Journal home page: http://journals.lagh-univ.dz/index.php/ssj
ASJP: https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/305

مجلة العلوم الاجتماعية
المجلد 17 / العـدد 01 / مارس 2023 / ص ص 35 - 49

# قلق المستقبل وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة

# Future anxiety and its relationship to mental health among a sample of Bouira University students

**بوجمعة حريزي**
جامعة البويرة (الجزائر) ، heriziboudj@hotmail.com

تاريخ الاستلام: 2021/10/22 تاريخ القبول: 2023/03/11 تاريخ النشر: 2023/03/31

**ملخص:**
هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، واختيرت عينة عشوائية مكونة من (50) طالبا وطالبة، واستخدمت في الدراسة أداتين هما: مقياس قلق المستقبل، ومقياس الصحة النفسية.
وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة البويرة مرتفع، وأن مستوى الصحة النفسية لديهم متوسط، وأن العلاقة الارتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين قلق المستقبل والصحة النفسية لديهم.
**كلمات مفتاحية:** قلق المستقبل، الصحة النفسية، طلبة الجامعة.

**ABSTRACT:**
This study aimed to identify the relationship between future anxiety and mental health among a sample of Bouira University students, and in order to achieve this objective, the study was using the relational descriptive approach, and the sample was chosen randomly, and it consisted of (50) male and female students, and two tools were used in the study: The Future Anxiety Scale, and the Mental Health Scale.
The results of the study showed that the level of future anxiety among a sample of Bouira University students is high, and that their level of mental health is average, and that the correlation positive and statistically significant between future anxiety and their mental health.
**Keywords:** Future anxiety, mental health, University students.

## 1- مقدمة:

تعتبر الجامعة من أهم بيئات التفاعل الاجتماعي للطلبة، حيث تقوم بدور أساسي في تشكيل شخصيتهم وتحديد مستقبلهم. فالجامعة هي إحدى المؤسسات الاجتماعية المعززة للأنماط السلوكية المقبولة اجتماعيا، والتي تشجعهم على اكتساب القيم والاتجاهات النفسية الإيجابية التي يحرص عليها المجتمع، وتنمي لديهم الأفكار والمبادئ والحقائق العلمية، كما أنها تعدهم لتحمل مسؤولياتهم الحياتية في المستقبل، إلا أن حياة الطلبة الجامعيين تعترضها العديد من المشاكل والصعوبات الناتجة عن كثرة الأحداث الضاغطة وقلة الفرص المتاحة، والتي قد تدفعهم إلى الشعور باليأس والقلق على مستقبلهم وحياهم.

فالطلبة الجامعيون يعيشون في عصر كثير التغيرات والتعقيدات في مختلف مجالات الحياة، والتي في كثير من الأحيان لا يستطيعون مسايرتها والتكيف معها، مما يؤثر سلبا على كافة جوانب حياتهم؛ وما يرافق ذلك من اضطرابات نفسية وسلوكية ناتجة عن ضغوط هذه الحياة، فمع تقدم الحياة الحديثة وتطورها السريع أصبح يواجه الطلبة العديد من المواقف الضاغطة

- المؤلف المرسل: بوجمعة حريزي

doi: 10.34118/ssj.v17i1.3173
http://journals.lagh-univ.dz/index.php/ssj/article/view/3173
ISSN: 1112 - 6752 | رقم الإيداع القانوني: 66 - 2006 | EISSN: 2602 - 6090

التي قد تهدد مستقبلهم، وتزيد من قلقهم تجاه ما يكتنف مستقبلهم من غموض، وما يتوقعونه من أحداث سيئة ومحبطة، والتي قد لا يستطيعون مواجهتها.

إن قلق المستقبل يشكل تهديدا لصحة الطلبة الجامعيين وسلوكهم، فقد يكون هذا القلق ذا درجة مرتفعة فيؤدي إلى اختلال في توازنهم وتوافقهم النفسي، مما يكون له تأثير بالغ على الناحية النفسية لديهم، وما يتبع ذلك من تأثيرات سلبية على صحتهم النفسية، كقلة تركيز الانتباه وتدني الدافعة للإنجاز. لذلك ترتبط الصحة النفسية للأفراد بشكل كبير بالضغوط النفسية التي يواجهونها في مواقف وأوقات مختلفة، والتي تشكل جزء من حياتهم، مما يتطلب منهم توافقاً نفسيا مع ذواتهم ومع البيئة التي يعيشون فيها. إلا أن تزايد هذه الضغوط النفسية على الأفراد وخاصة على طلبة الجامعة تجعلهم يشعرون بالإحباط والتوتر والقلق على المستقبل.

**2- إشكالية الدراسة:**

مما لا شك فيه أن المستقبل من الأمور التي تشغل تفكير الطلبة الجامعيين، حيث يشعرون بالقلق والخوف مما يخبئه لهم، كما يشعرون بالتشاؤم، وضعف الثقة بالنفس، وتقلص الطموحات لديهم، نتيجة ظروف البلد الاقتصادية والاجتماعية المزرية، وتقلص فرص العمل المتاحة، وانتشار البطالة والفقر على نطاق واسع. كما ينجم عن هذه الظروف بكل سلبياتها وقوع الطلبة الجامعيين فريسة للاضطرابات النفسية، والتي تكشف عن خلل في الصحة النفسية لديهم، مما يجعلهم عرضة لصراعات نفسية كبيرة، قد تظهر تأثيراتها السلبية على مستوى الإنجاز العلمي والتحصيل الأكاديمي والتفوق الدراسي، أو على المستوى المهني والوظيفي والطموح المستقبلي، مما يؤدي الى ظهور سلوكيات مرفوضة اجتماعيا لديهم، وهذا ينعكس سلباً على شخصياتهم، فتصبح غير سوية وغير مستقرة نفسيا واجتماعيا ودراسيا، فيقل نموها النفسي السليم وأداؤها الدراسي المطلوب، فتصبح غير محققة لذواتها ولا تتمتع بالحد الأدنى من متطلبات الصحة النفسية السليمة.

