يساعد الأفراد على الحماية من هذه الأمراض.**(شلهوب 2015 ص 33)**.

3. تصنيفات القلق:

هناك خمس انواع رئيسية للقلق تتمثل في :

1.3. القلق الموضوعي: يرى"غالب، 2000" أن القلق الموضوعي هو عبارة عن رد فعل لإدراك خطر خارجي يتوقعه الفرد أو يشعر بها ويراه مقدما كما هو الحال في قلق التلميذ المتعلق بالتحصيل مثلا، او قلق الفرد المتعلق بالنجاح في عمل جديد.

والقلق الموضوعي خبرة انفعالية مولمه تنتج عن ادراك مصدر خطر في البيئة التي يعيش فيها الفرد، واذ ان ادراك الفرد لوجود الخطر هومايثير القلق لدى الفرد **(حجازي، 2013 ص 13)**.

ويتضح من خلال استعرض تعريف القلق الموضوعي أنه قلق مرغوب وطبيعي (قلق واقعي) اذ لم يتجاوز الح الطبيعي له والذي نعيشه جميعا في حياتنا اليومية، ويؤدي بنا الى التقدم والارتقاء، ولكن هناك حالات يتجاوز فيها قلق الموضوعي الحد الطبيعي له تستدعى الارشاد النفسي ومن ثم العلاج.

2.3. القلق العام: يرى "كفافي، 1999" بأن القلق النفسي العام هو بمثابة استعداد لدى الفرد يودي الى معاناة من القلق الوجداني، اذ ما تعرض لخطر خارجي يدركه، ويعتبره عرض من اعراض الاضطرابات النفسية الاخرى، وهو يكون نابع لحدث سابق له من اضطرابات اخرى، وهذا النوع من القلق يتخلل جوانب عديدة ومختلفة من حياة الفرد وهو غير محدد الموضوع و المجال، ولكنه يمكن ان يكون محددا بمجال معين**(كفافي،1999،ص237)**.

ويتضح مما سبق ان القلق العام قلق غير سوي، فهو اقرب الى الناحيه المرضية منه الى الناحية الصحية، لانه غير محدد الموضوع والمنشا ، وبذلك فهو يفقد او يعيق تقدم عن مواجهة مواقف الحياة .

3.3. القلق الخلقي والإحساس بالذنب: أن هذا النوع من القلق ينشأ عندما تكون الأنا الأعلى مصدر الخطر أو التهديد، وذلك عندما يقترف الفرد او يفكر بإتيان بسلوك يتعارض مع المعايير والقيم التي يمثلها جهاز الأنا الأعلى، ومصدر هذا القلق داخلي كامن في تركيب الشخصية كما هو القلق العصابي، فهو صراع داخل النفس، وليس صراعا بين الشخصية والعالم الخارجي.**(حجازي،2013، ص14)**.

ويتضح مما سبق ان القلق الخلفي يشير الى الخبرة الانفعالية المؤلمة التي تنشأ عن شعور الفرد بالذنب أو الخجل نظرا لقيام هذا الشخص بإرتكاب فعل يتعارض مع الاخلاق.

4.3. القلق العصابي (المرضي): (داخلي المنشأ) هو نوع من القلق لايدرك المصاب به مصدر أعلاه وكل ما هنالك أنه يشعر بحاله من الخوف الغامض دون مبرر موضوعى لذلك فهو قلق مرضي morbid ويسمى أحيانا بالقلق الهائم الطليق Free - Floating الذي يتمثل في الشعور بعدم الإرتياح وترقب المصائب وهذا الشعور مستمر ودائم لدى الفرد **(فايد، 2000، ص49)**.

5.3. القلق الوقفي (الخاص): ويطلق على هذا النوع من القلق بالقلق محدد الموضوع ويسمى القلق الخاص بإسم المجال أو الموضوع أو الموقف الذي يرتبط به مثل قلق الامتحان وقلق الانفصال.

ويتميز هذا النوع من القلق بعدد من الخصائص منها :

- شعور الفرد بأن الموقف يتميز بالصعوبة أو التحدي بالنسبة له؛
- يرى الفرد نفسه بأنه غير كفء أو غير قادر على مجابهة هذا الموقف أو مواجهته؛
- يتوقع الفرد الفشل من جهة نظر الاخرين الذي قد يخضع سلوكه لملاحظة أو مراقبة من جانبهم؛
- يتبع الفرد خلال الموقف اتباعا غير صحيح أو غير مرغوب فيه أو على الأقل غير مناسب للمعتاد اتباعه في ظل هذا الموقف.**(حجازي، 2013، ص14 . 15)**.

ويرى الباحث ان القلق الاجتماعي موضوع الدراسة هو أحد أنماط القلق الموقفي (الخاص) حيث أنه ذلك النمط من السلوك الذي يتسم بالخوف غير المنطقي المرتبط بالمواقف الاجتماعية المتعدد والمطلوب من الفرد التفاعل معها بإيجابيته، ولكنه ينسحب منها أو على الاقل يتجنبها حتى يبتعد عن الشعور بالإحباط.

4. تعريف قلق المستقبل:

1.4. لغة:

هو الخوف أو مزيج من الرعب والأمل بالنسبة إلى المستقبل والاكتئاب والأفكار الوسواسية، وقلق الموت واليأس بصورة غير معقولة. **(عاطف الحسين، 2017، ص37).**

2.4. اصطلاحا:

هو حاله انفعالية مضطرابة غير سارة تحدث لدى الفرد من وقت لإخر، تتميز بعده خصائص منها شعور بالتوتر، والضيق، والخوف الدائم، وعدم الارتياح والكدر، والغم، وفقدان الامن النفسي اتجاه الموضوعات التي تهدد قيمة وكيانه يقترن بتوقع وترقب خطير مجهول يمكن حدوثه في المستقبل وقد تكون هذه الحاله مستمرة. **(دباغ، لخير، 2019، ص 16).**

ويعرفه "القاضي" ويعد قلق المستقبل نوعا من انواع القلق العام، يتميز بوجود الاستعداد له عند الشخص، وكذلك يتميز بالشدة وعدم الواقعية المؤدي الى التشاوم، الذي قد يؤدي به في النهاية الامر الى اضطراب حقيقي وخطير مثل الاكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي خطير.**(القاضي، 2009، ص28).**

يعرفه **عبد الغفار (1977)** هو خوف من المستقبل وما قد يحمله المستقبل من أحداث تهدد وجود الإنسان أو تهدد إنسانية الفرد.**(عبد الغفار، 1977، ص126).**

وتعرفه "كرمان"(2008) بأنه شعور انفعالي يتسم بالإرتباك والضيق والغموض وتوقع السوء والخوف من المستقبل وشل القدرة على التفاعل الإجتماعي **(كرميان، 2008، ص7).**

يعرفه **الحمداني (2011)** بأنه حالة انفعالية متمثلة بالترقب أو التوقع مصحوبة بعدم الاطمئنان او الإرتياح لما تحمله الايام القادمة، تدفع الفرد للتفكير في المستقبل حياته وما سيؤل إليه في ظل ظروف حياته متغيرة تحصل خلالها امور غير متوقعة للفرد، تكون مبعث ألم الفرد.**(الحمداني، 2011، ص80)**.

كما يعرف قلق المستقبل بأنه عبارة عن إنفعال غير سارة، مع الإحساس الدائم بالتوتر والخوف الدائم لامبرر له من الناحية الموضوعية، وغالبا مايتعلق الامر بالخوف من المستقبل.**(عبد الخالق، 1989، ص499)**.

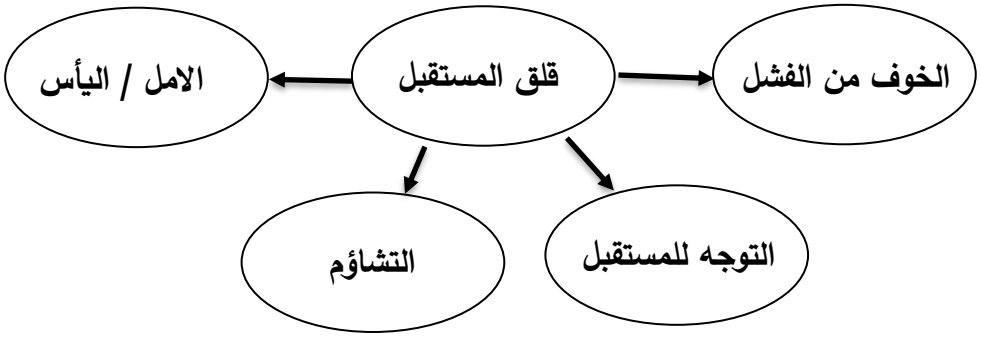
يعرفه **المشيخي (2009)** بأنه الشعور بعدم الارتياح، والتفكير السلبي تجاه المستقبل والحياة وعدم القدرة على مواجهة الضغوط والأحداث الحياتية، وتدنى إعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن وعدم الثقة بالنفس.**(المشيخي، 2009، ص15)**.

يعرفه **عبد الباقي(1993)** هو الخوف او مزيج من الرعب والأمل بالنسبة الى المستقبل والاكتئاب والأفكار الوسواسية واليأس بصورة غير معروفة.**(عبد الباقي، 1993، ص35)**.

من خلال ما سبق نستنتج أن قلق لمستقبل هو جزء من القلق العام موضوعه توقع المستقبل مما يدفع صاحبه بالارتباك والشعور بالتهديد وفقدان الأمن والتشاؤم، والفشل في تحقيق الذات وتجسيد الطموحات وهذا المفهوم يوحى لنا بالطبيعة المعرفية والاجتماعية لقلق المستقبل.

5. مفاهيم مرتبطة بالقلق المستقبل:

لقد عرف قلق المستقبل العديد من مفاهيم لكي يتجنب الفرد التشابه ببعض المفاهيم الأخرى وفي بعض الخصائص التي تشابه فيها الأفراد، فقلق المستقبل يتشابه إما في التأثير ونتائج على الأفراد مع مفاهيم ترتبط به من قريب أو بعيد ويتضح ذلك في المخطط الآتي:



1.5. الخوف من الفشل:

يوجد تشابه بين الخوف من الفشل وبين قلق المستقبل، ففي ظل الثورة العلمية والمنافسة الشديدة أصبح من الضروري للفرد أن يجد لنفسه مكانا مميزا وقد أشار (الطواب) إلى أن الفشل يؤدي إلى فقدان الفرد الثقة في نفسيه وفي الاخرين، كما أن خبرات الفشل المتكررة تجعل التلاميذ عرضة للقلق ويشعرون بعدم الاهتمام والاحجام بصفة عامة عن عمل أهداف واقعية لإنفسهم. **(هبة مؤيد، ب ت ص 335)**.

وقد أشار "بتشالتر" إلى أن الأفراد الذين يعانون الخوف من الفشل يتصفون بفقدان الثقة في الذات والإحباط من عدم القدرة على العيش وفقا للتوقعات التى وضعوها لأنفسهم وانخفاض تقدير الذات والانسحاب والهروب والسلبية.

كما أن الأفراد الذين يعانون الخوف من الفشل يفتقدون الدافعية للإنجاز والنجاح حيث يعتقدون أن النجاح يعتمد على خط أو على عوامل خارجية وليس على قدراتهم أي أن مركز الضبط لديهم خارجي كما أنهم يشعرون بأنهم غير قادرين على التحكم في مستقبلهم وبالتالي تفقدهم همتهم وتقل دافعيتهم وتحبط رغبتهم بالعمل والنجاح، وهذا ما يخلق حاله من الاستسلام والعجز والميل إلى الرضا بالوضع الراهن دون تحسينه ومن ثم انخفاض الدافعية للانجاز.

وكذلك فإن من يعاني قلقا من المستقبل فإنه يعاني من اعراض مشابهة لاعراض الخوف من الفشل وهذا ما أكده "رونالد مولين"، حيث يرى أن الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو شخص يتصف

بالسلبية لكل مايحمله المستقبل وعدم القدرة على مواجهة المستقبل وبالتالي الكذب والتصنع والانسحاب والهروب اجتماعيا وثقافيا وعاطفيا **(Simons&et al,p.151-162).**

2.5. قلق المستقبل والتوجه للمستقبل :

يمكن القول ان التوجه للمستقبل هو تصور الأفراد لما يتعلق بمستقبلهم، أنه مايظهر في تقاريرهم الذاتية ويتضمن مايعتقد الفرد أنه ذو أهمية ومعنى في حياته وهو مهم لدافعية الأفراد، إنه ليس ما تذهب إليه أنما ما تبنيه وهو خلفية التي يظهر عليها الأهداف والخطط ولاكتشافات والخيارات وصنع القرار **(بدر، 2003، ص45).**

ويعد مفهوم التوجه للمستقبل وثيق الصلة بقلق المستقبل فهما على طرفي متصل، فبقدر ما يكون قلق المستقبل حافزا على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه للمستقبل، وبقدر ما ينخفض مستوى التوجه للمستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه تجاه هذا المستقبل ودفاعه ضد هذا القلق بالإغراق في الحاضر، واذا كان التوجه للمستقبل في حالته القصوى هو تطلع الفرد الدائم نحو المستقبل كسبيل لبلوغ الأهداف وتحقيق الاشباع.**(شمخي والأخرين، 2016، ص 21).**

3.5. قلق المستقبل والتشاؤم:

يرتبط قلق المستقبل ارتباطا وثيقا بالتشاؤم، فقد وجد ارتباط ايجابى بين قلق المستقبل وبين التشاؤم. والتشاؤم هو استعداد شخصي أو توجه لدى الفرد يجعله يدرك الاشياء من حوله بطريقة سلبية ومن ثم يكون توجهه نحو ذاته ونحو حاضره ومستقبله سلبيا.

ويمكن تعريف التشاؤم بنه توقع سلبى للاحداث القادمة يجعل الفرد يتوقع الشر والفشل وخبية الأمل.

ويؤثر التشاؤم سلبيا في سلوك الإنسان وصحته النفسية والجسمية، والنظرة التشاؤمية للمستقبل تجعل الفرد عرضة للاكتئاب واليأس والانتحار حيث يتصف المكتئبون بتعميمهم الفشل والنظرة السلبية للحياة والذات والمستقبل، ويمكن القول أن من لديه هذه النظرة السلبية للمستقبل قد يترتب على ذلك هبوط روحه المعنوية وتناقص دافعية للعمل والإنجاز.**(هبة مؤيد، ب.ت، ص337)**.

4.5. الأمل واليأس:

من فرضية ان الأمل نقيض اليأس، وأن الأمل يتشابه مع التفاؤل من حيث كل منهما نزعة استبشار وتوقع النتائج الايجابية، إلا أن الأمل حالة من الوجود الإنساني، وهو إنتاج طرق جديدة إذ فشل المسار الأصلى لتحقيق الهدف، في حين يكون التفاؤل هو العكاز الذي يستند اليه الفرد عند مواجهة الأزمات التى تحول بين الفرد وهدفه وتبدو العلاقة بين الأمل والقلق وفقا لما رآه "افريل" ان القلق يرتفع بإنخفاض الأمل وينخفض بإرتفاع الأمل.

أما عن علاقة اليأس بلقلق المستقبل، فاليأس هو فقدان الأمل حالة وجدانية تبعث على الكأبة التى تتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو الحياة، وتعميم ذلك الفشل في كل محاولة يقوم بها الفرد، وهذا يعنى النظرة السلبية للذات والعالم.

ويعد الإحساس بالهدف في الحياة من أهم العوامل المهمة والمؤثرة في تحقيق التوافق النفسي والشعور بالسعادة والقدرة على الإنجاز والابتكار، وقد أشار"**فرانكل**" إلى أن الشخص الذي تمتلئ حياته بالمعاني والأهداف يجد من الطاقة والدافعية مايجعله يؤمن بجدوى الحياة وما يعينه على تحمل الصعوبات والمعاناة، في حين أن الفرد الذي يفشل في ايجاد المعنى والهدف في الحياة يعانى الفراغ الوجودي الذي يتسم بالملل واليأس، وعندما يعتقد العكس بأنه عديم الفائدة وبلا هدف في حياته سوف يصبح عرضة للعديد من الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب.**(نفس المرجع السابق، 2016، ص 22)**.

من خلال ما سبق يتبين أن مفهوم قلق المستقبل وعلى الرغم من تداخله مع بعض المفاهيم الأخرى كالخوف من الفشل قلق المستقبل، التوجه للمستقبل، قلق المستقبل والتشاؤم، الأمل واليأس إلى أنه يعتبر مفهوم قائم بذاته.

6. النظريات المفسيرة لقلق المستقبل:

تعددت النظريات المفسرة لقلق المستقبل وذلك بتعدد المدارس النفسية والتي كانت تجمع مجموعة من علماء النفس، في هذا الصدد نذكر بعض النظريات التي حاولت تفسير قلق المستقبل:

1.6. نظرية التحليل النفسي: "1859-1939"،يرى "فرويد" بأن توقع الخطر في المستقبل هو أحد معالم القلق وللقلق علاقه بالتوقع والربط بينهما ويعد التوقع أحد مصادر القلق فحيثما يحصل توقع الخطر يحصل القلق، وحالة الخطر حاله العجز يدركها الفرد وقلق المستقبل عند فرويد يرتبط بالتوقع للخطر.

أما "أدلر" ربط قلق المستقبل عند الفرد بالأهداف التي يصنعها الفرد في حياته، فكلما كانت أهدافه واقعية بعيدة عن التخيلات والأوهام كلما استطاع التقليل من القلق حول مستقبله والعكس، كما أولى اهمية إلى التوقعات التى تلعب دورا في دافعيتنا نحو المستقبل والتى لها تأثير على سلوكاتنا.

ويرتكز أن "اريكسون" في تفسيريه أن قلق المستقبل عند المراهقين ينشأ نتيجة عدم القدرة على تحديد هويته بسبب التشتت والانتشار الذي يمر بهما المراهق، فالفرد يكون في هذه الحالة واقعا تحت تأثير لخوف الشديد من عدم القدرة على التحكم في الذات، أو السيطرة عليها وعلى مستقبله.**(دباغ والأخرون، 2019، ص19)**

2.6. النظرية السلوكية: يرى أصحاب النظرية السلوكية ان القلق مكتسب من خلال الاشترطات أو العمليات التعلمية الاخرى، الأمر الذي يولد السلوك التجنبي أو الهروبي وبالتالي يكتسب هذا السلوك التعزيز من

خلال خفض مستوى القلق. ويفسر أيزيك استجابات القلق كنتيجة أحداث مصادفة أو سلسلة من الصعوبات المتتالية تشمل على رد فعل عصبي لا إرادي على افتراض أن المثيرات العصبية السابقة، تصبح متصلة من خلال ردود افعال متصلة بالقلق تأخذ خصائص الدافعية من خلال محاولات خفض التوتر والقلق المتمثلة بالهروب والتجنب، وأن التجنب أو الهروب الذي يتبع خفض القلق سوف يصبح قويا.

