International Journal of Innovation and Scientific Research
ISSN 2351-8014 Vol. 3 No. 2 Jun. 2014, pp. 134-167
© 2014 Innovative Space of Scientific Research Journals
http://www.ijisr.issr-journals.org/

قلق المستقبل وعلاقته بدرجة التّوافق مع الحياة الجامعيّة لدى عيّنة من طالبات جامعة الطّائف بفرع تربة

[Future Anxiety And Its Relation With Adjustment Of University In A Sample Of Al-Taif University Students, Turbah's Branch]

Samia Bint Mohammed Bin Hawqan Alboqami

سامية بنت محمد بن حوقان البقمي

Educational postgraduate Program
King Abdulaziz University
Jeddah - Kingdom of Saudi Arabia

برنامج الدّراسات العليا التّربويَّة
جامعة الملك عبد العزيز
جدَّة – المملكة العربيَّة السّعوديّة

إشراف

Dr. Khadija Ahmed Alsaid Bekhait

أ/د. خديجة أحمد السيد بخيت

Professor
College of Education

أستاذ
كلية التربية

Dr. Khadija Mohammed Ameen Khouja

د. خديجة محمد أمين خوجه

Associate Professor
King Abdulaziz University

أستاذ مشارك
جامعة الملك عبدالعزيز

Dr. Mesoon Naem Mejahid Ouda

د. ميسون نعيم مجاهد عودة

Assistant Professor
King Abdulaziz University

أستاذ مساعد
جامعة الملك عبدالعزيز

مشروع بحثيّ مقدّم لنيل درجة الماجستير في قسم علم النّفس التّربوي / التّوجيه والإرشاد التّربوي

الفصل الدّراسي الثّاني
رجب 1435ه- مايو2014م

Corresponding Author: Samia Bint Mohammed Bin Hawqan Alboqami (smooooo99@gmail.com)

ABSTRACT: The purpose of the present study is twofold (a) to investigate sort of relation between future anxiety and its relation with adjustment of university in a sample of Al-Taif university students, Turbah's branch, (b) to examine differences in female-students' scores shown by Future anxiety scale & Adjustment of University scale in view of SPECIALIZATION FIELD (literary or scientific section) VARIANT as well as GRADE (grade 1, grade 2 or grade 3 & etc) VARIANT. Thus, the researcher utilized the correlative descriptive and the Causal Comparative methodology. Current research applied Zainab M. Shuqair Future Anxiety Scale (2005) & Baker Adjustment of University scale (2008). A total of 200 female-students of faculty of arts and faculty of science were selected as a sample by Stratified Random sampling technique.

The Study Reached The Following Results:

1. There is a positive correlative relation of statistical significance at (0.01) level among life problems based- anxiety, health & death anxiety, future anxiety from one hand and emotional adjustment (from the other hand).
2. There is a passive correlative relation of statistical significance at (0.01) level among mental anxiety, anxiety of failure in future, future anxiety and goal attainment duty.
3. There are not any differences of statistical significance at (0.05) level in view of results of Future anxiety scale & Adjustment Of University scale and according to SPECIALIZATION FIELD and GRADE variant (Future despair dimension was excluded from future anxiety score).

The researcher recommended to establish Psychology Counseling center in universities to render counseling services for the benefit of students in a way that enable them to adjust with university and protecting them from psychological disorders.

KEYWORDS: Future Anxiety, Adjustment of University, Al-Taif University, Students.

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ نَرْفَعُ دَرَجَاتٍ مَّن نَّشَآءُ وَفَوْقَ كُلّ ذِي عِلْمٍ عَلِيمٌ ﴾

سورة يوسف آية (٧٦)

الإهداء

أتقدَّم بإهداء هذا البحث عرفاناً بالجميل
إلى من أعطوا كلّ العطاء .....
إلى من بذلوا و جادوا بسخاء.....
إلى من أفنوا عمرهم في سبيل تربيتي وتعليمي دون ثناء.....
إلى والدي ووالدتي أطال الله عمركما
إلى سندي وقوّتي وملاذي بعد الله....إخوتي وأخواتي
إلى كلّ باحثٍ عن المعرفة والعلم
إلى هذا الصَّرح العلميّ المتميّز ....جامعة الملك عبد العزيز
أسأل الله أن يسدّد فيه الخطوات ويقيل فيه العثرات ويتقبّله إنَّه جوّادٌ كريمٌ..

الشُّكر والتَّقدير

الحمد لله على تمام فضله وإحسانه والشُّكر له على توفيقه وامتنانه والصّلاة والسَّلام على محمّد الدَّاعي إلى رضوانه وعلى آله وأصحابه الذين ساروا على هديه وتبيانه وبعد:

أشكر الله وحده على توفيقه وإحسانه وفضله للانتهاء من هذا البحث سائلةً الله عزَّ وجلَّ أن يبارك فيه وأثني بالشّكر لجامعة الملك عبد العزيز ممثَّلةً ببرنامج الدراسات العليا التربوية الذي أتاح لي فرصة مواصلة دراستي الأكاديميَّة، كما أتقدَّم بالشُّكر الجزيل وعظيم الامتنان والتَّقدير إلى أستاذتي الفاضلة الدكتورة / خديجة أحمد السيد بخيت اعترافاً بفضلها وعلمها ولما بذلته لي من توجيه وآراء سديدة ولما غمرتني به من علم غزير وخلق فاضل نبيل أثناء إشرافها على هذا البحث، سائلةً الله عزَّ وجلَّ أن يرفع قدرها ويعلي منزلتها في الدُّنيا والآخرة، كما أتقدَّم بخالص الشُّكر والتَّقدير لسعادة الأستاذة الدكتورة / خديجة محمد خوجه وسعادة الدّكتورة / ميسون عودة على تفضُّلهما بالموافقة على مناقشة هذا البحث وإثرائه بآرائهنَّ السَّديدة وملاحظاتهنَّ العلميّة القيّمة . كما يسعدني أن أتقدَّم بوافر الشُّكر والتَّقدير لأستاذاتي أعضاء هيئة التَّدريس بقسم علم النَّفس التَّربويّ على ما قدَّموه منْ جهدٍ مشكورٍ أثناء دراستي بالقسم، كما أتقدَّم بجزيل الشُّكر والعرفان لزميلاتي في مرحلة الماجستير على تشجيعهنَّ ومساندتهنَّ كما لا يفوتني أن أقدّم شكري وتقديري إلى والدي الغالي ووالدتي الغالية وإخوتي ذوي الفضل عليّ والذين تحمَّلوا من أجلي الكثير على مدار سنوات دراستي وأسأل الله أنْ يجزيهم عنّي خير الجزاء . والشُّكر موصولٌ لكلّ من وقف بجانبي بجهده ووقته في إتمام هذا البحث، وفي الختام أحمد الله تعالى الذي أعانني على إتمام هذا البحث، فإن أصبت فمن الله وإن أخطأت فمن نفسي وصلَّى الله على نبيّنا محمّد وعلى آله وصحبه وسلَّم تسليماً كثيراً والحمد لله ربّ العالمين .

مستخلص الدّراسة

قلق المستقبل وعلاقته بدرجة التّوافق مع الحياة الجامعيّة لدى عيّنة من طالبات
جامعة الطّائف بفرع تربة

هدفت الدّراسة إلى تحديد نوع العلاقة بين قلق المستقبل ودرجة التّوافق مع الحياة الجامعيّة لدى عيّنة من طالبات جامعة الطّائف بفرع تربة، وتحديد الفروق في درجات الطّالبات في كلّ من مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة ومقياس درجة التّوافق مع الحياة الجامعيّة بأبعاده المختلفة يرجع إلى متغيّر التّخصُّص الدّراسي (العلمي / الأدبي)، والفرقة الدّراسيّة (الأولى / الرّابعة)، وطبقت مقياس (شقير، 2005) لقياس قلق المستقبل، ومقياس (بيكر و سيرك تعريب عبد السلام، 2008) لقياس درجة التّوافق مع الحياة الجامعيَّة، واختيرت عيّنة قوامها (200) طالبة من كليَّة الآداب وكليَّة العلوم، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.01 بين كل من القلق المتعلّق بالمشكلات الحياتية، وقلق الصحة والموت، وقلق المستقبل ككلّ ؛ وبين التّوافق العاطفي.
- وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.01 بين كل من القلق الذهني، والقلق من الفشل في المستقبل، و قلق المستقبل ككلّ ؛ وبين الالتزام بتحقيق الأهداف .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.05 بين متوسّطات درجات أفراد عيّنة الدّراسة في مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة و في مقياس التّوافق مع الحياة الجامعيّة بأبعاده المختلفة تبعاً لمتغيّر التّخصّص الدّراسي، وكذلك تبعاً لمتغير الفرقة الدّراسية ماعدا بعد اليأس في المستقبل بالنسبة لمقياس قلق المستقبل وكان لصالح الفرقة الأولى.

وأوصت الباحثة بضرورة إنشاء مركز الإرشاد النفسي في الجامعة لتقديم الخدمات الإرشادية للطّالبات من أجل توعيتهنّ ووقايتهنّ من الاضطرابات النّفسيّة ولتحسين قدرتهن على التّوافق مع الحياة الجامعية.

قائمة المحتويات

الفصل الأوّل: االمدخل إلى الدّراسة
أوّلاً : مقدّمة الدّراسة
ثانياً: مشكلة الدّراسة
ثالثاً: أهميّة الدّراسة
❖ الأهمية النظرية
❖ الأهمية التطبيقية
رابعاً: أهداف الدّراسة
خامساً: مصطلحات الدّراسة
الفصل الثّاني : الإطار النّظري
أولاً: قلق المستقبل
❖ مفهوم القلق
❖ تصنيفات القلق
❖ أعراض القلق
❖ مفهوم قلق المستقبل
❖ الطّبيعة المعرفيَّة لقلق المستقبل
❖ النّظريات العلمية المفسّرة لقلق المستقبل
❖ أسباب قلق المستقبل
❖ سمات ذوي قلق المستقبل
ثانياً: التّوافق مع الحياة الجامعيّة
❖ مفهوم التّوافق
❖ الخطوات الأساسيّة في عمليّة التّوافق
❖ مجالات التّوافق
❖ مستويات التّوافق
❖ مفهوم التّوافق مع الحياة الجامعية
❖ النّظريات العلمية المفسّرة للتّوافق
❖ أبعاد التّوافق مع الحياة الجامعية
أوّلاً: الدراسات التي تناولت قلق المستقبل
ثانياً: الدراسات التي تناولت التّوافق مع الحياة الجامعيّة
ثالثاً: التعليق العام على الدراسات السابقة
رابعاً: فروض الدّراسة
أولاً : منهج الدّراسة
ثانياً: عيّنة الدّراسة
ثالثاً: أدوات الدّراسة
رابعاً: أساليب المعالجة الإحصائية
خامساً: إجراءات الدّراسة
أولاً: نتائج الدّراسة ومناقشتها وتفسيرها
❖ عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الأول ومناقشتها
❖ عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الثّاني ومناقشتها
❖ عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الثّالث ومناقشتها
❖ عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الرابع ومناقشتها
❖ عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الخامس ومناقشتها
ثانياً: ملخّص نتائج الدّراسة
ثالثاً: توصيات الدّراسة
رابعاً: البحوث والدّراسات المقترحة

الفصل الأوّل

المدخل إلى الدّراسة

أولاً : مـقـدّمـــة الدّراسة

يعتبر الخوف والقلق من المستقبل من سمات هذا العصر، فالتّغيّرات السّريعة المتلاحقة في شتّى مناحي الحياة، ساهمت في جعل الإنسان يقف حائراً، قلقاً، يبحث عن الطمأنينة وسكينة النّفس فلا يجدها.

وقلق المستقبل ظاهرة تستحق الدّراسة، خاصّة لدى طلاب الجامعة، لأنّ الحياة الجامعية تزخر بالظروف المثيرة للقلق، سواء على الصّعيد الدّراسي أو الاجتماعي، وتنعكس خطورة ظاهرة قلق المستقبل سلباً على إدراك طلّاب الجامعة ؛لفاعليّتهم وقدراتهم الذاتية وطموحهم المستقبلي مما يجعلهم عرضةً للاضطرابات النّفسية والسلوكيّة والتكيّف غير الفعّال .(المشيخي، 2009)

كما أنّ أهميّة المرحلة الجامعية تكمن في أنّها مرحلة حاسمة في حياة الطالب، حيث تنضج شخصيته خلال فترة إعداده الأكاديمي، ثم يتخرج وهو مزوّد بخبرات نفسية ومهنية واجتماعية، تمكّنه من وضع أهداف لمواجهة متطلبات الحياة، والمساهمة في نهضة الوطن وتقدمه.

