قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلبة الجامعة

د. حسن بدري محمد *

أ. سعود عبد العزيز الزيد **

ملخص البحث:

هدف البحث إلى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء إضافة إلى كشف الفروق في قلقل المستقبل لدى أفراد طلبة جامعة الملك فيصل بالحساء، تبعاً للنوع والتخصص الدراسي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية والتي بلغت (٢٠٠طالبا وطالبة)، وتم اتباع المنهج الوصفي التحليلي، وتم استخدام مقياس القلق لـ(شقير، ٢٠٠٥ تعديل الباحثان)، بالإضافة إلى استمارة البيانات الأولية التي تشتمل على (النوع، التخصص)، وتوصل البحث إلى النتائج إلى أنه يتسم طلبة الجامعة بمستوى قلق مستقبل بدرجة مرتفعة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات قلق المستقبل تعزى لمتغير النوع (طالب/ طالبة)، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تعزى لمتغير (التخصص).

الكلمات المفتاحية: قلق المستقبل، المتغيرات الديمغرافية.

* استاذ مشارك – قسم التربية وعلم النفس – كلية التربية – جامعة الملك فيصل بالأحساء.

** باحث.

ABSTRACT

The research aimed to reveal the level of future anxiety among students at King Faisal University in Al-Ahsa Governorate, in addition to revealing the differences in future anxiety among sample members according to gender and academic specialization. The research sample was selected in a stratified random manner and amounted to (200 male and female students), and the descriptive analytical approach was followed. The anxiety scale of (Shuqair, 2005, modified by the researchers) was used, in addition to the primary data form that includes (gender, specialization), and the research reached the results that university students are characterized by a high level of future anxiety, and there are no statistically significant differences in grades. Future anxiety is due to the gender variable (student/female), and there are no statistically significant differences between the average scores of future anxiety among students at King Faisal University in Al-Ahsa Governorate due to the (specialization) variable.

Keywords: future anxiety ،Demographic variables.

المقدمة:

(يرى رافيلي وآخرون Raffaelli.et al2005) أن القلق يعتبر من الظواهر السلبية التي يتسم بها هذا العصر، ويظل يلازم الفرد في مراحل حياته المختلفة، لا سيما في المواقف التي يعتبرها الإنسان إنها تشكل تهديداً له، مما تجعله يشعر بالاضطراب، والضيق والتوتر، ويمكن التمييز بين القلق النفسي بصورة عامة، وقلق المستقبل بأن القلق يعكس شعوراً عاماً بالخوف والتهديد. وقلق المستقبل يعد أحد أنواع القلق الذي يرتبط بالتوقع السلبي تجاه المستقبل. وهو يصيب الشباب على وجه العموم وفئة الطلبة على وجه الخصوص، ومن سلبيات هذا النوع كما يقول المشيخي (٢٠٠٩) أنه يصيب فئة الطلبة وتجعل رؤيتهم للمستقبل أقل وضوحاً وأكثر تشوشاً، لا سيما في ظل أعباء الحياة التي تُطل على مختلف شرائح المجتمع، ونظراً لأن الطلبة وهم يسعون إلى بناء مستقبلهم المهني قد تقابلهم بعض المعوقات والتي ترتبط في مجملها برغبتهم في الوصول إلى أهداف كبيرة قد تفوق قدراتهم في بعض الأحيان، أو أسباب أخرى تحول بينهم وبين تحقيق طموحاتهم. وتعد المرحلة الجامعية مرحلة مفصلية في حياة الفرد والتي سوف تحدد مصيره المهني ومستقبله بعد التخرج، لذا اتسمت هذه المرحلة بالقلق الشديد والخوف على المستقبل من عدم تحقيق الطموحات التي يسعى إليها الطلبة في هذه المرحلة، ولذا سعى الباحث لإلقاء الضوء على هذا الموضوع.

مشكلة البحث:

الشباب عادة في مراحلهم الدراسية يعيشون في حالة من القلق والخوف من المستقبل، والذي ينشأ عنه حالة من التشاؤم والإحباط لعدم القدرة على تحقيق الأهداف أو الوصول إليها، أو لعدم وجود فرص متاحة مناسبة لهم في الوقت الذي يحتاج سوق العمل أكثر من الشهادة لكي يحجز هذا الشاب مكانه الذي يطمح إليه (حنتول، ٢٠١٢)، إن مشكلة القلق من المستقبل تعد من الظواهر التي يعاني منها الشباب خاصة طلبة الجامعة، مما جعل العديد من الباحثين يعتبرونها مشكلة حقيقية يجب الانتباه إليها ومحاولة إيجاد السبل المناسبة لمعالجتها وأن توضع على مائدة الدراسة والبحث العلمي لارتباطها بالعديد من العوامل الأخرى (البدران، ٢٠١١)، تعد المرحلة الجامعية من أكثر المراحل حساسية لدى الشباب والتي عليها يتوقف مستقبلهم، والتي ينشأ عنها قلق المستقبل من الخوف بسبب عدم تحقيق الطلاب لطموحاتهم وأهدافهم، إن موضوع قلق المستقبل يعد من الموضوعات ذات الأهمية من قبل علماء النفس والباحثين. وأصبح محورًا للعديد من الدراسات والبحوث العلمية، ولم يجد الباحثان دراسات في المجتمع الحالي تناولت هذا المتغير، لذلك جاء هذا البحث لتناول هذه المشكلة المهمة التي تتمثل في الأسئلة التالية.

ما مستوى قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء؟

هل توجد فروق في مستوى قلق المستقبل تبعاً للمتغير النوع (ذكر/أنثى)؟

هل توجد فروق في مستوى قلق المستقبل تبعاً للمتغير التخصص (نظري/عملي)؟

أهداف البحث:

يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف التالية:

التعرف على مستوى قلق المستقبل لدي طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء.

التعرف على الفروق في قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تبعاً لمتغير النوع (طالب / طالبة).

التعرف على الفروق في قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تبعاً لمتغير التخصص (نظري–عملي).

أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث فيما يلي:

قد يعد هذا البحث إثراء للمكتبة العربية بما يقدمه من نتائج وتوصيات.

قد يعد هذا البحث نواة لباحثين آخرين لتناول هذا البحث من زوايا أخرى.

قد توجيه اهتمام المتخصص نحو الأدب النظري الذي يتناول قلق المستقبل.

قد يفيد المختصين في الإرشاد النفسي في وضع برامج للتخفيف من قلق المستقبل لدى الطلاب.

قد تفيد توصيات البحث طلاب الجامعة أنفسهم واسرهم في معرفة مستوى القلق من المستقبل لديهم وبالتالي التعامل مع قلقهم.

فروض البحث:

يتسم طلبة جامعة الملك فيصل بمستوى منخفضض في قلق المستقبل.

لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل تبعاً للمتغير النوع (ذكر/أنثى).

لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل تبعاً للمتغير التخصص (نظري/عملي).

مصطلحات البحث:

قلق المستقبل: Future Anxiety

يعرف قلق المستقبل بأنه "خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه إلى تدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس" (شقير، ٢٠٠٥).

ويعرف إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس قلق المستقبل والمستخدم في الدراسة الحالية.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولا: قلق المستقبل: يسعى الإنسان باستمرار إلى التفاعل والتواصل مع البيئة والظروف التي تحيط به بهدف التوافق معها، وكثيرًا ما ينجح الفرد في مسعاه، ولكنه يفشل أحيانًا في مواجهة تلك الظروف، وهذا الفشل يولد لديه حالة من القلق والإحباط تنعكس سلبًا على سلوكه وتعامله مع الآخرين، إن إنسان اليوم يعيش في عصر ملئ بالقلق نتيجة للصعوبات التي تواجهه من أجل الوفاء بمستلزمات الحياة اليومية من المأكل والملبس والمسكن وغيرها من الحاجات النفسية والفسيولوجية والاجتماعية، إلى جانب ذلك فإن المشاكل الأسرية والأمراض والمخاوف من تدهور الوضع المالي للأسرة، هي كلها أمور خارجة عن سيطرة الفرد وقدرته، ويصعب عليه تجاوزها أو التخطيط لمواجهتها، وهذا من شأنه أن يؤدي بالفرد إلى الشعور بالحيرة والارتباك، والعجز، والقلق، وزيادة مستوى القلق لدى الفرد هي بمثابة رد فعل لاشتداد الغموض في الحياة ومجهولية المستقبل- بل والخوف منه- وهذا الإحساس يعرف بـ قلق المستقبل.