وقد ذكر السلوكيون أمثلة لواقف عادية ممكن أن تؤدي إلى القلق ومنها المواقف التي ليس فيها إشباع، حيث أن الفرد قد يتعرض في طفولتة لمواقف تحمل خوفا وتهديدا ولا يصاحبها تكيف ناجح، مما يترتب على ذلك الشعور بعدم الارتياح الانفعالي وما يصاحبه من توتر وعدم استقرار.**(شلهوب، 2015 ص37)**.

3.6. النظرية الإنسانية: كارل روجز"1902-1987" يفسر روجز قلق المستقبل بأنه حينما يكون غير قادر على اعطاء استجابة تقود إلى النجاحات، ولا إرضاء الحاجات الاجتماعية (من خلال علاقاته مع الآخرين)، تنشأ لديه حينئيذ صراعات تؤدي بدورها إلى إثارة مشاعر القلق، لاسيما القلق من المستقبل، فتنشئ من المستقبل فتنشأ مشاعر عدم الرضا عن الذات، وتتصور الذات بأنها المسؤولة عن تلك الصراعات، هذا الشعور الجديد بدوره إلى مشاعر عدم الأمن النفسي الذي يهدد الذات نفسها، وحينما يستمر الصراع وتزداد شدة القلق يتمركز السلوك الإنساني أكثر فأكثر في خفض القلق، من خلال الآليات الدفاعية، وكنتيجة لذلك تزداد ردود الفعل ذات الطبيعة الدفاعية وتتحول مسؤولية تكون الصراع نحو الأفراد الاخرين المحيطين بالأفراد الذين يتفاعلون معهم.**(دباغ والأخرين، 2019، ص20)**

4.6. النظرية المعرفية: تقوم النظرية المعرفية على أن الاضطراب الإنفعالي هو خبرة ناتجه عن الطريقة التى تفسر بها الأحداث التى يتعرض لها الفرد، فهذه الأحداث ربما تمس نقاطا محددة في محصنة لتستخرج التصورات المرتبطة بالمخاوف لاحقا، ويشير"كلاك واخرون" إلى أن خبرات الطفولة المؤلمة تجعل الطفل

يكون صيغة إجمالية عن الذات تظهر في تركيز الطفل انتقائيا وتخيله وترديده للأفكار التى تتضمن توقعا للمخاطر والتهديد، مما يجعله يحرف كل الخبرات التى يمر بها في اتجاه التوقع المستمر للخطر، ويرى "اليس وكرينجل وبيك" أن هناك افكار غير عقلانية وليست ذات معنى، واهدافا لايمكن تحقيقها يحملها الفرد في تفكيره، وتؤدي إلى الاحباط والخوف الدائم من الفشل ولوم الذات، مما يؤدي إلى ضعف الذات والتعرض للأمراض العصابية.**(نيفين، 2010، ص36)**.

5.6. نظرية التعلم الاجتماعي: يعتبر "باندورا" من رواد هذه النظرية، والذي يعتبر أن القلق هو نتيجة لحدوث متغيرات غير مرغوب بها في ظل وجود استعداد لظهور القلق لدى الفرد نتيجة للمفهوم السلبي لدى الشخص عن قدراته وعن ذاتيه، فالقلق يعبرعن المثيرات الخارجية المستجابة لكنه ارتباطا مباشرا بالسمات الشخصية (الوجدانية والعقلية).**(سهام ضيف الله، ب.ت، ص131.129)**.

6.6. نظرية الجشتالت:

ينظر الجشتالتيون إلى القلق من خلال ثلاثة مضامين هي:

المضمون السيكولوجي والمضمون الفسيولوجي والمضمون المعرفي:

- المضمون السيكولوجي: حيث يفترض أن ثمة صراع بين اقدام الفرد على الاتصال بالبيئة لإشباع حاجاته وبين احجامه عن اتمام وانجاز هذا الاتصال لأسباب اجتماعية واعية أو اشتراطية؛
- المضمون الفسيولوجي: ويعرف بإسم معادلات القلق ويكون ظاهرا في ضيق التنفس ونقص الأوكسين؛

- المضمون المعرفي: حيث ان ترقب العواقب الوخيمة لأفعالنا وهو يشكل المضمون المعرفي لقلقنا، أي ان القلق لايدور حول ما فعله الفرد انما يدور حول العقاب المنتظر في المستقبل، من ثم يعيش الشخص القلق في فجوة تفصل بين الحاضر والمستقبل ولا تتسلسل الأحداث في حياته بشكل سليم.

إذ يقلق الفرد حين يترك الان والحقيقة الجارية ويقفز في المستقبل المتصور الذي لم يولد بعد ومازال في رحم الغيب. **(هية مؤيد، ب – ت ص355)**.

7.6. نظرية اعادة بناء المعرفي: افترض بيك أن السمات الأساسية لإضطرابات القلق هي معرفية في جوهرها، والنموذج المعرفي الذي افترضه بيك حول العمليات المعرفية الخاصة بنشوء سمات القلق تقسم إلى ثلاث خطوات هي:

- التقييم الأولي والتقييم الثانوي وإعادة التقييم.

ـ في التقييم الأولي: حيث يقيم به الفرد الخطر المهدد؛

ـ في التقييم الثانوي: يقيم الفرد المصادر الممكنة للتعامل مع التهديد المحتمل، ويفترض بيك ان مستوى القلق الذي ينتاب الفرد يعتمد على هذين النوعين من التقييم، ولا يحدث التقييم عن طريق الوعى بل يحدث بطريقة أوتوماتيكية في اللاوعي؛

ـ إعادة التقيم: وهي المرحلة الثالثة يقيم الفرد حدة وشدة الخطر ونتيجة ذلك قد يولد لديه الاستجابة العدائية، سواء كان رد الفعل استجابة بالهروب بسبب القلق أو كان رد الفعل بالمواجهة نتيجة الخطر، وهذا يعتمد على مستوى الثقة بالنفس.

ويزيد التفكير الايجابي من احساس الفرد بالثقة بالنفس، بينما يقلل التفكير السلبي من اعتقاد الفرد في قدراته على مواجهة والتكيف.

وبالتالى فإن تفكيرنا يؤثر في استجاباتنا تجاه مواقف التهديد. **(نفس المرجع السابق، ب – ت، ص356)**.

8.6. نظرية التأقلم (التعليمات الذاتية): قدم "ميكنبوم" تدريب التحسين التدريجي ضد الضغوط ويستخدم تعليمات تجربية تتمثل في الحديث الذاتي على افتراض أن الأشياء التى يقولها الناس لأنفسهم تحدد الأشياء التى يفعلونها، إلا أن مثل هذه الأحاديث لا تظهر بشكل مباشر في حاله تناول الضغوط ومواجهتها، وإنما يشير الأمر إلى أن الكيفية التى يتعامل بها الفرد مع الضغوط تتأثر إلى حد كبير بكيفية تقديره لقدرته على التعامل مع مصدر الضغوط، فإن كانت الأحاديث التى يوجهها الفرد لنفسيه إيجابية انخفض معها القلق والعكس صحيح، كلما كانت الأحاديث الذاتية سلبية ازداد معدل القلق.**(نفس المرجع السابق، ب–ت، ص356)**.

9.6. النظرية الوجودية: يرى"كيركيجارد" أحد مؤسسي المدرسة الوجودية أن الاختيار يقود الفرد إلى القيام بالمخاطرة والتى بدورها تؤدي بالفرد إلى القلق ويعتقد "سارتر" أن الإنسان القى به الى الوجود على غير ارادة منه، ويمضي في الحياة بوصفه كائنا مغتربا يكابد القلق، واغترابه دائم لايمكن قهره، وإن حدة الاغتراب والقلق تزداد لديه عندما يعاني من قهر الحرية والاضطهاد واستلاب الذات ويعتقد كل "ولسون وكنيلز" ان القلق يعني بالخصائص الرئيسية لوضعية الإنسان وخوفه من عدم وجوده بصورة أساسية.

أما "رولو ماي" فتذهب إلى أن القلق هو توجس يصحبه تهديد لبعض القيم التى يتمسك بها الفرد، وتعتقد أنها اساسية وترى "ماي" أن للقلق أساسين هما الاستعداد الفطري، والأحداث الخاصة التى تستحضر القلق عن طريق التعلم بأنواعه المختلفة، وأن استجابة القلق تكون سوية اذ كانت متناسبة مع الخطر الموضوعي وانطلاقا من تراكمات المدرسة الإنسانية فإن الوجوديون لايعتبرون القلق مشكلة اومظهر مرضيا، وإنما يعتبرونه في الأساس ميزة إنسانية تتيح للانسان فرصة الارتقاء بوجوه وتجويد معنى حياته.**(زقاوة، 2014، ص90)**.

10.6. نظرية قلق الحالة وقلق السمة: حالة قلق هي استجابة انفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية تتضمن التوترو الخشية والعصبية والانزعاج، كما تتصف بتنشيط الجهاز العصبي (الاتونومي) وزيادة تنبيه، وتحدث حالة القلق عندما يدرك الشخص أن منبها معينا أو موقفا ماقد يؤدي إلى إيذائه أو تهديد أو إحاطة بخطر من الأخطار، أما سمة القلق فإنها تشير إلى استعداد ثابت نسبيا لدى الفرد على امتداد الزمن، ويتميز الأفراد ذو الدرجات المرتفعة من سمه القلق بميلهم إلى إدراك العالم باعتباره خطرا يهدد حياتهم، وبالتالي فهم أكثر الأفراد تعرضا إلى المواقف العصبية **(زقاوة، 2013، ص91)**.

11.6. نظرية القلق(الدافع): ربط أصحاب نظرية قلق الدافع (مثل تايلور، تشايلد، ماندلر، ساراسون) بين خاصية الدافع الذي يدفع الشخص للعمل والنشاط والتعلم، وبين القلق المزمن، وافترضوا أن الإنسان عندما يؤدي عملا يشعر بالقلق الذي يحفزه إلى إنجاز هذا العمل أو التعلم، وذهبوا إلى أنه كلما زاد القلق زاد الدافع، وبالتالي يتحسن الأداء والتعلم، ولم تجد فروض نظرية القلق "الدافع التاييد التجريبي" إذ أشارت نتائج دراسات أخرى إلى أداء الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة في القلق أفضل من ذوي الدرجات المنخفضة في الأعمال السهلة، وأداء الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة في القلق افضل من ذوي الدرجات المرتفعة في الأعمال الصعبة والاعمال المعقدة، وما ذلك إلا أحد تطبيقات "قانون بيركس دودسون" **(زقاوة، 2013 ص92)**.

12.6. النظرية المخططات: "بيك" إفترض بأن العمليات المعرفية الخاصة بنشأة القلق تقسم إلى ثلاثة خطوات هي (التقييم الأولى، التقيم الثانوي، إعادة التقييم).

- التقييم الأولي: هو الانطباع الأولي الذي يقوم به الفرد لواجهة الخطر المصدر، وهل له تأثير على ميول واهتماماته اللازمة للحياة، ونتيجة لذلك تتولد له الاستجابة الحرجة، وهذه الاستجابة ربما تتولد نتيجة لمدى معين من المواقف، يتراوح مابين كارثة مستقبلية وخطر حالي يهدد الحياة؛

- **التقييم الثانوي:** عندما يحاول الفرد تقييم مصادره الداخلية التي تثير القلق ليحتمي من الخطر أو يتفادى الضرر الذي ينتاب الفرد يعتمد على النوعين من تقييم، وأن التقييم المعرفي لدى الفرد لا يحدث عن طريق الوعى بل يحدث من خلال التقييم وإعادة التقييم بطريقة آلية؛

- **إعادة التقييم:** حيث يقيم الفرد حدة وشدة الخطر، ونتيجة لذلك قد تتولد لديه الاستجابة العدائية سواء كانت رد الاستجابة بالهروب بسبب القلق، أم بالمواجهة نتيجة الخطر **(بنيان، 2017، ص650-652)**.

من خلال النظريات السابقة يمكننا التوصل إلى أن قلق المستقبل عملية تعتمد على إدراك الفرد للأحداث المستقبلية المختلفة، والأفكار والتخيلات هي مثيرات لقلق المستقبل والتي يصبح من خلالها في حالة قلق تثير بدورها انفعالات تقوده إلى توقع غير محبب للمثيرات المختلفة، مما بجعل الفرض في حالة ترقب، وتوجس وتوهم، وهذه الحالة ماهي إلا تأثيرات دخول الطالب لقلق المستقبل.

7. مظاهر قلق المستقبل:

لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر أساسية هي :

1.7. مظاهر معرفية:

يستثير القلق المستوى المعرفي للشخص فيكون أكثر اضطرابا في الأفكار ولا يعرف الثبات والاستقرار على فكرة، ويحدد الجهني (2011) مظاهر معرفية للقلق في الأفكار المتكررة عن الخطر، نقص القدرة على المجادلة الأفكار المخيفة، تعميم المؤثر الضار.

2.7. مظاهر سلوكية:

وهي مظاهر تتخذ أشكالا مختلفة مثل الانسحاب من المواقف المحرجة للشخص وتفضيل العزلة عن الاندماج في الجماعة.

3.7. مظاهر جسدية: ويمكن ملاحظة ذلك من خلال مايظهر على الفرد من ردود افعال بيولوجية وفسيولوجية مثل ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، إرتفاع ضغط الدم، إغماء توتر عضلي، عسر الهضم **(زقاوة أحمد، 2014، ص88).**

نستنتج أن قلق المستقبل يشكل خطر على الصحة الجسمية والنفسية مما يؤثر على طاقتهم حبث أنه يظهر نتيجة الظروف الصعبة والمعقدة فهو يمثل أحد الإضطرابات التي تأتي نتيجة ضغوط الحياة في شتى مظاهره

8. أسباب قلق المستقبل:

يظهر قلق المستقبل من خلال رؤيتنا له بأنه مساحة غامضة ومجال لوجهات نظر سلبية حول ماهو آت في الغد، وهذه المواقف يمكن أن تسود في فترة من الزمن، وان تعبر عن حالات موقفية ثابتة نسبيا ومواقف معرفية وعاطفية تتسم بالسبية والتشاؤم ويمكن أن يظهر بخاصية أكثر عمومية بما يحمله المستقبل القادم ومايأتي به من أحداث يتوقعها الاشخاص كمشاعر الخشية من الكوارث الطبيعة، ومن جهة أخرى يرتبط هذا القلق وبشكل محدد، بحدث معين أو وضعيات شخصية، كتوقع أحداث أكثر فردية، مثل المرض ومعاناة المشكلات بين الأفراد، أو فقد شخص قريب أو شعور بتهديد الإخفاق في تحقيق أهداف خاصة شخصية، أو عدم التأكد من كيفية التصرف ضمن أحداث اجتماعية معينة، والشعور بأن التصرفات والخطوات الحالية غير مؤكدة حلولا للظروف غير المرغوبة، أن عدم امكانية التنبؤ بالسلوك الخاص والنتائج

النفسية المترتبة يمكن اعتبارها عناصر ينشأ عنها، مواقف مليئة بمشاعر الخوف والقلق الناتج عن المجهول.**(زالسكي، 1996، ص185)**.

ويشير مولين(1990) إلى أن أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تتمثل :

- عدم القدرته على التكيف مع المشاكل التى يعاني منها؛
- عدم قدرتة على فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع؛
- التفكك الاسري؛
- مشكلة في كل من الوالدين والقائمين على رعايته في عدم قدرتهم على حل مشاكله؛
- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع؛
- نقص القدرة على التكون بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لديه لبناء الأفكار عن المستقبل وكذلك تشوه الأفكار الحالية؛
- الشعور بعدم الأمان والإحساس بالتمزق.**(نيفين، 2010، ص 38)**.

ويشير داينز(2006) إلى أن من أسباب قلق المستقبل التغييرات الإجتماعية في المجتمع حيث أن رد الفعل الوجداني للتغيرات الأخلاقية والإجتماعية في المجتمع وضغوط الحياة العصرية يولد مشاعر الرهبة والقلق والخوف من القصور وتناقض الادوار وضغوط الحياة، ومشكلات تكوين العلاقات مع الاخرين وتشمل هذه التغيرات المعتقدات الأخلاقية التى أعيد استخدمها في الماضي لتوجيه القرارات والتخوف المستمر من البطالة وايقاع العصر الحديث والتغيرات السريعة في التطور التكنولوجي، وأصبح القلق من المستقبل الذي يعانى منه معظم الأفراد في المجتمعات المعاصرة نتيجة تغيير في سلوكياتهم وأنماط تفكيرهم.

وأن السبب المباشر للمعاناة من الخوف الزائد على المستقبل هو تخيل الاسواء دائما أو استحضار العواقب الوخيمة بصفة مستمرة، والاستمرار في التفكير في مسلسل الكوارث الخيالية الذي يعيق التفكير بصورة إيجابية نحو الحاضر والمستقبل على حد سواء.

ويذكر الاقصري (2002) أن أسباب وجود قلق المستقبل هو عجز الفرد عن تحقيق أهدافه أو الفشل في اكتساب حب واحترام الآخرين أو فشل الإنسان في عمل أو دراسة ما أو عند اضطهاد سواء في محيط أسرته أو عائلته أو عمله أو حتى عندما يحاول تغير بعض عاداته السيئة أو الإقلاع عنها ثم يجد نفسه عاجزا عن ذلك.

ويؤكد كذلك أن السبب الرئيسي الذي يجعل الفرد يعاني من القلق والخوف من المستقبل هو الجهل بمعرفة الحياة فلو كان يعرف معنى الحياة لاستمتع بها خير استمتاع دون أن يضيعها في القلق والخوف والمشاعر السلبية.

وأن الإنسان لايعرف للحياة معنى دون أن يعمل ويبذل أقصر جهده للتقدم نحو تحقيق قيم الحياة الاساسية وأهمها القيم الابداعية التى تحقق عندما يعمل الإنسان لمصلحة المجتمع ثم القيم التجردية التى تشمل الحب والبهجة والعطاء ورؤية الاشياء الجيدة والحقيقية والجميلة المثيرة للاهتمام ومعرفة الذات ومعرفة الناس وفنون التواصل معهم والتعامل بمهارة.**(فتحي وادة، 2019، ص 74)**.

وقد ارجعت حنان العناني (2000) إلى أن القلق المستقبل يرجع الى خبرات ماضية مؤلمة وضغوط الحياة العصرية وطموح الإنسان وسعيه المستمر نحو تحقيق ذاته ويجاد معنى لوجوده.**(نفس المرجع السابق، 2010)**.

وتذك رسناء مسعود (2006) أن هناك اسبابا عديدة تقف وراء قلق المستقبل منها:

- نقص القدرة على التكهن بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لبناء الأفكار عن المستقبل؛
- الشك في قدرة المحيطين بالقدرة والقائمين على رعايته في عدم قدرتهم على حل مشاكله؛
- الشعور بعدم الانتماء والإستقرار داخل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع بصفة عامة؛
- استعداد الفرد الشخصي للتفاعل مع الخوف وكذلك الخبرات الشخصية المتراكمة ومذاهب وإتجاهات الشخص في حياته؛
- العوامل الأسرية المفككة وعدم الإحساس بالامن؛
- العوامل الاجتماعية والاقتصادية والثقافية؛
- العزو الخارجي للفشل؛
- تدني مستوى القيم الروحية والاخلاقية؛
- الضغوط النفسية وعدم القدرة على التكيف مع المشاكل التى يعاني منها الشخص؛
- تبني الأفكار اللاعقلانية والاعتقاد بالخرافات والنظرة السوداوية.