وذكر الليل(2005) أنّ التوافق مع الحياة الجامعية يعدّ مطلباً أساسياً لنجاح الطّلاب واستمرارهم في الدّراسة ؛لاسيّما أنّ التوافق مع الحياة الجامعية يعدّ مؤشّراً على توافقهم العامّ، أمّا سوء التّوافق فيدلّ على أنّ هناك حاجات غير مشبعة لدى الطّلاب داخل البيئة الجامعية، فينعكس أثر ذلك في تدنّي الأداء أثناء فترة التّعلم وما بعدها.

ويواجه الطّالب الجامعي تحدّيات كثيرة، مثل التّوافق الأكاديمي والعاطفي والمهني، وكلّ هذه التحديات في ظل المشكلات الاقتصادية والأسرية، تبعث الإحساس بالقلق.(بدر، 1993)

ومما لاشكّ فيه أنّ القلق يؤثّر بشكل كبير على الفرد ويحدّ من إمكاناته ويكون سبباً رئيسياً في عدم تحقيق أهدافه المستقبلية، و عدم تحقيق السعادة الهانئة للفرد وبالتالي يؤثّر على علاقاته الاجتماعية وتوافقه النفسي والاجتماعي والمهني .(معشي، 2011)

ويعدّ التفكير الناتج عن قلق المستقبل سبباً مهماً في تزايد التوتر والاضطرابات، ونقص الأمن النفسي، والثقة بالنفس، وهذا يؤدي بدوره إلى ضعف العلاقات الاجتماعية.

ولاشكّ أنّ لحالة ضعف الأمن النفسي التي قد يصاب بها الطالب الجامعي آثاراً خطيرة، منها شعوره بتدنّي قدرته على ضبط الأحداث والتنبؤ بها، مما يدفعه إلى العجز والاستسلام وضعف الدافع للإنجاز لديه، فيميل إلى الانسحاب والانعزال والاكتئاب وينظر إلى العالم من حوله على أنّه مصدر تهديد. (Seligman & Garber، 1989)

إنّ للقلق علاقةً عكسية مع سعادة الفرد وراحته، ويؤدّي إلى كثير من الاضطرابات الجسمية والنّفسية والاجتماعية . (الصرايرة و الحجايا، 2008)

لذا فإنّه من الملاحظ أنّ دراسة القلق وعلاقته بكثير من المتغيرات، حظيت باهتمامٍ من قبل الباحثين في المجالين النفسي والتربوي، فالكثير من الدراسات النفسية، تهتمّ بدراسة القلق، وتقدّم نظريات تحاول تفسير مصادره وأسبابه ونتائجه، وتضعه في تصنيفات مختلفة.(حسان، 2009) ؛ ومنها دراسة الصبوه وآخرين (1991) التي توصلت إلى أنّ أهمّ المشكلات النفسية للطّلاب سواء في التّخصّصات العلمية أو الإنسانية، والطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسياً وطلاب السنة الأولى والنهائية، ولكلا الجنسين هي القلق من الامتحانات، يليها القلق من المستقبل، ثم الشعور بالذنب .

ولذلك من المهمّ، دراسة قلق المستقبل وعلاقته بحياة الفرد الجامعية، وما تتطلبه من التزامات وتوافق نفسي واجتماعي وأكاديمي. حيث يتميّز الطلاب المتوافقون مع الحياة الجامعية بأبعادها المختلفة بالإيجابية، والنضج والثبات الانفعالي، والقدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، ولديهم دافعية للإنجاز الأكاديمي .(عبد الجابر، فايد، 2010)

وعليه فإنّ توافق الطالب مع متطلبات الحياة الجامعية، يتأثر بمهاراته الشّخصية، وقدراته العقلية، وظروفه الاجتماعية، ونظرته للمستقبل، وطبيعة الحياة الجامعية بما فيها من قوانين، وتعليمات وعلاقات اجتماعية وخدمات تساعد الطالب على التوافق معها.(Estrada، Dupoux &Wolman، 2006)

وفي ضوء ما سبق يمكن القول " إنّ القلق مشكلة حقيقية تؤرق الطلاب الجامعيين، وتؤثر على صحتهم النفسية، وتحدّ من قدراتهم، ودافعيتهم للتعلم، وتزيد من قلق المستقبل لديهم".(المصري، 2011)، وكلّ هذا قد يؤثر على توافق الطالب مع الحياة الجامعية التي تعدّ بالنسبة للطلاب تجربة جديدة مختلفة عن التجارب السابقة؛ ففيها الكثير من المشكلات والخبرات الجديدة، التي تتطلب منهم اجتيازها ومواجهتها والتكيّف معها، كالتعرّف على أنظمة الجامعة ولوائحها، واختيار التخصص والتكيّف معه، والاختيار المهني والإعداد لمهنة المستقبل، ولاسيّما وأنّ الجامعة تعطي طلبتها حرية أوسع ومسؤولية أكبر بعكس المدرسة.(حسن، صالح، 2006)، ولذا ترى الباحثة ضرورة إجراء هذه الدّراسة، حيث لم يتم إجراؤها مسبقاً.

ثانياً : مشكلة الدّراسة

تتضح مشكلة الّدراسة من خلال أنّ " قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تؤثر على حياة الفرد، لذلك يعتبر قلق المستقبل موضوعاً خصباً ومن المواضيع الحديثة، حيث أنّ الإنسان بطبيعته، يتأمّل وينظر ويخاف من عدم وضوح مستقبله مما يؤدّي إلى إحباطه . (المصري، 2011)، و لقلّة التركيز من قبل الباحثين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي على دور التوافق مع الحياة الجامعية خاصّة، إنّ طلاب الجامعة أكثر عرضةً لمواجهة الكثير من الضغوط النفسية، نتيجة للمواقف والأحداث الكثيرة والمتعددة التي يواجهونها في حياتهم الجامعية.(Constance ، 2004)

وفي ظلّ الظروف المجتمعية والاقتصادية الحالية المتمثلة في زيادة متطلبات الحياة، وارتفاع تكاليف المعيشة، وقلة فرص العمل، وظهور مشكلة البطالة، أصبحت الفتيات الجامعيات في حيرة وقلق بِشأن مستقبلهن، وهل سيكون هناك وظيفة، و زواج وتكوين أسرة ؟؟، مما يؤدي إلى الشعور باليأس، والذي يؤثر على التوافق مع

الحياة الجامعية، ونظراً لعدم توفر مركز إرشادي للطالبات في الجامعة، ازدادت الحاجة لمثل هذه الدراسة، ومن هنا يشكّل قلق المستقبل وعلاقته بدرجة التوافق مع الحياة الجامعية مشكلة تستحق البحث والدراسة في البيئة الجامعية السعودية.

وتتحدّد مشكلة هذه الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيسي التالي:

- **ما علاقة قلق المستقبل بدرجة التوافق مع الحياة الجامعية، لدى عيّنة من طالبات جامعة الطّائف بفرع تربة ؟**

و تتطلّب الإجابة عن السؤال الرئيسي الإجابة عن الأسئلة الفرعية التالية-:

1- ما نوع العلاقة بين درجات مقياس قلق المستقبل ودرجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من طالبات جامعة الطائف بفرع تربة ؟

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية، بين متوسطات درجات مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة، لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغيري التخصص الدراسي (العلمي – الأدبي) والفرقة الدراسية (الأولى – الرابعة)؟

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية، بين متوسطات درجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة، لدى عينة الدراسة، تبعاً لمتغيري التخصّص الدراسي (العلمي – الأدبي) و الفرقة الدراسية(الأولى – الرابعة)؟

ثالثاً : أهميّة الدّراسة

تستمد الدراسة أهميتها من خلال الموضوع الذي تتناوله والمتعلق بالتعرّف على العلاقة بين قلق المستقبل ودرجة التوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات جامعة الطائف بفرع تربة ويمكن تحديد أهمية الدراسة في النقاط التالية:

❖ **الأهميّة النظرية :**

- تأتي أهمية دراسة متغير التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده النفسية والاجتماعية بوصفه أمراً حيوياً ومفيداً، لأنّه يعدّ من أكثر المؤشرات المتعلقة بصحة الطالبة النفسية حيث أن الطالبة تقضي مدة طويلة في الجامعة لا تقلّ عن أربع سنوات، وأنّ توافقها مع مناخ الجامعة وشعورها بالرضا والارتياح يمكن أن ينعكس على إنتاجيتها .

- تكمن أهمية الدراسة، في أنها تهتم بشريحة مهمة في المجتمع السعودي، " الفتيات الجامعيات "، كونهن الركيزة الأساسية التي يتشكل منها مجتمع الغد بكلّ تفاصيله، ممّا يفرض على الباحثين التعرّف على سماتهن وآمالهن ومخاوفهن، كما تكمن أهمّيّة المرحلة الجامعية، في أنّها البداية للاعتماد على الذات وتحمّل المسؤولية .

- إنّ معرفة العلاقة بين قلق المستقبل ودرجة التوافق مع الحياة الجامعية ؛ لها أهمية كبرى في فهم سلوك الطالبات في إطار علمي، مما قد يسهم في تفسيره والتنبؤ به والتحكم فيه، ممّا يوفر قاعدة من المعلومات النفسية، التي يمكن أن تثري المكتبة السعودية والعربية في هذا المجال.

❖ **الأهميّة التّطبيقيّة:**

- تفيد هذه الدراسة المرشدات، والمربّيات في توفير البيئة المناسبة لمواجهة القلق والمساعدة على زيادة التوافق مع الحياة الجامعية؛ والتعرّف على سمات الطالبات، ومخاوفهنّ والتغلّب عليها، واستثمار إمكاناتهن على النحو الأفضل من خلال:

- إلقاء محاضرات وإقامة الأنشطة الهادفة لطالبات الجامعة من قبل المختصات في الإرشاد النفسي والتربوي، بهدف زرع روح الأمل والتفاؤل بالمستقبل .
- إقامة دورات وورش عمل لطالبات الجامعة، من قبل المرشدات والهيئة الإدارية والتدريسية، والتي تهدف إلى تبصير الطالبة بالمعلومات اللازمة عن المهن، ومتطلباتها والرغبة في العمل.

- الاستفادة ممّا تسفر عنه هذه الدراسة من نتائج في تصميم بعض البرامج الإرشادية من قبل المرشدات، والتي تهتم بتخفيف قلق المستقبل لدى طالبات الجامعة.

- الاستفادة ممّا تسفر عنه هذه الدراسة من نتائج في تصميم بعض البرامج الإرشادية من قبل المرشدات، والتي تهتم بتحسين درجة التوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة.

- تأسيس مركز الإرشاد والتوجيه النفسي بالجامعة، من قبل المسؤولين في وزارة التعليم العالي، والذي يهدف إلى التعرّف على المشكلات المستقبلية للطالبات، والتي تحول دون التوافق مع الحياة الجامعة ومساعدتهنّ على حلّها.

- إنشاء كراسٍ علمية في الجامعات من قبل وزارة التعليم العالي، والجهات الخيرية لدراسة وتقويم حاجات ومتطلبات توافق الطالبات مع الحياة الجامعية.

رابعاً : أهداف الدّراسة

العلاقة بين "قلق المستقبل ودرجة التوافق مع الحياة الجامعية لدى عيّنة من طالبات جامعة الطائف بفرع تربة" ؛ تهدف إلى محاولة التعرّف على:

1- نوع العلاقة بين درجات مقياس قلق المستقبل ودرجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة الدراسة .

2- الفروق في متوسطات درجات مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة، لدى طالبات الجامعة تبعاً لمتغيري التخصص الدراسي (العلمي - الأدبي)، والفرقة الدراسية(الأولى– الرابعة).

3- الفروق في متوسطات درجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة، لدى طالبات الجامعة تبعاً لمتغيري التخصص الدراسي (العلمي - الأدبي)، والفرقة الدراسية (الأولى– الرابعة).