"وزاد الاهتمام بدراسة المستقبل عقب الحرب العالمية الثانية حيث تم الاهتمام بدراسة المتغيرات النفسية المصاحبة له، والتي تتأثر بالتفكير فيه، وما يرافق ذلك من مشاعر نفسية لا تنفك عنها" (زيارة ١٩٨٦: ٢٧).

ويرى (كلينكر وكوكس) أن "ثلث أفكار الطلاب تكون عن أشياء أخرى غير الحاضر وتركز على أشياء في المستقبل، وأن التفكير بالمستقبل يتخطى أحلام الماضي، وتكرار الانشغال بالمستقبل ليس رضيًا بل هو في الواقع غريزة حتمية حقيقة، أي أن الأشخاص يبنون حياتهم استنادًا إلى

أهدافهم المستمدة من المستقبل" (عبد السلام، ٢٠١٠: ٥٣)، ويعد قلق المستقبل أحد أنواع القلق الذي يشكل خطورة في حياة الفرد؛ أنها تمثل خوفًا من مجهول ينجم عن خبرات ماضيه وحاضره أيضًا، وتجعله يشعر بعدم الأمن، ويتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار وتسبب لديه هذه الحالة شيئًا من التشاؤم واليأس الذي قد يؤدي في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي، وخطير مثل الاكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي خطير (المشيخي، ٢٠٠٩)، ويظهر قلق المستقبل من خلال الإدراك الخاطئ للأحداث المختلفة في المستقبل، وتقليل فعالية الشخص في التفاعل مع هذه الأحداث، والنظر إليها بطريقة سلبية وعدم القدرة على التكيف مع المشكلات التي يعاني منها الشخص، والتقدير المنخفض لمصادر معالجة الحدث المخيف (حسانين، ٢٠٠٠).

كما يمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحنى المعرفي على أنه إطار لمختلف العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية، فالقلق هنا يترافق بتخمينات الخطر المتعلقة بالمستقبل بناءً على ما يتوافر في الواقع من معطيات وعلى نوعية التصورات الشخصية، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين الحالات المستقبلية بكونها خطرة؛ لأنهم يملكون تصورات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر للحالات، وعن مقدرتهم المنخفضة للتعامل مع الخطر بشكل فاعل، فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز أفكارًا تلقائية سلبية عن الخطر تعكس مواضيع أو كوارث جسدية،

واجتماعية، ونفسية، تتضمن بصورة مباشرة أو غير مباشرة (سعود، ٢٠٠٥).

مفهوم قلق المستقبل: يختلف علماء النفس في تعريف القلق كعرض مستقل، "فهو شعور عام غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر، مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي، ويأتي في نوبات متكررة مثل الشعور بالفراغ في فم المعدة أو السحبة في الصدر، أو ضيق التنفس، أو الشعور بنبضات القلب، أو الصداع أو كثرة الحركة... إلخ" (عكاشة، ٢٠٠٣: ١٣٤).

ويعرفه زهران (٢٠٠٥: ١١٨) بأنه "حالة توتر شامل نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ويصاحبها شعور غامض، وأعراض نفسية جسمية، ويكون المريض وكأن لسان حالة يقول: شاعر بمصيبة قادمة".

وعرفه عبد العزيز (٢٠١٦: ٣٩) بأنه "حالة من عدم الارتياح المصحوب بتوقع الخطر، توجد في الناس على درجات، والاختلاف بينهم اختلاف درجة لا اختلافًا في النوع، وأن جذور القلق تنبع من غريزة الحفاظ على الذات أي حب البقاء، وهي غريزة جوهرية لا تستقر كالشعور بالجوع والعطش يدفع سلوك هدفه الحفاظ على النفس من الفناء".

يؤكد الكثير من علماء النفس على أن القلق شعور عام بالخيبة أو بخطر وشيك الوقوع ومصدره غير مفهوم، فهو استجابة مبالغ فيها لمواقف لا تمثل خطرا حقيقيا، وقد لا تخرج عن إطار الحياة العادية، ولكن الفرد الذي

يعاني من القلق يستجيب لها غالبا كما لو كانت تمثل خطرًا ملحًا أو موقفًا يصعب معالجته.

إن القلق كتجربة انفعالية نفسية سلوكية هي ضرورية وإيجابية في الحدود التي تكون تحت السيطرة والقدرة على التحمل، حسب قدرة كل شخص على الاحتمال والتحكم فيها، بما يدفع الشخص لأداء دوره الإيجابي على المستوى الفردي والاجتماعي، أما إذا ازداد القلق عن هذا الحد أصبح عائقًا عن أدائه لهذه الأدوار بذات الكفاءة، فإن القلق يتحول إلى تجربة انفعالية سالبة تقود الشخص إلى حالة من الاضطراب النفسي.

"ويرتبط مفهوم قلق المستقبل بمفهوم القلق بصفة عامة، كرد فعل طبيعي لخطر خارجي معروف ومحدد والقلق حالة وجدانية يستشعرها الأنا إزاء الأخطار وله مظاهره الفسيولوجية، مثل: ضيق النفس وزيادة ضربات القلب" (الحنفي، ب ت: ٤٥٧).

وقلق المستقبل هو القلق الناتج عن التفكير اللاعقلاني في المستقبل، والخوف من الأحداث السيئة المتوقع حدوثها في المستقبل (إبراهيم، ٢٠٠٦).

ويشير بارلو (Barlow) أن القلق هو تهديد سواء كان هذا التهديد معلوماً، أو غامضاً ويرتبط قلق المستقبل بالأحداث المستقبلية، ولا ينشأ عن ماضي الفرد، بل ينشأ عن خوف من المستقبل وما يحمله من أحداث تهدد وجود الفرد، أو سلامته، فالقلق ينجم من الخوف من أمور يتوقع الفرد حدوثها في المستقبل والتفكير بشأن الأحداث المستقبلية لا تشكل مشكلة إلا إذا كان

يصاحبها قلق لا يمكن السيطرة عليه ويكون عندئذ حالة مرضية مزمنة يصعب التعامل معها، ويتفق مع هذا التعريف رأيزالسكي (Zaleski) من أن قلق المستقبل حالة من الخوف من التغيرات الغير مرغوبة في المستقبل ومن شيء كارثي حقيقي يمكن أن يحدث للشخص في المستقبل، وهو خبرة انفعالية غير سارة تحدث نتيجة للاستغراق في التفكير، أو النشاط، أو التصرفات تجاه ما يتوقع حدوثه في المستقبل الأكثر بعداً مصحوباً بتوتر وضيق وفقدان الأمن والطمأنينة نحو ما يحدث في المستقبل (محي الدين، ٢٠٠٤).

يعرف الأنصاري (٢٠٠٣: ٧٨) قلق المستقبل بأنه حالة انفعالية تتسم بالخشية وترقب وقوع الأذى، وهو انفعال غير سار، وعدم راحة واستقرار، مع إحساس بالتوتر وخوف دائم لا مبرر له من الناحية الموضوعية، ويتصل غالبًا بالخوف من المستقبل والمجهول.