وفي هذا الصدد أوضحت نتائج دراسة سعود (2005) إلى أن قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة مرتفع، ويشكل ظاهرة واضحة لمجتمع مليء بالمتغيرات، ومشحون بعوامل مثيرة مجهولة المصدر تؤدي تفاعلاتها الاقتصادية والاجتماعية والصحية والبيئية وغيرها إلى نتائج تنعكس على سلوكيات الأفراد وإنجازاتهم العلمية وطموحاتهم المستقبلية، حيث أن هذه الظاهرة تمس وجود الفرد والمجتمع، وبالتالي أصبح عدم الوثوق بالمستقبل سمة نفسية تعصف بالعنصر البشري وخصوصا شريحة الشباب. كما أن نتائج دراسة العلمي(2003) أكدت بأن الصحة النفسية للطالب الجامعي ركيزة أساسية في الإنتاج والإنجاز وتحقيق الطموح في الحياة، وأن أي إعاقة أو ضغوط حياتية يتعرض لها الطالب أثناء حياته الجامعية ستترك آثارها السلبية على صحته النفسية والجسمية بصورة مباشرة وغير مباشرة، وبالتالي ستؤثر على نجاحه وتقدمه في حياته الدراسية. وتأتي الدراسة الحالية لتسلط الضوء على العلاقة بين قلق المستقبل والصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، لما لهم من دور في بناء مستقبلهم ومستقبل بلدهم، وفي ضوء ما سبق يمكن طرح التساؤلات التالية:

1. ما مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة البويرة؟
2. ما مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة؟

**3- فرضيات الدراسة:**

1. مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة البويرة مرتفع.
2. مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة متوسط.

3. توجد علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيا بين قلق المستقبل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة.

**4- أهداف الدراسة:**

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

1. التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة البويرة.
2. التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة.
3. التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين قلق المستقبل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة.

**5- مفاهيم ومصطلحات الدراسة:**

**5-1- قلق المستقبل:**

نقصد بقلق المستقبل في الدراسة الحالية: "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 الايجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفع 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، و الأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس". شقير (2005، ص.5)

ويعرف قلق المستقبل إجرائيا بأنه: الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال إجاباتهم على بنود مقياس قلق المستقبل المستخدم في هذه الدراسة.

**5-2- الصحة النفسية:**

نقصد بالصحة النفسية في الدراسة الحالية: "حالة دائمة نسبياً يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً وشخصياً وانفعالياً واجتماعياً مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته الى أقصى حد ممكن، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوياً، ويكون سلوكه عادياً، بحيث يعيش بسلام ". (الزبيدي والهزاع، 1997، ص.17).

وتعرف إجرائيا بأنها: الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال إجاباتهم على بنود مقياس الصحة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

**5-3- طلبة الجامعة:**

يقصد بطلبة الجامعة في هذه الدراسة عينة من طلاب وطالبات الماستر علم النفس العيادي الذين يزاولون دراستهم بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة البويرة خلال السنة الجامعية 2021/2020.

**6- الدراسات السابقة:**

قسمت الدراسات السابقة إلى محورين رئيسين هما كمايلي: -دراسات تناولت قلق المستقبل. -دراسات تناولت الصحة النفسية.

أولا: دراسات تناولت قلق المستقبل:

دراسة يحي (2019): هدفت الدراسة الحالية إلى الإعداد والتحقق من فاعلية برنامج قائم على الإرشاد النفسي الديني في التخفيف من قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة. وللإجابة على تساؤلات الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي والمنهج التجريبي ذو تصميم المجموعة الواحدة بقياسين قبلي وبعدي. وتكونت عينة الدراسة من (30) طالبا وطالبة من طلبة جامعة محمد

بوضياف بالمسيلة. ولجمع المعلومات تم استخدام مقياس قلق المستقبل لـ: غالب المشيخي (2009) وبرنامج إرشادي نفسي ديني (إعداد الباحثة). وقد تم استخدام الأدوات الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، مجالات التقييم، اختبار (ت) للفروق، معادلة كوهين لاستخراج حجم الأثر (Cohen's d) وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: -يعاني أفراد عينة الدراسة من مستوى متوسط من قلق المستقبل. -للبرنامج الإرشادي النفسي الديني فاعلية كبيرة في التخفيف من قلق المستقبل وأبعاده لدى طلبة الجامعة. -لا توجد فروقا دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل وأبعاده لدى أفراد عينة الدراسة في القياس البعدي تعزى لمتغير الجنس. -لا توجد فروقا دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل وأبعاده لدى أفراد عينة الدراسة في القياس البعدي تعزى لمتغير السن.

دراسة سعدي وشريبه (2017): هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة تشرين، بالإضافة إلى ذلك هدفت هذه الدراسة إلى معرفة فيما إذا كان هناك اختلاف بين الطلبة في قلق المستقبل ومدى شعورهم بمصادر الضغوط النفسية وفقاً لمتغير الجنس. وقد تكونت عينة البحث من(188) طالباً وطالبة (95 ذكور، 93 إناث). ولتحقيق أهداف الدراسة تم إعداد مقياس لقلق المستقبل مكون من (28) بنداً موزعاً في أربعة أبعاد وهي: القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية، القلق المتعلق بالصحة والموت، القلق المتعلق بالتفكير في المستقبل، القلق المتعلق بمشكلات الأزمة السورية. وتَم أيضاً إعداد مقياس لمصادر الضغوط النفسية مكون من (60) بنداً، موزعاً في سبعة أبعاد وهي: الضغوط الأسرية، والضغوط الدراسية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الشخصية، والضغوط الأمنية، والضغوط الاجتماعية، وضغوط البيئة التعليمية. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين قلق المستقبل والضغوط النفسية لدى طلبة جامعة تشرين. لم تظهر النتائج فروقاً دالة إحصائيا ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكور والإناث في قلق المستقبل، بينما أظهرت النتائج وجود فروقاً دالة إحصائيا ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكور والإناث في الشعور بالضغوط النفسية لصالح الطلبة الذكور.

دراسة غزالي (2016): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى كل من قلق المستقبل وصورة الجسم لدى طالبات معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة حسيبة بن بوعلي الشلف، وكذا العلاقة الموجودة بين قلق المستقبل وصورة الجسم. حيث تّم استعمال مقياس قلق المستقبل للسبعاوي (2007) ويحتوي على خمسة مجالات تضم (48) فقرة، ومقياس صورة الجسم الذي أعّد صورته العربية محمد حسن علاوي ويحتوي على (15) صفة. وقد تكونت عينة الدراسة من (70) طالبة من معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة حسيبة بن بوعلي الشلف. وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: طالبات معهد التربية البدنية والرياضية يتمتعن بمستوى مرتفع من قلق المستقبل. -يتمتعن بمستوى مرتفع لصورة أجسامهن. -وجود علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل وصورة الجسم لدى طالبات معهد التربية البدنية والرياضية.

دراسة الطخيس (2014): يهدف البحث إلى معرفة فعالية برنامج إرشادي واقعي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، والكشف عن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في مستوى قلق المستقبل بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، وقد استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي باعتباره مناسبا للمتغيرات في البحث، وتضمن ذلك مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة وإجراء القياسات القبلية والبعدية لقلق المستقبل. وتكونت عينة البحث من (20) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية ممن حصلوا على درجات متدنية في مستوى قلق المستقبل في مدينة الدوادمي، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين: (المجموعة الضابطة وتكونت من "10" طلاب) (والمجموعة التجريبية وتكونت من "10" طلاب)، وتم تطبيق مقياس قلق المستقبل من إعداد المشيخي (2009) إضافة إلى برنامج إرشادي من إعداد الباحث، والذي تألف من (8) جلسات إرشادية على مدى أربعة أسابيع، مدة الجلسة (45-60) دقيقة. وأسفرت نتائج البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية

والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية، وإن البرنامج الإرشادي له فعالية في خفض قلق المستقبل، وأوصى الباحث بضرورة أن يكون هناك تكثيف وتطوير للبرامج الإرشادية المتعلقة بخفض قلق المستقبل مع مراحل عمرية مختلفة، وبأساليب ارشادية مختلفة أيضا.