خامساً: مصطلحات الدّراسة

❖ **قلق المستقبل** : مصطلح قلق المستقبل، من المصطلحات الحديثة نسبياً في مجال البحث العلمي . zaleski، (1996)، ولقد تعدّدت تعريفات قلق المستقبل، حسب وجهات النّظر التي يتبنّاها الباحثون، وفيما يلي عرض لبعض هذه التّعريفات :

يعرّف معوض (1996) قلق المستقبل"بأنّه القلق الناتج عن التفكير في المستقبل، والشخص الذي يعاني من قلق المستقبل، هو الشخص الذي يعاني التشاؤم من المستقبل، والاكتئاب، والأفكار الوسواسية، وقلق الموت، واليأس، كما أنّه يتميّز بحالة من السّلبية، والانطواء والحزن، والشّك والتثبيت، والنكوص وعدم الشعور بالأمن" .

وتعرّف العجمي (2004) قلق المستقبل بأنّه" قلق محدّد يدرك الفرد أسبابه ودوافعه وتصاحبه صور من الخوف والشّك والتّوجس ممّا يحدث من تغيّرات، سواء أكانت شخصية أمْ غير شخصية، ينتج من الشعور باليأس، وعدم الأمان، وعدم الثقة، من حيث التحكم بالنتائج والبيئة" .(أبو الهدى، 2012)

وترى شقير(2005) بأنّ قلق المستقبل" خلل أو اضطراب نفسي المنشأ، ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذّات، من خلال استحضار للذكريات، والخبرات الماضية غير السّارّة، مع تضخيم للسلبيات، بشكل يقلّل من الإيجابيات الخاصّة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات، والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقّع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقّعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس ".

التّعريف الإجرائي لقلق المستقبل : تلتزم الباحثة بتعريف شقير.

ويقاس قلق المستقبل لدى طالبات الجامعة بالدرجة التي يحصلن عليها في مقياس قلق المستقبل

المستخدم في الدراسة الحالية وهو من إعداد (شقير، 2005) .

❖ **التوافق مع الحياة الجامعية:** يمثل التوافق مع الحياة الجامعية أحد أبعاد التوافق العام لطلبة الجامعة. وتعرّف شوكت(2000) التّوافق بأنه "سلوك، أو نشاط يقوم به الإنسان خاصة، والكائن الحي عامّة، يهدف إلى تحقيق الفرد نجاحاً في حياته المختلفة" .

ويقصد سوبرSuper بالتّوافق : " أنّه التركيبة المكوّنة من الأنواع أو الجوانب الخاصة للتكيُّف، الذي يتّخذ مظهرين هما: التوافق الذاتي والذي يتعلق بالتنظيم النفسي الذاتي للفرد، والتوافق الاجتماعي، ويعنى بالعلاقات بين الذات والآخرين، وهذان المظهران يعبّران عن نفسيهما في مواقف الحياة المختلفة التي يوجد فيها الفرد، سواء في الأسرة، أو العمل، أو غيرهما". (الخالدي، 2002).

ويعرّف كلّ من بيكر وسيرك Baker& siryk (1999) التّوافق مع الحياة الجامعية بأنّه مفهوم متعدد الأبعاد، ينطوي على مجموعة من المتطلبات المتنوعة في النوع والدرجة، الأمر الذي يتطلب التأقلم معها، وهذه الأبعاد هي :التوافق الأكاديمي، والتوافق الاجتماعي، والتوافق العاطفي، والتوافق الشخصي، والتوافق المؤسّسي" (Mahyuddin، et، al، 2009) .

التّعريف الإجرائي للتّوافق مع الحياة الجامعيّة: يذكر عبدالسلام (2008) بأنّ "التوافق مع الحياة الجامعية مفهوم يشتمل على أربعة أبعاد رئيسيّة هي: التوافق الأكاديمي، و التوافق الاجتماعي، والتوافق العاطفي، والالتزام بتحقيق الأهداف، وتلتزم الباحثة بتعريف علي عبد السلام علي، ويقاس التوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة، بالدرجة التي يحصلن عليها في مقياس التوافق مع الحياة الجامعية المستخدم في الدراسة الحالية، وهو من إعداد بيكر سيرك وترجمة عبدالسلام (2008) .

طالبات جامعة الطّائف: جميع الطالبات المسجلات والملتحقات بالدراسة في الفرقة الأولى والرابعة في جامعة الطّائف بفرع تربة في الفصل الثّاني للعام الدّراسي 1434-1435ه.

الفصل الثّاني

الإطار النّظري

يتضمّن هذا الفصل، المفاهيم الأساسيّة للدّراسة، والتي تضمنها عنوان الدراسة، "قلق المستقبل وعلاقته بدرجة التّوافق مع الحياة الجامعية لدى عيّنة من طالبات جامعة الطّائف بفرع تربة"، حيث تبيّن الباحثة مفهوم كلّ متغيّر على حدة، والمفاهيم المرتبطة به والنّظريات المفسّرة له.

أولاً : قلق المستقبل

يعدّ القلق عاملاً أساسياً من العوامل المؤثرة في شخصية الإنسان، ولا زال القلق من الموضوعات التي تحظى باهتمام الباحثين في العلوم النفسية لارتباطه بكلّ المشكلات النّفسية .

و لا يمكن الحديث عن قلق المستقبل، إلا في ضوء فهم القلق بشكل عام، ولذا تحاول الباحثة أن تقوم بعرضه مهتمّةً بكلّ مايتعلّق بموضوع الدّراسة الحاليّة.

❖ **مفهوم القلق :**

القلق جزء طبيعي في كلّ آليّات السّلوك الإنساني، وعلامة على إنسانية الإنسان ويوجد عند جميع الناس في مواقف التّحدي ويصبح خطراً بازدياد درجته عن الحدّ الطّبيعي .

يعرّفه الدّاهري (2005) بأنّه "حالة نفسية تحدث حينما يشعر الفرد بوجود خطر يهدّده، ليَحدُثَ له توتّر انفعالي تصاحبه اضطرابات فسيولوجية ".

ويذكر فراج (2006) بأنّ القلق" شعور عامّ بالفزع والخوف من شرّ مرتقب وكارثة توشك أن تحدث، و استجابة لتهديد غير محدّد، كثيراً ما يصدر عن الصّراعات اللاشعورية، ومشاعر عدم الأمن والنّزاعات الغريزية الممنوعة المنبعثة من داخل النّفس" .

ويعرّفه حسين (2007) بأنّه" حالة من التّوجس والهلع والخوف من حدوث تغيّرات غير مرغوب فيها لحياة الشّخص تجعله في حالة من الشّدّ النّفسي والتّوتر والاضطراب، فالقلق هو أساس جميع الأمراض النّفسية، والاختلالات الشّخصية والاضطرابات السّلوكيّة". وترى الباحثة أنّه بالرّغم من اختلاف الباحثين في تعريف القلق وتنوّع التّفسيرات، إلا أنّهم اتّفقوا على أنّ القلق هو نقطة بداية الاضطرابات والأمراض النّفسية، وله تأثير واضح على صحّة إنتاجيّة الفرد .

❖ **تصنيفات القلق :** ذكر فايد (2003) أنّ القلق يصنّف إلى:

- **القلق الموضوعي العادي خارجي المنشأ:** يكون هذا القلق خارجياً، موجوداً فعلاً ويطلق عليه أحياناً اسم القلق الواقعي، وقد يطلق عليه القلق الدافع، أو القلق السويّ، وذلك لارتباط هذا النّوع من القلق بموضوع حقيقيّ، ولذلك يكون القلق في هذه الحالة ردُّ فعل مبرّر لموضوع خارجي، بحيث يهيّئ الفرد نفسه للتّعامل مع هذا الموضوع وتجنُّب مخاطره .

- **القلق العصابي داخلي المنشأ :** وهو القلق الذي لا يدرك المصاب به مصدر علّته، وكلّ ما هنالك أنّه يشعر بحالة من الخوف الغامض المنتشر غير المحدّد، وتعبّر أعراضه النّفسيّة والفسيولوجية عن اضطراب داخلي يكون أشدّ بكثير ممّا يظهر في حالة القلق الموضوعي المألوف، الذي يمكن أن يوجد عند كلّ الناس.

وحسب التّصنيف الدّولي للأمراض صنّفت أشكال القلق إلى: اضطرابات الهلع، الخوف الاجتماعي، الخوف من الأماكن المكشوفة، القلق المعمّم .

❖ **أعراض القلق :**

- **الأعراض الجسمية :** وهي تشمل التّغيّرات التي تحدث للجسم مثل برودة الأطراف، سرعة نبضات القلب ، ارتفاع ضغط الدم ، جفاف الحلق والشفتين، سرعة التّنفس.

- **الأعراض النّفسية والاجتماعية** : مثل مشاعر الاكتئاب، التردّد في اتّخاذ القرارات، نقد الذّات، العزلة والانطواء عن النّاس، سرعة اتّخاذ القرارات مهما كانت النّتائج، صعوبة التّكيّف مع الآخرين .(عثمان، 2004).

- **الأعراض المعرفيّة :** كما ذكرتها النوري (2012) عن إبراهيم (1994) وتتضمن الخصائص المعرفية الآتية :

- التّطرف في الأحكام : الشّخص المتوتر يفسّر المواقف باتجاه واحد، وهذا يجلب له القلق.
- يتبنى العصابيون اتّجاهات ومعتقدات النّفس، والحياة لا يقوم عليها دليل منطقي كالتّسلطية، والجمود العقائدي، مما يحول بينهم وبين الحكم المستقل، واستخدام المنطق بدلاً من الانفعالات.
- ميل العصابيين للاعتماد على الأقوياء ونماذج السلطة، مما يحوّلهم إلى أشخاص عاجزين عن

التّصرّف بحريّة انفعالية، عندما تتطلّب لغة الصّحة النّفسية ذلك.

قـلق المستقبـل :

إنّ ظروف التّغيّر التي تمرّ بها المجتمعات البشريّة قد تستثير قلق المستقبل لدى أفرادها ويظهر ذلك في مشاعر الخوف والتّوتر مما تخفيه الأيّام القادمة، وهذا يدعوهم إلى إعادة النّظر بأهدافهم الحياتية ليتناسب مع ظروف التّغيّر.

وقد ذكر المشيخي (2009) أنّ قلق المستقبل، يمثّل أحد أنواع القلق التي تشكّل خطورة في حياة الفرد، والتي تمثّل خوفاً من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة يعيشها الفرد وتجعله يشعر بعدم الأمن، ويتوقّع الخطر وعدم الاستقرار، وتؤدّي به إلى حالة من التّشاؤم واليأس، ويؤدّي به إلى اضطراب حقيقي وخطير مثل الاكتئاب، أو اضطراب عصبي خطير .

❖ **مفهوم قلق المستقبل :** قلق المستقبل خبرة انفعالية غير سارّة، تحدث للفرد حالات من الخوف الغامض، والتنبؤ السلبي للأحداث التي سوف تقع، فيشعر بالتوتر والضيق والانقباض عند إسهاب التفكير فيها، مما يؤدّي إلى ضعف في قدرة الفرد على تحقيق أهدافه وطموحاته، والشّعور بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام، والشعور أيضاً بالانزعاج، وعدم القدرة على التّركيز والأمان نحو المستقبل . (عشري، 2004)

وتعرّف سعود (2005) قلق المستقبل، " بأنّه جزء من القلق العامّ المعمّم على المستقبل، يمتلك جذوره في الواقع الرّاهن ويتمثّل في التّشاؤم والعجز عن تحقيق الأهداف المهمّة، وعدم السيطرة على الحاضر وعدم التأكّد من المستقبل" .

ويشير عبد المحسن (2007) إلى أنّ قلق المستقبل هو" حالة من التّوتر والتّشاؤم يشعر بها الطّالب الجامعي لندرة فرص العمل بعد التّخرج ".

ويشير كرميان (2008) إلى أنّ قلق المستقبل هو " شعور انفعالي يتّسم بالارتباك والضّيق والغموض، وتوقّع السّوء والخوف من المستقبل، وضعف القدرة على التّفاعل الاجتماعي " .

وفي ضوء ما تمّ استعراضه لمفهوم قلق المستقبل ترى الباحثة أنّ قلق المستقبل هو الشّعور بعدم الارتياح والتّفكير السّلبي تجاه المستقبل وعدم الثّقة بالنّفس وفقدان الشّعور بالأمن .