أما حسانين **(ورد في الجهني،2011)** فقد عدد أسباب قلق المستقبل في الإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل، تقليل فعالية الفرد في التعامل مع هذه الأحداث والنظر إليها بطريقة سلبية، عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التى يعاني منها الشخص والشعور بعدم الأمان ويمكن القول أنه مع بروز مظاهر الرشد يبدا الشباب في رصد واقعهم ومستقبلهم وبناء توقعات متعلقة بالدراسة مثل اختيار نوع التخصص والسعى نحو التحصيل الجيد واهتمامات أخرى مرتبطة بعالم الشغل حيث يكون التركيز على البحث عن

مهنة أمر يلازم تفكير الشاب طيلة مرحلة دراسته أو البحث عن تكوين مهني يؤهله للاندماج الاجتماعي وتحقيق طموحاته ورغباته في الحياة

وتشير العجمي(2004) إلى أن أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تعود إلى :

- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات؛
- الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام؛
- عدم القدرة على فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع؛
- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع؛
- عدم قدرته على التكيف مع المشاكل التى يعانى منها؛
- الشعور بعدم الامان والإحساس بالتمزق؛
- مشكلة في كل من الوالدين والقائمين على رعايته في عدم قدرتهم على حل مشاكله؛
- التفكك الأسري.

ويرى العشري (2004) أن أسباب قلق المستقبل ترجع إلى :

- الخوف الغامض نحو مايحمله الغد الأكثر بعد من صعوبات؛
- التنبؤ السلبي للاحداث المتوقعة؛
- الشعور بالضيق والتوتر والانقباض عند الاستغراق في التفكير في المستقبل؛

- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف و الطموحات؛
- الانزعاج وفقدان القدرة على التركيز.

وترى سعود(2005) بأن القلق المستقبل يمثل في مجموعة من البنى كالتشاؤم أو ادراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة وفقدان السيطرة على الحاضر وعدم التاكد من المستقبل **(بولعسل، 2013 ص 37-38)**.

من خلال معرفتنا للأسباب المؤدية لقل المستقبل فيجب على الفرض تجنبها وأن يقف أمام تلك العقبات التي تسبب حاجز في حياته ولا يستطيع تقدم للأفضل ويخطط ويرسم دائما الأفضل وتوقع مستقبل مزدهر.

9. التأثير السلبي لقلق المستقبل:

يمثل قلق المستقبل أحد الأنواع التي تشكل خطورة في حياة الفرد، وتمثل خوفا من المجهول ينجم من خبرات ماضية وحاضرة أيضا يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر ويشعر بدعم الاستقرار، وتسبب له هذه الحالة شيئا من التشاؤم واليأس، دائما مايكون الشخص القلق غير مستقر، ويخشى أن يرتكب أخطاء، ويجد صعوبة في الوصول إلى قرار معين، لذلك فهو يفضل عدم إتخاذ قرار خاطئ يندم عليه.

شير"المشيخي" إن من أهم الآثار السلبية لقلق المستقبل مايلي:

- الهروب من الماضي والتشاؤم وعدم الثقة في أحد، واستخدام آلية الدفاع وصلابة الرأي؛
- الشعور بالتوتر والانزعاج لأتفه الأسباب والأحلام المزعجة واضطرابات النوم واضطرابات التفكير، وعدم التركيز وسوء الإدراك الاجتماعي والانطواء؛

- الشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل، والجمود وقلة المرونة والاعتماد على الاخرين في تأمين المستقبل؛
- يفقد الإنسان تماسكه المعنوي، ويصبح عرضة للإنهيار العقلي والبدني؛
- التقوقع داخل إطار الروتين، واختيار أساليب التعامل مع المواقف التي فيها مواجهة مع الحياة؛
- استخدام ميكانيزمات الدفاع مثل: النكوص، الإسقاط، التبرير والكبت؛
- تدمير نفسية الفرد فلا يستطيع أن يحقق ذاته، أو يبدع وإما اضطراب، وينعكس ذلك في صورة اضطرابات متعددة الأشكال والانحراف واختلال الثقة بالنفس؛
- الالتزام بالنشاطات الوقائية، وذلك ليحمي الفرد نفسه أكثر من اهتمامه بالانخراط في مهام حرة مفتوحة غير مضمونة النتائج؛
- يعيش الإنسان في حالة انعدام للإطمانينة على صحته ورزقه؛
- الاعتمادية والعجز واللاعقلانية؛

يفقد الإنسان تماسكه المعنوى ويصبح عرضة للإنهيار العقلي والبدني استناد إلى أن الإنسان لايستطيع أن يحى إلا بواسطة تطلعه إلى المستقبل.

الشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل والجمود وقلة المرونة والاعتماد على الاخرين في تأمين المستقبل.**(دباغ والآخرون، 2020، ص23-24).**

نستنتج أن لقلق المستقبل تأثير سلبي على السلوك وشخصية الفرد وهذا ما يؤثر بشكل سلبي على

حياته وتطلعاته للمستقبل وما سيأتي به وما يخبئه المجهول حيث أنه يترك الفرد في حالة اضطراب دائم ولا يمكن أن يكتفي بتحديد مستقبله.

10. سمات ذوي قلق المستقبل:

أن الخوف والقلق من المستقبل شئ طبيعي جدا عندما يكون في الحدود المعقولة، إلا ان الزيادة فيهما تكون عائقا نفسيا بلا جدال، واثبتت العديد من الدراسات أن القلق الدائم يعمل على تغذية المشاعر السلبية، مما يؤثر على سلوك الإنسان ويؤثر على ردود افعاله اتجاه الاخرين وفي علاقته بهم، والقلق لا يؤثر فقط على الحالة المزاجية، ولكنه يؤثر على انتاجية الفرد وعلى موارده الاقتصادية، فالقلق يعوق الفرد ويقلل من قدراته الحيوية على العطاء والانتاج.

ويشير"حسانين 2000" إلى مجموعة من السمات التي يتسم بها الاشخاص ذوي قلق المستقبل من أهمها مايلي:

- التشاؤوم وذلك لإن الخائف من المستقبل لايتوقع إلا الشر، ويتهيأ له أن الأخطار محدق به، إن الانتظار السلبي لما قد يقع؛
- استغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين مستقبل الفرد الخاص؛
- الانسحاب من الانشطة البناءة ودون المخاطرة؛
- عدم الثقة في أحد مما يؤدي إلى الاصطدام بالاخرين؛
- اتخاذ إجراءات وقائية من أجل الحفاظ على الوضع الراهن بدلا من المخاطرة من أجل زيادة الفرص في المستقبل؛

- استخدام آليات دفاعية ذاتية مثل: الإزاحة والكبت من أجل التقليل من شأن الحالات السلبية، من اجل الحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة؛
- التركيز الشديد على احداث الوقت والحاضر والهروب نحو الماضي؛
- الانطوء وظهور علامات الحزن والشك والتردد؛
- الخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل؛
- صلاحية رأي والتعنيت وظهور الانفعالات لأدنى الأسباب. **(حسانين، 2000، ص19)**.

وفضلا عن هذه السمات ترى "نيفين المصري" (2011) ان سمات ذوي قلق المستقبل تتلخص بما يأتي:

- أنهم لايخططون للمستقبل حتى لايصابوا بخيبة أمل؛
- أنهم يتعاملون مع أمور المستقبل بمرح أقل؛
- أنهم يعانون من أعراض واضطرابات جسمية عندما يفكرون بالمستقبل فكلما زادت حدة القلق زادت هذه الأعراض وتعددت؛
- أنهم يتعاملون مع الأمور الصغيرة من أجل تأجيل القيام بالأعمال الهامة؛
- أنهم على المستوى الاجتماعى، يستخدمون الآخرين لتأمين مستقبلهم، كما أنهم يميلون إلى السيطرة على السلطة لتكوين الحياة السهلة؛
- أنهم لايعتنون بصحتهم وأجسادهم، فهم لا يحافظون على قوتهم من أجل الموافق.

وأوضحت دراسة "معوض عبد التواب 1996" أن الشخص ذو قلق المستقبل يتسم بما يلي:

- لايمكنه تحقيق ذاته؛
- لايمكنه أن يبدع؛
- الشعور بالعجز؛
- يتميز بحالة من السلبية والعجز؛
- نقص القدرة على مواجهة المستقبل؛
- الشعور بالنقص ونقص الشعور بالأمان.**(شلهوب، 2016، ص44-45)**.

نستنتج مما سبق أن سيمات قلق المستقبل لها أثر كبير على الصعيد النفسي ولذلك يستدعي الأمر المواجهة والمعالجة ولابد من إيجاد طرق لتخلص منها.

11. مجالات قلق المستقبل:

تعدد المجالات التى يقلق منها شبابنا وتكون متعلقة بقضاياهم الشخصية من جهة ومرتبطة من جهة أخرى بقضايا أكثر عمومية واجتماعية واقتصادية ونفسية وهي :

1.11. قلق المستقبل والمجال الاجتماعي:

يتضمن هذا المجال مخاوف تتعلق بخشية الأفراد من الفشل في التكيف المجتمعي، وعدم قدرتهم على التقدم وفق الظروف الجديدة والخوف من الفشل والعجز في قدرتهم على بناء علاقات ناجحة اجتماعيا مع الاخرين، ويتضمن خشية الشباب من الوصول بحياتهم الى الاستبعاد والنبذ من قبل المجتمع المحيط.

2.11. قلق المستقبل ومجال العمل:

يسهم مجال العمل بشكل هام في حدوث القلق المستقبلي، وذلك لأهمية تأمين العمل في الاستقرار الشخصي والاقتصادي عند الشباب، تزداد سمة القلق وينخفض تفاؤل الشباب وأمالهم عندما تقل فرص تامين العمل.

3.11. قلق المستقبل والمجال الاقتصادي:

يرتبط قلق المستقبل بشكل كبير بالمجال الاقتصادي، عندما يشير إلى إحساس الشباب بالعجز عن مواجهة المطالب المادية مستقبلا وذلك مع انخفاض الرواتب وحدوث زيادة كبيرة في الأسعار ورؤية الفقر والبؤس والجوع منتشرا بين الأفراد، اذ يعد المجال الاقتصادي هاما جدا لما يشكله من ركيزة اساسية في خلق حالة من الاستقرار لدى الفرد والمجتمع، ويعد مرآة لزيادة معدل الانتاج الذي ينعكس ايجابيا على مستوى الحياة اليومية للفرد.

4.11. قلق المستقبل والمجال الشخصي:

يمثل القلق في المجال الشخصي في اعتقاد الشباب أن حياتهم في المستقبل ستغدو بلا معنى وسوف ينتابهم الشعور بالخوف والعزلة مستقبلا، والخوف من صعوبات التكيف والفشل في مواقف الحياة المتعددة، الذي ينعكس بدوره على وجود صعوبات تتعلق بإتخاذ قرارت حاسمة في الحياة المستقبلية لدى الشباب، وتأتي الرؤية السلبية اتجاه الحاضر ويزداد الاعتقاد باحتمالية وجود مشكلات وأمراض نفسية متزايدة.

5.11. قلق المستقبل ومجال المجهول:

يتضمن هذا المجال القلق من أمور كثيرة لايستطيع الشباب تحديدها والخوف من أشياء غير محددة يثير كثيرا من الاعتقادات بشأن وقوع مفاجئات كثيرة، بمصائب محتملة الوقوع في المستقبل، وهذا مايثير كثيرا من مشاعر عدم الأمان والقلق من المجهول.

6.11. قلق المستقبل ومجال الزواج:

إن مكونات كالشعور بالقلق من الزواج، واحتمال فشل العلاقة الزوجية مستقبلا، والتفكير بعدم التوافق مع الشريك والخشية من المشكلات الزوجية، وعدم القدرة على تنشئة الاولاد جيدا، والعزوف عن الزواج، بسبب التكلفة المادية المتزايدة مستقبلا وتأخر سن الزواج والخوف من عدم الزواج والبقاء تحت ظل العزلة مستقبلا.

7.11. قلق المستقبل ومجال العلم:

على الرغم من قدرة المعلوماتية والتقدم التكنولوجي واتساع آفاق المعرفة المتاحة أمام الشباب اليوم إلا أن هذا المجال لم يعد عاملا هاما في استقرار حياة الفرد.

8.11. قلق المستقبل ومجال البيئة:

أن البيئة منظومة مكونات متفاعلة ومتعقدة، والإنسان يسهم في صنع بيئته وتشكيلها البيئة هي الحياة بكل معانيها، فيها نمو عقليا وخلقيا ووجدانيا واجتماعيا وثقافيا هي الإطار الذي يعيش فيه الإنسان ويحصل فيه على مقومات الحياة ويمارس فيه علاقاته مع أقرانه من بني البشر.

9.11. قلق المستقبل ومجالات المرض الموت:

تعد هذه المجالات نتيجة حتمية لتفاعلات المجالات الاقتصادية والاجتماعية والشخصية والبيئية، فبقدر ماتكون المجالات الاخرى جيدة وحسنة، فإن هذين المجالين لا يشكلان أي درجة من القلق فمسألة المرض والموت يعتقد أنها مسالة شخصية.**(المشيخي وآخرون، 2016، ص21-22)**.

الخلاصة

وفي الأخير نستنتج أن قلق المستقبل ماهو إلا مشاعر غامضة سارة تصحبها هواجس غير مرغوب فيها على وشك الحدوث، وذلك نظرا للكثير من المتغيرات الحياتية والمعيشية والمهنية، كإختيار التخصص في كل مرة والتفكير في الوظيفة وتحقيق الأحلام والطموحات ماينبغي على الطالب التحلي بالإيمان بالله والرضا بالقضاء والقدر وقوة الإرادة والثقة في النفس والتعامل والتعامل الإيجابي مع تحديات الحياة، لتحقيق التكيف مع المحيط والتعامل بكل مرونة في حالة وجود مسببات للقلق حول المستقبل.

الجانب

الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

- تمهيد

1- المنهج الدراسة

2. الدراسة الإستطلاعية

3- وصف أدوات الدراسة

4. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

5-الدراسة الأساسية

6- إجراءات تطبيق الدراسة

7- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية

- خلاصة

تمهيد

بعد عرض الجانب النظري للدراسة، سنتطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة، والتي تعتبر مرحلة مهمة من مراحل البحث العلمي، حيث سوف يتم عرض المعلومات التي سيتم معالجتها بواسطة خطوات منهجية تمكننا من إثبات أو نفي الفرضيات، حيث يشمل هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية، والتذكير بفرضيات الدراسة، ومنهجها، وكذا الأدوات المستخدمة في الدراسة خصائصها السيكومترية وأيضا مجريات الدراسة الأساسية والأساليب الإحصائية المتبعة في معالجة وتحليل البيانات.

1. منهج الدراسة:

المنهج في البحث العلمي هو تلك القواعد والأنظمة العامة التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى حقائق مقبولة حول الظواهر موضوع الاهتمام من قبل الباحثين في مختلف مجالات المعرفة الإنسانية، وعليه فإن المناهج تختلف الموضوع المطلوب البحث فيه.

إن البحث الوصفي لا يتوقف عند حدود وصف الظاهرة وانما يذهب إلى أبعد من ذلك فيحلل ويفسر ويقارن ويقيم بقصد الوصول إلى تقييمات ذات معنى بقصد التبصر بتلك الظاهر.**(العزاوي، 2008، ص97)**.

وللإجابة على تساؤلات الدراسة والتعرف على طبيعة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة قامت الطالبتين بإتباع "المنهج الوصفي الارتباطي"، بإعتبار أن موضوع الدراسة هو الذي يحدد طبيعة المنهج المتبع. حيث يهدف هذا المنهج إلى وصف ماهو كائن من ظواهر أو أحداث معينة بعد جمع البيانات كما يهدف إلى تفسير الظواهر وتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين المتغيرات كما هي في الواقع.

حيث تمثلت المتغيرات التصنيفية للدراسة فيما يلي:

- الجنس؛
- المستوى التعليمي؛
- التخصص.

2. الدراسة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية خطوة ضرورية لإنجاز إي بحث علمي إذ تعد أساسا جوهريا لبناء البحث كله وإهمال الدراسة الإستطلاعية ينقص البحث أحد عناصره الأساسية ويسقط عن الباحيثن جهدا

كبيرا كان قد بذله فعلا في المرحلة التمهدية للبحث، وكما كان موضوع الدراسة يدور حول الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالقلق المستقبل لدى طلبة الجامعيين، استغلينا فترات توجدنا بالجامعة التي تمثل المجتمع الأصلي لعينة البحث واتصلنا بالعديد من الطلبة والطالبات بجامعة قاصدي مرباح بورقلة تخصص علم الإجتماع، علم النفس، علوم تقنية، إعلام آلي، وقد عرضنا عليهم موضوع دراستنا ولاحظنا مدى تعاونهم معنا وقد تكونت الدراسة الإستطلاعية من (60) طالبا وطالبة بطريقة عرضية.

وسعت الدراسة إلى التأكد من:

- مدى ملائمة الأداة على العينة؛
- التعرف على العينة؛
- حساب أو معرفة الخصائص السيكومترية لأدوات البحث (الصدق و الثبات).

1.2. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- تحديد مجتمع الدراسة و التعرف على خصائص العينة المراد دراستها؛
- التأكد من صلاحية أدوات الدراسة وصدقها وثباتها من أجل استخدامها في الدراسة الأساسية؛
- التعرف على أهم الصعوبات التي قد تعرقل سير الدراسة الأساسية.

2.2. وصف عينة الدراسة الاستلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية في شهر فيفري 2023، حيث تم توزيع 60 استمارة في الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل على عينة الطلبة الجامعيين تم اختيارهم بطريقة عرضية من مجتمع الدراسة.