دراسة المومني ونعيم (2013): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل، وقد تم إعداد استبانة للكشف عن قلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة البالغة (439) طالباً وطالبة، منهم (207) طلاب، و(232) طالبة. أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة كان مرتفعا، حيث جاء المجال الاقتصادي في المرتبة الأولى وبدرجة مرتفعة، في حين جاء المجال الأسري في المرتبة الأخيرة وبدرجة مرتفعة أيضاً. -عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى إلى اختلاف متغيرات التخصص، أو المستوى الدراسي. -ووجود فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى لاختلاف الجنس لصالح الذكور. -وأكدت النتائج أيضاً وجود فروق دالة إحصائياً في المجالين الاجتماعي والاقتصادي تعزى للجنس. -وجود فروق في مجال العمل تعزى للتخصص، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في جميع المجالات تعزى للمستوى الدراسي. -وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى للتفاعلات الثنائية والثلاثية بين المتغيرات.

دراسة الشمري (2012): هدف البحث الحالي الى الكشف عن قلق المستقبل لدى تدريسي الجامعة، والتعرف على الضغوط النفسية التي يتعرض لها تدريسي الجامعة. وتحدد البحث الحالي على تدريسي الجامعة للعام الدراسي (2011-2010). وتحقيقا لأهداف البحث الحالي قامت الباحثة ببناء مقياس لقلق المستقبل لتدريسي الجامعة، وتبني مقياس الضغوط النفسية المعد من قبل الشيبي (2005) قامت بتطبيقه عمى عينة بلغت (400) تدريسي وتدريسية (أستاذ وأستاذة)، وقد توصل البحث الحالي الى النتائج الاتية: -أن تدريسي الجامعة ليس لديهم قلق من المستقبل. -أن تدريسي الجامعة يتعرضون الى ضغوط نفسية مختلفة. -لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التدريسين والتدريسيات. -وجود علاقة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية.

دراسة السبعاوي(2008): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية بشكل عام، كما هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين متغير قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية ومتغيري الجنس (طلاب وطالبات) والتخصص الدراسي (علمي وإنساني)، أما عينة الدراسة فقط تكونت من (578) طالبا وطالبة، يمثلون نسبة (15.27%) تقريبا من مجتمع البحث الأصلي، واستخرجت الباحثة صدق أداة البحث عن طريق الصدق الظاهري والصدق الذاتي واستخرج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي وطريقة إعادة الاختبار على عينة من الطلبة بلغت (50) طالبا وطالبة، وكان معامل الثبات لأداة البحث (0.938). واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة في تحليل البيانات ومعالجتها إحصائيا، منها معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لعينة واحدة، ومعامل ارتباط بوينت بسيريل، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: -وجود فروق ذات دلالة إحصائيا بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري لمقياس قلق المستقبل، وهذا يعني أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة بشكل عام منخفض. -كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير الجنس ولصالح الإناث. -لا توجد علاقة ارتباطيه دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير التخصص الدراسي.

ثانيا: دراسات تناولت الصحة النفسية:

دراسة خليفي (2018): هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصحة النفسية والضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بالجزائر، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الصحة النفسية الذي أعده "سيد عبد الحميد مرسي"، ومقياس الضغوط النفسية الذي أعده "عبد الحق لبوازدة"، وبعد التحقق من الخواص السيكومترية لهذه المقاييس في الدراسة

الاستطلاعية تم تطبيقها على عينة قوامها (200) طالبا وطالبة، والتي تم سحبها عشوائيا من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة "مولود معمري" بتيزي وزو، ولقد تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي لملاءمته لطبيعة الموضوع.

أظهرت نتائج الدراسة: -وجود علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائيا بين أبعاد إيجابيات الصحة النفسية (علاقات شخصية وطيدة، مهارات اجتماعية، مشاركة اجتماعية، عمل مشبع وترويح، قيم ومبادئ وأهداف) وأبعاد الضغوط النفسية (الدراسية، الاقتصادية، الأسرية، الشخصية، الاجتماعية، الانفعالية) لدى طلبة الجامعة بالجزائر. -وجود علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائيا بين أبعاد سلبيات الصحة النفسية (سلوك غير ناضج، عدم الاستقرار الانفعالي، الشعور بعدم التكافؤ، معوقات بدنية، مظاهر عصبية) وأبعاد الضغوط النفسية (الدراسية، الاقتصادية، الأسرية، الشخصية، الاجتماعية، الانفعالية) لدى طلبة الجامعة بالجزائر.

دراسة بن ناصر وحريزي (2017): هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصحة النفسية لأساتذة التعليم المتوسط وأدائهم الوظيفي ببعض متوسطات مدينة المسيلة بالجزائر للموسم الدراسي 2016/2015، لغرض تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتم اختيار عينة عشوائية تقدر بـ (176) أستاذا وأستاذة بنسبة 20.04 % منهم (92) أستاذا و(84 أستاذة)، كما تم استخدام أداتين هما مقياس الصحة النفسية للزبيدي والهزاع (1997)، واستبيان الأداء الوظيفي لمحمد سليمان البلوي (2008). وقد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي: -مستوى الصحة النفسية لعينة الدراسة مرتفع. -مستوى الأداء الوظيفي لعينة الدراسة مرتفع. -توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين متغيري الدراسة.

منصوري وآخرون (2017): هدفت الدراسة الحالية الى التعرف على مستويات الصحة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج والولوج الى الحياة العملية، ولتحقيق ذلك استخدم الباحثون المنهج الوصفي المنهج الوصفي التحليلي على عينة من 50 طالبا وطالبة مقبلين على التخرج (سنة ثانية ماستر جميع التخصصات) اختبروا بطريقة عشوائية من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، وطبق عليهم مقياسين هما: مقياس الصحة النفسية للزبيدي والهزاع (1997)، ومقياس قلق المستقبل لشقير(2005)، وتوصلت النتائج إلى أنه توجد علاقة عكسية بين الصحة النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج.