❖**الطّبيعة المعرفية لقلق المستقبل:** يفترض النّموذج المعرفي للاضطرابات النّفسية (نموذج بيك) الخاصّ بمريض القلق، أنّ الأفكار التّلقائية العابرة والتّفسيرات وخيال مريض القلق، كلّ ذلك يتركّز حول صور من الغضب وسوء التأويل لخبراته الشّعورية في شكل الشّعور بالخطر الجسدي والنّفسي مع زيادة احتمال الأذى المتوقّع في المستقبل، ومثل هذه الأفكار تؤدّي إلى إثارة مشاعر الضّيق والخوف.(محمد، 2010)

ويشير روّاد الاتّجاه المعرفي إلى أنّ التّشويه المعرفي، وتشويه التّفكير بالذّات و العالم و المستقبل وراء نشأة واستمرار القلق، حيث يلجأ الشّخص القلق إلى تضخيم السّلبيات، والتّقليل من شأن الإيجابيات، وتعميم الفشل وتوقّع الكوارث ولوم الذّات، وكلّ ذلك يرتبط بالتّكوين المعرفي وكيفية إدراكه وتفسيره للأحداث، كما أنّ ذلك المحتوى المعرفي مسؤول عن انفعال الفرد وسلوكه والمستقبل. (العجمي، 2004)

وذكرت سعود (2005) أنّه يمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحى المعرفي، على أنّه إطار لمختلف العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية، فالقلق هنا يترافق بتخمينات الخطر المتعلق بالمستقبل بناء على ما يتوافر في الواقع من معطيات، وعلى نوعية التّصورات الشّخصية، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين الحالات المستقبلية لكونها خطرة، لأنّهم يملكون تصوّرات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر للحالات وعن مقدرتهم المنخفضة في التعامل مع الخطر بشكل فاعل .

وترى الباحثة أنّ المكوّن الأساسي لقلق المستقبل، هو المكوّن المعرفي وأنّ قلق المستقبل يعود إلى تفكير خاطئ، وتشوّهات معرفية، وسوء تفسير للأحداث، ويؤدي إلى زيادة الإحساس بالأعراض السلبية.

❖**النّظريات العلمية المفسّرة لقلق المستقبل :**

بعد استعراض الباحثة للنّظريات التّقليدية أو الحديثة التي فسّرت القلق، لم تجد نظرية فسّرت قلق المستقبل بشكل خاص، وإنّما كان تفسير القلق بالإشارة إليه بشكل موجز ومنها مايلي:

- **نظرية التّحليل النّفسي**: القلق من المنظور الفرويدي هو لبّ العصاب ومحوره، ويميّز فرويد (1990) بين ثلاثة أنواع من القلق:

❖ **القلق الواقعي**: الذي ينتج من أخطار واقعية موجودة في العالم الخارجي للفرد .

❖ **القلق الأخلاقي** : وهو عبارة عن الخوف من الضمير، وينتج من الصراع مع الأنا الأعلى.

❖ **القلق العصابي** : وهو عبارة عن خوف من خروج رغبات الهو عن الانضباط، لاويشمل الخوف من العقاب الذي ينتج عن ذلك .(القرشي، 2012)

ويفسّر أدلر (Adler، 1996) القلق على " أنّه وليد التّفاعل الدّينامي بين الفرد والمجتمع، ويرى أنّ الإنسان إذا حقّق الانتصار للمجتمع الذي يعيش فيه، فإنّ هذا مدعاة لتقوية الروابط الاجتماعية التي تربط الفرد بالمحيطين به، وبالتالي إمكانية تغلّبه على إحساسه بالنقص والعجز والقلق .(المصري، 2011) .

فعندما يشعر الفرد بالنقص، فإنّ هذا الشّعور يدفعه للانطواء والبعد عن الآخرين، وهنا يصبح كائناً غير اجتماعي، ومن ثم يكون عرضةً للقلق حيث ينزع إلى محاولة التّفوق للهروب من شعوره بالنقص، وهكذا يدخل في دائرة القلق . (شقير، 2005)

- **النّظرية المعرفيّة**: يفسّر زاليسكي (، Zaleski 1996) قلق المستقبل أنه حالة من عدم الراحة و الانشغال، والخوف بشأن ما يمثله المستقبل الأكثر بعداً، وقدّم بعد ذلك توضيحاً مهمّاً لما يتعلق بالجانب المعرفي الخاص بمفهوم القلق المستقبلي، على أنّ لقلق المستقبل مكوّنات معرفية قوية، أي أنّه معرفيٌّ أكثر من كونه انفعاليّاً مؤكداً على الآليات الاستباقية المعرفيّة على أنّها المصدر الأساسي لقلق المستقبل، حيث تشكّل خصائص الأفكار واحدة من المقدمات المنطقية لقلق المستقبل، أي أنّ المعرفة أولاً ثم القلق، فيعتبر التمثيل المعرفي أساس قلق المستقبل، تترافق مع هذا التمثيل حالات عاطفية سلبية، ويؤكد ريتشارد لازاروس وزملاؤه (Lazarus، 1970) أهميّة العوامل الموقفية في نشوء القلق، إذ ينظرون للتهديدات والضغوط التي يواجهها الفرد، كمتغيّر يتدخل في عملية حدوث القلق والاستثارة .

وفي ضوء ما سبق فإنّ القلق من وجهة النظر المعرفية، ينشأ من خلل في التفكير الواقعي للموقف المثير للقلق لدى الفرد، بسبب أخطاء في عادات التفكير الواقعي في احتمال وشدة حدوث الخطر.

- **النّظرية الإنسانيّة**: يرى أصحاب هذه النظرية أنّ القلق هو الخوف من المستقبل، وما يحمله من أحداث قد تهدّد وجود الإنسان الكائن الوحيد الذي يدرك حتمية نهايته، وأنه معرّض للموت في أي لحظة، ومن هنا فإنّ توقّع فجائية حدوث الموت هو المثير الأساسي للقلق عند الإنسان، كما أنّ النظرية الإنسانية ترى أنّ القلق ينشأ من عدم التكافؤ بين الذات الواقعية، والذات المثالية، أي عندما يواجه الفرد بعض العوائق والصعوبات التي تقف أمام تحقيق أهدافه وطموحاته، أو عندما يواجه حدثاً يهدّد بنيته الذاتية القائمة فعلاً، إذاً فالمستقبل هو العامل الأساسي لإثارة حالة القلق عند الفرد من خلال التفكير بالمستقبل، فالشخصية في رأي روجرز تتألف من الكيان العضوي و مفهوم الذات، ولكلّ مكون من هذين المكوّنين حاجاته التي تتطلب الإشباع من أجل تحقيق الذات، فالتّوتر الفسيولوجي الذي ينتاب الشّخص يكون ناتجاً عن ضغوط تلبية الحاجات العضوية (الطّعام، الشّراب وغيرها) ؛ أما التّوتر النّفسي فهو ناتج عن ضغوط تلبية الحاجات الخاصة ببناء الذات كالحاجة إلى (الشعور بالأمن النفسي، الحبّ)، والقلق في رأي روجرز، أعلى مستويات التوتر والذي يظهر من جرّاء التناقض الحاصل بين ضغوط الحاجات العضوية، وضغوط بناء الذات وإدراك الفرد .

أما ماسلو Maslow)، (1972 فيشير إلى أنّ نموّ الشخصية وتطورها يعتمد على الحاجات وتدرجها في الإشباع حسب أهميتها وضرورتها بالنسبة للفرد، وأنّ نوع البيئة التي يتعرض لها، تؤثر تأثيراً كبيراً على عملية نموّ الشخصية، فالبيئة التي تكون مصدر تهديد للفرد، ولاتسمح له بإشباع حاجاته الأساسية، فإنّها تعيق نموه، فيدرك العالم من حوله أنّه عدائي أو خطير ومهدد، فيشعر بسوء التوافق. (حمزة، 2005) .

تتبنى الباحثة أكثر النظريات تفسيراً للقلق حسب الدراسة الحالية، ويظهر ذلك في النظرية المعرفية، والنظرية الإنسانية، حيث أنّ القلق يرتبط بحاضر الفرد ومستقبله، والتغيّرات التي تحدث في المستقبل تؤثر على أفكار الفرد، وتجعله يفكر تفكيراً لاعقلانياً، قد يسبّب له بعض الاضطرابات الانفعالية ومن بينها القلق وسوء التوافق .

❖**أسباب قلق المستقبل :** ذكر المشيخي (2009) أنّ قلق المستقبل يظهر من خلال رؤيتنا له بأنه مساحة غامضة، ومجال لوجهات نظر سلبية حول ما هو آتٍ في الغد، والذي يمكن أن يظهر ويسود في فترة من الزمن، ويرتبط هذا القلق بحدث معين أو وضعيات شخصيّة، كتوقّع أحداث أكثر فردية مثل المرض والمشكلات بين الأفراد، أو فقدان شخص قريب .

ويشير الغامدي (2012) إلى أنّ أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تتمثل في :

- عدم القدرة على التكيف مع المشكلات التي تواجهه.
- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع.
- نقص القدرة على التكهن بالمستقبل .
- الشعور بعدم الأمان والإحساس بالتمزق.
- عدم القدرة على الفصل بين أمانيه والتوقعات المبنية على الواقع .
- التفكّك الأسري وعدم قدرة الوالدين والقائمين على رعايته على حلّ مشكلاته.

ويشير داينز (2006) إلى أنّ أسباب قلق المستقبل، هي التّغيّرات الاجتماعية في المجتمع، حيث أن ردّ الفعل الوجداني للتغيرات الأخلاقية والاجتماعية في المجتمع وضغوط الحياة العصرية، يولّد مشاعر القلق والخوف من القصور، وتناقص الدور وضغوط الحياة، ومشكلات تكوين العلاقات مع الآخرين، وتشتمل هذه التغيرات المعتقدات الأخلاقية التي أعيد استخدامها في الماضي لتوجيه القرارات والتخوف المستمر من البطالة وإيقاع العصر الحديث والتغيرات السريعة في التطور التكنولوجي .

تذكر مسعود (2006) أنّ من أسباب قلق المستقبل نقص القدرة على التكهن بالمستقبل، وتدني مستوى القيم الأخلاقية، وتبني الأفكار اللاعقلانية .

ويشير إبراهيم (2006) إلى أنّ من أسباب قلق المستقبل النظرة السلبية للذّات والأفكار اللاعقلانية اتجاه النفس والظروف السيئة المحيطة بالفرد والنظرة السلبية من قبل المحيطين به .

❖ **سمات ذوي قلق المستقبل:** يشير العنزي (2010) عن حسانين (2000) إلى مجموعة من السمات التي يتسم بها الأشخاص ذوي قلق المستقبل وأهمها:

- الهروب من الماضي والتركيز الشديد على أحداث الحاضر و الانتظار السلبي لما قد يقع.
- الانسحاب من الأنشطة البناءة و الطرق الروتينية في التعامل مع مواقف الحياة .
- المحافظة على الوضع الراهن باتخاذ إجراءات وقائية من أجل زيادة الفرص في المستقبل .
- التقليل من شأن الحالات السلبية باستخدام آليات دفاعية مثل الإزاحة والكبت.
- الانطواء والحزن الشديد والتردد، و ظهور الانفعالات لأقلّ سبب.
- الخوف من التغيرات الاجتماعية المستقبلية.

ثانياً:التّوافق مع الحياة الجامعية :

❖ **مفهوم التوافق :** تعدّدت مفاهيم التوافق لما له من أهمية في تحقيق طموحات الفرد وتحقيق، الشعور بالسعادة، ونتعرض لمفهوم التوافق بصفة عامة والتوافق مع الحياة الجامعية بصفة خاصة، وأبعاده، فيمايلي:

ترى حجاب (2010) أنّ التوافق يعني" قدرة الإنسان على تغيير بيئته والقيام بدور إيجابي فيها وهو سلوك يهدف به الشخص إلى تحقيق نجاح في موقف معين، أو يقوم به لتحاشي الأضرار قدر الإمكان، ووصول الإنسان إلى مستوى أفضل من الصحة النفسية تغيب فيه الصراعات والتوترات وتتواجد معه علاقات إيجابية مع الآخر قدر المستطاع، وهو عملية مستمرة يعدّل فيها الفرد ما يستطيع من سلوكه وبيئته الطبيعية والاجتماعية، مع تقبل ما لا يستطيع تعديله" .