أما (شقير، ٢٠٠٥:٩٠) فترى أن قلق المستقبل هو "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 للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار

الوسواسية وقلق الموت واليأس". ويعرف (المحاميد، ٢٠٠٧: ٤٥) قلق المستقبل بأنه "حالة من عدم الارتياح والتوتر والشعور بالضيق والخوف من مستقبل مجهول يتعلق بالعديد من جوانب الحياة". ويعرفه (القاسم، ٢٠٠٠: ٧٨) أنه "حالة من الشعور بعدم الارتياح والاضطرابات المتعلقة بحوادث المستقبل وانشغال الفكر وترقب الشر"، ويعرفه (المشيخي، ٢٠٠٩: ٩٩) بأنه "شعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس"، ومن التعريفات السابقة يستنتج الباحثان أن قلق المستقبل هو حالة من عدم السواء يتعرض لها الأفراد بدرجات متفاوتة مصحوبة بخوف وتوتر وارتباك وعدم ارتياح نحو موضوعات حالية أو مستقبلية تؤثر على الحالة المزاجية للفرد وفي حال استمراريتها تؤدي إلى اضطرابات سلوكية أكثر عمقًا وخطورة.

أسباب قلق المستقبل: يزخر التراث النفسي بالكثير من النظريات والآراء والأبحاث حول أسباب القلق كاضطراب نفسي شائع ومؤثر، ولكنني سأكتفي بذكر الأسباب التي ذكرها بعض العلماء والباحثون في المجال النفسي والتي ترتبط بمتغير قلق المستقبل.

يرى "روجرز" أن القلق راجع إلى صراع الفرد في تحقيق الذات حيث يشير إلى أن حاجة الفرد في حفاظه على الذات الظاهرية وتأكيدها، فعندما يفشل في ذلك بسبب سوء التوافق عندها يدرك الفرد من خلال الأحاسيس الداخلية له شيئاً في الوقت الذي تنشأ من خلاله فكرته عن نفسه شيئاً

آخر، وتتباعد باستمرار فكرة الفرد عن نفسه عندما يفشل في تحقيق ذاته ويزداد توتراً، من هنا ينشأ القلق ويؤكد روجرز على أنه مظهر من مظاهر الذات (الشناوي، ١٩٩٤).

ومن أسباب القلق الضعف النفسي العام والشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي بحسب الظروف البيئية لمكانة الفرد وأهدافه (زهران، ٢٠٠٥)k أما عند سكنر فالاضطرابات النفسية عادات خاطئة تعلمها المريض وذلك ليقلل من القلق، فالقلق متعلم من بيئة الفرد وفقاً لشروط التدعيم الإيجابي والتدعيم السلبي (الخطيب، ٢٠٠٧).

ومن الأسباب التي يراها السلوكيون أن القلق يحدث نتيجة لاعتقاد الفرد أن حجم الخطر المتوقع يفوق قدرته المدركة على التعامل مع الموقف بنجاح، فيشعر المريض بأنه سوف يخسر في هذه المحاولة حتى في حالة عدم وجود دلالات موقفية محددة، فالقلق ينشأ نتيجة إساءة فهم المواقف التي يتعرض لها الفرد (المحارب، ٢٠٠٠).

بالنسبة لهارت فإن كل أشكال المرض النفسي – بما فيها القلق – سببه انهيار التكامل في الشخصية والذي يحدث نتيجة عدم تلبية الاحتياجات والرغبات (العزة، ١٩٩٩)، أما ماسلو الذي حدد سلم الحاجات الإنسانية حسب أهميتها التي تنتهي بحاجة تحقيق الذات، فذكر بأن عدم إشباع تلك الحاجات في المستويات الأربعة الأولى سيؤدي حسب رأيه إلى حدوث القلق الذي يدفع بالفرد إلى محاولة إشباعها بغية استعادة التوازن (كرميان، ٢٠٠٧: ٣٠)، كذلك اهتم علماء النفس الوجودي من أمثال ماي May

بالقلق حيث اعتقد أن "القلق هو جزء من الوجود الإنساني وهو يعبّر عن شعور غامض وخوف عام وهو إدراك لوجود خطر ما يهدد قيمة أساسية لوجوده" (كرميان، ٢٠٠٧: ٣٠)، أما جلاسر في نظريته الإرشاد بالواقع فيرى أن المشكلات النفسية تنشأ بسبب الفشل في إشباع الحاجات والمعاناة من عدم القدرة على التكيف (الخطيب، ٢٠٠٧)، ما مندوه (٢٠٠٦) فيرى أن من أهم أسباب قلق المستقبل لدى الفرد هي:

أولاً: أسباب شخصية: وتتمثل في:

١.عدم وجود القدرة الكافية للفرد للتكيف مع المشكلة التي يعاني منها.

٢.عدم وجود المعلومات الكافية لبناء الأفكار والتكهن بالمستقبل.

٣عدم القدرة على الفصل بين الأماني والتطلعات عن الواقع الذي فيه.

ثانيًا: أسباب اجتماعية: وتتمثل في:

١.التفكك الأسرى وما يحتويه من مشاكل.

٢.عدم مساعدة الفرد من قبل الوالدين أومن يقوم مقامهم على حل مشاكله.

٣.الشعور بالعزلة وعدم الانتماء للأسرة أو للمجتمع.

٤.الشعور بعدم الأمان والإحساس بالضياع.

"إن خبرات الماضي الحزينة وضغوط الحياة والطموح والتكامل نحو تحقيق الذات لإيجاد معنى خاص لوجوده في هذه الحياة، كلها تفرز حالات من الخوف والاضطراب والقلق" (العناني، ٢٠٠٠: ١٢٠)

ويرى الباحثان أن من أهم الأسباب المؤدية لقلق المستقبل أن البيئة من حوله بكل جوانبها سواء كانت اقتصادية أم اجتماعية أم صحية في حالة

تسارع مستمر، وتنامي بشكل قد يعجز عن ملاحقتها، أو قد تعجزه إرادته الحالية عن مواكبة هذا التسارع فقد الكثير من جوانب الطموح التي كان يسعى لتحقيقها، فيسبب مزيدًا من القلق النفسي والصراع الانفعالي بما يؤثر بلا شك على جوانب الأداء، كما أن بعض الطلاب لا يحسنون أساليب التفكير، ويفكرون في بعض الأحيان بطريقة خاطئة، وبالتالي يفسرون ما حولهم تفسيرًا خاطئًا، مما يجعل الطالب مهزوماً وعديم الثقة بنفسه، إضافة إلى ضغوطات الحياة ومتطلباتها من حله، وقلة خبرته في التعامل معها.

أنواع القلق: القلق الموضوعي: حينما يدرك الفرد أن مصدر القلق خارجي عن نفسه، نقول أنه يعاني قلقا موضوعيا، والقلق الموضوعي عبارة عن رد فعل الإدراك خطر خارجي أو أذى يتوقعه الشخص ويراه مقدما. ومن أمثلة ذلك قلقنا على شخص عزيز مصاب بمرض خطير، وخوف التاجر من الإفلاس، وخوف الجنود من الخنادق، هنا يكون مصدر الخطر خارجيا ويكون للخوف ما يبرره، لكنه ليس خوفا بالمعنى الدقيق، بل قلق لأنه خوف محيط لا تتاح له فرصة الانطلاق. ومخاوف صغار الأطفال من هذا النوع لأن الرضيع الخائف أو المذكور لا يستطيع أن يفعل شيئا محددا إزاء ما يخيفه، لذا كان العام الأول من حياة الطفل عاما يبدو فيه هذا القلق بشكل واضح.

القلق الخلقي أو الذاتي: "ينشأ القلق الخلقي نتيجة لإحباط دوافع الذات العليا، فالإنسان يخاف ضميره حين يهم بالقيام بعمل غير مشروع أو يخاف من انطلاق دوافعه المحظورة، الجنسية والعدوانية حين تلح في

الإشباع. لكن الإنسان لا يستطيع أن يهرب من نفسه، وهنا يثور القلق كأن القلق في هذه الحال نوع من الإنذار بالخطر بأن هناك دافعا محظورا كان في الماضي مصدر للألم والعقاب يوشك أن ينطلق وأن يتخذ طريقة إلى الإشباع" (لطفي، ٢٠٠٧: ١٢٥).