دراسة السعايدة والخطيب (2017): هدفت الدراسة الحالية للتعرف إلى أساليب الحياة لدى عينة من طلبة جامعة جدارا وعلاقتها بمستوى الصحة النفسية لديهم. تكونت عينة الدراسة من (203) طلاب، منهم (123) ذكراً و(80) إناث. اختيروا بالطريقة المتاحة (المتيسرة) قد استخدم مقياس اساليب الحياة الذي أعده موليتس وكيرن وكيورليت، وقام السخانبة (2010) بتعريبه، ومقياس الصحة النفسية الذي أعده غولدبيرغ وويليام، وقامت الشهوان (2002) بتعريبه. وأظهرت نتائج هذه الدراسة أن أكثر أساليب الحياة شيوعا بين الطلبة الباحثين عن الاستحسان، في حين كان أقلها انتشاراً الأسلوب المنتمي. وكانت العلاقة بين بعد الوظائف الاجتماعية دالة مع أسلوب الحياة المنتمي، في حين أن باقي الارتباطات لبعد الوظائف الاجتماعية واساليب الحياة لم تكن ذات دلالة إحصائية. أما بعد التحرر من القلق فقد ارتبط مع اسلوب الحياة المتحكم بعلاقة طردية دالة إحصائيا، وباقي أساليب الحياة لم تكن ارتباطاتها مع التحرر من القلق ذات دلالة إحصائية، وارتبط بعد الصحة النفسية جسمية مع أسلوب الحياة المتحكم بعلاقة طردية دالة إحصائيا، أما باقي أساليب الحياة فلم تكن ارتباطاتها مع بعد الصحة النفسية جسمية ذات دلالة إحصائية.

دراسة صولي (2014): هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين المناخ المدرسي والصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط والثانوي، وذلك من خلال معرفة واقع كل من المناخ المدرسي والصحة النفسية بكل من متوسطات وثانويات

مدينة ورقلة، كما تسعى إلى معرفة الفروق في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس (ذكر-أنثى)، المنطقة الجغرافية (منطقة حضرية-منطقة ريفية)، والمرحلة التعليمة (رابعة متوسط-ثالثة ثانوي). وتم تطبيق هذه الدراسة على عينة مقدرة بـ (978) تلميذ وتلميذة من مدينة ورقلة وذلك خلال السنة الدراسية، 2012-2013، حيث اعتمدت الباحثة في ذلك على استبيانين: الأول خاص بالمناخ المدرسي وهو من إعداد الباحثة، أما الاستبيان الثاني فهو خاص بالصحة النفسية من إعداد مروان عبد الله دياب (2006) وبعد إجراء الدراسة تم الوصول إلى النتائج التالية: -أن مستوى الصحة النفسية في مدارس التعليم المتوسط والثانوي مرتفع. -وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناخ المدرسي والصحة النفسية. -عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الصحة النفسية. -وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير المنطقة الجغرافية لصالح تلاميذ الريف. -وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير المرحمة التعليمية لصالح تلاميذ السنة ثالثة ثانوي.

دراسة فقيه (2007): يحاول هذا البحث تسليط الضوء على واقع الصحة النفسية للطالب الجامعي، وتوضيح أهمية الصحة النفسية في الحياة الجامعية، من خلال إعداد الطالب السليم نفسياً ذي الشخصية المتكاملة، يقبل على تحمل المسؤولية ويعطي للمجتمع بقدر ما يأخذ مستغلاً طاقاته وقدراته بما يتناسب مع شخصه. أظهرت النتائج ما يأتي: -فيما يخص متغير الجنس، كانت الفروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في البعد العيادي المتعلق بالاكتئاب والغضب والتوتر لصالح الذكور، في حين كان البعد العيادي الخاص بالقلق لصالح طالبات العلوم الإنسانية. -أما فيما يخص متغير السنة الدراسية، بينت النتائج أن الفروق دالة إحصائياً بين السنة الأولى والسنة الرابعة في البعد العيادي المتعلق بعدم الكفاية والتوتر لصالح طلبة السنة الجامعية الأولى، أي أن طلبة السنة الأولى أقل كفاية وأكثر توتراً من طلبة السنة الرابعة. -أما فيما يخص متغير التخصص الدراسي، فقد بينت النتائج أن الفروق دالة إحصائياً بين طلبة العلوم الإنسانية وطلبة العلوم التقنية في البعد العيادي المتعلق بعدم الكفاية والاكتئاب لصالح طلبة العلوم الإنسانية، في حين كان البعد العيادي الخاص بالحساسية لصالح طلبة العلوم التقنية.

**7- منهج الدراسة:**

من أجل تحقيق أهداف الدراسة، تم استخدم المنهج الوصفي الارتباطي؛ الذي يوفر بيانات ومعلومات تساعد بشكل كبير في وصف الظاهرة المدروسة، ويتضمن تفسيراً لهذه البيانات، مما يساعد على فهم الظاهرة واستخلاص دلالاتها.

**8- مجتمع وعينة الدراسة:**

يتمثل مجتمع الدراسة في طلبة السنة أولى والسنة ثانية ماستر علم النفس العيادي بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة البويرة والبالغ عددهم (139) طالبا وطالبة منهم (82) أولى ماستر، و(57) ثانية ماستر، وتم اختيار عينة عشوائية طبقية حجمها (50) طالبا وطالبة، أي بنسبة حوالي (36%) من مجتمع الدراسة، منها (30) طالبا وطالبة من أولى ماستر، أي بنسبة(21.58%)، و(20) طالبا وطالبة من ثانية ماستر، أي بنسبة(14.30%).

**9- أدوات الدراسة:**

**9-1- مقياس قلق المستقبل:**

تم استخدام مقياس قلق المستقبل من إعداد الخالدي (2002)، حيث أن المقياس يتكون من(48) بند. تم تعيين نمط الإجابة على كل فقرة بحسب أسلوب ليكرت ذي البدائل الثلاثة، ومن أجل الحصول على الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل تم تحديد أمام كل فقرة ثلاث بدائل هي: نعم، أحيانا، لا، وأعطيت الدرجات لكل بديل من البدائل الثلاثة على النحو الآتي:

- الفقرات الإيجابية (3-2-1)

- الفقرات السلبية (1-2-3)

يتكون المقياس (48) فقرة منها (15) فقرة إيجابية و(33) سلبية. أما أعلى درجة للمقياس (144) وأدنى درجة هي (48).

وتم تحديد ثلاث مستويات لقلق المستقبل هي المستوى المنخفض والمستوى المتوسط والمستوى المرتفع، ويمكن تحديد كل مستوى كمايلي:

- المستوى المنخفض لقلق المستقبل متوسطه الحسابي محصور بين 1 و1.66.
- المستوى المتوسط لقلق المستقبل متوسطه الحسابي محصور بين 1.67 و2.33.
- المستوى المرتفع لقلق المستقبل متوسطه الحسابي محصور بين 2.34 و3.