❖ **الخطوات الأساسية في عملية التوافق :**

- وجود دافع يدفع الإنسان إلى هدف خاص .
- وجود عائق يمنع من الوصول إلى الهدف ويحبط إشباع الدافع.
- قيام الإنسان بأعمال وحركات كثيرة للتغلب على العائق.
- الوصول إلى حلّ يمكّن من التغلب على العائق ويؤدي إلى تحقيق الهدف وإشباع الدافع. (مجيد، 2012)

❖ **مجالات التوافق :** تتعدد مجالات التوافق فمنها التوافق العقلي والتوافق الدراسي، والتوافق المهني، والتوافق الجنسي، والتوافق الأسري، والتوافق السياسي أو الاقتصادي أو الديني، ويكون ذلك تبعاً لتعدّد مواقف حياة الفرد، إلا أنّ معظم الباحثين في ميدان علم النفس يتفقون على أنّ بُعدي التوافق الأساسيين هما: البعد الشخصي (النفسي)، والبعد الاجتماعي، على اعتبار أنّ تلك المظاهر المتعددة يمكن ضمّها إلى بعضها لتشكل عناصر البعدين الشخصي والاجتماعي .(عبدالسلام، 2008)

❖ **مستويات التوافق:** ذكر كلّ من أبي سكران (2009) ومجيد (2012) ثلاثة مستويات رئيسية للتوافق تتضمن:

- التوافق على المستوى البيولوجي: ويشير إلى أنّ التّغير في الظروف ينبغي أن يقابله تغيير وتعديل السلوك بمعنى أنّه ينبغي على الكائن الحيّ أن يجد طرقاً جديدة لإشباع رغباته وإلا كان الموت حليفه، أي أنّ التوافق هنا إنّما هو عملية تتّسم بالمرونة والتوافق المستمر مع الظروف المتغيرة .

- التوافق على المستوى الاجتماعي: وهو يعني علاقة حسنة بين الفرد والبيئة وهو تغيير للأفضل، فالفرد يولد ولديه أنواع شتّى من الاستعدادات العصبية و الجسمية و النفسية، و كلّها تحتاج إلى تهذيب وتقوم الأسرة بجزءٍ ويقوم الاتصال والاحتكاك بالمجتمع بالجزء الآخر، أي أنّ البيئة تقدّم المادة الخام ، وتقدّم الثقافة القيم والمعايير.

- التوافق على المستوى السيكولوجي : هو إدراك لطبيعة علاقات الصراع التي يعيشها الفرد في علاقاته الاجتماعية والبيئية، وإنّ هذا الصراع يتولد معه توتر وقلق، وهو تجربة يغشاها الألم، لذلك فإنّ توافق الفرد إنّما يهدف إلى خفض التوتر وإزالة أسباب القلق، كذلك فالإنسان يرغب في إشباع دوافعه وإنّ هذا الإشباع يعتمد على البيئة، وهو لا يستطيع أن يُشبع جميع رغباته فهو يُشبع بعضها وعليه أن لا يطغي إشباع دوافع معينة على بقيةِ الدوافع حتى يتحقق التوافق ؛ بل ويتحقق التكامل الذي يسمح للإنسان بتحقيق أقصى قدر من استغلال إمكانياته الرمزية والاجتماعية .

❖ **مفهوم التوافق مع الحياة الجامعية:** يذكر عبدالسلام (2008) عن عوض (1984) أنّ التوافق مع الحياة الجامعية "حالة تبدو في العملية الديناميكية المستمرة التي يقوم بها الطالب الجامعي لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها، وتحقيق التواؤم بينه وبين البيئة الجامعية ومكوّناتها الأساسية، وهي الأساتذة والزملاء، والأنشطة الاجتماعية والثقافية، والرياضية والمواد الدراسية، و أسلوب التحصيل الدراسي" .

كذلك يعرّف ماديان وزملاؤه، (Mahuddin 2010، et، al) التوافق مع الحياة الجامعية على أنّه" كلّ الجهود التي يقوم بها الطالب للتغلب على مختلف الضغوط والصعاب التي يواجهها في رحاب الجامعة ". ويعرّف شيلدس (2002، Shields) التوافق مع الحياة الجامعية بأنّه " نجاح الطالب في إتمام أدواره الرسمية وغير الرسمية في الحياة الجامعية ".

❖ **النظريات العلمية المفسرة للتوافق:**

وعن تفسير التوافق ومكانته بين مختلف التوجهات النظرية، فيزخر التراث النفسي بمختلف التوجهات التي فسرت التوافق و من تلك التوجهات النظرية مايلي:

- نظرية التحليل النفسي: يعني التوافق عند (فرويد) بوجود الأنا القادرة على إيجاد الاتزان بين الأنا العليا والأنا، على الرغم من أنّه يرى أنّ بعض الحيل الدفاعية تؤدي إلى حدوث نوع من التوافق، ويرى أدلر (Adler) أنّ للتوافق مظهرين :التوافق السوي والتوافق غير السوي ويستدل عليهما من خلال متابعة المثابرة لدى الفرد، من أجل تحقيق التفوق وفق اتجاهين هما :اتجاه عصابي واتجاه معتدل. (أبو سكران، 2009)

- النظرية السلوكية: أما النظرية السلوكية يفسّر روّادها من أمثلة (واطسون) و(سكينر) عملية التوافق بأنّهاتتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات أو إثابات البيئة ، فالتوافق استجابات مكتسبة من خلال الخبرة التي تعرض لها الفرد والتي تؤهله للحصول على توقعات منطقية ؛ وعلى الإثابة فتكرار إثابة سلوك ما من شأنه أن يتحول إلى عادة، فالإنسان يتعلّم السلوك السوي وغير السوي والتعزيز يقوي السلوك بنوعيه، والشخصية من وجهة نظر هذه المدرسة هي :مجموعة أساليب سلوكية متعلمة ثابتة نسبياً تميّز الفرد عن غيره . (سفيان، 2004)

- النظرية المعرفية : يفسّر أصحاب التوجّه المعرفي التوافق في ضوء عدة نماذج نذكر منها النموذج الأكثر بروزاً في تفسير التوافق وهو نموذج إدراك وتقييم الفرد للمواقف الحياتية، فيرى كلّ من (Lazarus and Folkma) أنّ تقييم الفرد الأولي للموقف يحدّد أساليبه في التوافق حيث يتمّ تقييم الفرد للأحداث المسببة للضغط النفسي على أنّها مرهقة أو تفوق قدرته، وتعرّضه للخطر في إطار علاقته بالبيئة وتقييمه المعرفي للضغط، وتتولد نتيجة لذلك استجابات مختلفة انفعالية وفسيولوجية اتجاه الحدث الضاغط فقد يدرك شخصان الحدث على أنّه ضاغط لكنّ أحدهما يعتقد أنّ لديه مصادره وإمكانياته التي تساعده على التعامل معه، بينما لا يعتقد الشخص الآخر ذلك طبقاً لمصادر المواجهة الشخصية والمعرفية والاجتماعية والمادية لدى كلّ منهما .(حسين وسلامة، 2006)

وترى الباحثة أنّ نظرية التحليل النفسي تنظر إلى مفهوم التوافق على أنّه يحدث عندما تكون الأنا مسيطرة على الهو والأنا الأعلى، وإشباع الرغبات البيولوجية بالصورة التي تسمح بتجنب العقوبات الاجتماعية، وترى النظرية السلوكية أنّ مفهوم التوافق هو:اكتساب الفرد لمجموعة من العادات المناسبة والفعّالة لمعاملة الآخر التي سبق أن تعلمها الفرد وأدّت إلى خفض التوتر إذا أشبعت دوافعه وحاجاته، ويؤكّد أصحاب الاتجاه المعرفي على نموذج إدراك المواقف الحياتية حيث يرى أصحاب هذه النظرية أنّ تقييم الفرد الأولي للموقف يحدّد أساليبه في التوافق، وقد تكون سلبية أو ايجابية في إطار علاقته بالبيئة وتقييمه المعرفي للموقف.

❖ **أبعاد التوافق مع الحياة الجامعية :** يذكر عبد السلام (2008) أنّ هناك أبعاداً للتوافق مع الحياة الجامعية يمكن إجمالها فيما يلي:

- التوافق الأكاديمي: وهو قدرة الطالب على الوصول إلى حالة الرضا النفسي عن أدائه الأكاديمي، وإحساسه بحالة من التناغم في علاقاته مع أساتذته ومع البيئة الجامعية.

- التوافق الاجتماعي : حالة التوافق بين الفرد والبيئة المحيطة به وهي عملية ديناميكية مستمرة تهدف إلى تعديل سلوك الفرد في سبيل التغلب على الصعوبات التي تقف حائلاً بينه وبين إقامته علاقة ودّية حميمة مع نفسه من جهة وبينه وبين البيئة المحيطة به من جهة أخرى .

- التوافق العاطفي : هو أي نشاط يقوم به الطالب الجامعي ويحقق له قدراً من الرضا عن الذات والثقة بالنفس، والقدرة والمهارة على إشباع حاجاته ودوافعه دون إحباط من البيئة المحيطة، فهو الإحساس بتقبل القيم والاتجاهات الجامعية والمشاركة في الأنشطة الجامعية المختلفة، ويهدف أيضا إلى الكشف عن تحقيق أكبر قدر ممكن من التوافق في العلاقات العاطفية الإيجابية مع الجنس الآخر، والتفاعل الإيجابي معها.

- الالتزام بتحقيق الأهداف : قدرة الطالب على إشباع حاجاته ومتطلباته النفسية والاجتماعية والدراسية، وتحقيق النجاح في الأهداف التي وضعها أثناء دخول البيئة الجامعية من خلال المكونات الأساسية لها، من حيث الزملاء والأساتذة والأنشطة الاجتماعية والترفيهية.

الفصل الثّالث

السّابقة الدّراسات

قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع الدراسة و متغيراتها، من أجل الاستفادة من الموضوعات التي أثارها الباحثون لتشكيل بعض المنطلقات التي يمكن البناء عليها، و من هذه الدراسات التي سيتمّ عرضها:

أولاً: الدراسات التي تناولت قلق المستقبل :

- دراسة القرشي (2012) بعنوان "العلاقة بين الدافع للإنجاز وقلق المستقبل لدى عيّنة من طلاب جامعة أم القرى"، ومن أهداف الدراسة التحقّق من وجود فروق في قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة طبقاً للمستوى الدراسي والتخصص، وتكونت عيّنة الدراسة من (300) طالب، واستخدم مقياس قلق المستقبل إعداد شقير(2005)، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالّة بين متوسطات قلق المستقبل ترجع لمتغير المستوى الدراسي (الأول – الرابع) ومتغير التخصص (علمي – أدبي).

- وفي دراسة النوري (2012) بعنوان " الإرهاب النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بقلق المستقبل " هدفت معرفة الفروق في قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير التخصص الدراسي، واختيرت عينة قوامها (200) طالب، وقد استخدمت مقياس قلق المستقبل من إعداد المشيخي، واتبّعت الاختبار التائي لعيّنة مستقلة، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة في قلق المستقبل بالنسبة لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي .

- وقدّم رمضان(2010) دراسة بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة كليات التربية بجامعة الأنبار"، وهدفت الدراسة إلى تحديد فروق على مقياس قلق المستقبل تبعاً لمتغير التخصص، وتكوّنت عيّنة الدراسة من (195) طالباً، والاختبار التائي لعيّنة واحدة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق في قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الرابعة وفقاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص الإنساني.

- كما أجرت السبعاوي (2010) دراسة بعنوان " قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي"، وهدفت إلى التعرّف على العلاقة بين متغير قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية، والتخصص الدراسي (علمي / أدبي)، وتكونت العيّنة من (578) طالباً وطالبةً، واستخدمت معامل ارتباط بيرسون، وتوصلت إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير التخصص الدراسي، لصالح التخصص العلمي .

- وقام الثنيان (2009) بدراسة بعنوان " جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة" و هدفت إلى التعرف على الفروق في قلق المستقبل وفقاً للتخصص (علمي – إنساني)، وتكونت عيّنة الدراسة من (500) طالب وطالبة، طبّق عليهم مقياس قلق المستقبل من إعداد الباحث، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد قلق المستقبل وفقاً للتخصص لصالح التخصص الإنساني .

- وهدفت دراسة المشيخي (٢٠٠9) التي كانت بعنوان "قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عيّنة من طلاب جامعة الطائف" إلى التعرّف على الفروق بين طلاب التخصص العلمي والأدبي في درجات قلق المستقبل، والفروق بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة في درجات قلق المستقبل، واتبعت المنهج الوصفي، وتكونت عيّنة الدراسة من (720) طالباً من طلاب جامعة الطائف وطبّق عليهم مقياس قلق المستقبل من إعداد الباحث، وتوصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم وطلاب كلية الآداب على مقياس قلق المستقبل، وذلك لصالح طلاب كلية الآداب ووجود فروق ذات دلالة إحصائية، بين متوسطات درجات طلاب السنة الأولى وطلاب السنة الرابعة على مقياس قلق المستقبل، لصالح طلاب السنة الرابعة .