القلق العصابي: قلق داخلي المصدر لكن الفرد لا يعرف له أصلا ولا يستطيع أن يجد له مبررا موضوعيا أو سببا واضحا. فهو خوف أسبابه لا شعورية مكبوتة، ويرى فرويد أن القلق العصابي يظهر في صور **رئيسية ثلاثة:**

١. في صورة قلق عام: إن هذا النوع يمثل القلق في أدنى صورة، إذ أنه غير مرتبط بأي موضوع محدد وكل ما هناك أن الفرد يشعر من الخوف الغامض المنتشر العام غير المحدود.

٢. في صورة مخاوف مرضية: وتتضمن المخاوف المرضية إدراك بعض الموضوعات المحددة أو المواقف باعتبارها مثيرات للقلق، كالخوف مثلا عند بعض الأفراد رؤية الدم أو الحشرات ونستطيع أن نؤكد هنا أن درجة شدة الخوف لدى هؤلاء الأفراد لا تتناسب إطلاقا مع الخطر الحقيقي المتوقع من الموضوع أو الموقف المرتبط بالقلق.

٣. في صورة تهديد: وهو يظهر في صورة قلق مصاحب لأعراض المرض النفسي كالهستيريا مثلا. إن الشخص المصاب بهذه الأعراض يشعر بالقلق أحيانا خوفا من توقع حدوثها، إن هذا التوقع يجعله في حالة تهديد (لطفي، ٢٠٠٧: ١٢٦).

التأثير السلبي لقلق المستقبل: القلق المستقبل تأثير سلبي على سلوك وشخصية الفرد، وهذا بدوره يؤثر وبشكل سلبي على حياته وتطلعاته للمستقبل لتجعل منه شخصاً يعيش ليومه بأجواء من الخوف والحزن والقلق والتشاؤم لما سيأتي به المستقبل وما يخبئه المجهول. يحيا حياة تفتقر لحالات التغيير والتطور للأحسن، بل حياته تسودها الروتينية في كل شيء لا يقبل فيها التجديد خوفاً من المفاجأة التي تمثل له مواقف صعبة، وكونه لا يملك الحلول ولا الإمكانات الكافية للتعامل مع هذه التحديات حتى وإن كانت بسيطة، "وإن حدث مثل هذا الشيء تراه يلجأ لوسائل دفاعية ذاتية (الكبت، الإزاحة وغيرها) كوسائل للتقليل من شأن هذه الحالات السلبية، ونراه قد يستغل علاقاته الاجتماعية كوسيلة لتأمين مستقبله الخاص، هذا التأثير قد يمتد لشخصية الفرد ليجعل منه شخصاً متصلباً ومتعنتاً بالرأي منفعلاً لا يقبل برأي الآخرين من حوله، وحتماً يؤدى إلى حالات من الاصطدام بالأخرين بحيث لا يترك له صديق ليبقى في عزله وحزن وتشاؤم، وبهذا يكون غير قادر على تحقيق ذاته، عاجز عن البت في الأمور ومتردد في اتخاذ قراراته، معرض للانهيار العقلي والبدني" (حسانين، ٢٠٠٠: ١٩).

وقد حصر (معوض، ١٩٩٦: ١٤) و (بدر، ١٩٩٣: ٨٢) و (إبراهيم، ٢٠٠٣: ١٨) آثار قلق المستقبل السلبية على الفرد بما **يلي:**

١. استخدام الميكنزمات الدفاعية عند تعرضه للمواقف الصعبة كالنكوص، الاسقاط، التبرير، الكبت.

٢. متوتر باستمرار، ينزعج وينفعل لأبسط الأسباب، مضطرب في التفكير لا يستطيع التركيز.

٣. الشعور بالعزلة وعدم المقدرة على التغيير والتخطيط الصحيح للمستقبل ليعيش حياة بسيطة، اتكالي على الآخرين لتأمين مستقبله الخاص.

٤. يحيا حياة روتينية، كثير الانفعالات والاضطرابات فهذا يجعله ضعيف الثقة بالنفس لا يستطيع تحقيق ذاته.

٥. صلب الرأي متعنت، متشائم، عديم الثقة بالأخرين.

٦. قليل الثقة بالنفس، يفقد السيطرة بسهولة وبذلك يكون عرضة للانهيار العقلي والبدني.

٧. يعيش الشخص في حالة من الانعدام للأمان على صحته، معيشته، مكانته.

٨. يتميز بالاعتماد على غيره، والعجز، واللاعقلانية.

مظاهر قلق المستقبل: يتمثل قلق المستقبل بمجال واسع من الغموض والمجهول ومجال من وجهات نظر سلبية معبرة عن مواقف معرفية وعاطفية تسودها السلبية والتشاؤم. كما وأن حالة عدم المقدرة على التنبؤ لما سيحدث مستقبلاً وما ينتج عن ذلك من نتائج نفسية كلها تولد مواقف سلبية مليئة بمشاعر الخوف والقلق من هذا المجهول، لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر – كما يراها (الداهري ٢٠٠٥: ٣٢٧) – هي:

١. مظاهر معرفية: هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص وتفكيره وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائم من الحياة

معتقداً قرب أجله، وأن الحياة أصبحت نهايتها وشيكه، أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية أو العقلية.

٢. مظاهر سلوكية: مظاهر نابعة من أعماق الفرد تتخذ أشكالاً مختلفة تتمثل في سلوك الفرد، مثل تجنب المواقف المحرجة للشخص وكذلك المواقف المثيرة للقلق.

٣. مظاهر جسدية: ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسيولوجية مثل ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، ارتفاع ضغط الدم، إغماء، توتر عضلي، عسر الهضم، فالقلق لا يجعل الفرد يفقد اتصاله بالواقع بل يمكنه ممارسة أنشطته اليومية، وداركاً عدم منطقية تصرفاته، أما في الحالات الحادة فأن الفرد يقضي معظم وقته للتغلب على مخاوفه ولكن دون فائدة. وبالتالي يصبح عدم الوثوق بالمستقبل سمة نفسية تراود الإنسان وخصوصا الشباب، لأنهم أكثر تطلعا وتفاعلاً في الحياة فحياة الشباب تقع تحت تأثير عائقين هما البيئية والشخصية والتي قد تدفع به إلى الشعور بالاضطراب والقلق، وكل هذا يظهر نتيجة للماضي المؤلم بأحداثه والحاضر البسيط بإمكانياته المتواضعة والتي لا ترقى لتلبية الطموحات، لذلك يتكون الشعور بالقلق تجاه مستقبل الفرد.

فجميع المواقف المولدة والمثيرة للقلق يكون لها ارتباط فعال ومباشر على المستقبل والمجهول، وأن أغلب ما يثير القلق لدى الطلاب هو المستقبل، فالطالب عندما يشعر بعدم وضوح صورة المستقبل وعدم تحديد المستقبل

المهني، يتولد لديه شعور بالإحباط والقلق على ذاته ومستقبل وجوده وأن مرحلة المراهقة تكون مليئة بحالة من عدم الاستقرار وتقلبات ملحوظة في مفهوم الذات، "فنظرة الفرد إلى المستقبل لها تأثير واضح على مستوى طموحهم، فالفرد الذي له طموح عالي نحو المستقبل يعتبر بحد ذاته دافع مؤثر يدفع بالفرد إلى العمل الجاد والمثابرة والإقدام على الحياة بشكل يجعله متفائل فيها، أما الفرد الذي ينظر للحياة نظرة بؤس ويأس فتكون نظرته للمستقبل نظرة تشاؤمية وهذا ما يجعله متقاعسا هارباً من الحياة"(إبراهيم، ٢٠٠٣: ٢).

توجد علاقة ارتباط بين قلق المستقبل ومستوى طموح الشباب في تحقيق أهدافهم، "إن الشاب الطموح المتطلع إلى مستقبل زاهر يتصف بالاتزان الانفعالي والتوافق السوي فبذلك يكون أكثر دراية بذاته وله القدرة على مواجهة المواقف الصعبة والتي قد تحول دون تحقيق أهدافه المستقبلية، لذلك يكون أكثر ثقة في تحقيق ما يصبو إليه مستقبلا" (حسانين، ٢٠٠٠: ١١٧).