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق البناء (صدق الاتساق الداخلي) وذلك بإيجاد العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وتبين أن الفقرات في مجملها دالة إحصائيا عند مستوى 0.01 و0.05 باستثناء بعض الفقرات القليلة. فالاحتكام إلى الاتساق الداخلي يقضي بحذف الفقرات غير الدالة إحصائيا، وهذا الإجراء خطير للغاية بحيث يؤثر تأثيرا سلبيا كبيرا على الصدق، ولا سيما إذا كان محتوى الفقرات المحذوفة ملتحما دلاليا بالبعد أو السمة المقاسة، فهذه الطريقة قد تضر بصدق الأداة ولا تخدمه لأنها تحرمه من فقرات أو مكونات ذات دلالة نظرية جوهرية للسمة التي يقيسها المقياس (تيغزة، 2017، ص ص.9-10). ويتبين مما سبق ذكره أن فقرات المقياس صادقة في قياس ما وضعت من أجله. والجدول التالي يوضح ذلك.

**جدول 1. معاملات ارتباط درجات الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل**

| الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 0.675** | 13 | 0.253 | 25 | 0.594** | 37 | 0.405** |
| 2 | 0.656** | 14 | 0.079 | 26 | 0.027 | 38 | 0.622** |
| 3 | 0.404* | 15 | 0.550** | 27 | 0.460** | 39 | 0.069- |
| 4 | 0.618** | 16 | 0.212 | 28 | 0.345** | 40 | 0.736** |
| 5 | 0.755** | 17 | 0.354* | 29 | 0.476** | 41 | 0.614** |
| 6 | 0.495** | 18 | 0.060- | 30 | 0.098 | 42 | 0.522** |
| 7 | 0.096- | 19 | 0.067- | 31 | 0.634** | 43 | 0.679** |
| 8 | 0.371** | 20 | 0.285** | 32 | 0.516** | 44 | 0.032 |
| 9 | 0.288* | 21 | 0.332** | 33 | 0.538** | 45 | 0.501** |
| 10 | 0.768** | 22 | 0.433** | 34 | 0.701** | 46 | 0.788** |
| 11 | 0.210 | 23 | 0.557** | 35 | 0.513** | 47 | 0.678** |
| 12 | 0.503** | 24 | 0.376** | 36 | 0.715** | 48 | 0.663** |

ثبات المقياس: تم استخدم معامل (ألفا-كرونباخ) للاتساق الداخلي، ويشير ذلك إلى تجانس المقياس، وبلغ معامل ثبات (ألفا-كرونباخ) للمقياس (0.903)، أي أن المقياس الحالي يتمتع بثبات عالي.

**2-9- مقياس الصحة النفسية:**

تم استخدام مقياس الصحة النفسية من إعداد الزبيدي والهزاع (1997)، ويتكون المقياس من (24) فقرة موزعة. تم تعيين نمط الإجابة على كل فقرة بحسب أسلوب ليكرت ذي البدائل الثلاثة، ومن أجل الحصول على الدرجة الكلية لمقياس قلق

المستقبل تم تحديد أمام كل فقرة ثلاث بدائل هي: نعم، أحيانا، لا، وأعطيت الدرجات لكل بديل من البدائل الثلاثة على النحو الآتي:

- الفقرات الإيجابية (3-2-1)
- الفقرات السلبية (1-2-3)

يتكون المقياس (24) فقرة منها (14) فقرة إيجابية و(10) سلبية. أما أعلى درجة للمقياس (72) وأدنى درجة هي (24)، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (48) درجة.

تم تحديد ثلاث مستويات للصحة النفسية هي المستوى المنخفض والمستوى المتوسط والمستوى المرتفع، ويمكن تحديد كل مستوى كمايلي:

- المستوى المنخفض للصحة النفسية متوسطه الحسابي محصور بين 1 و1.66.
- المستوى المتوسط للصحة النفسية متوسطه الحسابي محصور بين 1.67 و2.33.
- المستوى المرتفع للصحة النفسية متوسطه الحسابي أكبر محصور بين 2.34 و3.

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق البناء (صدق الاتساق الداخلي) وذلك بإيجاد العلاقة بين كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، حيث تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، وتبين أن الفقرات في مجملها دالة إحصائيا عند مستوى 0.01 و0.05. ويتبين أن فقرات المقياس صادقة في قياس ما وضعت من أجله. والجدول التالي يوضح ذلك.

**جدول 2. معاملات ارتباط درجات الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية**

| الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط | الفقرة | الارتباط |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 0220- | 7 | 0.376** | 13 | 0.377** | 19 | 0.170 |
| 2 | 0.332* | 8 | 0.464** | 14 | 0.336** | 20 | 0.384** |
| 3 | 0.205 | 9 | 0.413** | 15 | 0.505** | 21 | 0.553** |
| 4 | 0.520** | 10 | 0.044- | 16 | 0.354* | 22 | 0.664** |
| 5 | 0.529** | 11 | 0.517** | 17 | 0.352* | 23 | 0.665** |
| 6 | 0.415** | 12 | 0.388** | 18 | 0.319* | 24 | 0554** |

ثبات المقياس: تم استخدم معامل (ألفا-كرونباخ) للاتساق الداخلي، ويشير ذلك إلى تجانس المقياس، وبلغ معامل ثبات ألفا-كرونباخ للمقياس (0.713)، أي أن المقياس الحالي يتمتع بثبات مقبول.

**10- عرض وتحليل وتفسير النتائج:**

**10-1- عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الأولى:**

"مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة البويرة مرتفع".

للتحقق من الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة، وتحديد مستوى قلق المستقبل وفقا للمعيار المعتمد للحكم على الاستجابة المقابلة لقيم المتوسطات الحسابية، والجدول التالي يوضح ذلك.