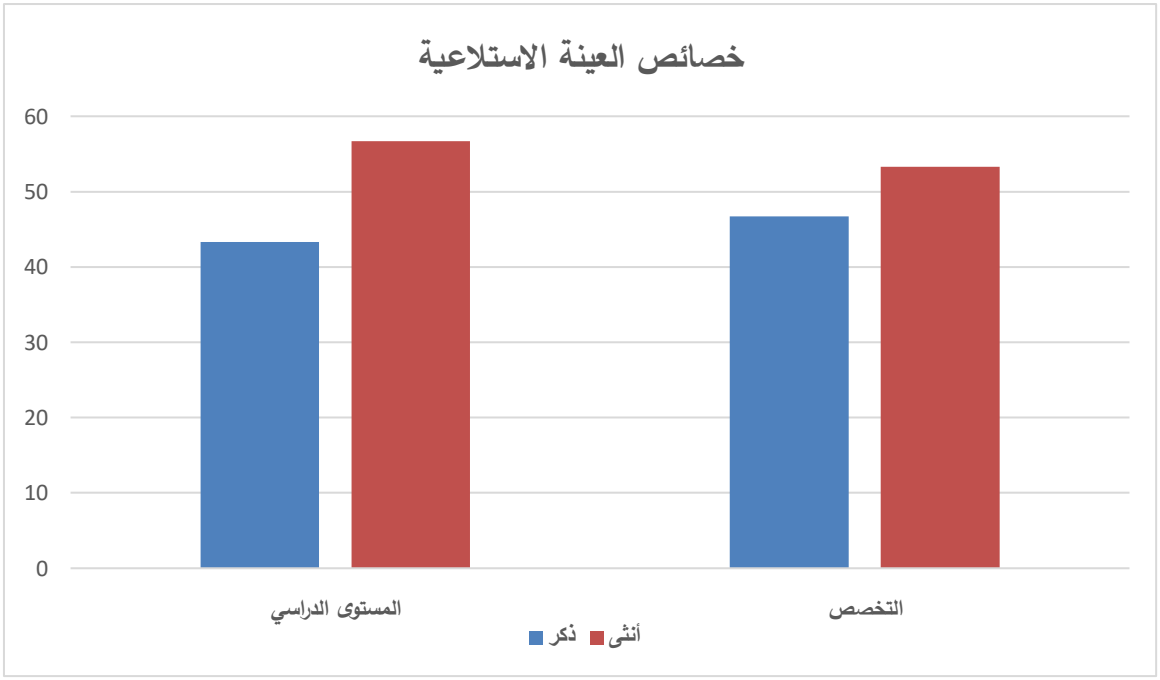
الجدول رقم(1): يوضح خصائص العينة الاستلاعية

الجنس	تكرار	مستوى الدراسي	تكرار	التخصص	التكرار
ذكر	26	ليسانس	30	علوم اجتماعية	28
أنثى	34	ماستر	30	علوم التطبيقية	32

من خلال الجدول رقم (01) يتضح أن أغلبية افراد العينة من الطلبة الجامعيين من الجنس أنثى قدر تكرارهم بـ 34، في حين بلغ تكرار جنس ذكر 26.

أما بالنسبة لمتغير مستوى الدراسي متساويين للأفراد العينة من الطلبة الجامعيين ذات المستوى ليسانس وماستر قدر تكرارهم بـ 30.

ويتضح أيضا أن أغلبية أفراد العينة من الطلبة الجامعيين هم أصحاب التخصص علوم التطبيقية قدر تكرارهم بـ 32، في حين بلغ تكرار تخصص علوم اجتماعية بـ 28.



4. وصف أدوات الدراسة:

استخدمنا في دراستنا الحالية الأدوات التالية:

1.4. مقياس الشعور بالوحدة النفسية:

- تقديم المقياس:

أعد هذا المقياس في الأصل راسيل "Russel"(1996) كأداة سيكوميترية سهلة التطبيق في الأبحاث التجريبية لقياس الشعور بالوحدة النفسية، وهذا المقياس هو نسخة الثالثة المنقحة لمقياس كاليفارنيا، لوس أنجلس للشعور بالوحدة النفسية.

ولقد قام الدسوقي (1998) بترجمة المقياس وتطبيقه على عينة قوامها (1220) فردا من الجنسين من مستويات عمرية مختلفة، وتقنين المقياس من خلال حساب معاملات صدقه وثباته وكذلك حساب معاييره حيث يتكون المقياس في صورته النهائية من(20) بندا صياغتها على هيئة أسئلة **(حوج، 2002، ص62).**

يتكون مقياس الشعور بالوحدة النفسية لراسيل (1996) من 20 بندا أو عبارة تقيس الشعور بالوحدة النفسية، منها بنود تقيس الشعور بالوحدة النفسية العاطفية، وبنود أو عبارات تقيس الشعور بالوحدة النفسية الإجتماعية، كما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (2) يوضح الشعور بالوحدة النفسية العاطفية والشعور بالوحدة النفسية الإجتماعية.

الشعور بالوحدة النفسية العاطفية	الشعور بالوحدة النفسية الإجتماعية
1. أشعر بأنني وحيد في هذه الدنيا	1. أشعر أنني على وفاق مع المحيطين بي
2. أشعر بأني لم أعد قريب من أحد	2. أشعر بأنني أفتقد الصحبة
3. لايشاركني من حولي اهتماماتي وأفكاري	3. تشعر أنك عضو في جامعة أو صحبة
4. أشعر بأني مهمل ممن حولي	4. لا تدوم علاقتي بأحد لفترة طويلة
5. لا أحد يعرفني جيدا	5. علاقاتي الإجتماعية سطحية
6. أشعر أنني مخلوق تعيس لأنني منسحب	6. أشعر بأنني معزول عن الآخرين
7. أجد صعوبة في الحديث إلى الغرباء	7. أشعر بأن الناس يحيطون لكنهم بعيدون عني
8. ليس هناك شخص يمكنني أن أميل إليه	8. أشعربأن هناك من أستطيع التحدث معه
9. أشعر بأن هناك آخرين يفهمونني جيدا	9. أشعر بأن من أستطيع أن ألجأ إليه عندما أريده
10. أشعر بالخجل	10. أشعر بأنني أشارك الناس في أشياء عديدة

ـ طريقة تصحيح المقياس:

تم تصحيص التقديرات (1 ،2، 3، 4) الإستجابة على البنود التي تحمل أرقام (2، 3، 4، 7، 8، 11، 12، 13، 14، 17، 18) أما البنود التي تحمل أرقام (1، 5، 6، 9، 10، 15، 16، 19، 20) فيتم تصحيحها في الإتجاه العكسي للتقديرات السابقة ويستخدم الجميع الجبري في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على المقياس وبالتالي تتراوح الدرجة الكلية على المقياس من (20 . 80) درجة والدرجة المرتفعة تشير إلى الشعور شديد بالوحدة النفسية والعكس صحيح. **(خوج، 2002، ص65).**

2.4. مقياس قلق المستقبل:

- تقديم المقياس:

صمم هذا المقياس من طرف الكتورة زينب محمود شقير سنة(2005) وقد اتبعت الخطوات التالية في إعداده:

- اطلعت المؤلفة على الأدبيات والتراث السيكولوجي والإجتماعي لقلق المستقبل لتحديد مفهوم دقيق له؛
- راجعت ماتوصلت إليه من دراسات عربي وأجنبية اهتمت بقلق المستقبل وتوصلت لمجموعة من البنود المتعلقة بالمفهوم الدقيق لقلق المستقبل.

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

  ✓ ماذا تعني كلمة مستقبل من وجهة نظرك؟

  ✓ عبر برأيك عن صورة المستقبل؟

- تم عرض الإستبيان المفتوح على 200 طالب وطالبة؛
- راجعت المؤلفة إجابات الطلاب وطابقت بينها وبين مجوعة البنود التي سبق لها إعدادها من التراث الأدبي لقلق المستقبل وتوصلت إلى 42 بندا؛
- تم عرض قائمة البنود على 10 أساتذة في علم النفس والصحة النفسية وتم استبعاد 14 بندا لم تحظ بالإتفاق بين السادة المحكمين ليصبح المقياس في صورته النهائية يحتوى على 28 بندا؛

- تم تحليل بنود المقياس إلى مجموعة من المحاور الرئيسية التي تركز على جوانب قلق المستقبل وتوصلت الباحثة إلى وجود خمسة محاور هي على النحو التالي:

الجدول رقم(3): جدول يوضح محاور مقياس قلق المستقبل وعبارات كل محور.

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

- تطبيق المقياس:

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

- تصحيح المقياس:

يشمل مقياس قلق المستقبل على 28 بندا تقدر مستوى قلق المستقبل لدى الفرد، حيث تتراوح الدرجة الكلية مابين(0-112) درجة وتحديد المستويات وفقا للجدول التالي:

الجدول رقم(4): يوضح مفتاح التصحيح ومستويات قلق المستقبل.

أرقام البنود	اتجاه التصحيح	مستويات قلق المستقبل	
من1-10	0.1.2.3.4	قلق مستقبل مرتفع جدا	من 91-112 درجة
		قلق مستقبل مرتفع	من 68-90 درجة
		قلق مستقبل متوسط	من 45-67 درجة
من 11-28	4.3.2.1.0	قلق مستقبل بسيط	من 22-44 درجة
		قلق مستقبل منخفض	من 0-21 درجة

(ساسي وبن عبد السلام، 2009، ص59-60)

5. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

1.5. الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية:

1. حساب الصدق:

ـ صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

بعد ترتيب درجات المقياس تنازليا من الأكبرإلى الأصغر تمت المقارنة بين 33% من المستوى العلوي مع33% من المستوى السفلي ثم طبق بعد ذلك اختبار "**ت**" لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول الموالي.

الجدول رقم(5): يوضح الصدق التمييزي للقياس

التقنية الإحصائية الدرجات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" محسوبة	"ت" مجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجات العليا	20	37,35	2,51	-12,08	2.97	38	0,000	دالة إحصائيا
الدرجات الدنيا	20	53,95	5,60					

نلاحظ من خلال أعلاه رقم (05) أن متوسط العينة العليا قدر بـ (37,35) أقل من متوسط العينة النيا المقدر بـ (53,95)، في حين الانحراف المعياري للدرجة العليا (2,51) أقل من درجة العينة الدنيا بمقدار (5,60)، وقيمة (ت) المحسوبة المساوية لـ(12,08−) أقل من مستوى الدلالة (0.000) وذلك عند درجة الحرية 38 نجد أن (ت) المحسوبة دالة عند 0.01 وذلك يدل على أن مقياس الشعور بالوحدة النفسية يتمتع بدرجة من الصدق، ويمكننا أن نثق في النتائج التي سنحصل عليها عند التطبيق.

ـ الصدق الذاتي:

يمثل الصدق الذاتي العلاقة بين الصدق والثبات، ويعتبر عما يحتويه الاختبار حقيقة وأن تكون الميزة والخاصية التي يقيسها خالية من أي أخطاء، ويتم تحديد بالطريقة التالية:

الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{المعامل الثبات}}$

الجدول رقم(6): يوضح الصدق الذاتي للقياس

مقياس	ألفا كرونباخ	الصدق الذاتي
الشعور بالوحدة بالنفسية	0.68	0.82

وبالنسبة لمقياس الشعور بالوحدة النفسية قدرت بـ (0.82) مايسمح بإعتماد المقياس في البحث الحالي.

حساب الثبات:

- **حساب التجزئة النصفية:** تتمثل هذه الطريقة في تطبيق الأداة مرة على مجموعة واحدة، ثم تقسيم الأداة إلى جزئين متساويين(**عبد المجيد ابراهيم، 2000، ص214**).

حيث قمت بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية عن طريق برنامج Spss v25 وذلك بعد الحصول على النتائج الموضحة أدناه في الجدول التالي:

الجدول رقم (7): يوضح قيمة معامل الارتباط للتجزئة النصفية لحساب الثبات.

المتغير	معامل الإرتباط قبل تعديل	معامل الإرتباط بعد التعديل
الشعور بالوحدة النفسية	0.51	0.67

من خلال الجدول رقم(07) تبين أن قيمة معامل الارتباط قبل التعديل بـ(0.51) في حين قيمة معامل الارتباط بعد التعديل قدره بـ (0.67) وعليه فالأداة على مستوى مرتفع من الثبات، وهي نتائج تؤكد ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

- حساب معامل ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل ألفا كرونباخ عن طريق برنامج Spss v25

الجدول رقم(8): يوضح معامل ألفا كرونباخ

الشعور بالوحدة النفسية	معامل ألفا كرونباخ
عدد البنود 20	0.68

ويتضح من الجدول السابق أنه تم تقدير معامل الثبات ألفا كرومباخ (0.68)، بنسبة جيدة ومنه نقول أن معامل ألفا كرومباخ ثابت، إذا فالقياس الشعور بالوحدة النفسية يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

2.5. الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل:

الصدق التمييزي: بعد ترتيب درجات المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر تمت المقارنة بين 33% من المستوى العلوي مع33% من المستوى السفلي ثم طبق بعد ذلك اختبار "**ت**" لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول الموالي.

الجدول رقم(9): يوضح الصدق التمييزي للقياس.

التقنية الإحصائية الدرجات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" محسوبة	"ت" مجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجات العليا	20	25.05	6.73	-15.85	2.97	38	0.000	**دالة إحصائيا**
الدرجات الدنيا	20	54.15	4.68					

نلاحظ من خلال أعلاه رقم (09) أن متوسط العينة العليا قدر بـ (25.05) أقل من متوسط العينة الدنيا بمقدار(54.15)، في حين الإنحراف المعياري للدرجة العليا(6.73) أقل من درجة العينة الدنيا بمقدار(4.68)، قيمة(ت) المحسوبة المساوية لـ(15.85-) أقل من مستوى الدلالة (0.000) وذلك عند درجة الحرية 38 نجد أن (ت) المحسوبة دالة عند 0.01 وذلك يدل على أن مقياس قلق المستقبل يتمتع بدرجة من الصدق، ويمكننا أن نثق في النتائج التي سنحصل عليها عند التطبيق.

ـ الصدق الذاتي:

يمثل الصدق الذاتي العلاقة بين الصدق والثبات، ويعتبر عما يحتويه الاختبار حقيقة وأن تكون الميزة والخاصية التي يقيسها خالية من أي أخطاء، ويتم تحديد بالطريقة التالية:

الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{معامل الثبات}}$

الجدول رقم(10): يوضح الصدق الذاتي للقياس

مقياس	ألفا كرونباخ	الصدق الذاتي
قلق المستقبل	0.75	0.85

وبالنسبة لمقياس قلق المستقبل قدرت بـ (0.85) مايسمح بإعتماد المقياس في البحث الحالي.

حساب الثبات:

- **حساب التجزئة النصفية:** تتمثل هذه الطريقة في تطبيق الأداة مرة على مجموعة واحدة، ثم تقسيم الأداة إلى جزئين متساويين.**(عبد المجيد ابراهيم، 2000، ص214)**.

حيث قمت بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية عن طريق برنامج Spss v25 وذلك بعد الحصول على النتائج الموضحة أدناه في الجدول التالي:

الجدول رقم(11): يوضح قيمة معامل الارتباط للتجزئة النصفية لحساب الثبات.

المتغير	معامل الإرتباط قبل تعديل	معامل الإرتباط بعد التعديل
قلق المستقبل	0.72	0.83

من خلال الجدول رقم (11) تبين أن قيمة معامل الارتباط قبل التعديل بـ (0.72) في حين قيمة معامل الارتباط بعد التعديل قدره بـ (0.83) وعليه فالأداة على مستوى مرتفع جدا من الثبات، وهي نتائج تؤكد ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

- حساب معامل ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل ألفا كرونباخ عن طريق برنامج Spss v25

الجدول رقم(12): يوضح معامل ألفا كرونباخ

الشعور بالوحدة النفسية	معامل ألفا كرونباخ
عدد البنود 28	0.75

ويتضح من الجدول السابق أنه تم تقدير معامل الثبات ألفا كرومباخ (0.75)، بنسبة مرتفعة ومنه نقول أن معامل ألفا كرومباخ ثابت، إذا فالقياس قلق المستقبل يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

6-الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من 240 من الطلبة الجامعيين تم اختيارهم بطريقة عشوائية وهي الطريقة المناسبة لطبيعة دراستنا.

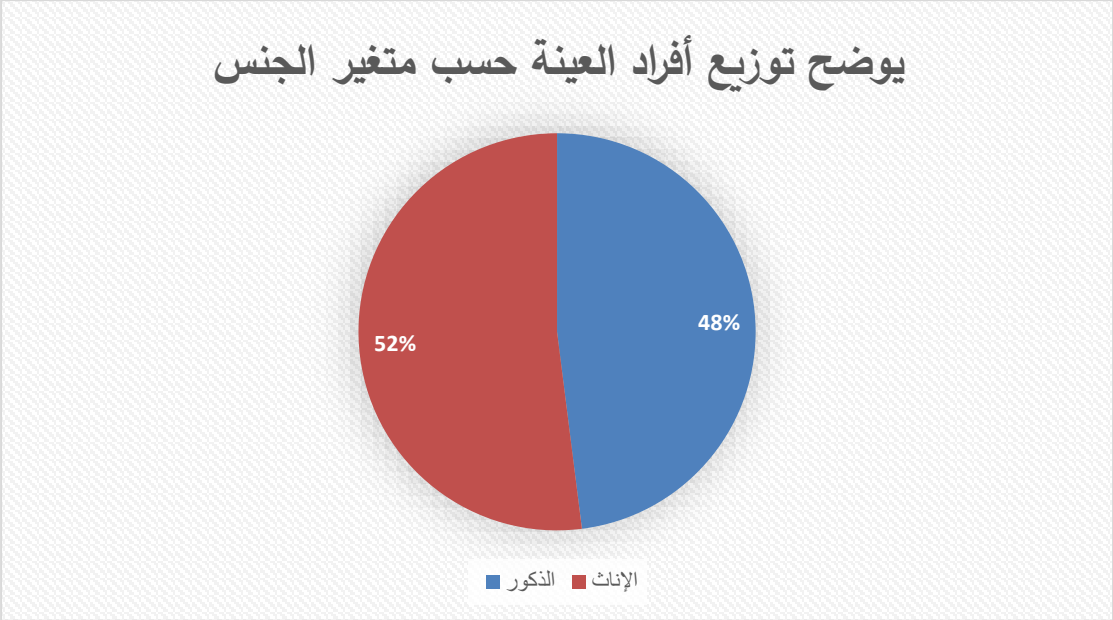
1.6. وصف عينة الدراسة الأساسية:

أ. توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجدول رقم(13): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس.

المتغيرات	عدد الطالب	النسبة المؤية
الذكور	114	**%48**
إناث	126	**%52**
المجموع	240	**%100**

يوضح الجدول أعلاه توزيع أفراد العينة من الطلبة الجامعيين حسب الجنس حيث صنفت على النحو التالي، فئة الذكور قدرت بـ 48%، والغالبية لفئة إناث قدرت بـ 52%.