- وسعت دراسة مندوه (٢٠٠٦) بعنوان " العلاقة بين قلق المستقبل وبعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة " إلى التعرف على الفروق بين طلاب الجامعة وفقاً لمتغير التخصص والفرقة الدراسية والتفاعل بينها في قلق المستقبل، وعلاقة قلق المستقبل بالتوافق الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (600) طالب، وطبق عليهم مقياس قلق المستقبل، ومقياس التوافق الدراسي من إعداد الباحث، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصصات العلمية والأدبية في قلق المستقبل لصالح التخصصات الأدبية، و وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفرق الدراسية من الفرقة الأولى إلى الفرقة الرابعة في قلق المستقبل لصالح طلاب الفرقة الرابعة، كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط سالب دالّ إحصائيًا بين درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة ودرجاتهم على مقياس التوافق الدراسي بأبعاده المختلفة.

- و قام كلّ من فرج و محمود (٢٠٠٦) بدراسة بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية بالإسكندرية " تهدف إلى التعرف على الفروق في قلق المستقبل، تبعاً للتخصص الدراسي (علمي وأدبي)، وكانت عينة الدراسة (242) طالبًا وطالبة وتمّ تطبيق أدوات الدراسة وهي مقياس قلق المستقبل إعداد شقير، وتوصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً، بين التخصص العلمي والأدبي في قلق المستقبل.

ثانياً: الدراسات التي تناولت التوافق مع الحياة الجامعية :

- دراسة السويلم (2013) بعنوان" العلاقة بين الذكاءات المتعددة، والتوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من طالبات جامعة الحدود الشمالية"، ومن أهداف الدارسة التعرّف على الفروق في مقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية ؛ وأبعاده، والفروق في متوسط درجات الطالبات في مقياس التوافق مع الحياة الجامعية في ضوء متغير التخصص الدراسي(العلمي – الأدبي)، على عينة مكونة من (90) طالبة، واستخدمت مقياس التوافق مع الحياة الجامعية من تعريب عبدالسلام (2008)، وكان من نتائجها أنّه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق مع الحياة الجامعية وأبعاده، كما لاتوجد فروق في متوسطات درجات التوافق مع الحياة الجامعية ومتغير التخصص الدراسي (العلمي – الأدبي).

- وفي دراسة فايد وعبد الجابر(2012) التي ذكر فيها أنّ كلّاً من القدومي وسلامة (2011) أجريا دراسة بعنوان " التوافق الجامعي لدى طلبة السنة النهائية بالجامعة في الأكاديمية الفلسطينية للعلوم الأمنية في أريحا " وهدفت إلى تحديد الفروق في التوافق الجامعي، تبعاً لمتغير التخصص الدراسي، واستخدم عينة بلغت (121) طالباً وطالبة، وطبق عليهم مقياس الليل للتوافق الجامعي، وتوصلت الى عدم وجود فروق دالة إحصائياً ترجع لمتغير التخصص الدراسي.

- وفي دراسة أجراها موريس وآخرون Morris، el، al (2011) بعنوان " دور استخدام شبكة التواصل الاجتماعي الفيسبوك، بتكوين اتجاهات إيجابية نحو تقدير الذات، والتوافق مع الحياة الجامعية "هدفت إلى تحديد الفروق في التوافق مع الحياة الجامعية بين طلاب الفرقة الأولى والرابعة بالجامعة، وتكونت عينة الدراسة من

(70) طالباً جامعياً من الجنسين، وطُبّقت عليهم عدّة مقاييس منها مقياس التوافق الجامعي، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة بين المجموعتين في التوافق مع الحياة الجامعية.

❖دراسة دانيال Danial (2010) بعنوان "التوافق الاجتماعي والأكاديمي لدى طلاب السنة الأولى" وهدفت الى التعرّف على الفروق في التوافق الاجتماعي والأكاديمي، في ضوء متغير المستوى الدراسي لطلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من(545) طالباً، وطبقّت على العينة استبيانات خاصة بالتوافق الاجتماعي والأكاديمي، وتوصلت إلى وجود فروق دالة بين التوافق الاجتماعي والأكاديمي لصالح طلاب السنة الأولى.

❖كما أجرت حجاب (2010) دراسة بعنوان "الفروق في التوافق مع الحياة الجامعية باختلاف طبيعة الشُّعب الدراسية بكلية التربية النوعية"، وهدفت إلى التعرّف على الفروق بين متوسطات درجات طلاب الفرقة الرابعة في التوافق مع الحياة الجامعية؛ وتكونت عينة الدراسة من (100) طالبٍ وطالبةٍ من الفرقة الرابعة طبق عليهم مقياس التوافق مع الحياة الجامعية، تعريب عبد السلام(2008)، و توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب الفرقة الرابعة في التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة.

❖وتناولت دراسة كلّ من حبايب ومرق (2009) "واقع التوافق الجامعي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية في ضوء بعض المتغيرات"، كما هدفت إلى معرفة الفروق في واقع التوافق، تبعاً لمتغير التخصص (العلمي والادبي)، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم الباحثان مقياس التوافق الجامعي أعدّه جمل الليل وتكوّنت عينة الدراسة من (854) طالباً وطالبةً وأسفرت الدراسة عن عدم وجود فروق دالة في واقع التوافق، في كلّ من المجال الاجتماعي والأكاديمي والانضباطي تبعاً لمتغير التخصص الدراسي، ووجود فروق في المجال الانفعالي بين أفراد العينة، لصالح طلاب التخصص الأدبي .

❖ كذلك هدفت دراسة راموس ونيكولاس Romos& Nichlas(2007) التي كانت بعنوان العلاقة بين فاعلية الذات والتوافق مع الحياة الجامعية إلى معرفة الفروق في التوافق مع الحياة الجامعية؛ تبعا للسنة الدراسية الأولى والرابعة، و أجريت الدراسة على عينة قوامها (192) طالباً طبق عليهم مقياس التوافق مع الحياة الجامعية، ودلّت النتائج على أنّ طلاب السنة الأولى، لديهم توافق أعلى مع الحياة الجامعية .

ثالثاً: التعليق العام على الدراسات السابقة :

- تباينت أهداف الدراسات السابقة، فمنها ما هدف إلى التعرف على قلق المستقبل وعلاقته بالإرهاب النفسي، مثل دراسة النوري(2012) وقلق المستقبل وعلاقته بالدافع للإنجاز، مثل دراسة القرشي (2012).

– معظم الدراسات السابقة المتعلقة بقلق المستقبل تناولت في منهجيتها المنهج الوصفي في مجتمع الدراسة، و الدراسة الحالية ستستخدم المنهج الوصفي .

– يتضح أنّ معظم الدراسات قد طبقت على طلبة الجامعة، وهذا ما قامت به الباحثة في الدراسة الحالية، وأجريت على عينات مختلفة من حيث الحجم والمواصفات، كما استعانت بأدوات في قياس المتغير الأساسي "قلق المستقبل " .

– تباينت نتائج الدراسات بمسألة الفروق بين المستوى الدراسي في قلق المستقبل، حيث أشارت نتائج بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق بين المستوى الدراسي في قلق المستقبل، منها دراسة القرشي(2012)، أما دراسة مندوة (2006) ودراسة المشيخي (2009) فقد أشارت إلى وجود فروق بين درجات المستوى الدراسي لصالح الفرقة الرابعة في قلق المستقبل .

– تباينت نتائج الدراسات بمسألة الفروق بين التخصص الدراسي (علمي-أدبي) في قلق المستقبل؛ حيث أشارت نتائج بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق بين التخصص الدراسي في قلق المستقبل، منها دراسة القرشي(2012) و دراسة فرج ومحمود (2006)، أمّا دراسة النوري (2012)، والسبعاوي (2010) فقد أشارت إلى وجود فروق بين درجات التخصص الدراسي لصالح التخصص العلمي في قلق المستقبل، وأشارت دراسة مندوة(2006)، والثنيان(2009)، ورمضان(2010)، والمشيخي (2009) إلى وجود فروق في درجات قلق المستقبل لصالح التخصص الأدبي .

– تباينت نتائج الدراسات بمسألة الفروق بين المستوى الدراسي في التوافق مع الحياة الجامعية حيث أشارت نتائج بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق بين المستوى الدراسي في درجة التوافق مع الحياة الجامعية مثل دراسة موريس (2011)، أما دراسة نيكولاس وراموس (2007) و دراسة دانيال (2010) أشارت إلى وجود فروق في التوافق الاجتماعي و الأكاديمي لصالح الفرقة الأولى، وأما دراسة حجاب (2010) فقد أشارت إلى وجود فروق بين المستوى الدراسي لصالح الفرقة الرابعة في التوافق مع الحياة الجامعية .

– أشارت نتائج بعض الدراسات، إلى عدم وجود فروق بين التخصص الدراسي في درجة التوافق مع الحياة الجامعية، منها دراسة السويلم (2013)، و القدومي وسلامة (2011) في حين أشارت دراسات أخرى كدراسة حبايب ومرق (2009)، إلى وجود فروق في بعد التوافق الانفعالي لصالح التخصص الأدبي.

– تتفق معظم الدراسات السابقة في المعالجات الإحصائية، حيث استخدمت المتوسطات الحسابية، واختبار(ت)، واختبار تحليل التباين الأحادي والثنائي، ومعامل ارتباط بيرسون، وستعتمد الباحثة في الدراسة الحالية، معامل بيرسون – اختبار ت .

– هناك دراسات تناولت العلاقة بين قلق المستقبل والتوافق الدراسي، الذي يعدّ أحد أبعاد التوافق مع الحياة الجامعية، والتي تمثّل المتغير الثاني في الدراسة الحالية، مثل دراسة مندوه (٢٠٠٦).

– أثبتت دراسات قلق المستقبل، أنّ القلق من المستقبل ينتشر بين مرحلة الشباب بشكل أكثر من غيره من المراحل العمرية، وذلك من خلال العينات التي تمّ اختيارها في الدراسات السابقة.

– أثبتت دراسات قلق المستقبل أنّ العلاقة بين قلق المستقبل وبعض المتغيرات علاقة إيجابية مثل دراسة رمضان (2010).

– تنوعت المقاييس التي استخدمتها الدراسات السابقة و في الدراسة الحالية استخدمت الباحثة مقياس التوافق الجامعي من تعريب عبد السلام(2008) و مقياس شقير (2005).

وتتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة فيما يلي:

- ❖ لم تتناول الدراسات السابقة قلق المستقبل وعلاقته بدرجة التوافق مع الحياة الجامعية على عينة الطالبات الجامعيات ؛ مما دعا الباحثة إلى إجراء هذة الدراسة، وبهذا تعدّ الدراسة الأولى على حدّ علم الباحثة في البيئة المحلية.
- ❖ لقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة التي حصلت عليها في صياغة أسئلة الدراسة وتحديد أهدافها، وصياغة الفروض، واختيار المنهج المناسب، ودراسة واختيار الأساليب الإحصائية المناسبة لها، كما استفادت الباحثة من المعلومات والمفاهيم النظرية التي تناولتها هذه الدراسات في إثراء الإطار النظري الخاص بالدراسة الحالية .

رابعاً: فروض الـــدراسة :

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة، قامت الباحثة بصياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

الفرض الأوّل : توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات مقياس قلق المستقبل ودرجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية، لدى عينة من طالبات جامعة الطائف بفرع تربة .

الفرض الثّاني : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة، لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص الدراسي (العلمي – الأدبي) .

الفرض الثّالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية (الأولى – الرابعة) .

الفرض الرابع : توجد فروق ذات دلالة إحصائية، بين متوسطات درجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة، لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص الدراسي (العلمي – الأدبي).

الفرض الخامس: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة، لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية (الأولى –الرابعة).

الفصل الرّابع

منهج وإجراءات الدّراسة

يتناول هذا الفصل وصفًا تفصيليًا للإجراءات التي اتبعتها الباحثة في تنفيذ الدراسة، ومنها تعريف منهج الدراسة، ووصف مجتمع الدراسة، وتحديد عينة الدراسة، وأدوات الدراسة المستخدمة لجمع البيانات، والتأكد من صدقها وثباتها، وبيان إجراءات الدراسة، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج، وفيما يلي وصف لهذه الإجراءات.