**جدول 3. يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمستويات لاستجابات عينة الدراسة في مقياس قلق المستقبل**

| الرقم | الفقرة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المستوى |
|---|---|---|---|---|
| 1 | يراودني أمل في تحقيق أهدافي في الحياة. | 2.88 | 0.328 | مرتفع |
| 2 | أشعر أن فرص السعادة ستتضاءل في المستقبل. | 2.40 | 0.700 | مرتفع |
| 3 | أشعر أن حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة. | 2.56 | 0.577 | مرتفع |
| 4 | خوفي من المستقبل يضعف دوافعي نحو الدراسة. | 2.68 | 0.551 | مرتفع |
| 5 | أشعر أنني سيئ الحظ الآن وسيكون حظي أسوأ في المستقبل. | 2.52 | 0.580 | مرتفع |
| 6 | أخشى أن تتكرر مشكلاتي الماضية في المستقبل. | 2.32 | 0.683 | متوسط |
| 7 | أشعر بالثقة بأي قرار أتخذه بشأن مستقبلي. | 2.60 | 0.495 | مرتفع |
| 8 | ينتابني الإحساس بالأمل حين أفكر في مستقبلي. | 2.76 | 0.517 | مرتفع |
| 9 | ينتابني الأرق ليلاً كلما تأملت في المستقبل. | 2.28 | 0.607 | متوسط |
| 10 | يتملكني الشعور بالإحباط، إذ أن المستقبل الذي ينتظرني غير واضح | 2.24 | 0.716 | متوسط |
| 11 | أتوقع أن حياتي في المستقبل ستصبح باعثة على التعاسة والشقاء. | 2.48 | 0.707 | مرتفع |
| 12 | أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل. | 2.48 | 0.646 | مرتفع |
| 13 | أتوقع أن أسعار المواد تزداد زيادة عالية في الأيام المقبلة. | 1.84 | 0.738 | متوسط |
| 14 | يراودني أمل في الحصول على فرصة لإكمال دراستي العالية مستقبلاً. | 2.56 | 0.644 | مرتفع |
| 15 | أرى أن التخطيط لعمل ما مضيعة للوقت. | 2.60 | 0.700 | مرتفع |
| 16 | أرى أن دراستي نوعاً من العبث وغير مجدية للمستقبل. | 2.36 | 0.802 | مرتفع |
| 17 | أتوقع أن أجد صعوبات ترهقني مستقبلاً للحصول على دخل يسد حاجاتي المعاشية. | 2.08 | 0.695 | متوسط |
| 18 | يتيح لي عملي في أن أكون عضواً نافعاً في المستقبل. | 2.64 | 0.631 | مرتفع |
| 19 | أشعر أن الدراسة مصدر ضمان اقتصادي للغد. | 2.64 | 0.749 | مرتفع |
| 20 | أرى أن القيم الأخلاقية ترتقي يوماً بعد آخر. | 2.28 | 0.834 | متوسط |
| 21 | أرى أن الهجرة إلى الخارج ستكون الحل الأخير لما أعانيه من مشكلات. | 2.28 | 0.834 | متوسط |
| 22 | أخشى أن لا أوفق في حياتي الزوجية مستقبلاً. | 2.40 | 0.639 | مرتفع |
| 23 | عندي أمل أن أتكيف مع الجو الجامعي. | 2.52 | 0.646 | مرتفع |
| 24 | دراستي في الجامعة تقلل من فرص حصولي على زواج مناسب. | 2.64 | 0.631 | مرتفع |
| 25 | أثق بقدرتي على حل أية مشكلة اجتماعية تواجهني. | 2.52 | 0.646 | مرتفع |
| 26 | أرى أنني سأواكب سرعة تغيير بعض مفردات الحياة. | 2.24 | 0.657 | متوسط |
| 27 | لدي أصدقاء وصديقات أعتمد عليهم وقت الحاجة. | 2.16 | 0.842 | متوسط |
| 28 | أخشى أن تجبرني ظروفي على التعامل مع أفراد لا أنسجم معهم. | 1.76 | 0.591 | متوسط |
| 29 | أخشى أن تكون علاقات الآخرين معي نفعية. | 1.92 | 0.752 | متوسط |
| 30 | أخشى من العدوان الخارجي على بلدي. | 1.92 | 0.752 | متوسط |
| 31 | أرى أن العلاقات الاجتماعية غير صادقة كلما تقدم العمر بي. | 2.24 | 0.716 | متوسط |
| 32 | أخشى استمرار تدهور العلاقات الاجتماعية والإنسانية بين الأفراد في المستقبل. | 1.92 | 0.752 | متوسط |
| 33 | أخاف على نفسي من غدر الذين من حولي. | 1.88 | 0.773 | متوسط |
| 34 | عند مراجعتي للطبيب يؤكد أن ما أعانيه من آلام راجع إلى أسباب نفسية. | 2.48 | 0.707 | مرتفع |
| 35 | أخشى من انتشار الأوبئة والأمراض بشكل أوسع مستقبلاً نتيجة التلوث. | 1.84 | 0.842 | متوسط |
| 36 | أعاني من جفاف الفم عندما أفكر بمستقبلي. | 2.56 | 0.577 | مرتفع |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 37 | أخشى من الإصابة بعاهات بدنية. | 2.24 | 0.716 | متوسط |
| 38 | ألاحظ أن يدي ترتعش عندما أقوم بعمل ما. | 2.44 | 0.577 | مرتفع |
| 39 | أعرق كثيراً وبسهولة حتى أيام البرد. | 2.24 | 0.657 | متوسط |
| 40 | أشعر أن قلبي يدق بشدة وصدري ضاغط عليه. | 2.32 | 0.683 | متوسط |
| 41 | أتوقع استمرار الظروف الضاغطة الحالية مما يؤدي إلى تدهور صحتي. | 2.20 | 0.639 | متوسط |
| 42 | تحصل عندي آلام في المعدة كلما تأملت مستقبلي. | 2.52 | 0.707 | مرتفع |
| 43 | يقلقني تدخل الأهل في تقرير مصيري. | 2.28 | 0.671 | متوسط |
| 44 | أخشى أن أفقد أحد أفراد أسرتي. | 1.36 | 0.631 | منخفض |
| 45 | أرى أن دوري في الأسرة سيزداد قوة. | 2.68 | 0.471 | مرتفع |
| 46 | أتوقع أن تحصل لي خلافات أسرية مستقبلاً. | 2.40 | 0.700 | مرتفع |
| 47 | يتملكني شعوراً بالاطمئنان على مستقبل أسرتي. | 2.60 | 0.571 | مرتفع |
| 48 | أشعر بالاطمئنان على أفراد أسرتي على الرغم من انتشار الظواهر السلوكية غير السليمة. | 2.60 | 0.571 | مرتفع |
| المقياس ككل | | 2.34 | 0.303 | مرتفع |

تشير النتائج الواردة في الجدول (03) إلى أن المتوسطات الحسابية لفقرات قلق المستقبل تراوحت بين (1.36-2.88)، حيث جاءت (26) فقرة بمستوى مرتفع، وبمتوسطات حسابية تراوحت بين (2.36-2.88)، تلتها(21) فقرة بمستوى متوسط، وبمتوسطات حسابية تراوحت بين (1.76-2.32)، وجاءت في النهاية فقرة واحدة رقم44 بمستوى منخفض، وبمتوسط حسابي بلغ (1.36)، وبلغ المتوسط الحسابي لمقياس قلق المستقبل ككل (2.34) بانحراف معياري بلغ (0.303)، وهذا يشير إلى أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة كان مرتفعا، مما يدل على تحقق الفرضية.