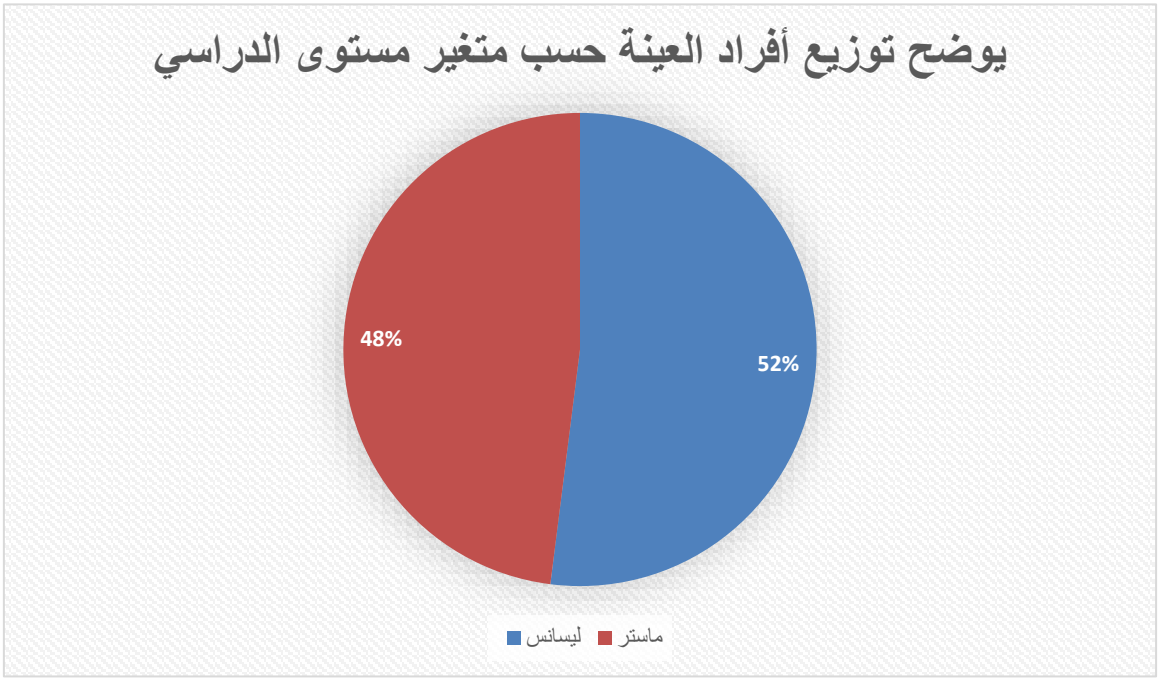


ب . توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي

الجدول رقم(14) يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير مستوى الدراسي.

مستوى الدراسي	تكرار	النسبة المؤية
ليسانس	124	%52
ماستر	126	%48
مجموع	240	100

يوضح الجدول أعلاه توزيع أفراد العينة من الطلبة الجامعيين حسب المستوى الدراسي حيث صنفت على النحو التالي، فئة ماستر قدرت بـ 48%، والغالبية لفئة إناث قدرت بـ 52%.

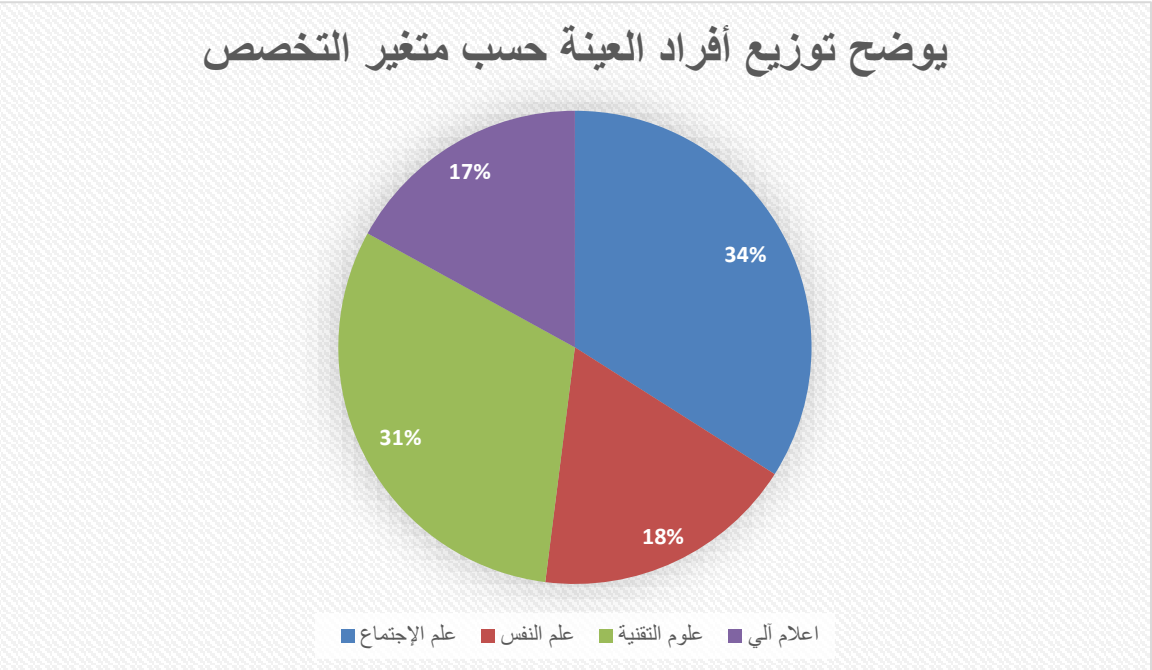


ج . توزيع أفراد العينة حسب التخصص

الجدول رقم(15): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير التخصص.

التخصص	التكرار	النسبة المؤية
علم الإجتماع	81	%34
علم النفس	43	%18
علوم التقنية	75	%31
اعلام آلي	41	%17
مجموع	240	100

يوضح الجدول أعلاه توزيع أفراد العينة من الطلبة الجامعيين حسب التخصص حيث صنفت على النحو التالي، تمثلت فئة التخصص إعلام آلي قدرت بـ 17%، وفئة التخصص علم النفس قدرت بـ 17%، وايضا فئة تخصص علوم التقنية قدرت بـ 31%، والغالبية لفئة تخصص علم الإجتماع قدرت بـ 34%.



7- إجراءات تطبيق الدراسة:

تم إجراء الدراسة الأساسية خلال السنة الجامعية 2024/2023 حيث كان تطبيق أداة البحث شكل منسجم واحدة شملت مقياس الشعور بالوحدة النفسية ومقياس قلق المستقبل وأجري التطبيق بشكل جماعي حينا وبشكل فردي حينا آخر، بعد الحصول على موافقة الطلبة للمشاركة قبل أن توزع عليهم أدوات الدراسة، كما تم الحرص على إتباع مجموعة من التوجيهات والتعليمات للمستجوبين من أجل التحكم في سير تطبيق الدراسة الميدانية، ومن هذه الإجراءات:

- تقديم الطالبتين لنفسهم والغرض من الدراسة؛
- شرح طريقة الإجابة على المقياسين؛
- التأكد من أنهم لم ينسوا فقرة لم يجيبوا عنها قبل تسليم أدوات البحث؛
- الإلتزام من تسجيل جمع البيانات: الخاصة بالجنس والمستوى الدراسي للطالب والتخصص؛
- شكر الطالب أو الطالبة على مشاركتهم الفعالة في إعداد الدراسة.

استغرقت مدة التطبيق مع كل فوج أو بشكل فردي(15إلى30) دقيقة أما تطبيق الإجمالي دام ثلاثة أيام.

8- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية:

استخدمنا في دراستنا الحالية على أساليب احصائية متنوعة في معالجة البيانات، توزعت على مسارين وهما: أساليب إحصائية في حساب الخصائص السيكو مترية لأدوات دراسة، وأخرى استخدمت للتحقق من فروض الدراسة، وقد تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS V2525...

لتفسير نتائج المقياسيين من خلال الأساليب الاحصائية قمنا بإستخدام برنامج الحزم الاحصائي:

- ✓ **المتوسط الحسابي:** يستخدم في كثير من المقارنات بين المجموعات المختلفة؛
- ✓ **معامل الإرتباط بيرسون:** يستخدم للتعبير عن العلاقة بين متغيرين؛
- ✓ **الإنحراف المعياري:** هومعدل الإنحراف الموحد الذي تقاس به الإنحرافاتعن المتوسط الحسابي للحالات؛
- ✓ **معامل الارتباط ألفا كرومباخ:** يربط ثبات الاختبار بثبات بنوده؛
- ✓ **اختبار(ت) للعينتين مستقلتين:** يستخدم لاختبار الفرضيات الجزئية للدلالة بين متوسطي العينتين.

خلاصة

قد تم في هذا الفصل التطرق للدراسة الاستطلاعية، والتذكير بفرضيات الدراسة ومنه التعرف على المنهج المتبع الذي تمثل في المنهج الوصفي الإرتباطي، ووصف أدوات القياس وخصائصها السيكومترية بالإضافة إلى الإجراءات التي تمت في الدراسة الأساسية، وإلى الأساليب الإحصائية المستخدمة للحصول على نتائج الدراسة.

وعليه سنحاول في الفصل الموالي عرض نتائج الدراسة الأساسية، من خلال استنطاق البيانات المحصل عليها بعد التطبيق ومحاولة تفسيرها وتحليلها في ضوء التنظيم المعتمد.

الفصل الخامس
عرض وتحليل ومناقشة وتفسير الفرضيات

- تمهيد

1ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

2ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

3ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

4ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

تمهيد

سنحاول من خلال هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج المتوصل إليها بعد تفريغ النتائج والمقاييس المطبقة على عينة الدراسة الأساسية:

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

توجد علاقة ارتباطية بين لبشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعيين.

لإختيار هذه الفرضية تم استخدام معامل الإتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (16): قيمة معامل الارتباط بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل.

المتغيرات	قيمة "ر"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل	0.94	238	0.01

يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بلغت (0.94) وهي قيمة دالة عند درجة الحرية (238) وعند مستوى دالة (0.01)، وهذا يدل أنه توجد علاقة دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين.

من خلال النتائج المعروضة في الجدول رقم (16) تأكد على وجود علاقة إرتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل، أي أنه كلما ارتفع مستوى الشعور بالوحدة النفسية ارتفع قلق المستقبل، وبالتالي هذه النتائج تدعم صحة الفرضية وعليه نقبل فرضية البديلة ونرفض فرضية الصفرية.

أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي المعروضة في الجدول رقم (16) صحة الفرضية البحثية بشكل كلي فقد أسفرت النتائج عن وجود ارتباط موجب جوهري لدى عينة الدراسة قدر بـ (0.94) بين كل من الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل ويمكن تفسير هذه النتيجة أنه كلما زاد قلق الطلاب زاد شعورهم بالوحدة النفسية والعكس ويمكن تفسير الارتباط الطردي بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل من خلال تعريف "**كرمان**"**(2008)** الذي ربط بين قلق المستقبل الذي هو شعور انفعالي يتسم بالارتباك والضيق والغموض وتوقع السوء والخوف من المستقبل وما يولده من أعراض سلبية كشعور بالوحدة والفشل في القدرة على التفاعل الاجتماعي.**(كرمان، 2008)**.

حيث تفسر كذلك هذه النتيجة أن الافراد الذين يعانون من قلق المستقبل فهم يعانون من اعراض مشابهة لإعراض الخوف من الفشل وهذا ما أكده "**رونالد مولين**"، حيث يرى أن الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو شخص يتصف بالسلبية لكل ما يحمله المستقبل وعدم القدرة على مواجهة المستقبل وبالتالي الانسحاب الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية وهذا ماورد عن "**المشيخي**" إنه من أهم الآثار السلبية لقلق المستقبل هو سوء الإدراك الاجتماعي والانطواء والشعور بالوحدة والجمود وقلة المرونة والاعتماد على الاخرين في تأمين المستقبل.**(دباغ والآخرون، 2020)**.

بالإضافة أن هذه النتيجة تتوافق مع ماأشارت اليه كل من"**جونز وآخرين**"**(Jones et all,1982)** و"**نيتو**"**(Neto)** إلى أن الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية يكون قلقا اجتماعيا ولديه مستويات عالية من الخجل وعدم السواء وتقديره لذاته منخفض ولا يحب الآخرين وتقبله لهم ضعيف، حيث يؤثر ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية على قدرات التفكير ويذكر أيضا "**بورنوف**"**(Pornoff,1976)** أن هناك عدة متغيرات سلبية تصاحب خبرة الشعور بالوحدة النفسية وترتبط بها وتتضمن هذه المتغيرات كلا من الاكتئاب، الضغوط النفسية، القلق، الملل النفسي، وكراهية الذات وفقدان المهارات الاجتماعية. **(سعداولي، 2018)**

وتعكس هذه النتيجة ما ورد في التراث النفسي من خلال ما ذهبت إليه النظريات و بعض المدارس أمثال **المدرسة السلوكية** التي ترى أن القلق مكتسب من خلال الاشترطات أو العمليات التعلمية الذي يولد لدى الفرد السلوك التجنبي أو الهروبي (الوحدة النفسية) وفي نفس السياق نجد تفسير لهذا الارتباط بين قلق المستقبل والشعور بالوحدة فيما ذهبت اليه **المدرسة الجشتالتية** حيث تفترض أن ثمة صراع بين اقدام الفرد على الاتصال بالبيئة لإشباع حاجاته (قلق المستقبل) وبين احجامه عن اتمام وانجاز هذا الاتصال لأسباب اجتماعية واعية أو اشتراطية مما يسبب انسحاب اجتماعي (الوحدة النفسية).

وبذلك تتفق نتيجة هذه الفرضية مع ما توصلت اليه العديد من الدراسات التي أجريت لهدف التعرف على العلاقة بين الوحدة النفسية وقلق المستقبل ومنها دراسة **بشاي (1991)** بعنوان علاقة الوحدة النفسية ببعض المتغيرات الشخصية لدى طلبة الجامعة حيث بلغت العينة (220) طالبا بواقع (140) طالبا و(180) طالبة من كلية التربية بسوهاج وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة ودالة احصائيا بين درجات الطلاب على مقياس الشعور بالوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب والقلق والانطواء الاجتماعي وتقدير الذات المنخفض. كما تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة **بعلي (2014)** والتي هدفت الى تقصي العلاقة بين قلق المستقبل والوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية حيث أسفرت نتائجها على وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والوحدة النفسية لدى عينة الدراسة.

حيث توصلت هذه الدراسات إلى نفس النتيجة لكثير من الدراسات التي أكدت العلاقة الايجابية بين الشعور بالوحدة النفسية ومتغيرات الشخصية منها القلق والخوف والاكتئاب.

2ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

- تنص الفرضية الثانية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تعزى إلى متغير الجنس من أجل التأكد من صحة الفرضية تم تقسيمها إلى جزئين:

أ- تنص الفرضية الثانية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لشعور بالوحدة النفسية تعزى إلى متغير الجنس.

وللتحقق من صحة الفرضية تمت المقارنة بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس الشعور بالوحدة النفسية بإستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج الآتية الموضحة في الجدول.

الجدول رقم (17): يوضح درجة الشعور بالوحدة النفسية في العينة بإختلاف الجنس.

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	"ت"	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
الذكور	114	53.60	9.11	238	-0.38	0.05	غير دالة
الإناث	126	54.04	8.70				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد الإناث في العينة هو126 ويبلغ متوسط الحسابي 54.04 وقيمة الانحراف المعياري هي 8.70، أما عدد الذكور في العينة هو114 ويبلغ متوسط الحسابي 53.60 وقيمة الانحراف المعياري هي 9.11.

كما نلاحظ قيمة (ت) محسوبة المساوية لـ (0.38-) هي قيمة غير دالة عند درجة الحرية(238) ومستوى الدلالة (0.05) وعليه لا توجد فروق بإختلاف الجنس. مما يعني أننا نرفض فرضية الدراسة

ونستبدلها بالفرصية البديلة التي تنص على: "لاتوجد فروق في درجة الشعور بالوحدة النفسية في العينة بإختلاف الجنس".

أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي المعروضة في الجدول رقم (17) عدم صحة الفرضية البحثية فقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين الذكور والاناث في الشعور بالوحدة النفسية أي أن طلبة الجامعة ذكورا واناثا يشعرون بالوحدة النفسية بنفس الدرجة.

وهذا قد يفسر بوجود التشابه الكبير بين الجنسين في الظروف الدراسية والعمرية فهم يعيشون نفس الظروف والأزمات والاحباطات والظروف المتشابهة التي يمرون بها، وأساليب التنشئة الاجتماعية التي تعد تميزاً بين الذكور والإناث بالإضافة أن جميع الشباب يمتلكون الأحاسيس والأفكار نفسها في التخطيط للمستقبل. وان كلا الجنسين من طلبة الجامعة يتميزون عموما بنفس المظاهر النمائية والتي تظهر على شكل عدم استقرار انفعالي، مما ينتج عنه صعوبة التوافق أو التوتر وشعور بالغربة والرغبة في العزلة الاجتماعية

وترجع الباحثتين ان هذا التشابه بين نتائج الجنسين إلى أنهم في نفس البيئة الجامعية التعليمية ما من شأنها أن تشكل بيئة اجتماعية، وهذا ما نفسره بأنهم يوجدون في شكل جماعات ويتعايشون مع بعض، وكذلك تبادلهم للمعلومات مما يساهم في زيادة التفاعل الاجتماعي بينهم، مما يكسبهم الثقة والشعور بالأمان والطمأنينة وتحقيق الحاجيات النفسية بالانتماء إليهم، مما جعل عدم ظهور متغير الشعور بالوحدة النفسية، كلما ارتفعت اجتماعية الطلبة مع بعضهم البعض، كلما انخفض مستوى الشعور بالوحدة النفسية.

وقد أشار في نفس السياق **فوردمان وستيفنسون** (fordman et stevenson) سنة (1999) في دراسة العلاقة بين الخجل ونوعية الصداقة ومظاهر التوافق الداخلية (تقدير الذات المنخفض- الوحدة النفسية- القلق) عن عدم وجود تأثير لمتغير الجنس على مستوى الشعور بالوحدة النفسية

وتتفق هذه النتيجة مع عدة دراسات تجريبية منها **دراسة مقدادي (2008)** والتي هدفت الى البحث عن العلاقة بين الوحدة النفسية والاكتئاب على عينة قوامها (510) طالب وطالبة منهم (312) إناث و(198) ذكورا حيث أسفرت نتائج هذه الدراسة عن عدم وجود اختلاف في الشعور بالوحدة النفسية بين الجنسين

وفي نفس الصدد جاءت **دراسة القيق (2011)** حول الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى بغزة على عينة قوامها (157) طالب حيث هدفت الى التعرف على درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة، وبيان علاقة هذا الشعور لدى الجنسين حيث توصلت نتائج الدراسة على أنه لا توجد فروق إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس.

وهذا ما أكدته كذلك أبحاث **ستورش وأخرون** (Storch et al) سنة (2003) في دراسة العلاقة بين الأذى الذي يسببه الاقران وكل من القلق والوحدة النفسية لدى المراهقين حيث لم تسفر الدراسة عن وجود فروق بين الذكور والاناث في مستوى الوحدة النفسي و**دراسة (جودة، 2006)** بعنوان: "الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى قدرت ب 450 طالبا وطالبة وقد بينت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الوحدة النفسية والاكتئاب لدى طلاب جامعة الأقصى، كما بينت عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات أفراد العينة في مقياس الوحدة النفسية تعزى لمتغير النوع.

ونفس النتيجة توصلت إليها نتائج **دراسة بعلي (2014)** في البيئة المحلية الجزائرية حيث طبق مقياس الوحدة النفسية على عينة من طلبة الجامعة قوامها (119) طالبا و(147) طالبة والتي أظهرت نتائجها بعدم وجود اختلاف في الوحدة النفسية يعزى لمتغير الجنس وان كلا الجنسين يتصفون بنفس مستوى الوحدة النفسية.

وعلى نحو مخالف تتعارض نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه بعض الدراسات، مثل **دراسة كينث وكيمبرلي (2004)** حول "الفروق الجنسية في الوحدة النفسية: دور الأنوثة والذكور "والتي هدفت الى التعرف على الفروق بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية، وهي عبارة عن دراسة وصفية استخدم من أجلها مقياس الشعور بالوحدة النفسية كأداة لجمع البيانات، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الذكور الذين كانوا أكثر حدة.