سمات الطلاب ذوي قلق المستقبل: يُشير (المشيخي، ٢٠٠٩: ٥٤) إلى مجموعة من السمات التي يتسم بها الطلاب ذوي قلق المستقبل والتي من أهمها **ما يلي:**

١. التركيز الشديد على أحداث الوقت الحاضر أو الهرب نحو الماضي.
٢. الانتظار السلبي لما قد يقع.
٣. الانسحاب من الأنشطة البناءة دون مخاطرة.

٤. الحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة.

٥. اتخاذ إجراءات وقائية من أجل الحفاظ على الوضع الراهن بدلاً من المخاطرة من أجل زيادة الفرص في المستقبل.

بينما يشير (زيدان، ٢٠٠٦) إلى مجموعة أخرى من تلك السمات، أهمها:

١. استخدام آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة والكبت من أجل التقليل من شأن الحالات السلبية.

٢. استغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين مستقبل الفرد الخاص.

٣. الانطواء وظهور علامات الحزن والشك والتردد.

٤. الخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل.

٥. صلابة الرأي والتعنت.

٦. ظهور الانفعالات لأدنى الأسباب.

٧. التشاؤم وذلك لأن الخائف من المستقبل لا يتوقع إلا الشر ويُهيأ له أن الأخطار محدقة به.

٨. عدم الثقة في أحد مما يؤدي إلى الاصطدام بالآخرين

وقد أشار زاليسكي إلى أن قلق المستقبل يعتمد على أهمية الكفاءة الذاتية أو الفاعلية الذاتية، حيث أنه لا يكون الشخص لديه القدرة والثقة على التحكم فيما حوله لإنجاز أهدافه الشخصية ولمواجهة الأحداث السالبة وهذا جيد لتخفيف قلق المستقبل (المشيخي، ٢٠٠٩: ٥٠)، ويتصف الأشخاص ذوو

قلق المستقبل بالعديد من السمات انبثقت من الأطر النظرية والدراسات التي تناولت قلق المستقبل، وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية، حيث أشارت دراسة خضر (١٩٩٢) إلى أن ذوي قلق المستقبل يتسمون بالاغتراب، واللامبالاة والشعور بالإحباط، واللامسؤولية، والشعور بالحرمان، وفقدان الأمل في المستقبل، ونقص الرضا عن أنفسهم وعن حياتهم، وضعف الثقة، والتشاؤم، ومشاعر النقص والدونية، كما أشارت دراسة مولين (Moline, ١٩٩٠) إلى أن سمات من لديه قلق مستقبلي تتمثل في الانسحاب من الأنشطة البناءة، والانطواء وظهور علامات الشك والحزن، وصلابة الرأي والتعنت، والتشاؤم، وعدم الثقة في الذات والآخرين (الكعيلي،٢٠٠٠).

ثانيا: الدراسات السابقة: من الدراسات التي تناولت قلق المستقبل لدى الطلاب الدراسات التالية:

دراسة أعجال (٢٠١٥) هدفت الدراسة التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى الشباب الجامعي بكلية الآداب جامعة سبها وعلى الفروق بين الشباب الجامعي بالكلية تبعًا لمتغيري النوع والمستوى الدراسي، وقد تم استخدام مقياس قلق المستقبل (الخالدي، ٢٠٠٢)، وذلك على عينة مكونة من (١٣٩) شابًا وشابة، يمثلون نسبة (٧٪) من مجتمع الدراسة الأصلي (كلية الآداب جامعة سبها) وللتحقق من فروض الدراسة استخدمت الباحثة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والتربوية SPSS لتحليل البيانات

ومعالجتها إحصائيا، ومن الوسائل الإحصائية المستخدمة الاختبار التائي لعينة واحدة، والاختبار التائي لمجموعتين مستقلتين، وقد توصلت الباحثة إلى أن مستوى الشعور بقلق المستقبل لدى الشباب الجامعي فوق الوسط في جميع مجالات مقياس قلق المستقبل (النفسية، الاقتصادية، الاجتماعية، الصحية، الأسرية) والدرجة الكلية للمقياس بدرجة دالة إحصائيًا، كما توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى الشباب الجامعي بكلية الآداب جامعة سبها تبعا لمتغير النوع (ذكر، أنثى) في مجالي مقياس قلق المستقبل (الاجتماعي والأسري)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى الشباب الجامعي تبعا لمتغير النوع (ذكر، أنثى) في مجالات مقياس قلق المستقبل (النفسي، الاقتصادي، الصحي) والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى الشباب الجامعي بكلية الآداب جامعة سبها تبعا لمتغير المستوى الدراسي (المستوى الأول والثاني، المستوى الثالث والرابع) في جميع مجالات مقياس قلق المستقبل (النفسي، الاجتماعي، الصحي، الأسري) والدرجة الكلية للمقياس ماعدا المجال (الاقتصادي) حيث كانت الفروق ذات دلالة إحصائية.

دراسة البيبي (٢٠١٦) هدفت الدراسة التعرف على قلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق في ضوء بعض المتغيرات (الجنس، الكلية، الوضع الاقتصادي، الوضع الاجتماعي) وتم استخدام مقياس قلق المستقبل من إعداد ناهد مسعود (٢٠٠٥) وتكونت عينة الدراسة من (٣٧٢) طالبًا

وطالبة منهم (٢٧١) طالبا في كلية التربية و (١٠١) طالبًا في كلية الهندسة المدنية، وأسفرت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات إجابات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس وهذه الفروق لصالح الإناث. وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات إجابات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل تعزى لمتغير الكلية وهذه الفروق لصالح الكلية التطبيقية، ووجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات إجابات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي (مرتفع، متوسط، منخفض) لصالح الطلبة ذوي الوضع الاقتصادي المرتفع بشكل عام، ووجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات إجابات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل تعزى لمتغير الوضع الاجتماعي (متزوج، غير متزوج) وهذه الفروق لصالح الطلبة غير المتزوجين.

دراسة الجاجان (٢٠١٦) هدفت الدراسة للتعرف على الفروق في قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات بجامعة دمشق، حسب متغيرات الجنس (ذكر، أنثى)، والتخصص الدراسي (علم النفس، الإرشاد النفسي، تربية حديثة)، والمستوى الاقتصادي للأسرة، والمستوى التعليمي للوالدين، والبيئة الاجتماعية لدى عينة الدراسة، وقد تم استخدام مقياس قلق المستقبل من إعداد (ناهد سعود ٢٠٠٥)، بلغ عدد أفراد العينة ككل (٣٠٠) طالبا وطالبة، وقد توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات

دالة إحصائية بين متوسط الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة في أدائهم على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس (ذكور وإناث)، وعدم وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسط الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة في أدائهم على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص الدراسي (علم النفس، والإرشاد النفسي، والتربية الحديثة)، وعدم وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسط الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة في أدائهم على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة، وعدم وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسط الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة في أدائهم على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى التعليمي للوالدين ولصالح أقل من ثانوية، ووجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسط الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة في أدائهم على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية لصالح الريف.

دراسة ماضي (٢٠١٧) هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلبة جامعة ذي قار، وسعت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين المرحلة الأولى والرابعة في مستوى القلق. واهتمت الدراسة بالكشف عن الفروق بدلالة الجنس، والتخصص. واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من ١٢٠ طالبًا وطالبة من كليتي الآداب والطب في جامعة ذي قار على المراحل الدراسية الأولى والرابعة،

وتمثلت أداة الدراسة في مقياس زينب شقير ٢٠٠٥م لقياس رأي المستجيب بوضوح في المستقبل، وجاءت نتائج الدراسة مؤكدة على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في قياس قلق المستقبل وفقا لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ولصالح الإناث أي أنهن أكثر قلقًا للمستقبل، وكلا الجنسين قلقين بشأن المصير المهني والاجتماعي إلا أن الاناث لا يمتلكن الحرية في اتخاذ القرار وتحديد المصير كالزواج أو العمل لذا أظهرن قلقًا أعلى من الذكور.