يمكن تفسير هذه النتيجة التي مفادها أن مستوى قلق المستقبل مرتفع لدى عينة من طلبة جامعة البويرة انطلاقاً من طبيعة الحياة التي تتطلب التفكير وانشغال البال في مختلف جوانبها، وما يرتبط بها من طموحات وتطلعات وآمال التي يسعى الطلبة إلى تحقيقها، وفي ضوء اصطدام هذه الآمال والطموحات بالواقع المرير الذي قد يقف عائقاً أمام تحقيق هذه الطموحات والآمال، فإن ذلك قد يكون سبباً في إحداث حالة من القلق والتوتر لدى الفرد. كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما يواجهه معظم الطلبة من ضغوط اقتصادية ناتجة عن عدم توفر فرص العمل بعد إنهاء فترة الدراسة، والتزايد في ارتفاع تكاليف المعيشة، وارتفاع الأسعار بصورة دائمة، فإن ذلك يؤدي إلى القلق على المستقبل. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة المومني ونعيم (2013) والتي أشارت إلى أن مستوى قلق المستقبل كان مرتفعا لدى طلبة كليات المجتمع، ودراسة غزالي (2015) التي توصلت إلى ان طالبات معهد التربية البدنية والرياضية يتمتعن بمستوى مرتفع من قلق المستقبل، وتختلف مع دراسة كاظم والشمري (2012) التي أظهرت أن تدريسي الجامعة ليس لديهم قلق من المستقبل، ودراسة دراسة يحي (2019) التي أشارت أن معاناة أفراد عينة الدراسة من مستوى متوسط من قلق المستقبل.

**10-2- عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الثانية:**

ونصها "مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة متوسط".

للتحقق من الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة، وتحديد مستوى الصحة النفسية وفقا للمعيار المعتمد للحكم على الاستجابة المقابلة لقيم المتوسطات الحسابية، والجدول التالي يوضح ذلك.

**جدول 4. المتوسطات الحسابية والانحر افات المعيارية والمستويات لاستجابات عينة الدراسة في مقياس الصحة النفسية**

| الرقم | الفقرة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المستوى |
|---|---|---|---|---|
| 1 | أنفق كثيرا من المال لشراء الملابس. | 2.04 | 0.669 | متوسط |
| 2 | أنا دقيق وملتزم في كل مجالات حياتي. | 2.48 | 0.580 | مرتفع |
| 3 | أجد نفسي أراجع الأعمال التي قمت بها مرارًا دون سبب. | 2.04 | 0.727 | متوسط |
| 4 | من طبيعتي ألا أنفعل كثيرا. | 2.16 | 0.618 | متوسط |
| 5 | أشعر بعدم استطاعتي على إشباع حاجاتي الجسمية. | 2.36 | 0.693 | مرتفع |
| 6 | أحافظ دائما على سلامة جسمي. | 2.44 | 0.644 | مرتفع |
| 7 | أستسلم لقدر الموت. | 2.28 | 0.834 | متوسط |
| 8 | أؤدي الفرائض الدينية. | 2.80 | 0.495 | مرتفع |
| 9 | أجد نفسي مشغول البال خوفا من الإصابة بمرض لا يرجى شفاؤه. | 2.44 | 0.577 | مرتفع |
| 10 | أعتقد أن النظافة مهمة جدا بحيث تأتي بعد مخافة الله من حيث الأهمية. | 2.68 | 0.683 | مرتفع |
| 11 | أتردد دائما في اتخاذ قرار. | 1.96 | 0.605 | متوسط |
| 12 | أشعر بأن الحياة سعيدة. | 2.44 | 0.577 | مرتفع |
| 13 | أستمتع كثيرا عندما أكون مركز اهتمام الآخرين. | 2.40 | 0.639 | مرتفع |
| 14 | أتعامل بصدق مع الآخرين. | 2.68 | 0.621 | مرتفع |
| 15 | أحلم أحيانا أحلاما مزعجة تضايقني بعد النهوض من النوم. | 2.00 | 0.571 | متوسط |
| 16 | لا أخاف الأماكن العالية والمغلقة. | 2.00 | 0.857 | متوسط |
| 17 | أحس بفقدان الرغبة الجنسية. | 2.32 | 0.741 | متوسط |
| 18 | سعادتي كبيرة لكوني خالي من العيوب. | 1.92 | 0.695 | متوسط |
| 19 | أذكر الله كثيرا في أوقات الشدة فقط. | 1.68 | 0.844 | متوسط |
| 20 | أتمسك بالقيم الدينية. | 2.72 | 0.536 | مرتفع |
| 21 | أشعر بالتعب والإرهاق دون سبب. | 1.96 | 0.605 | متوسط |
| 22 | أشعر بالغثيان أو سوء الهضم. | 2.32 | 0.621 | متوسط |
| 23 | أجد نفسي في توافق مع المواقف الحياتية المختلفة. | 2.60 | 0.495 | مرتفع |
| 24 | أعتقد أن قدراتي ساعدتني على حل المشكلات التي واجهتني. | 2.64 | 0.485 | مرتفع |
| | المقياس ككل | 2.30 | 0.303 | متوسط |

تشير النتائج الواردة في الجدول (04) إلى أن المتوسطات الحسابية لفقرات الصحة النفسية تراوحت بين (1.68-2.80)، حيث جاءت (12) فقرة بمستوى مرتفع، وبمتوسطات حسابية تراوحت بين (2.36-2.80)، تلتها(12) فقرة بمستوى متوسط، وبمتوسطات حسابية تراوحت بين (1.68-2.32)، وبلغ المتوسط الحسابي لمقياس الصحة النفسية ككل (2.30) بانحراف معياري بلغ (0.303)، وهذا يشير إلى أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة كان متوسطا، مما يدل على تحقق الفرضية.

يمكن تفسير هذه النتيجة التي مفادها أن مستوى الصحة النفسية متوسط لدى عينة من طلبة جامعة البويرة انطلاقاً من طبيعة الحياة التي تتطلب التفكير وانشغال البال في مختلف جوانبها، وحالة القلق والتوتر لدى الطالب. كما يمكن تفسير هذه النتيجة إلى الضغوط النفسية والاقتصادية التي يعاني منها الطلبة نتيجة عدم توفر فرص العمل بعد إنهاء فترة الدراسة، والتزايد في ارتفاع تكاليف المعيشة، وارتفاع الأسعار بصورة دائمة، فإن ذلك يؤدي إلى القلق على المستقبل مما يؤثر على الصحة النفسية للطالب، وتختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة صولي (2014) التي توصلت إلى أن مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم

المتوسط والثانوي مرتفع، ودراسة بن ناصر وحريزي (2017) التي أشارت إلى أن مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التعليم المتوسط مرتفع.

**10-3- عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:**

"توجد علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيا بين قلق المستقبل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة".

للتحقق من الفرضية تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، والجدول التالي يوضح ذلك.