في المقابل تختلف نتائج دراستنا مع نتائج **دراسة جودة (2005)** حول العلاقة الموجودة بين الوحدة النفسية ومفهوم الذات لدى الأطفال في محافظة غزة، ومعرفة تأثر الوحدة النفسية ومفهوم الذات باختلاف الجنس، وقد بلغت الدراسة (166 تلميذ و194 تلميذة) يدرسون في الصف السادس الابتدائي، حيث أسفرت بعض نتائج الدراسة لوجود فروق دالة في الوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

وكذلك **دراسة (حسين، 1994)** بعنوان: " الوحدة النفسية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية" على عينة مكونة من (182) طالباً بجامعة عين شمس منهم (90 إناثاً و 92 ذكوراً) وأظهرت النتائج أن الإناث كن أكثر شعوراً بالوحدة من الذكور.

ب. تنص الفرضية الثانية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لقلق المستقبل تعزى إلى متغير الجنس.

وللتحقق من صحة الفرضية تمت المقارنة بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس الشعور بالوحدة النفسية بإستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج الآتية الموضحة في الجدول.

الجدول رقم (18): يوضح درجة قلق المستقبل في العينة بإختلاف الجنس.

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	"ت"	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
الذكور	114	44.83	18.16	238	0.26	0.05	غير دالة
الإناث	126	44.16	20.30				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد الإناث في العينة هو126 ويبلغ متوسط الحسابي 44.16 وقيمة الانحراف المعياري هي 20.30، أما عدد الذكور في العينة هو114 ويبلغ متوسط الحسابي 44.83 وقيمة الانحراف المعياري هي 18.16.

كما نلاحظ قيمة (ت) محسوبة المساوية لـ (0.26-) هي قيمة غير دالة عند درجة الحرية(238) ومستوى الدلالة (0.05) وعليه لا توجد فروق بإختلاف الجنس. مما يعني أننا نرفض فرضية الدراسة ونستبدلها بالفرصية البديلة التي تنص على: "لاتوجد فروق في درجة القلق المستقبل في العينة بإختلاف الجنس".

أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي المعروضة في الجدول رقم (18) عدم صحة الفرضية البحثية فقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين الذكور والاناث في قلق المستقبل.

وتفسر الباحثتين هذه النتيجة كون في العصر الحالي أصبح لدى الذكور والاناث شبه تساوي في الحياة الاجتماعية وفي المسؤليات اليومية حيث أن مجرد دخول المرأة عالم الشغل وقع على عاتقها الكثير من المسؤليات لذا الطالبة الجامعية مثلها مثل الطالب يشعران بتخوف و قلق من المستقبل، وتسعى الفتاة الجامعية بعد تخرجها إلى إيجاد وظيفة تناسبها بدخل ثابت لذا حتى وإن تزوجت فمع غلاء المعيشة لا

يمكن في كثير من الحالات للزوج وحده سد حاجيات البيت والتمتع بحياة كريمة ومستقرة. فهذا يشكل لهما قلق لكليهما. إضافة إلى ذلك نجد بعض أسباب القلق مثل الخوف من تأثير الإنحلال الخلقي وطغيان الغزو الثقافي الغربي الذي أضحى يهدد الكيان الاجتماعي حيث كانت مسؤولية انضباط الأسرة يقع على عاتق الرجل وحده لكن الآن أصبح مسؤولية مشتركة بين الرجل والمرأة، وأصبح لكلا الجنسين مهدد بالإنغماس في الإنحلال وتأثير المحيط عليهما لذلك أصبح كليهما يخاف على نفسه من التغييرات الاجتماعية والثقافية.

وفي ذات السياق ترى الباحثتين أن هناك تغير القيم الاجتماعية في المجتمع الجزائري حيث أصبح كل فرد يحرص على مصلحته الشخصية لتحقيق أهدافه بشتى الطرق سواءا كانت شرعية أو غير شرعية هذا يعتبر مقلقا لكلا الجنسين.

وعند تفسير نتائج هذه الدراسة في البيئة المحلية نجد أن المرأة الجزائرية تعاني الكثير للحصول على الإحترام التقدير في عالم الشغل لأننا نعيش في مجتمع ذكوري كما أن تفتح المرأة على العولمة وأريتها لما يحدث في الخارج من تطورات وإنجازات قامت بها المرأة الغربية يجعل الشابة الجزائرية تشعر بإحباط ناتج عن الضغط الذي تتلقاه في مجتمعها.

وعلى ذلك فمن المتوقع ان يكون عدم وجود فروق بين الجنسين في قلق المستقبل حيث ان هؤلاء الطلبة والطالبات يكون قلقهم بسبب خوفهم من تكوين أسرة ناجحة أو فشلهم في تربية الأولاد في المستقبل وتوفير جو صحي لهم وكافة وسائل الحياة وعدم حرمانهم من شيء. فبذلك أصبح العمل ضروريا للرجل والمرأة يقوم كل وأحد منهم بدوره في المجتمع لتحقيق أمن إقتصادي لذاته وأسرته ويشعر أنه فرد منتج وليس عالة على أحد. وكل هذه الجوانب المادية والمعنوية تجعل الطلبة والطالبات متساوون في تخوفهم لما ينتظرهم في ما بعد التخرج.(**بدر 1993**)

ومن الناحية النظرية نجد في التراث النفسي ما يعزز نتيجة هذه الفرضية حيث أشار **سعود (2005)** إلى ارتفاع قلق المستقبل لدى الشباب الجامعي، وإلى أنه يشكل ظاهرة واضحة للمجتمعات المعاصرة المليئة بالمتغيرات والتي تؤدي تفاعلاتها الاقتصادية والاجتماعية والصحية والبيئية إلى نتائج قد تنعكس سلباً على سلوكيات الأفراد حيث تمس وجود الفرد والمجتمع ومن ثم أصبح عدم الوثوق بالمستقبل سمة نفسية تمر بالعنصر البشري وخصوصا شريحة الشباب منه. وكذلك وتوصلت دراسة **الصبوه وآخرون (1991)** إلى أن أهم المشكلات النفسية للطلبة عند كلا الجنسين ذكور وإناث هي الخوف والقلق من الامتحانات يليها الخوف من المستقبل ثم الشعور بالذنب، أما المشكلات الخاصة بالمستقبل بعد التخرج فكانت هي ارتفاع نفقات الزواج وصعوبة الحصول على عمل.

وهذه النتائج تدعمها دراسات سابقة منها **دراسة العكيلي (2000)** التي هدفت إلى معرفة مستوى قلق المستقبل والفروق فيه تبعا لمتغير الجنس والعمر ،حيث أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس أي ان درجة قلق المستقبل للذكور والإناث متقاربة.

نفس النتائج تحصل عليها **دراسة السفاسفة والمحاميد (2007)** حول قلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الأردنية حيث لم تظهر فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في درجات قلق المستقبل. و**دراسة حسن (1999)** التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لمتغيري الجنس بين الطلب المتخرجين من الكليات الأردنية ونفس النتيجة توصلت إليها.

ولا تتفق هذه النتيجة مع بعض الدراسات منها دراسة **فريدمان (1991)** حول قلق المستقبل لدى الجنسين وتوصل إلى أن الذكور لديهم قلق نحو المستقبل بينما الإناث لديهن قلق نحو مظهرهن الجسمي بالإضافة إلى النواحي الاجتماعية. ودراسة "**العكاشي**" **(2000)** حول قلق المستقبل المهني حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى دلالة الفروق في مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس في عينة من 230 طالب وطالبة والتي توصلت نتائجها الى وجود فروق دالة إحصائيا لصالح الإناث وكذلك

دراسة **مسعود (2006)** في مصر حيث هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية وكشف الفروق بين الجنسين بين طلبة وطالبات المدارس، وقد اسفرت النتائج إلى وجود فروق بين درجات قلق المستقبل كل من المراهقات والمراهقين في قلق المستقبل لصالح الإناث.

ودراسة العزاوي (2002) ودراسة السبعاوي (2008) التي أظهرت نتائجها الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الإناث.

3ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

- تنص الفرضية الثانية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تعزى إلى متغير المستوى الدراسي من أجل التأكد من صحة الفرضية تم تقسيمها إلى جزئين:

أ. تنص الفرضية الثالثة على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لشعور بالوحدة النفسية تعزى إلى متغير المستوى الدراسي.

وللتحقق من صحة الفرضية تمت المقارنة بين متوسط درجات ليسانس وماستر على مقياس الشعور بالوحدة النفسية بإستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج الآتية الموضحة في الجدول.

الجدول رقم (19): يوضح درجة الشعور بالوحدة النفسية في العينة بإختلاف المستوى الدراسي.

مستوى الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	"ت"	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
ليسانس	124	53.69	8.91	238	-0.25	0.05	غير الدالة
ماستر	116	53.99	8.87				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد ليسانس في العينة هو 124 ويبلغ متوسط الحسابي 53.69 وقيمة الانحراف المعياري هي 8.91، أما عدد ماستر في العينة هو 116 ويبلغ متوسط الحسابي 53.99 وقيمة الانحراف المعياري هي 8.87.

كما نلاحظ قيمة (ت) محسوبة المساوية لـ (0.25−) هي قيمة غير دالة عند درجة الحرية(238) ومستوى الدلالة (0.05) وعليه لا توجد فروق بإختلاف مستوى الدراسي. مما يعني أننا نرفض فرضية الدراسة ونستبدلها بالفرصية البديلة التي تنص على: "لاتوجد فروق في درجة الشعور بالوحدة النفسية في العينة بإختلاف مستوى الدراسي".

أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي المعروضة في الجدول رقم (19) عدم صحة الفرضية البحثية فقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) في الوحدة النفسية تعزى للمستوى الدراسي

ترجع الباحثتين هذه النتيجة الى ان الطلبة لديهم مستويات ثقافية واجتماعية متقاربة وظروف حياتية وسياسية واحدة أدت لعدم وجود فروق بين أفراد العينة في الوحدة النفسية تعزى لمتغير المستوى الدراسي

ويمكن أيضا تفسير هذه النتيجة في ضوء ما توصلت اليه معظم الدراسات النفسية، حيث إنه من المعروف في دراسات الطب النفسي بأن ارتفاع المستوى التعليمي وارتفاع نسبة الذكاء يؤديان إلى تخفيف حدة المشكلات النفسية. **(الجريسي، 2003)**

ومن الدراسات التي أظهرت عدم وجود فروق في الشعور بالوحدة باختلاف المستوى الدراسي واتفقت مع الدراسة الحالية **دراسة أحمد الجباري (2012)** والتي هدفت الى كشف عن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كركوك" توصلت نتائجها على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية لمتغير المرحلة الدراسية وكذلك **دراسة بار(2007)** والتي هدفت إلى معرفة إحساس الشباب الجامعي بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الدراسية والشعور بالوحدة النفسية.

ومن الدراسات التي تعارضت مع الدراسة الحالية **دراسة صبح القيق (2011)**، والتي هدفت إلى التعرف على درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى، وبيان علاقة هذا الشعور بكلّ من الجنس والمستوى الدراسي، ومن بين النتائج المتوصل إليها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية تبعا للمستوى الدراسي ولصالح المستوى الرابع، وبالتالي تعارضت مع الدراسة الحالية. (صبح القيق، 2011) بالإضافة الى دراسات أخرى نذكر منها **دراسة النيال (1993) ودراسة الراعي (1999) ودراسة الجوهرة بنت شيبي (2005)** والتي من نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية وفقًا لمتغير المستوى الدراسي.

ب. تنص الفرضية الثالثة على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لقلق المستقبل تعزى إلى متغير المستوى الدراسي.

وللتحقق من صحة الفرضية تمت المقارنة بين متوسط درجات ليسانس وماستر على مقياس قلق المستقبل بإستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج الآتية الموضحة في الجدول.

الجدول رقم (20): يوضح درجة قلق المستقبل في العينة بإختلاف المستوى الدراسي.

المستوى الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	"ت"	الدلالة الإحصائية	المستوى الدلالة
ليسانس	124	43.70	19.62	238	-0.64	0.05	غير دالة
ماستر	116	45.31	18.95				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد ليسانس في العينة هو 124 ويبلغ متوسط الحسابي 43.70 وقيمة الانحراف المعياري هي 19.62، أما عدد ماستر في العينة هو116 ويبلغ متوسط الحسابي 45.31 وقيمة الانحراف المعياري هي 18.95.

كما نلاحظ قيمة (ت) محسوبة المساوية لـ (0.64−) هي قيمة غير دالة عند درجة الحرية(238) ومستوى الدلالة (0.05) وعليه لا توجد فروق بإختلاف مستوى الدراسي. مما يعني أننا نرفض فرضية الدراسة ونستبدلها بالفرصية البديلة التي تنص على: "لاتوجد فروق في درجة قلق المستقبل في العينة بإختلاف مستوى الدراسي".

أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي المعروضة في الجدول رقم (20) عدم صحة الفرضية البحثية فقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) في قلق المستقبل تعزى للمستوى الدراسي

وترجع الباحثتين سبب النتيجة المتوصل إليها في الدراسة الحالية في عدم اختلاف ما بين الطلبة مهما كان مستواهم الدراسي قد يعود الى ان معظم الطلبة الجامعين يفكرون في الغد بشكل دائم، ويتخوفون مما يخفي المجهول لهم، فالحسر الأكبر الذي يشغلهم هو قلق المستقبل، فإن قلق الفرد من المستقبل يحجب الرؤية الواضحة عن إمكانياتهم ويفشل قدراتهم، وبالتالي يعيق وضع أهداف واقعية تتفق مع طموحاتهم في تحقيق الأهداف المستقبلية، التي تحقق لهم السعادة. وهذا ما أشار إليه **الزبيدي (1998)** حيث يرى ان هذا النوع من القلق من أهم الخمس مشكلات التي يعاني منها الطلاب في جامعة. وهذه المشاكل راجعة لعدة عوامل منها: الاقتصادية والاجتماعية والثقافية حيث أن الطالب الجامعي في الجزائر يعاني من مشكلة البطالة(عدم توفر مناصب الشغل)، وهذا أكثر شيء يقلق الطالب بعد تخرجه ويجعله محل تفكير في مستقبله، أي متشائما وقلقا على مستقبله فتؤثر على صحته النفسية، مما يؤدي به إلى توتر، وسوء التوافق النفسي، خاصة في هذه المرحلة بالنسبة للطالب الجامعي.

وبالإضافة للتفسيرات السابقة ترى الباحثتين أن النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية من تساوي شدة قلق المستقبل بين الطلبة باختلاف مستواهم الدراسي يمكن أن يفسر أيضًا في أن سنوات الدراسة في مستوى الليسانس (03). والماستر (02) جد متقاربة حيث لا تتجاوز ثلاثة سنوات دراسية لكلاهما، وقد لا تكون الخبرة هنا ذات أثر كبير بين الطلبة وذلك لقصر المدة وبالتالي تكون الخبرات بين الطلبة متقاربة واستجابتهم للقلق متساوية.

وعلى ذلك فمن المتوقع أن يكون هناك عدم تباين بين الطلبة في مستوى القلق لديهم حيث تؤكد نتائج عدة دراسات انه لا يوجد فروق حول قلق المستقبل بين الطلبة باختلاف مستوياتهم الدراسية ومنها دراسة **دراسة المولى، (2007)** التي تهدف الى كشف قوة الارادة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة الموصل حيث بلغت عينة الدراسة (953) طالب وطالبة من مرحلة الدراسة الأولى والرابعة والتي أسفرت نتائجها الى عدم وجود فروق دالة احصائيا في قلق المستقبل تعزى إلى المرحلة الدراسية (الأولى– الرابعة)

ونفس النتيجة توصلت إليها **دراسة المومني والنعيم (2013)**. والتي تناولت موضوع قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجميل في ضوء بعض المتغيرات على عينة قوامها (439) طالبا وطالبة حيث توصلت الى انه لا يوجد فروق في قلق المستقبل بين الطلبة تعزى للمستوى الدراسي

وتختلف هذه الدراسة في نتيجتها عن ما توصلت له **دراسة تشيونغ وفورس (2011) ودراسة المشيخي (2008)** حيث أكدت بأن الفروق في قلق المستقبل كانت لصالح الطلبة القريبين من التخرج والذين كان لديهم خبرة أكبر، حيث كانت سنوات الدراسة بكالوريوس أربع سنوات وفي دراسة تشيونغ وفورس ثلاثة سنوات وكانت الدراستين على معلمين حديثي الخبرة ومعلمين لديهم خبرات أكثر نتيجة العمل لسنوات عديدة، وبالتالي فإن عدد سنوات الخبرة يُكسب الأفراد معارف أكبر وتفاعل أكثر نتيجة النشاطات المتعددة والممارسات التي تجعل هناك تمايز بينهم وبين من يكون لديهم سنوات بسيطة في الخبرة التعليمية أو العملية، وهذا قد يكون له دور في وجود فروق بين العينات في هذه الدراسات ولذلك فإن قلة سنوات الدراسة والخبرة في عينة هذا البحث قد يكون له دور في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة في قلق المستقبل.

4ـ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الثانية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل تعزى إلى متغير التخصص من أجل التأكد من صحة الفرضية تم تقسيمها إلى جزئين:

أ. تنص الفرضية الرابعة على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لشعور بالوحدة النفسية تعزى إلى متغير التخصص.

وللتحقق من صحة الفرضية تمت المقارنة بين متوسط درجات تخصص علوم الإجتماعية وعلوم تطبيقية على مقياس الشعور بالوحدة النفسية بإستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج الآتية الموضحة في الجدول.

الجدول رقم(21): يوضح درجة الشعور بالوحدة النفسية في العينة بإختلاف التخصص.

التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	"ت"	الدلالة الإحصائية	المستوى الدلالة
علوم الاجتماعية	124	53.69	8.91	238	-0.25	0.05	غير دالة
علوم تطبيقية	116	53.99	8.87				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد علوم الاجتماعية في العينة هو 124 ويبلغ متوسط الحسابي 53.69 وقيمة الانحراف المعياري هي 8.91، أما عدد علوم تطبيقية في العينة هو116 ويبلغ متوسط الحسابي 53.99 وقيمة الانحراف المعياري هي 8.87.

كما نلاحظ قيمة (ت) محسوبة المساوية لـ (0.25−) هي قيمة غير دالة عند درجة الحرية (238) ومستوى الدلالة (0.05) وعليه لا توجد فروق بإختلاف التخصص. مما يعني أننا نرفض فرضية الدراسة ونستبدلها بالفرضية البديلة التي تنص على: "لاتوجد فروق في درجة شعور الوحدة النفسية في العينة بإختلاف التخصص ".

أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي المعروضة في الجدول رقم (21) عدم صحة الفرضية البحثية فقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) في الوحدة النفسية تعزى للتخصص.