دراسة عبده (٢٠١٨) هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة قلق المستقبل وعلاقته بالاتجاه نحو العمل لدي عينة من طلاب الجامعة تكونت من (٢٠٠) طالبا من طلاب كلية العلوم والآداب ببلقرن، اشتملت أدوات الدراسة على مقياس قلق المستقبل ومقياس الاتجاه نحو العمل من أعداد الباحث، استخدمت استبانة مكونة من (٣١) فقرة موزعة على مستوى المقياس للمحور الأول: قلق المستقبل، والمحور الثاني: الاتجاه نحو العمل لدى طلاب الجامعة أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في الاتجاه نحو العمل تبعا لمتغير التخصص، والعمر، والسنة الدراسية، والمعدل التراكمي، كذلك وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل في الاتجاه نحو العمل لصالح منخفضي قلق المستقبل، اوصت الدراسة بتقديم

بعض الأساليب التربوية والنفسية التي يمكن أن تسهم في تنمية التفاؤل والحد من القلق لدى الطلاب.

دراسة الخالدي (٢٠١٨) هدفت الدراسة إلى بناء مقياس لقلق المستقبل، واستقصاء البنية العاملية للمقياس على عينة من طلبة جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية في السعودية مقدارها (٣١٢) طالباً وطالبة، حيث بني الباحث مقياساً لقلق المستقبل تكون من (٤٨) فقرة، بخمسة أبعاد فرعية، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام عدد من الإجراءات، وبينت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي نموذجاً آخر لقلق المستقبل، مكونا من ستة أبعاد و(٤٢) فقرة، وتمت المقارنة بين النموذجين النظري والإحصائي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي لتوضيح أي النموذجين هو الأفضل، وقد كشفت الدراسة أن النموذج الإحصائي المشتق من التحليل العاملي الاستكشافي هو الأفضل بناء على عدد من المؤشرات لحسن المطابقة.

دراسة فرغلي (٢٠١٩) هدفت الدراسة الكشف عن الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل، كما تناولت الدراسة خطوات إعداد المقياس من خلال التعريف الإجرائي لقلق المستقبل، وتحديد جوانب قلق المستقبل وهم الجسمي، والمعرفي، والوجداني، الاجتماعي، والاقتصادي، بالإضافة إلى تصحيح المقياس، كما عرضت الخصائص السيكومترية للمقياس، ولحساب

صدقه تم استخدام الصدق التمييزي وصدق الاتساق الداخلي، وتم حساب ثبات المقياس بطريقتين وهم طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية وجاء كل من صدق وثبات المقياس ذات درجة مرتفعة.

دراسة زغيبى (٢٠١٩) هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل، وعلاقته ببعض المتغيرات، واستخدم الباحث لتحقيق هذا الهدف المنهج الوصفي، وقد قام الباحث بإعداد مقياس للكشف عن قلق المستقبل، وتم تطبيقه على عينة الدراسة المكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة، منهم (٨٤) طالبا، و(١١٦) طالبة. وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائيا باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة كان مرتفعا، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الكلية بين الذكور والإناث، لصالح الذكور، وبين التخصصات الأدبية والعلمية، لصالح التخصص الأدبي، وبين المستويات الدراسية الدنيا والعليا، لصالح المستويات العليا، وبين فئتين عمريتين، فكانت لصالح الفئة العمرية الأكثر من ٢٠ عاما، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل بين مستويات التحصيل الدراسي، لصالح ذوي المستوى المنخفض.

دراسة السيد (٢٠١٩) هدفت الدراسة إلى التعرف على أبعاد قلق المستقبل عند طلاب جامعة الملك سعود. واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي لتحقيق هدف الدراسة. وجاءت أدوات الدراسة متمثلة في استبانة لجمع البيانات والمعلومات، وطبقت على عينة عشوائية قوامها (٣٧٥) مفردة من طلبة عمادة السنة الأولى المشتركة بجامعة الملك سعود. وخلصت الدراسة بمجموعة من النتائج منها، أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فأقل في إجابات أفراد الدراسة حول مقياس المستقبل عند طلاب جامعة الملك سعود؛ وبعديه الثاني التفكير السلبي اتجاه المستقبل؛ والثالث المظاهر الجسمية والفسيولوجية للقلق. كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) فأقل بين المسارات الدراسية (صحي/علمي/إنساني) في درجة مقياس قلق المستقبل، والبعد الثالث "المظاهر الجسمية والفسيولوجية للقلق"، لصالح المتوسطات الحسابية الأكبر وهي للمسار الدراسي العلمي مما يفيد أن طلاب المسار العلمي يزيد عندهم المظاهر الجسمية والفسيولوجية للقلق، بخلاف المسارات الدراسية الأخرى.

منهج البحث: اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي التحليلي.

مجتمع البحث وعينة البحث: تم اختيار عينة من جميع طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء بمحافظة الأحساء، خلال العام الدراسي ١٤٤٣هـ،

باعتبارهم ممثلين لمجتمع البحث، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة الطبقية لتكون ممثلة لمجتمع البحث والتي بلغت (١١٥) من طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء من طلاب وطالبات مقسمة على التخصصات النظرية والعملية، تم تطبيق الأدوات على العينة إلكترونيًا عن طريق إرسال الرابط إلى الكليات المختلفة في جامعة الملك فيصل، بلغ حجم العينة (٧٥طالبا و٤٠طالبة)

أدوات البحث: تم استخدام مقياس قلق المستقبل لـ(شقير، ٢٠٠٥) تعديل الباحثان بعد التاكد من صدق وثبات المقياس، إضافة إلى استخدام استمارة للبيانات الأولية شملت (النوع/ التخصص).

الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل:

صدق الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل (تعديل الباحثان):

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل، حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل محور وارتباطه بأبعاده كما توضح ذلك الجداول التالية:

جدول رقم (١) يوضح معاملات ارتباط بيرسون لعبارات مقياس قلق المستقبل بعبارات بُعد (الخوف من مشكلات المستقبل) وبُعد (التفكير في المستقبل) بالدرجة الكلية (ن = ٣٠)

(قلق المستقبل)				
البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد
بعد (الخوف من مشكلات المستقبل)	١	٠.٦٣٣**	٢	٠.٦٦٤**
	٣	٠.٦٤٧**	٤	٠.٧٨٨**
	٥	٠.٧١٨**	٦	٠.٦٣٢**
	٧	٠.٧٦٢**	٨	٠.٨١٤**
	٩	٠.٦١٣**	١٠	٠.٦٤٥**
بعد (التفكير في المستقبل)	١	٠.٦٦٥**	٢	٠.٦٩٩**
	٣	٠.٦٩٠**	٤	٠.٧١٦**
	٥	٠.٧٨٨**	٦	٠.٥٧٨**
	٧	٠.٦٣٢**	٨	٠.٦١٣**
	٩	٠.٧٠٤**	١٠	٠.٧٥٥**

**** دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ فأقل**

يتضح من الجدول اعلاه أن قيم معامل ارتباط كل عبارة من العبارات

مع بُعدها أو الدرجة الكلية للاستبانة موجبة، ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠١) فأقل؛ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين العبارات، ومناسبتها لقياس ما أُعدت لقياسه.

ثبات المقياس:

تم التأكد من ثبات أداة البحث من خلال استخدام معامل الثبات ألفاكرونباخ (معادلة ألفا كرونباخ) ((Cronbach's Alpha (α))، ويوضح الجدول رقم (٣-٧) قيم معاملات الثبات ألفاكرونباخ لكل محور من محاور المقياس.