أوّلاً: منهج الدراسة

اتبعت الباحثة في هذه الدارسة المنهج الوصفي الارتباطي و السببي المقارن، لمناسبته لأهداف الدارسة، حيث أنّ المنهج الوصفي الارتباطي يقوم بوصف الظاهرة كما هي في الواقع، بوصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي ودراسة العلاقات التي توجد بين هذه الظاهرة المراد دراستها، والظواهر الأخرى والتعبير عنها كمّاً وكيفاً .(القرشي، 2012).

ثانياً: عيّنة الدراسة

تتكون عينة الدراسة الحالية، من طالبات كلية التربية والآداب، وكلية العلوم الطبية والتطبيقية بجامعة الطائف بفرع تربة مرحلة البكالوريوس، اللاتي يدرسن في الفرقة الأولى، ويقصد بهن طالبات السنة التحضيرية والفرقة الرابعة ويقصد بهن من سيتخرجن وعددهن (200) طالبة وتم اختيارهن بالطريقة العشوائية الطبقية المتساوية بواقع (100) طالبة من كلية العلوم من أقسامها المختلفة و(100) طالبة من كلية التربية والآداب من أقسامها المختلفة .

جدول (1)

توزيع عيّنة الدراسة بشكل إجمالي

الفرقة الدراسية	التخصص	العدد
الأولى	**علمي**	**50**
الرابعة	**أدبي**	**50**
الأولى	**علمي**	**50**
الرابعة	**أدبي**	**50**

جدول (2)

أعداد طالبات الفرقة الأولى عينة الدراسة

الفرقة الدراسية	التخصص	العدد
الأولى	**العلمي**	**50**
الأولى	**الأدبي**	**50**

يوضح الجدول (2) الأعداد التفصيلية للطالبات اللاتي قمن بالإجابة عن مقياس قلق المستقبل ومقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية من طالبات الفرقة الأولى للقسم العلمي والأدبي.

جدول (3)

أعداد طالبات الفرقة الرابعة عينة الدراسة

الفرقة الدراسية	التخصص	الكلية	القسم	العدد	المجموع
الرابعة	العلمي	كلية العلوم الطبية التطبيقية	الرياضيات	25	50
			الكيمياء	17	
			المختبرات	8	
الرابعة	الأدبي	كلية التربية والآداب	اللغة الانجليزية	25	50
			اللغة العربية	2	
			دراسات إسلامية	19	
			رياض أطفال	4	

يوضح الجدول (3) الأعداد التفصيلية للطالبات اللاتي قمن بالإجابة عن بنود مقياس قلق المستقبل ومقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية من طالبات الفرقة الرابعة للأقسام العلمية والأدبية.

ثالثاً: أدوات الدراسة

تعرض الباحثة في هذا المقام وصفًا للأدوات المستخدمة في الدراسة، وذلك وفقًا لترتيبها حسب عنوان الدراسة، وهذه الأدوات هي:

❖ **مقياس قلق المستقبل**: إعداد(شقير، ٢٠٠٥)، يهدف المقياس إلى معرفة رأي الفرد الشخصي بوضوح في المستقبل وذلك عن مقياس متدرج خماسي من (مرتفع جداً، مرتفع، متوسط، بسيط، منخفض) ؛ وموضوع أمام هذه التقديرات خمس درجات هي (5- 4-3-2-1) على الترتيب وذلك عندما يكون اتجاه البنود نحو قلق المستقبل سلبي، بينما تكون هذه التقديرات في اتجاه عكسي (1-2-3- 4-5) عندما يكون اتجاه البنود نحو قلق المستقبل إيجابياً، وبذلك تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع قلق المستقبل لدى الفرد، ويتكون المقياس من (٢٨) مفردة موزعة على خمسة أبعاد كالآتي :

1 - القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية ويشمل أرقام المفردات (17-20-21-22-24).
2 - قلق الصحة وقلق الموت ويشمل أرقام المفردات (10-18-19-25-26).
3 - القلق الذهني(قلق التفكير في المستقبل) ويشمل (3 -6-11-13-14-23-28).
4 - اليأس من المستقبل ويشمل أرقام المفردات (4-7-8-9-12-16).
5 - الخوف والقلق من الفشل في المستقبل ويشمل أرقام المفردات(1-2-5- 15 -27)، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس مابين (1– 112 درجة) ويتم تحديد المستويات طبقا للآتي :

جدول (4)

مستويات قلق المستقبل

أرقام البنود	اتجاه التصحيح	مستويات قلق المستقبل	
من 1-10	1-2-3-4-5	قلق مستقبل مرتفع جداً	من 91-112 درجة
		قلق مستقبل مرتفع	من 68-90 درجة
من 11- 28	5-4-3-2-1	قلق مستقبل معتدل	من 45- 67 درجة
		قلق مستقبل بسيط	من 22- 44 درجة
		قلق مستقبل منخفض	من 1 – 21 درجة
		الدرجة الكلية لقلق المستقبل	112 درجة

وقامت معدّة المقياس بتطبيقه على عيّنة من الجنسين، من فئات مختلفة وأعمار زمنية مختلفة، وتكونت عينة الذكور من (٣٦٠) وعينة الإناث من (٣٦٠) بحيث بلغت العينة الكلية للتقنين (٧٢٠).

- صدق وثبات المقياس لـ (شقير، 2005):

- **صدق المقياس:**

وقد استخدمت معدّة المقياس (زينب شقير) الطرق الإحصائية التالية لحساب صدق المقياس:

- **الصدق الظاهري:**حيث تمّ عرض المقياس على مجموعة من المتخصّصين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي.
- **صدق المحك :** حيث تمّ تطبيق المقياس على عينة قوامها (١٢٠) طالباً وطالبةً(مناصفة بالفرقة الرابعة) بكليّة التربية بطنطا وكان معامل الارتباط بين درجات المقياسين(0، 87– 0، 83

_ 0، 84) وهو ارتباط دال ومرتفع، مما يضمن صلاحية المقياس للاستخدام.

- **صدق المفردات :** تمّ حساب ارتباط كلّ بند بالدرجة الكلّيّة للمقياس على عينة طلاب وطالبات الكليّة (٢٠٠) وكانت معاملات الارتباط دالّة.

- **طريقة الاتساق الداخلي (صدق التكوين) :**تمّ إيجاد معاملات الارتباط بين محاور المقياس الخمسة وبين بعضها بعضاً، وكذلك بين كل محور وبين الدرجة الكلية للمقياس، تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0، 67 – 0، 93) وهذا يزيد من الاطمئنان على ارتفاع صدق المقياس لما وضع له.

- **صدق التمييز**: تبين أنّ قيمة" ف "جميعها دالة عند مستوى(0، 01) أي أنّ هناك فروقًا ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثنائية، مما يطمئن على صدقه وإمكانية استخدامه في القياس.

- **ثبات المقياس:**

قامت معدّة المقياس(شقير) بحساب الثبات بعدة طرق:

- **طريقة إعادة تطبيق الاختبار:** تمّ تطبيقه على عينة من طلاب كلية التربية جامعة طنطا وعددها (٨٠) طالباً بالتساوي على مرتين بفاصل زمني بينهما شهراً، وبلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (0، 84– 0، 83– 0، 81).

- **طريقة التجزئة النصفية :**

تمّ حسابه بطريقتين :

–باستخدام معادلة سبيرمان براون" Sperman – Brown" حيث معامل الارتباط بين البنود الزوجية والفردية(0، 82) وبلغ معامل الثبات (0، 82) وهو مرتفع ودال عند مستوى (0، 01) مما يطمئن على استخدام المقياس .

–تمّ تقسيم المقياس إلى مجموعتين من البنود، من 1-14، 15-28 وتمّ إيجاد معامل الارتباط بين درجات بنود المجموعتين، وبلغ (0، 81) وهو معامل ارتباط مرتفع ودال عند مستوى(0، 01).

- **طريقة كرونباخ (معامل ألفا):** حيث تمّ حساب معامل ألفا على عينة من الذكور والإناث من طلاب الجامعة، مقدارها (١٠٠مائة) طالب من الجنسين وبلغ معامل الثبات (0، 88 – 0، 91 -0، 92) وهي معاملات ثبات مرتفعة للمقياس.

- التحقق من الشروط السيكومترية في الدراسة الحالية:

- **صدق المقياس:**

- **طريقة الاتساق الداخلي (صدق التكوين) :** الصدق البنائي يعتبر أحد مقاييس صدق الأداة الذي يقيس مدى تحقق الأهداف التي تريد الأداة الوصول إليها، ويبين مدى ارتباط كلّ مجال من مجالات الدراسة، بالدرجة الكلية لفقرات المقياس.

جدول (5)

معاملات ارتباط أبعاد مقياس قلق المستقبل ببعضها وبالدرجة الكلية

	قلق الصحة وقلق الموت	القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)	اليأس من المستقبل	الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	الدرجة الكلية
القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية	74 ،0**	55 ،0**	34 ،0**	49 ،0**	84 ،0**
قلق الصحة وقلق الموت		43 ،0**	28 ،0**	42 ،0**	77 ،0**
القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)			47 ،0**	56 ،0**	79 ،0**
اليأس من المستقبل				53 ،0**	65 ،0**
الخوف والقلق من الفشل في المستقبل					75 ،0**

**** دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0، 01 * دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0، 05**

يتضح من النتائج الموضحة في جدول (5) أنّ جميع أبعاد مقياس قلق المستقبل مرتبطة ببعضها وبالدرجة الكلية للمقياس، حيث تمّ إيجاد معاملات الارتباط بين محاور المقياس الخمسة وبين بعضها البعض، وكذلك بين كلّ محور وبين الدرجة الكليّة للمقياس، ممّا نتج عنها أنّ معاملات الارتباط تراوحت ما بين (0، 28 – 0، 84) وهذا يزيد من الاطمئنان على ارتفاع صدق المقياس لما وضع له.

- **صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزى):** قامت الباحثة بإجراء صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)، حيث تم ترتيب أفراد العينة الاستطلاعية (50) طالبةً ترتيباً تنازلياً حسب الدرجة الكلية التي حققتها كلّ منهن في استجابتها على الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل، ثم تم اختيار أعلى 26 % من الدرجات (وعددهن 13ثلاث عشرة طالبةً)، وأدنى 26 % من الدرجات (وعددهن أيضاً 13ثلاث عشرة طالبة)، وأخيراً تم إجراء المقارنة بين درجات المجموعتين باستخدام اختبار مان– ويتنيU قامت الباحثة بإجراء صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)، حيث تم ترتيب أفراد العينة الاستطلاعية (50)خمسين طالبة ترتيباً تنازلياً حسب الدرجة الكلية التي حققتها كل منهن في استجابتها عن الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل، ثم تم اختيار أعلى 26 % من الدرجات (وعددهن 13ثلاث عشرة طالبة)، وأدنى 26 % من الدرجات (وعددهن أيضاً ثلاث عشرة13طالبة)، وأخيراً تمّ إجراء المقارنة بين درجات المجموعتين باستخدام اختبار مان–ويتني U، وذلك لكون عدد الأفراد في كل مجموعة يساوي 13ثلاث عشرة طالبة، وهو عدد قليل لايجوز معه استخدام اختبار بارامتري كاختبار(ت)، بالإضافة لكون اختبارU

مصمم للتوزيعات الصغيرة، المتجانسة منها وغير المتجانسة (علام، ١٩٩٣) ؛ وتبين من النتائج وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلاله أقل من 0.01 بين منخفضي ومرتفعي الدرجات على مقياس قلق المستقبل، الأمر الذي يدل على صلاحية المقياس للتمييز بين مستويات القلق لدى أفراد العينة.

- **ثبات أداة الدراسة :** استخدمت الباحثة طريقة كرونباخ (معامل ألفا) حيث تمّ حساب معامل ألفا على عينة من الدراسة وبلغ معامل الثبات (0، 86) وهو معامل ثبات مرتفع للمقياس، مما يعطي مؤشراً للباحثة على صلاحية استخدام المقياس في التطبيق الميداني .

❖ **مقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية :** استخدمت الباحثة المقياس الذي أعدّه بيكر وسيرك Baker & Siryk وتعريف وتقنين عبدالسلام(2008)

وهو أداة للتقدير الذاتي، متعدد الأبعاد بهدف القياس الكمّي لتوافق طلاب وطالبات الجامعة مع الحياة الجامعية، ويتكون المقياس في صورته النهائية من (36 عبارة) تقيس أربع أبعاد هي:

البعد الأول : التوافق الأكاديمي : ويتكون من 15 عبارةً أرقامها (3-12-13-14-15-16-17-21-25-26-28-30-31-35-36) .