**جدول 5. معامل ارتباط بيرسون بين قلق المستقبل والصحة النفسية**

| المتغيرات | حجم العينة | قيمة معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|
| قلق المستقبل + الصحة النفسية | 50 | 0.505 | 0.01 |

تشير النتائج الواردة في الجدول (05) إلى أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بلغت (0.505)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين قلق المستقبل والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة، أي أنه كلما زاد مستوى قلق المستقبل زاد مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة البويرة، وهذا يشير إلى عدم تحقق الفرضية.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن قلق المستقبل لا يؤثر بدرجة كبيرة على الصحة النفسية عند أغلب الطلبة، لأن إيمانهم بالله يعطيهم القوة والصبر على تحمل الظروف الصعبة، كما أن إيمانهم بالقضاء والقدر من أركان الإيمان للمسلمين، وهم يعتقدون أن ما أصابهم لم يكن ليخطئهم وما أخطأهم لم يكن ليصيبهم، فالقلق والتوتر وغيره من الضغوط النفسية والإصابات الجسدية هم مأجورون عليها، لذلك يكون مستوى الصحة النفسية لديهم متوسطا. واتفقت الدراسة الحالية مع كل من دراسة صولي (2014) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناخ المدرسي والصحة النفسية، ودراسة السعايدة والخطيب(2017) التي أظهرت أن بعد التحرر من القلق ارتبط مع اسلوب الحياة المتحكم بعلاقة طردية دالة إحصائيا، وارتبط بعد الصحة النفسية جسمية مع أسلوب الحياة المتحكم بعلاقة طردية دالة إحصائيا، ودراسة بن ناصر وحريزي (2017) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الصحة النفسية والأداء الوظيفي لأساتذة التعليم المتوسط، واختلفت الدراسة الحالية مع كل من دراسة منصوري وآخرون (2017) التي توصلت إلى أنه توجد علاقة عكسية بين الصحة النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج، ودراسة خليفي (2018) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائيا بين أبعاد إيجابيات الصحة النفسية (علاقات شخصية وطيدة، مهارات اجتماعية، مشاركة اجتماعية، عمل مشبع وترويح، قيم ومبادئ وأهداف) وأبعاد الضغوط النفسية (الدراسية، الاقتصادية، الأسرية، الشخصية، الاجتماعية، الانفعالية) لدى طلبة الجامعة بالجزائر.

**11- الخاتمة:**

يمكن القول في الختام أن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الماستر علم النفس العيادي بجامعة البويرة مرتفع، حيث كشفت النتائج تحقق الفرضية الأولى للدراسة، وأن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الماستر علم النفس العيادي بجامعة البويرة متوسط، مما يشير إلى تحقق الفرضية الثانية للدراسة، كما تم التوصل من خلال نتائج التحليل الإحصائي إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين قلق المستقبل والصحة النفسية لدى طلبة الماستر علم النفس العيادي بجامعة البويرة، حيث لم تحقق الفرضية الثالثة للدراسة. ويمكن القول في الأخير أن طلبة الماستر الذين يعانون من قلق مستقبل مرتفع يجدون في أنفسهم القدرة على السيطرة على انفعالاتهم وتوتراتهم وقلقهم، ويقيمون أحداث الحياة الضاغطة أو المهددة بصورة إيجابية،

وينظرون لها كعوامل نمو وتحدي أكثر منها عوامل إحباط وقلق، مما يجعل مستوى الصحة النفسية لديهم مقبولا، ويعود ذلك إلى طبيعة المرحلة العمرية للطالب الجامعي والذي يتصف فيها بالنشاط والحيوية والنضج، كما يعود إلى تمسكه بدينه وعقيدته وقيمه الخلقية، وذلك ما قد يمكنه من التعامل بمرونة وإيجابية مع قلق المستقبل، وسمح له بالتمتع بمستوى مقبول من الصحة النفسية السليمة.

**- قائمة المراجع:**


بن ناصر، فرحات، وحريزي، بوجمعة. (2017، ديسمبر). الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى أساتذة التعليم المتوسط دراسة ميدانية ببعض متوسطات مدينة المسيلة. دراسات نفسية وتربوية، مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، (19)، 146-160.

تيغزة، امحمد. (2017). توجهات حديثة في تقدير صدق وثبات درجات أدوات القياس :تحليل نظري تقويمي وتطبيقي. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 4(1)، 7-29.

الخالدي، أمل إبراهيم حسون. (2002). أثر برنامج إرشادي في تأكيد الذات وخفض قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية للبنات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.

خليفي، نادية. (2018، مارس). الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري تيزي وزو. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، (8)، 39-67.

الزبيدي، كامل علوان، والهزاع، سناء مجول. (1997). بناء مقياس للصحة النفسية لطلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، (22)، 56-78.

السبعاوي، فضيلة عرفات محمد. (2008). قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي. مجلة التربية والعلم. جامعة الموصل. 15(2)، 250-277.

السعايدة، خولة عبد الكريم، والخطيب، محمد إبراهيم. (2017، تشرين أول). أساليب الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 6(19)، 64-74.

سعدي، ريما، وشربيه، بشرى. (2017). قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية لدى عَينة من طلبة جامعة تشرين. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية_ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، 39(4)، 15-28.

سعود، ناهد شريف. (2005). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة دمشق، سوريا.

شقير، زينب. (2005). مقياس قلق المستقبل. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

الشمري، بشرى كاظم سلمان. (2012). قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية التي يتعرض لها تدريسي الجامعة. مجلة البحوث التربوية والنفسية، (35)، 189-219.

صولي، إيمان. (2014). المناخ المدرسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ التعميم المتوسط والثانوي. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.

الطخيس، إبراهيم سعد على. (2014). فعالية برنامج إرشادي واقعي في خفض قلق المستقبل لدى المرحلة الثانوية طلاب. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية

العلمي، دلال سعد الدين. (2003). التوتر والضغط النفسي والاكتئاب ومهارات التكيف لدى طلبة الجامعات الفلسطينية والجامعات الأردنية. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا.

غزالي، عبد القادر. (2016، جانفي). قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم لدى طالبات معهد التربية البدنية والرياضية. الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، قسم العلوم الاجتماعية. (15)، 90-97.

فقيه، العيد. (2007) الصحة النفسية للطالب الجامعي دراسة ميدانية لواقع الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة -جامعة تلمسان-الجزائر. مجلة جامعة دمشق، 23(2)، 273-298.

منصوري، نبيل، وناس، عبد الله، وعلوان، رفيق. (2017). الصحة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج دراسة ميدانية على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية-البويرة. مجلة المنظومة الرياضية، 4(1)، 133-155.

المومني، محمد أحمد، ونعيم، مازن محمود. (2013). قلق المســتقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضــوء بعض المتغيرات. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 9(2)، 173-185.

يحي، أحلام. (2019). فاعلية برنامج قائم على الإرشــاد النفســي الديني في التخفيف من قلق المســتقبل لدى طلبة جامعة محمد بوضــياف. المســيلة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، الجزائر.