جدول رقم (٢) يوضح معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس

البعد	عدد العبارات	ثبات المحور
بعد (الخوف من مشكلات المستقبل)	١٠	٠.٧٤٦٨
بعد (التفكير في المستقبل)	١٠	٠.٧٨٠٧

إجراءات البحث:

من أجل تحقيق أهداف البحث و الوصول إلى النتائج المطلوبة قام الباحثان باتباع الإجراءات الآتية:

بعد تحديد مجتمع البحث، تم اختيار عينة البحث المتمثلة من طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء من كليات التربية والآداب والعلوم التطبيقية للعام الدراسي ١٤٤٣-١٤٤٤هـ، وبعد أخذ الموافقات الرسمية من لجنة أخلاقيات البحث العلمي بالجامعة، تم تطبيق أداة البحث على العينة

الكترونياً، وبإشراف من الباحثين في تطبيق أدوات البحث وبعد إغلاق الرابط ومراجعة الاستجابات واعتماد الاستمارات التي أجاب عليها افراد العينة.

الأساليب الإحصائية:

لتحليل بيانات البحث تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

١-اختبار ت للعينة الواحدة.

٢-اختبارا ت للعينتين المستقلتين.

٣-تحليل التباين الأحادي.

عرض ومناقشة نتائج الفروض:

عرض ومناقشة نتائج **الفرض الأول: يتسم طلبة جامعة الملك فيصل بمستوى مرتفع من قلق المستقبل.**

للتعرف على السمة العامة لدرجة قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء، تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة (One Sample T-Test)، وذلك كما يتضح من خلال الجدول رقم (١)، وذلك على النحو التالي:

جدول رقم(٣) يوضح نتيجة اختبار (ت) لعينة واحدة قلق المستقبل لدى الطلبة

المتغير	ن	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
قلق المستقبل	١١٢	١٣٨,١٩	٦٠	١٢٩,٨٢	٣٨,٧٦	١١٧	,٠٢١

* مستوى الدلالة أقل من ٠٠١,

يتبين من الجدول أعلاه والذي يوضح اختبار (ت) لمعرفة درجة قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء، حيث إن قيمة (ت) بلغت (١١٧)، وهي قيمة موجبة، والقيمة الاحتمالية (,٠٢١) مما يعني أن درجة قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تتسم بالارتفاع.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة زغيبى (٢٠١٩)، والتي تناولت قلق المستقبل لدى طلبة الكلية الجامعية وعلاقته ببعض المتغيرات، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المستقبل لدى افراد العينة كان مرتفعًا، بينما لم يتفق البحث الحالي مع دراسة أعجال (٢٠١٥)، والتي تناولت قلق المستقبل لدى الشباب الجامعي في ضوء بعض المتغيرات، وأسفرت نتائجها عن أن مستوى الشعور بقلق المستقبل لدى الشباب الجامعي فوق الوسط في جميع مجالات مقياس قلق المستقبل، وأسفرت النتائج عن وجود مستوى متوسط

من قلق المستقبل لدى طلبة التكوين المهني وهذا في الدرجة الكلية لقلق المستقبل، وفي الأبعاد؛ البعد المهني، والأكاديمي، الاجتماعي والنفسي، أما في البعد الاقتصادي فقد كان مستوى القلق فيه منخفضًا، كما خالفت هذه النتيجة دراسة المشاط (٢٠١٢)، التي تناولت العلاقة بين السمات الشخصية وقلق المستقبل لدي طالبات مرحلة الدبلوم بكلية التربية، وأظهرت انخفاض مستوى قلق المستقبل لدى الطالبات.

ويفسر الباحثان ارتفاع قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء بالصعوبات التي يفكر الطلاب في حتمية مواجهتها بعد التخرج من أجل الوفاء بمستلزمات الحياة اليومية من المأكل والملبس والمسكن وغيرها من الحاجات النفسية والفسيولوجية والاجتماعية، وعدم وجود القدرة الكافية للفرد للتكيف مع المشكلات المستقبلية الجديدة التي سيعاني منها في حالة وقوعها، وعدم وجود المعلومات الكافية لبناء الأفكار والتكهن بالمستقبل، وعدم القدرة على الفصل بين الأماني الممتدة والواقع المعاش، وكذلك استخدام أساليب التفكير الخاطئة التي تؤدى إلى تفسيرات خاطئة تجعل الفرد عرضة لكثير من المشاكل، والأفكار والاعتقادات الخاطئة التي من شأنها زيادة مستوى قلق المستقبل لديه.

الفرض الثاني: لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل تبعاً للمتغير النوع (ذكر/أنثى).

وللتعرف على إذا ما كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية توجد فروق بين متوسطات درجات قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تعزى لمتغير النوع (ذكر وأنثى)، تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test)، وذلك كما يتضح من خلال الجدول التالي.

جدول رقم(٤) يوضح نتيجة اختبار (ت) لعينتين مستقلتين للفروق في درجات قلق المستقبل تعزى لمتغير النوع

	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
قلق المستقبل	ذكر	٨٤	١٨١,٤٥	١٩,٩٠	-١,٣٦٥	١١٣	٠,١٨٩
	أنثى	٣١	١٣١,٥٦	١٣,٨٤			

يوضح الجدول جدول رقم (٤- ٤) نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة ويستنتج الباحث منه أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تعزى لمتغير (النوع) حيث جاءت قيمة (ت) (-١,٣٦٥) وهي قيمة إحصائية بمستوى دلالة (٠,١٨٩) وهي غير دالة إحصائياً.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة عبده (٢٠١٨)، التي جاءت بعنوان: قلق المستقبل وعلاقته بالاتجاه نحو العمل لدى طلاب الجامعة، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في القلق والاتجاه نحو العمل تبعا لمتغير النوع، واختلفت مع

دراسة أعجال (٢٠١٥)، التي جاءت بعنوان: قلق المستقبل لدى الشباب الجامعي في ضوء بعض المتغيرات، حيث توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى الشباب الجامعي بكلية الآداب جامعة سبها تبعا لمتغير النوع (ذكر، أنثى) لصالح الذكور.

ويفسر الباحثان هذه النتيجة وهي عدم وجود فروق دالة بين الطلاب والطالبات في جامعة الملك فيصل بالأحساء ترجع إلى النوع أن على المستويين نجد أن لكل منهما أسباب تدفعانه للقلق، فالطلاب الذكور لديهم قلق تجاه الالتحاق بوظيفة في المستقبل أو إكمال دراساته العليا، ومدى كفاية دخله لحياته الأسرية فيما بعد، وبالنسبة للطالبات الإناث نجد أن من أسباب القلق لديهم هو الحياة الأسرية ومدى استقرارها، وواجبها نحو أبنائها وتعليمهم، هذا بالإضافة إلى إمكانية الحصول على وظيفة مستقبلية تؤمن لها حياتها وتوفر لها سبل العيش.

الفرض الثالث: لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل تبعاً للمتغير التخصص (نظري/عملي)؟

وللتعرف على إذا ما كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في توجد فروق بين متوسطات درجات قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تعزى لمتغير التخصص (نظري/عملي) قام الباحث بتطبيق تحليل التباين الأحادي، والجدول التالي يبيّن نتائج هذا الإجراء:

جدول رقم(٥) يوضح نتيجة تحليل التباين الأحادي لمعرفة دلالة الفروق في قلق المستقبل التي تعزى لمتغير (التخصص)

	مصدر التباين	مجموع المربعات	د ح	متوسط المربعات	النسبة الفائية	قيمة احتمالية
قلق المستقبل	بين المجموعات	٧٨,٨٩	٤	٣٣,٦٧	١,٨٩١	٠,١٢١
	داخل المجموعات	٧١,٨٢	١١١	٤٥,٠٢		
	الكلي	١٥٠,٧١	١١٥	٧٨,٦٩		

يوضح الجدول جدول رقم (٤- ٥) نتائج اختبار تحليل التباين آحادي الاتجاه ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تعزى لمتغير (التخصص)، حيث جاءت قيمة (ف) (١,٨٩١) بقيمة إحصائية (٠,١٢١) أكبر من (٠.٠٥) غير دالة إحصائياً.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة عبده (٢٠١٨)، والتي جاءت بعنوان: قلق المستقبل وعلاقته بالاتجاه نحو العمل لدى طلاب الجامعة، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في قلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص (نظري وعملي)، ويفسر الباحثان هذه النتيجة وهي عدم وجود فروق دالة بين طلاب جامعة الملك فيصل بالأحساء في قلق المستقبل ترجع إلى التخصص (عملي أو نظري) إلى أن أسباب القلق ومبرراته واحدة لا تختلف من قسم إلى آخر

ومن كلية إلى أخرى، فالحصول على وظيفة وبناء أسرة مستقرة، وتعليم الأبناء آمال لجميع الطلاب باختلاف تخصصاتهم، كذلك يرى الباحثان ان البيئة التي يدرس بها الطلبة بمختلف تخصصاتهم النظرية والتطبيقية لها تأثير على النواحي النفسية لديهم.