وترجع الباحثتين سبب النتيجة المتوصل إليها في الدراسة الحالية في عدم اختلاف ما بين الطلبة تخصص العلوم الاجتماعية والعلوم التطبيقية في متغير الوحدة النفسية قد تعود الى عدة أسباب لها علاقة بسمات الشخصية للفرد وما مدى استجابته للبيئة المحيطة به حيث ترى **شيبي (2005)** أن الوحدة النفسية تزيد من شعور الفرد بالنبذ والعزلة والرفض، وإحساسه بعدم كفاءته إلى جانب شعوره بعدم الثقة في نفسه، وعدم تقدير الآخرين لآرائه، وانعدام القدرة لديه على الارتباط العاطفي والاجتماعي.

حيث يتفق الباحثون على وجود خاصيتين للوحدة النفسية، الأولى: أنها تعتبر خبرة غير سارة مثلها مثل الحالات الوجدانية غير السارة كالاكتئاب والقلق، والثانية: أنها كمفهوم تختلف عن انعزال الاجتماعي وهي تمثل إدراكاً ذاتياً للفرد بوجود نواقص في شبكة علاقاته الاجتماعية فقد تكون هذه النواقص كمية مثل عدم وجود عدد كاف، من الأصدقاء، أو قد تكون نوعية مثل نقص المحبة أو الألفة مع الآخرين. (**Perlmank, 1982**)

وعلى ضوء ذلك تفسر الباحثتين هذه النتيجة ان مستوى الوحدة النفسية لدى الطالب قد تتأثر بالتفاعل بين سماته الشخصية وظروفه المحيطة حيث تعتبر المرحلة الجامعية من المراحل المهمة في حياة الطالب، حيث يتحدد من خلالها مستقبله. فقد يتعرض الطالب الجامعي إلى مواقف ضاغطة وصعوبات متعددة خلال مساره الدراسي، منها صعوبات أكاديمية، اجتماعية، إدارية ومالية. فقد أشار **"شيتر و"لوبي"(Shetter Lobei, 1990)** أن الحياة الجامعية غالبًا ما تكون صعبة، فالطلاب يتركون أهلهم وذويهم وقد يقيمون صدقات جديدة، وعليهم مطالب جامعية كثيرة غالبًا ما تكون غير واضحة بالنسبة لهم. ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح، عليه أن يبذل جهدًا ومثابرة، وأن يتحمل الأعباء الدراسية، والمطالب الجامعية، بالإضافة إلى مواجهة ضغوط الحياة اليومية الأخرى.

حيث تتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات التي أكدت عدم وجود فروق في الوحدة النفسية حسب التخصص منها دراسة **جعفر(2007)** والتي بينت نتائجها وجود فرقاً غير دال إحصائياً بين

التخصصات العلمية والأدبية في الوحدة النفسية. وربما يعود ذلك إلى طبيعة الاختصاصات التي لا تساعد على إحداث تغيير في مستوى الوحدة النفسية.

ونفس النتيجة توصلت إليها دراسة **منتهى محمد وحسن فرحان (2013)** حول الاغتراب النفسي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الاعدادي في العراق حيث أسفرت نتائجها على عدم وجود فروق معنوية في درجة الوحدة النفسية بين الفرع العلمي والادبي وقد يفسر ذلك ان جميع الطلاب في الدراسة الاعدادية علمي أو أدبي يواجهون نفس الأسباب والمشاكل التي أدت نفس مستوى الوحدة النفسية لديهم

ومن الدراسات التي أظهرت اختلاف مع نتائج الدراسة الحالية **الدراسة حسين والزياني (1994)** بعنوان الشعور بالوحدة لدى الشباب في مرحلة التعليم الجامعي" أجريت الدراسة بهدف التعرف على مدى انتشار الشعور بالوحدة لدى الطلبة الجامعيين ومعرفة الفروق في الشعور بالوحدة بين البنين والبنات، وكذلك بين الجنسيات المختلفة، والتخصصات العلمية والنظرية، وتكونت عينة الدراسة من (238) طالباً وطالبة من جامعة الخليج العربي وجامعة البحرين بدولة البحرين، بينت نتائجها ان درجات الشعور بالوحدة لدى طلاب التخصصات العلمية كانت أعلى قليلاً بمقارنتها بدرجات التخصصات النظرية.

ب. تنص الفرضية الرابعة على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لقلق المستقبل تعزى إلى متغير التخصص.

وللتحقق من صحة الفرضية تمت المقارنة بين متوسط درجات التخصص علوم الإجتماعية وعلوم تطبيقية على مقياس قلق المستقبل بإستخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج الآتية الموضحة في الجدول.

الجدول رقم(22): يوضح درجة قلق المستقبل في العينة بإختلاف التخصص.

التخصص	التكرار	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	درجة الحرية	"ت"	الدلالة الإحصائية	المستوى الدلالة
علوم الاجتماعية	124	43.70	19.62	238	-0.64	0.05	غير دالة
علوم تطبيقية	116	45.31	18.95				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن عدد علوم الاجتماعية في العينة هو 124 ويبلغ متوسط الحسابي 43.70 وقيمة الانحراف المعياري هي 19.62، أما عدد علوم تطبيقية في العينة هو116 ويبلغ متوسط الحسابي 45.31 وقيمة الانحراف المعياري هي 18.95.

كما نلاحظ قيمة (ت) محسوبة المساوية لـ (0.64−) هي قيمة غير دالة عند درجة الحرية(238) ومستوى الدلالة (0.05) وعليه لا توجد فروق بإختلاف التخصص. مما يعني أننا نرفض فرضية الدراسة ونستبدلها بالفرصية البديلة التي تنص على: "لاتوجد فروق في درجة قلق المستقبل في العينة بإختلاف التخصص ".

أظهرت نتيجة التحليل الإحصائي المعروضة في الجدول رقم (22) عدم صحة الفرضية البحثية فقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) في قلق المستقبل تعزى للتخصص

حيث ترجع الباحثتين هذه النتيجة في عدم وجود اختلاف بين التخصصات في القلق حول المستقبل قد يعود إلى أن انشغال بالمستقبل من أهم الأمور التي تؤرق الشباب في الكثير من مواقف الحياة المختلفة، ويلاحظ أن طلبة الجامعات مهما كانت أهدافهم وتوجهاتهم وتخصصهم فلهم نفس الانشغالات من التفكير في مستقبلهم بعد التخرج من الجامعات، حيث يفكرون كيف سيحصلون على وظيفة ومن ثم تحقيق الاستقرار بالزواج وتكوين أسرة ومنزل مما يجعل البعض يكون لديه نوع من الحيرة والقلق وهذا ما أشار إليه **منصور وأخرون (2003)** أن أغلب ما يثير القلق لدى المراهقين والشباب شعورهم بعدم وضوح صورة المستقبل الأكاديمي وعدم تحديد المستقبل المهني، وهذا يولد لديهم شعور بالإحباط والقلق على ذواتهم والمستقبل لا

سيما عندما يكون هذا في مرحلة المراهقة والتي تكون مليئة بحالة من عدم الاستقرار وتقلبات ملحوظة في مفهوم الذات.

وقد أكد التراث النظري إن القلق من المستقبل لا يقتصر على فئة معينة من الأفراد و إنما يطال معظم فئات المجتمع، ومن ضمن هذه الفئات الطلبة على اختلافهم، واختلاف مراحلهم الدراسية وتخصصاتهم ومن ضمنها طلبة الجامعات، فقد يظهر قلق المستقبل لديهم في ظل مجتمع مليء بالتغيرات المرتبطة بالعوامل الاقتصادية والاجتماعية والبيئية وتفاعلاتها التي تنعكس على سلوكات الطلبة، التي تدفعهم إلى الشعور بالإضطراب والقلق نتيجة للتناقضات بين ماهو حسي وماهو واقع ملموس، ومابين الأحلام التي يطمحون إلى تحقيقها وما يتوقعونه مستقبلا، هذه الظروف التي يعيشها الطالب الجامعي، والذي يواجه تحديات كثيرة مثل التكيف الأكاديمي والتكيف العاطفي (الزواج والأسرة) والتكيف المهني (أي مهنة سيتجه إليها وأمامه الآلاف من العاطلين)...كل هذه التحديات وغيرها من المشاكل الإقتصادية والأسرية تبعث في كثير من الأحيان الإحساس بالتوتر والضيق والقلق.

ومن خلال متابعة ودراسة ما تم الحصول عليه في التراث النفسي والنظري من بحوث ودراسات سابقة عن قلق المستقبل لدى الطلبة الجامعين، وجدت الباحثتين أن هناك عدم اتساق في نتائج هذه الدراسات، حيث اتفقت بعض الدراسات على عدم وجود فروق في التخصص مثل **دراسة العشري (2005)** حول قلق المستقبل لطلاب كلية التربية في سلطنة عمان توصلت الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير التخصصات العلمية والأدبية. ونفس النتيجة لدراسة **دراسة العكايشي (2000)** حول التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة والكشف عن دلالة الفروق في مستوى قلق المستقبل بين طلبة الجامعة تبعا التخصص الدراسي حيث أشارت الى عدم وجود فرق دال معنويا بين قلق المستقبل والتخصص بالإضافة إلى **دراسة السبعاوي (2008)** والتي توصلت الى نفس نتائج الدراسة الحالية.

وفي المقابل نتائج بعض الدراسات تتعارض مع نتائج دراستنا منها **دراسة السفاسفة و المحاميد (2007)** التي هدفت على التعرف على مستوى قلق المستقبل وأثره على التخصص الجامعي (أدبي – علمي) تضمنت عينة البحث 408 طالب وطالبة من جامعة اليرموك والهاشمية، أسفرت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل بين طلبة الكليات العلمية والإنسانية وذلك لصالح الكليات العلمية وكذلك **دراسة الهاشمي (2001)** التي هدفت الى معرفة مستوى قلق المستقبل ومعرفة لدى الطلبة، ومعرفة الفروق في مستوى قلق المستقبل بين الطلبة تبعا لمتغيري الجنس والتخصص وتألفت عينة البحث من (350) طالبا وطالبة من المرحلة الرابعة من طلبة جامعة بغداد حيث توصلت الدراسة الى شيوع قلق المستقبل لدة طلبة التخصص العلمي أعلى من مستوى التخصص الإنساني ونفس النتيجة في دراسة **العزاوي (2002)** والتي من بين أهدافها التعرف على الفروق بين قلق المستقبل لدى طلبة التخصص، تألفت عينة الدراسة من (481) طالبا وطالبة بفرعيه العلمي والأدبي حيث أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح التخصص الأدبي.

كما بينت نفس النتائج كل من دراسة جاسم (1996)، وسناء سعود (2006) وعبد المحسن (2007) وناهد سعود (2005) ودراسة بوزيان وبوقصة (2012) التي أوضحت دور التخصصات في ظهور قلق المستقبل عند الطلاب حيث وجدو أن التخصصات الأدبية أقل قلقا وتخوفا من المستقبل مقارنة بالتخصصات العلمية. ويفسر تخوف الطلبة العلميين من المستقبل وما ينتظرهم هو هذا التغيير الذي طرأ لمجتمعنا في السنوات الأخيرة حيث مع اكتضاض سوق العمل فإن الكثير من التخصصات العلمية أصبحت مشبعة تماما بسبب فائض الخرجين عن حاجة سوق العمل.

خلاصة:

يعتبر الموضوع الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين من المواضيع المستحدثة في مجال علم النفس العيادي من خلال نتائج المتحصل عليها، وصلنا إلى أن هناك علاقة ارتباطية فكلما زادت درجة الشعور بالوحدة النفسية زاد درجة قلق المستقبل والعكس، وهذا راجع إلى شعور الطلبة بنقص في العلاقات الإجتماعية، مما يجعل الفرد يشعر بألم والمعاناة والعزلة والإنطواء وشعور بعدم الإهتمام من قبل الآخرين.

حيث أن الطلبة الجامعيين في مسيرتهم يبحثون عن الطمأنينة والسكينة والشعور بالراحة النفسية على الرغم من كثرة الصعوبات التي تلاقيهم لتحقيق أهدافهم.

وفي زمننا هذا زمن التقدم والسرعة، جعل من القلق سمة بارزة من سمات الطلبة الجامعيين وشعورهم بالخطر من المستقبل والتي تؤثر على حياتهم سلبا.

من هنا نستطيع القول بأن قلق المستقبل قد يؤثر على مستوى شعور الطلبة بالشعور بالوحدة النفسية بشكل واضح، وذلك راجع إلى المتغيرات النفسية بالإضافة الى طبيعة الحياة الجامعية للطالب.

وفي ضوء ما أسفرت عليه الدراسة الحالية توصي الباحثتين بالتوصيات التالية:

1. يجب الاهتمام بالأرشاد النفسي في الجامعات والعمل على فتح مكتب للإستشارة النفسية التي تعني بمشكلات الطلبة؛
2. توفير بعض الأنشطة العلمية والرياضية والترفيهية من أجل مساعدة الطلبة للتخفيف من قلق المستقبل؛
3. توسيع تطبيق مقياس الشعور بالوحدة النفسية ميدانيا ولاسيما مع نتائج العالية المتوفرة في بيئتنا؛

4. إقامة الندوات والمحاضرات وفتح قنوات من أجل توعية ووقاية الطلبة من الاضطرابات النفسية.

- الدراسات المقترحة:

من خلال ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج واستكمالا لهذه الدراسة، تقدم الباحثتين بعض التوصيات العلمية وتأمل أن تكون انطلاقا لبداية جهد بحثنا منظم في مجال البحوث التي تناول مشكلات الطلبة الجامعيين من مختلف الجوانب ونقترحوا ما يلي:

1. اجراء دراسات ممثلة لمعرفة علاقة الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين من حيث متغيرات أخرى على غرار متغير الجنس كما أسفرت عنه الدراسة الحالية. فمثلا متغير (الجنس، المستوى الدراسي، التخصص)؛
2. القيام بدراسة مماثلة على طلبة الثانوية والمتوسطة؛
3. إجراء مثل هذه الدراسة في جامعات أخرى لولايات أخرى والتعرف على نتائجها ومقارنتها بنتائج الدراسة الحالية؛
4. تطبيق دراسات حول الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل وربطهم بمتغيرات أخرى وهذا خاصة لإثراء الجانب النفسي أكثر خاصة في البيئة المحلية وهذا لوحظ انعدامه؛
5. دراسة لمعرفة أثر البرامج الارشادية النفسية في تحسين الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين وللحد من حدة شعور بالقلق تجاه المستقبل؛

- استنتاج عام:

يعتبر موضوع دراسة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين موضوع هام من حيث أنه لم يدرس من قبل "على حد علمنا" ومن خلال ماتوصلنا

إليه في الجانب الميداني وما تعرضنا له في الإطار النظري تم الحصول في هذه الدراسة على النتائج التالية:

- وجود علاقة الإرتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعيين.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعيين بإختلاف الجنس.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعيين بإختلاف المستوى الدراسي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعيين بإختلاف التخصص.

المراجع

المراجع باللغة العربية:

1. أبو زيد أحمد (2004): **تكنولوجيا الاتصال هل تدعم الفرد والانعزال.** مجلة العربية الكويت العدد (544).
2. احلام احمد محمد الغامدي (2020): **الوحدة النفسية وعلاقتها بالافكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الباحة.** العدد (111). جامعة المنصورية.
3. بدر إبراهيم (2003): **مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب،** المجلد13، العدد(38)، فبراير.
4. بركات عبد الحق (2008): **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة الجزائر.** رسالة ماجستير. جامعة الجزائر.
5. بني مصطفى، منار سعيد والشريفين، أحمد عبد الله (2013): **الشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسي والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلبة الوافدين في جامعة اليرموك.** المجلة التربوية في العلوم التربية، المجلد 9، العدد (02)، 141 – 162.
6. بنيان باني دغش القلادي الرشيدي(2017): **قلق المستقبل والفاعلية الذاتية لدى طلبة كلية المجتمع في جامعة حائل في ضوء بعض المتغيرات،** مجلة كلية التربية، المجلد 2. العدد(174)، جامعة الأزهر.
7. الجباري، جنار عبد القادر أحمد(2012): **الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة كركوك.** مجلة جامعة كركوك للدراسات الإنسانية، المجلد7، العدد (03).135 ـ 1376.
8. جعفر سندس ريان (2020): **مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهق بتم الاب.** رسالة شهادة ماستر في علم النفس العيادي. جامعة محمد خيضر– بسكرة.
9. حامد عبد السلام زهران، جلال محمد سرى(2003): **دراسات في علم النفس النمو الإغتراب والتغريب الثقافي لدى عينة جامعة،** القاهرة مصر، عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة.
10. حدواس منال (2013): **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي ومستوى تقدير الذات لدى المراهق الجائح،** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مولود معمري، الجزائر.

11. حسانيين أحمد محمد(2000): **قلق المستقبل وقلق الامتحان وعلاقتهما ببعض المتغيرات النفسية.** رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة المينيا.
12. الحسين عاطف (2017): **قلق المستقبل والعلاج بالمعنى.** دار الفكر العربي للنشر مصر. ط1.
13. حسين قايد (2004): **دراسات في السلوك والشخصية،** القاهرة، مؤسسة الطبية للنشر، الطبعة الاولى.
14. الحمداني، اقبال محمد رشيد صالح (2011): **الاغتراب ـ التمرد ـ قلق المستقبل.** دار الصفاء للنشر والتوزيع ط1، الأردن.
15. حمو علي خديجة (2012): **علاقة الشعور بالوحدة النفسية بالاكتئاب لدى عينة من المسنين المقيمين مع ذويهم** .رسالة ماجستير في علم النفس العيادي، جامعة الجزائر 2.
16. خوج حنان (2002): **الخجل وعلاقته بكل من الوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة،** رسالة ماجستير.
17. خويطر وفاء حسين علي (2010): **الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المراة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتها ببعض المتغيرات،** رسالة ماجستير. الجامعة الاسلامية غزة.
18. دانيا الشبؤون (2013): **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بإكتئاب عند الأطفال.** دراسة الميدانية لدى تلاميذ الصف الرابع من تعليم الأساسي حلقة الأولى في مدارس مدينة دمشق الرسمية، المجلد 29، العدد (01)، مجلة جامعة دمشق.
19. دباغ يمينة والخير الزهراء (2019): **قلق المستقبل المهني وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي،** مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، غير منشورة، جامعة العقيد أحمد دراية أدرار.
20. دعاء جهاد شلهوب (2015): **قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية.**رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس، غير منشورة، جامعة دمشق.

21. رحمين أمينة (2015): **قلق المستقبل عند طلاب الجامعة**، رسالة ماجستير في علم النفس الإجتماعي، جامعة الجزائر2.

22. رضا عبد الرازق جبر جبر (2021): **قلق المستقبل المهني وعلاقته باليقظة العقلية وفاعلية الذات الأكاديمية ومستوى التحصيل لدى الطلاب البرامج النوعية والعادية بكلية التربية**، المجلد22، العدد(02).

23. الرفاعي (2003): **الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين ادراك احداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهته**. رسالة دكتوراه. حلون القاهرة.