الخاتمة:

تناول البحث قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالأحساء وبعد إجراء الدراسة الميدانية وتطبيق أدوات البحث، تم التوصل إلى النتائج التالية:

١. درجة قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تتسم بالارتفاع.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الملك فيصل بمحافظة الأحساء تعزى لمتغير (النوع).
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في قلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص (نظري وعملي)،

توصيات البحث:

وفي ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج هذه أهم التوصيات:

١. توعية طالب جامعة الملك فيصل بضرورة النظرة المتفائلة للمستقبل لخلق الدافع للإنجاز والتميز.
٢. تفعيل خدمات الإرشاد الأكاديمي لما له من دور كبير في توجيه الطلبة التوجيه السليم والمحافظة على الاتزان الانفعالي والبعد عن القلق بجميع انواعه.

المراجع:

- إبراهيم، إسماعيل إبراهيم (٢٠٠٦)، فاعلية الإرشاد العقلاني في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم الفني. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أسيوط.
- إبراهيم، عبد الستار (٢٠٠٣): العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث، الطبعة الأولى، القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.
- البدارن، السجاد عبد السادة (٢٠١١)، قلق المستقبل لدى طلبة الدراسة الإعدادية في مركز محافظة البصرة، آداب، البصرة، (٥٦)، ٣٣١ – ٣٥٦.
- أعجال، فتحية سالم (٢٠١٥)، قلق المستقبل لدى الشباب الجامعي في ضوء بعض المتغيرات، مجلة جامعة سبها للعلوم الإنسانية، جامعة سبها، ليبيا
- الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٣)، الفروق بين طلبة وطالبات جامعة الكويت في القلق والاكتئاب، جامعة عين شمس، مجلد المؤتمر الدولي العاشر لمركز الإرشاد النفسي
- بدر، إسماعيل إبراهيم محمد (١٩٩٣): مدى فاعلية فنية التخيل في تخفيف القلق لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية. العدد ٦.

- البيبي، روان محمد علي (٢٠١٦)، قلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق في ضوء بعض المتغيرات، جامعة البعث، سوريا.
- الجاجان، ياسر (٢٠١٦)، دراسة الفروق في قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات، جامعة البعث، سوريا.
- حسانين، أحمد (٢٠٠٠) قلق المستقبل وقلق الامتحان في علاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي. رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة المنيا.
- حنتول، أحمد موسى محمد (٢٠١٢)، فاعلية برامج ارشادي نفسي مقترح لتخفيف قلق المستقبل واثارة على دافعية الانجاز ومستوى الطموح لدى طلبة كلية المجتمع بجامعة جازان، كلية التربية للعلوم الاجتماعية، رسالة دكتوراه جامعة الامام محمد بن سعود الإسلامية، السعودية.
- الحنفي، عبد المنعم (ب ت). المعجم الموسوعي للتحليل النفسي. القاهرة: مكتبة مدبولي.
- الخالدي، هاني سليمان أحمد (٢٠١٨)، البنية العاملية لمقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة: دراسة استكشافية توكيدية مقارنة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
- الخطيب، صالح (٢٠٠٧). الإرشاد النفسي في المدرسة أسسه ونظرياته وتطبيقاته. العين. دار الكتاب الجامعي.

- الداهري، صالح حسن (٢٠٠٥): مبادئ الصحة النفسية، ط١، الأردن، دار وائل للنشر ٢٠٠٥.
- زغيبى، محمد أحمد (٢٠١٩)، قلق المستقبل لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل وعلاقته ببعض المتغيرات: دراسة ميدانية من وجهة نظر طلاب وطالبات جامعة تبوك.
- زهران، حامد (٢٠٠٥). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة. عالم الكتب.
- زيارة، معن (١٩٨٦)، الموسوعة الفلسفية العربية، المجلد الأول، معهد الإنماء المصري.
- زيدان، سها عبد الله (٢٠٠٦م): هواجس المستقبل عند الشباب، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.
- سعود، ناهد شريف (٢٠٠٥). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة دمشق، كلية التربية.
- السيد، وائل السيد حامد (٢٠١٩)، مركز البحوث والدراسات الإندونيسية، جامعة قناة السويس، مصر.
- شقير، زينب محمود (٢٠٠٥): قياس قلق المستقبل، القاهرة: الانجلو المصرية.
- الشناوي، محمد (١٩٩٤). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. القاهرة: دار غريب.

- عبد العزيز، ابتسام عبد القادر (٢٠١٦)، قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية الرياضية بالعريش، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة.
- عبده، أشرف علي السيد (٢٠١٨)، قلق المستقبل وعلاقته بالاتجاه نحو العمل لدى طلاب الجامعة، كلية التربية بقنا، جامعة جنوب الوادي، مصر.
- عبد السلام، سامي (٢٠١٠)، فاعلية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى عينة من المراهقين، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية جامعة بنها، مصر.
- العزة، سعيد وعبد الهادي، جودت (١٩٩٩). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. عمان. مكتبة دار الثقافة.
- العناني، حنان عبد الحميد (٢٠٠٠)، الصحة النفسية، الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر.
- عكاشة، أحمد (٢٠٠٣): الطب النفسي المعاصر، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- العكيلي، جبار وادي باهض (٢٠٠٠): "قلق المستقبل وعلاقته بدافع العمل"، أطروحة دكتوراه غير. منشورة، الجامعة المستنصرية.
- فرغلي، سوسن عيد عطية (٢٠١٩)، الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة.

- القاسم، جمال مثقال (٢٠٠٠): الاضطرابات السلوكية، ط١، الاردن: دار الوفاق.
- كرميان، صلاح (٢٠٠٧). "دراسة سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة وقتية من الجالية العراقية في استراليا". رسالة دكتوراه. الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.
- لطفي، سامية (٢٠٠٧) الصحة النفسية والمدرسية للطفل، الإسكندرية: مركز الكتاب.
- محي الدين، محمود (٢٠٠٤)، قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية. دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان. المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- المحارب، ناصر (٢٠٠٠). المرشد في العلاج الاستعرافي السلوكي. الرياض. دار الزهراء.
- ماضي، عبدالباري مايح (٢٠١٧)، قلق المستقبل لدى طلبة جامعة ذي قار، كلية الآداب، جامعة ذي قار.
- المشيخي، غالب (٢٠٠٩): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

- معوض، محمد عبد التواب (١٩٩٦): أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة القاهرة.
- مندوه، محمود (٢٠٠٦)، قلق المستقبل وعلاقته ببعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، جامعة عين شمس، العدد ١٦.

المراجع الأجنبية:

- Joarder (2011). Adolescents aspiration and their parental relations. National library of , enlisted journal,medicine
- Margoribanks , K. (2014). Ability and personality correlates of young adults attitudes and aspirations. Psychological reports ,
- Mohammad Ahmed Hammad(2023)Future Anxiety and its Relationship to Students' Attitude toward Academic Specialization Najran University
- Raffaelli et al.(2005): Future expectations of Brazilian street youth. Journal of Adolescence.