24. رميصة بولعسل (2014): **قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج**، دراسة ميدانية ماستر في علم النفس العيادي. جامعة العربي بن مهيدي.

25. زقاوة أحمد (2014): **قلق المستقبل وعلاقة ببعض المتغيرات لدى الطلبة التكوين المهني**. المجلة الدراسات التربوية والنفسية 186-199.

26. زهراء شمخي جبر وآخرين (2016): **قلق المستقبل وعلاقته بالمناخ الأسري لدى طلبة جامعة القادسية**، مذكرة لنيل شهادة الماستر، غير منشورة، جامعة القادسية.

27. ساسي خديجة بن عبد السلام زينب(2009):**قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة**. دراسة ميدانية عن عينة من طلبة جامعة الأغواط .

28. سعدوالي نعيمة(2018): **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى النساء ضحايا العنف الزوجي**. أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه.جامعة الجزائر – 2– ابو القاسم سعد الله.

29. سهام ضيف الله علي الفايدي(ب ـ ت): **قلق المستقبل لدى الطالبات جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات**. مدينة تبوك.

30. شقير زينب محمود(1993): **تقدير ذات والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والشعور بالوحدة النفسية لدى عينتين من تلميذات المرحلة الاعدادية في كل من مصر والمملكة**

العربية السعودية. المجلة العلوم الاجتماعية. المجلد 21. العدد (01). مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت ص123-149.

31. شقير زينب محمود(2005): **مقياس قلق المستقبل.** مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
32. شقير زينب(2002): **الشخصية السوية والمضطرابة – القاهرة.** مكتبة النهضة المصرية.
33. شيبي الجوهر عبد القادر(2005): **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة ام القرى بمكة المكرمة.** رسالة ماجستير. جامعة ام القرى.
34. صالح واخرين (2011): **سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في استراليا.** رسالة ماجستير غير منشورة. الاكادمية العربية في الدانمارك.
35. صبخان(2010): **قلق المستقبل لدى المعاقين سمعيا في ضوء بعض المتغيرات.**رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية ليبيا.
36. العباسي عبلة حسين(1999): **الحرمان الاسرى وعلاقته بالوحدة النفسية لدى المراهقات المقيمات بدور الرعاية الإجتماعية بالمنطقة الغربية.** رسالة ماجستير. جامعة الملك عبد العزيز.المدينة المنورة.
37. عبد الباقي سلوى (1993): **مسببات القلق (خبرات الماضي والحاضر ومخاوف المستقبل) دراسات نفسية وتربوية.** ج (58).عالم الكتب القاهرة.
38. عبد الخالق احمد ومراد صلاح (2001): السعادة والشخصية دراسات نفسية. المجلد 1. العدد(3).
39. عبد الغفار،عبد السلام (1977): **مقدمة في علم النفس بيروت.** دار النهضة العربية.
40. عبد المجيد إبراهيم، مروان(2000): **أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية.** مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
41. عكاشة احمد (2003): **الطب النفسي المعاصر.** مكتبة الانجلو المصرية القاهرة. مصر.

42. علاء علي حجازي(2013): **القلق الاحتماعي وعلاقته بالأفكار اللا عقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة**. رسالة استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير، غير منشورة.الجامعة الإسلامية ـ غزة.

43. العناني حنان عبد الحميد(2000): **الصحة النفسية** . دار الفكر للطباعة والنشر.الأردن.

44. فايد حسين(2000): **الاضطرابات السلوكية (تشخيصها –اسبابها –علاجها)**. القاهرة، دار طيبة للنشر والتوزيع.

45. فتحي وادة(2019): **قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينة من طلبة جامعة الوادي**.المجلة العلوم النفسية والتربوية. المجلد 5. العدد(4). جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة (2).الجزائر.

46. فضيلة عرفات(2005): **الوحدة النفسية مفهومها اشكالها و اسبابها وعلاجها**. مركز النور للدراسات.

47. فضيلة عرفات(2007): **قلق المستقبل المهني طلبة الجامعات الاردنية وعلاقتها ببعض المتغيرات**. المجلة العلوم النفسية و التربوية. العدد(01).

48. القاضي وفاء محمد احميدان (2009): **قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة**. رسالة ماجستير ,فهم علم النفس تلية التربية , الجامعة الاسلامية غزة

49. قشقوش ابراهيم زكي(1983): **خبرة الاحساس بالوحدة النفسية دولية**. كلية التربية. العدد (02).187-218.

50. قشقوش ابراهيم زكي(1998): **مقياس الاحساس بالوحدة النفسية لطلاب المجتمعات**. مكتبة الانجلو المصرية. القاهرة.

51. القيق صبح(2011): **الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الاقصى بغزة. المجلة الجامعة الاسلامية**. المجلد19. العدد (01). 597 ـ 618.

52. كرميان، صلاح (2008): **سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في استراليا**. رسالة ماجستير غير منشورة، الاكادمية العربية في الدانمارك.

53. كفافي علاء الدين (1999): **الارشاد و العلاج النفسي الاسري**. القاهرة، دار الفكر العربي. ط1.

54. مريم مراكشي(2014): **استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعيين"فايسبوك – انمودجا"** . رسالة الماجستير في علم النفس. جامعة محمد حيضر – بسكرة.

55. المشيخي، غالب بن محمد على (2009): **قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات و مستوى الطموح لدى عينة من الطلاب جامعة الطائف**. رسالة دكتوراه. جامعة ام القرى العربية السعودية.

56. منتهى محمد مخلف(2013): **الإغتراب النفسي وعلاقته بالشعور النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية في قضاء الفلوجة**. المجلد2.العدد (08). جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية.

57. نسرين محمود محمد النيرب(2016): **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالنسق القيمي لمدمني مواقع توصل الإجتماعي من طلبة الجامعات بمحافظات غزة**. رسالة ماجستير في برنامج الصحة النفسية والمجتمعية بكلية التربية. الجامعة الإسلامية بغزة.

58. نفين المصري (2011): **قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح الاكاديمي**. رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس. جامعة الازهر فلسطين.

59. نوال سعودي(ب ـ ت): **الشعور بالوحدة النفسية لدى الطفل اليتيم المحروم عاطفيا في المرحلة التحضيرية** .المجلة الجزائرية للطفولة والتربية. جامعة البليدة 02.

60. نور الهدى بن عمر(2015): **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض السمات الشخصية "الخجل، عدوان" لدى الأطفال الصم من وجهة النطر المربين**. دراسة ميدانية بمدرسة الصغار الصم بالمسيلة. جامعة محمد بوضياف المسيلة.

61. هبة مؤيد محمد(ب ـ ت):**قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغرات**. مجلة البحوث التربوية والنفسية. العددان (26.27).

62. وفاء جميل دياب عابد (2008): **الوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء في ضوء بعض المتغيرات النفسية.** رسالة ماجستير في الصحة النفسية منشورة.غير منشورة، الدراسات العليا في الجامعة الإسلامية ـ عزة.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. Cacioppo, J.T. & Hawkley, L.C. (2008). Loneliness. University of Chicago, 58-48,1-35
2. Rokach, A. (1988). The Experience of Loneliness: Atri – Level.
3. Rokach. A. (2004). Loneliness then and now: reflections on social and emotional alienation in everyday life. Toronto, institute for study and treatment of psychosocial stress, 23 (1),24-40.
4. Rokach. A. Moya. C.M. Orzeck, F. (2001). Loneliness in North America and Spain. Social behavior and Personality, Quest psychology journals,29(5) 449-477
5. Simans, h. van Rheenen, D & cognitive, M. (1999): journal of college Student Development, vol-(43), N. (2)
6. Zaleski. Z. (1996): Future anxiety – concept measurement and preliminary research person individual difference - vol (21)

الملاحق

الملحق رقم 1: التعليمة وبطاقة المعلومات

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

إستمارة الاستبيان

أخي الطالب، أختي الطالبة:

في إطار إعداد مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي حول موضوع "الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين" ،يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي تعتبر أداة لجمع البيانات الازمة لدراسة، يرجى منكم التكريم بالإجابة على أسئلة الاستمارة ، ذلك بوضع الإشارة (×) في الخانة التى ترونها مناسبة لكم.

ملاحظة: ونحيطك علما بأننا سنضمن لك سرية المعلومات والملاحظات ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

قسم الأول: معلومات عامة

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

1) المستوى :

ليسانس ☐ ماستر ☐

2) التخصص:

علم الاجتماع ☐ علم النفس ☐ علوم تقنية ☐ إعلام آلي ☐

القسم الثاني: الشعور بالوحدة النفسية

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أشعر بأنني على وفاق مع المحيطين بي				
02	أشعر بأني أفتقد الصحبة				
03	أشعر بأني وحيد في هذه الدنيا				
04	تشعر بأنك عضو في جماعة أو صحبة				
05	أشعر بأني لم أعد قريب من أحد				
06	لا تدوم علاقتي بأحد لفترة طويلة				
07	لا يشاركني من حولي اهتماماتي وأفكاري				
08	أشعر بأنني مهمل ممن حولي				
09	علاقاتي الاجتماعية سطحية				
10	لا أحد يعرفني جيدا				
11	أشعر بأني معزول عن الآخرين				
12	أشعر أنني مخلوق تعس ! لأني منسحب				
13	أشعر بأن الناس يحيطون بي لكنهم بعيدون عني				
14	أجد صعوبة في الحديث إلى الغرباء				
15	ليس هناك شخص يمكنني أن أميل إليه				
16	أشعر بأن هناك آخرين يفهمونني جيدا				
17	أشعر بالخجل				
18	أشعر بأن هناك من أستطيع التحدث معه				
19	أشعر بأن هناك من أستطيع أن ألجأ إليه عندما أريد				
20	أشعر بأنني أشارك الناس في أشياء عديدة				

القسم الثالث: قلق المستقبل

الرقم	العبارات	لا تنطبق مطلقا	تنطبق قليلا	تنطبق الى حد ما	تنطبق كثيرا	تنطبق تماما
01	أؤمن بالقضاء والقدر وبأنهما يحملان أخبارا سارة في المستقبل.					
02	يدفعني التفوق دائما لمزيد من الإنجاز لتحقيق مستقبل باهر.					
03	تراودني فكرة أنني قد أصبح شخصا عظيما في المستقبل.					
04	لدي طموحات وأهداف واضحة في الحياة وأعمل لمستقبلي وفقا لخطة رسمتها لنفسي، كما أعرف كيف أحققها.					
05	الالتزام الديني والأخلاقي والتمسك بمبادئ معينة يضمن للإنسان مستقبل آمن.					
06	أؤمن لدنياك كأنك تعيش أبدا واعمل لآخرتك كأنك تموت غدا.					
07	أشعر أن الغد (المستقبل) سيكون يوما مشرقا، وستتحقق آمالي في الحياة.					
08	أملي في الحياة كبير، لأن طول العمر يبلغ الأمل.					
09	أشعر بأن الزمن يخبئ لي مفاجأة سارة، ولا يأس في الحياة ولا حياة مع اليأس.					
10	حياتي مملوءة بالحيوية والنشاط والرغبة في تحقيق الآمال.					
11	يمتلكنى الخوف والقلق والحيرة عندما أفكر في المستقبل وأنه لاحول ولا قوة لي في المستقبل.					
12	يدفعني الفشل إلى اليأس وفقدان الأمل في تحقيق مستقبل أفضل.					
13	أنا من الذين يؤمنون بالحظ، ويتحركون على أساسه.					
14	أفضل طريقة للتعايش مع الحياة هو عدم التفكيرفي المستقبل وترك الحياة تمشي مثلما هي.					
15	تمضي الحياة بشكل مزيف ومحزن ومخيف مما يجعلني أقلق وأخاف من المجهول.					
16	أشعر بالفراغ واليأس وفقدان الأمل في الحياة وأنه من الصعب تحسنها مستقبلا.					

17	أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريبا بسبب كثرة الحوادث هذه الأيام.					
18	أشعر بتغييرات مستمرة في مظهري (شكلي) تجعلني أخاف أن أكون غير جذاب (لا) يتقبلني) أمام الآخرين مستقبلا.					
19	ينتابني شعور بالخوف والوهم من إصابتي بمرض خطير (أو حادث) في أي وقت.					
20	أتوقع الحياة مملوءة بالعنف والإجرام تجعل الفرد يتوقع الخطر لنفسه في أي وقت.					
21	تزعجني كثرة البطالة في المجتمع التي تجعل الحياة صعبة و تهدد التوافق الزواجي مستقبلا.					
22	غلاء المعيشة وانخفاض الدخل وانخفاض العائد المادي يقلقني على مستقبلي.					
23	أفكر في المستقبل الغامض لدرجة تجعل من الصعب أن يرسم الشخص أي خطة لأموره المستقبلية.					
24	في ظل ضغوط الحياة يصعب عليا أن أظل محتفظا بأملي و تفاؤلي بأنني سأكون في أحسن حال.					
25	أشعر بالقلق الشديد عندما أتخيل إصابتي في حادث أوحدث لي بالفعل أو حدث لشخص يهمني).					
26	يغلب علي التفكير في الموت في أقرب وقت خاصة عندما أصاب بمرض أو يصاب أحد أقاربي.					
27	أنا غير راض عن مستوى معيشتي بوجه عام مما يشعرني بالفشل في المستقبل.					
28	أشعر أن الحياة عقيمة بلا هدف ولا معنى ولا مستقبل واضح.					

الملحق رقم 2: صدق وثبات أدوات القياس

1- مقياس الشعور بالوحدة النفسية:

نتيجة ألفا كرونباخ:

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	60	100,0
	Exclus[a]	0	,0
	Total	60	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,688	20

الصدق التمييزي:

Statistiques de groupe

القيم / الفئات		N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الشعور بالوحدة النفسية	الدرجة العليا	20	37,3500	2,51888	,56324
	الدرجة الدنيا	20	53,9500	5,60521	1,25336

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
الشعور بالوحدة النفسية	Hypothèse de variances égales	,000	-16,60000	1,37410
	Hypothèse de variances inégales	,000	-16,60000	1,37410

تجزئة نصفية

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	60	100,0
	Exclus[a]	0	,0
	Total	60	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,544
		Nombre d'éléments	10[a]
	Partie 2	Valeur	,511
		Nombre d'éléments	10[b]
	Nombre total d'éléments		20
Corrélation entre les sous-échelles			,514
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,679
	Longueur inégale		,679
Coefficient de Guttman split-half			,679

2- مقياس قلق المستقبل:

نتيجة ألفا كرونباخ:

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	60	100,0
	Exclus[a]	0	,0
	Total	60	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,753	28

الصدق التمييزي:

Statistiques de groupe

القيم / الفئات		N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
قلق المستقبل	الدرجة العليا	20	25,0500	6,73932	1,50696
	الدرجة الدنيا	20	54,1500	4,68227	1,04699

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type
قلق المستقبل	Hypothèse de variances égales	,000	-29,10000	1,83497
	Hypothèse de variances inégales	,000	-29,10000	1,83497

تجزئة نصفية

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	59	98,3
	Exclus[a]	1	1,7
	Total	60	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,529
		Nombre d'éléments	14[a]
	Partie 2	Valeur	,605
		Nombre d'éléments	14[b]
	Nombre total d'éléments		28
Corrélation entre les sous-échelles			,723
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,839
	Longueur inégale		,839
Coefficient de Guttman split-half			,839

الملحق رقم 3: نتائج فرضية الدراسة

ت. نتائج الفرضية الأولى:

Corrélations

		النفسية_الوحدة	المستقبل_قلق
النفسية_الوحدة	Corrélation de Pearson	1	,947**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	240	240
المستقبل_قلق	Corrélation de Pearson	,947**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	240	240

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

ث. نتائج الفرضية الثانية

ج.

ح. **Test T**

خ.

د.

ذ.

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
النفسية_الوحدة	ذكور	114	53,6053	9,11055	,85328
	إناث	126	54,0476	8,70113	,77516
المستقبل_قلق	ذكور	114	44,8333	18,16489	1,70130
	إناث	126	44,1667	20,30478	1,80889

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					
	F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %

									Inférieur	Supérieur
النفسية_الوحدة	Hypothèse de variances égales	,296	,587	-,385	238	,701	-,44236	1,15015	-2,70813	1,82342
	Hypothèse de variances inégales			-,384	233,010	,702	-,44236	1,15280	-2,71361	1,82890
المستقبل_قلق	Hypothèse de variances égales	2,541	,112	,267	238	,790	,66667	2,49711	-4,25260	5,58593
	Hypothèse de variances inégales			,268	237,972	,789	,66667	2,48325	-4,22528	5,55862

ر. نتائج الفرضية الثالثة:

شعور بالوحدة النفسية

Statistiques de groupe

التخصص		N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الشعور بالوحدة النفسية	ليسانس	124	53,6935	8,91895	,80095
	ماستر	116	53,9914	8,87840	,82434

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
الشعور بالوحدة النفسية	Hypothèse de variances égales	,260	,611	-,259	238
	Hypothèse de variances inégales			-,259	237,076

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes			
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence
					Inférieure
الشعور بالوحدة النفسية	Hypothèse de variances égales	,796	-,29783	1,14954	-2,56241
	Hypothèse de variances inégales	,796	-,29783	1,14937	-2,56211

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes
		Intervalle de confiance 95% de la différence
		Supérieure
الشعور بالوحدة النفسية	Hypothèse de variances égales	1,96675
	Hypothèse de variances inégales	1,96645

قلق المستقبل:

Statistiques de groupe

التخصص		N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
قلق المستقبل	ليسانس	124	43,7016	19,62783	1,76263
	ماستر	116	45,3190	18,95193	1,75964

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
قلق المستقبل	Hypothèse de variances égales	,543	,462	-,649	238
	Hypothèse de variances inégales			-,649	237,758

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes			
		Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence
					Inférieure
قلق المستقبل	Hypothèse de variances égales	,517	-1,61735	2,49355	-6,52959
	Hypothèse de variances inégales	,517	-1,61735	2,49062	-6,52386

Test d'échantillons indépendants

		Test-t pour égalité des moyennes
		Intervalle de confiance 95% de la différence
		Supérieure
قلق المستقبل	Hypothèse de variances égales	3,29489
	Hypothèse de variances inégales	3,28916

ز. نتائج الفرضية الرابعة

Test T

Statistiques de groupe

	التخصص	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
النفسية_الوحدة	اجتماعية علوم	124	53,6935	8,91895	,80095
	تطبيقية علوم	116	53,9914	8,87840	,82434
المستقبل_قلق	اجتماعية علوم	124	43,7016	19,62783	1,76263
	تطبيقية علوم	116	45,3190	18,95193	1,75964

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur	Supérieur
النفسية_الوحدة	Hypothèse de variances égales	,260	,611	-,259	238	,796	-,29783	1,14954	-2,56241	1,96675
	Hypothèse de variances inégales			-,259	237,076	,796	-,29783	1,14937	-2,56211	1,96645
المستقبل_قلق	Hypothèse de variances égales	,543	,462	-,649	238	,517	-1,61735	2,49355	-6,52959	3,29489
	Hypothèse de variances inégales			-,649	237,758	,517	-1,61735	2,49062	-6,52386	3,28916