البعد الثاني : التوافق الاجتماعي : ويتكون من 5 عبارات أرقامها(4-7-19-24-29).

البعد الثالث : التوافق العاطفي / الشخصي : ويتكون من8عبارات (2-6-8-9-18-20-23-27).

البعد الرابع : الالتزام بتحقيق الأهداف : ويتكون من 8 ثماني عبارات أرقامها (1-5-10-11-22-32-33-34). (عبدالسلام، 2008).

مفاتيح التصحيح :يجيب المفحوص على البنود باختيار الإجابة التي تتلاءم معه، طبقاً للإجابات الآتية :"تنطبق تماماً" وتأخذ ثلاث درجات ، و "تنطبق إلى حد ما " وتأخذ درجتين، و "لا تنطبق " وتأخذ درجة واحدة .

- **صدق وثبات المقياس لـ (عبدالسلام، 2008):**

- **صدق المقياس:**

- **الصدق الظاهري** : قام معرّب المقياس بتقنين هذا المقياس عام(2006) على عيّنة من طلاب الإعداد التربوي بجامعة أم القرى ؛وقد بلغ معامل الثبات عن طريق إعادة التطبيق (0، 70) ومعامل الثبات عن طريقة التجزئة النصفية(0، 61) .

- **الصدق العاملي**: تمّ حساب الصدق العاملي لمقياس التوافق مع الحياة الجامعية، على عينة قوامها ن= 100 من طلاب الجامعة من الكليات النظرية والعلمية وبعض المعاهد العليا، وأظهرت النتائج تشبع الأبعاد الأربعة للمقياس على عامل واحد يستوعب (78، 9) من التباين .

جدول (6)

تشبع الأبعاد الأربعة لمقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية

الأبعاد	تشبعات العوامل	الاشتراكات
التوافق الأكاديمي	**0، 88**	**0، 82**
التوافق الاجتماعي	**0، 93**	**0، 73**
التوافق العاطفي	**0، 92**	**0، 84**
الالتزام بتحقيق الأهداف	**0، 89**	**0، 78**
الجزء الكامن	**3، 14**	
نسبة التباين	**78، 9%**	

يتضح من الجدول (6) أن الأبعاد الأربعة للمقياس تتشبع على عامل واحد مما يدل على أن درجة صدق المقياس مرتفعة (عبدالسلام، 2008).

- **ثبات المقياس:** قام معرب المقياس بحساب الثبات والصدق على عينة قوامها ن=50 طالباً وطالبةً جامعية في مصر وباستخدام معامل كرونباخ والتجزئة النصفية .

جدول (7)

التجزئة النصفية لمقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية

الأبعاد	معامل ثبات الفاكرونباخ	التجزئة النصفية	
		معادلة سبيرمان/براون	معادلة "جتمان""
التوافق الأكاديمي	0، 74	0، 72	0، 75
التوافق الاجتماعي	0، 71	0، 74	0، 76
التوافق العاطفي	0، 86	0، 85	0، 83
الالتزام بتحقيق الأهداف	0، 87	0، 86	0، 84

يشير الجدول (7) إلى أنّ معاملات ثبات المقياس مابين (0، 71- 0، 87) كلها معاملات ثبات مرتفعة، وتشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات.

- التحقق من الشروط السيكومترية في الدراسة الحالية:

- **صدق المقياس:**

• **طريقة الاتساق الداخلي (صدق التكوين) :** يعتبر الصدق البنائي أحد مقاييس صدق الأداة الذي يقيس مدى تحقق الأهداف التي تريد الأداة الوصول إليها، ويبين مدي ارتباط كل مجال من مجالات الدراسة بالدرجة الكلية لفقرات المقياس.

جدول (8)

معاملات ارتباط أبعاد مقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية ببعضها وبالدرجة الكلية

	التوافق الاجتماعي	التوافق العاطفي	الالتزام بتحقيق الأهداف	الدرجة الكلية
التوافق الأكاديمي	25 ،0**	14 ،0*	39 ،0**	79 ،0**
التوافق الاجتماعي		21 ،0**	32 ،0**	57 ،0**
التوافق العاطفي			63 ،0**	49 ،0**
الالتزام بتحقيق الأهداف				69 ،0**

**** دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0، 01 * دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0، 05**

يتضح من النتائج الموضحة في جدول (8) أنّ جميع أبعاد مقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية مرتبطة ببعضها وبالدرجة الكلية للمقياس، حيث تمّ إيجاد معاملات الارتباط بين محاور المقاييس الأربعة وبين بعضها بعضاً، وكذلك بين كلّ محور وبين الدرجة الكلية للمقياس، ممّا نتج عنها أنّ معاملات الارتباط تراوحت ما بين (0، 15 – 0، 79) وهذا يزيد من الاطمئنان على ارتفاع صدق المقياس لما وضع له.

• **صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزى):** قامت الباحثة بإجراء صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)، حيث تمّ ترتيب أفراد العينة الاستطلاعية (50) خمسين طالبة ترتيباً تنازلياً حسب الدرجة الكلية التي حققتها كلّ منهن في استجابتها على الدرجة الكلية لمقياس التوافق مع الحياة الجامعية، ثمّ تمّاختيار أعلى 26 % من الدرجات (وعددهن 13 طالبة)، وأدنى 26 % من الدرجات (وعددهن أيضاً 13 طالبة)، وأخيراً تمّ إجراء المقارنة بين درجات المجموعتين باستخدام اختبار مان–ويتني U، وذلك لكون عدد الأفراد في كلّ مجموعة يساوي 13ثلاث عشرة طالبة، وهو عدد قليل لايجوز معه استخدام اختبار بارامتري كاختبار(ت)، بالإضافة لكون اختبارU مصمم للتوزيعات الصغيرة، المتجانسة منها وغير المتجانسة (علام، ١٩٩٣)، وتبين من النتائج وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من 0، 01 بين منخفضي ومرتفعي الدرجات على مقياس التوافق مع الحياة الجامعية الأمر الذي يدل على صلاحية المقياس للتمييز بين مستويات التوافق مع الحياة الجامعية لدى أفراد العينة.

- **ثبات أداة الدراسة:** استخدمت الباحثة طريقة كرونباخ (معامل ألفا): حيث تمّ حساب معامل ألفا على عيّنة من الدراسة وبلغ معامل الثبات (0، 66) وهو معامل ثبات مرتفع للمقياس، ممّا يعطي مؤشراً للباحثة على صلاحية استخدام المقياس في التطبيق الميداني.

رابعاً: أساليب المعالجة الإحصائية :

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تمّ تجميعها، فقد تمّ استخدام العديد من الأساليب الإحصائية المناسبة، باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، والتي يرمز لها اختصاراً بالرمز (SPSS)، وذلك بعد أن تمّ ترميز وإدخال البيانات إلى الحاسب الآلي، ثم استخدام الأساليب الإحصائية التالية :

1- التأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك بإيجاد معامل "ارتباط بيرسون" بين كلّ مجال والدرجة الكليّة للمقياس .
2- التأكد من ثبات المقياس، وذلك بإيجاد معامل الثبات بطريقة "الفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية".
3- استخدام أسلوب معامل الارتباط بيرسون لقياس العلاقة الارتباطية بين المتغيرات.
4- اختبار (ت) T -test لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات الطالبات في المتغيرات المعنية في الدراسة الحالية .

خامساً: إجراءات الدراسة:

قامت الباحثة بإتباع الخطوات التالية في إعداد وتطبيق الدراسة:

- تسليط الضوء على ما ورد في التراث النفسي من أطر نظرية ودراسات وأبحاث سابقة، اهتمّت بمجال موضوع الدراسة الحالية.
- تحديد الأدوات المناسبة ؛ حيث تمّ اختيار كلّ من : مقياس قلق المستقبل، إعداد شقير (2005) ملحق رقم(1)، ومقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية إعداد بيكر و سيرك ترجمة عبدالسلام (2008) ملحق رقم(2)، وتمّ التأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة على البيئة السعودية من خلال مراجعة الدراسات السابقة .
- التحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة بالطرق الإحصائية المناسبة كما تمّ توصيفها في أدوات الدراسة.
- اختيار عينة الدراسة الممثلة لمجتمع الدراسة بطريقة عشوائية طبقية متساوية ؛كما تمّ توصيفها في عينة الدراسة.
- الحصول على خطاب رسمي من رئيسة برنامج الدراسات العليا التربوية بجامعة الملك عبد العزيز، موجّه لعميد جامعة الطائف بفرع تربة ؛ المتضمن تسهيل مهمة الباحثة في تطبيق المقاييس .
- الحصول على موافقة وكيلة الدراسات الجامعية لجامعة الطائف بفرع تربة على تطبيق مقاييس الدراسةّ، وتمّ الحصول على خطاب رسمي بذلك .
- تطبيق أدوات الدراسة للتحقق من فروض الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 1435/1434هـ على عينة الدراسة؛ والتي تبلغ (200) طالبة، وقد استغرق تطبيق المقياسين نصف ساعة للطالبة، بعد إلقاء التعليمات وتوضيح طريقة الاستجابة، وأهداف أدوات الدراسة وأهميتها، والفائدة المرجوة منها، حيث طبقت بصورة جماعية للطالبات .
- جمع البيانات وتفريغها لمعالجتها إحصائياً في ضوء فروض الدراسة .

- استخلاص النتائج وتفسيرها ومناقشتها .
- صياغة وتقديم التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج الدراسة.
- إعداد ملخص الدراسة باللغتين العربية والانجليزية.

الفصل الخامس

نتائج الدراسة ومناقشتها

يسير هذا الفصل في اتساق مع تساؤلات الدراسة، حيث يتضمن عرضاً وتحليلاً لنتائج الدراسة الميدانية، بعد تطبيق أداة الدراسة على العينة المختارة، ومعالجة البيانات إحصائياً مع الاستعانة بالدراسات السابقة في التعليق على النتائج، وملخص للدراسة وأهمّ النتائج التي توصلت إليها في الجانب العملي؛ بالإضافة إلى تقديم أهمّ التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج الدراسة الحالية، وتسهيلاً لعرض نتائج الدراسة، قامت الباحثة بعرضها على النحو التالي:

أولاً: نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

❖ **عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الأوّل ومناقشتها:** للتحقق من صحة الفرض الأول الذي ينص على أنّه " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات مقياس قلق المستقبل ودرجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من طالبات جامعة الطائف بفرع تربة "، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون وسوف تتناول الباحثة الجداول الآتية لعرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرض الأول.

جدول (9)

العلاقة الارتباطية بين قلق المستقبل و درجة التوافق مع الحياة الجامعية

أبعاد التوافق مع الحياة الجامعية / أبعاد قلق المستقبل	التوافق الأكاديمي	التوافق الاجتماعي	التوافق العاطفي	الالتزام بتحقيق الأهداف	التوافق مع الحياة الجامعية ككل
القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية	0، 13	-0، 02	0، 25**	-0، 14*	0، 09
قلق الصحة وقلق الموت	0، 08	-0، 02	0، 22**	-0، 10	0، 08
القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)	-0، 11	-0، 11	0، 13	-0، 31**	-0، 16*
اليأس من المستقبل	-0، 03	-0، 13	0، 05	-0، 13	-0، 08
الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	0، 01	-0، 04	0، 14	-0، 23**	-0، 06
قلق المستقبل ككل	0، 03	-0، 08	0، 21**	-0، 23**	-0، 03

***دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0، 05** ****دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0، 01**

يتضح من الجدول (9) الآتي:

- وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0، 05 بين القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية؛ والالتزام بتحقيق الأهداف، حيث كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-0، 14) ، وذلك يدل على أنّه إذا زاد القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية، قلّ الالتزام بتحقيق الأهداف لدى أفراد العينة والعكس صحيح، حيث ترى الباحثة، أنّ مواجهة الطالبة لضغوط نفسية من البيئة التي تعيش فيها قد تسبب لها التوتر وعدم التكيف، و النظرية الإنسانية تعتبر الإحباط من أهم الأسباب المؤدية إلى التوتر النفسي، كما ويعتبر من المعوقات الأساسية لفهم الذات وعدم تحقيق الغاية الأساسية للفرد .(زهران، 2003) إنّ قلق المستقبل يختلف في شدته تبعاً للفروق الاجتماعية والمؤثرة حتماً على نفسية الشخص، ومن أهمّها المشكلات الاجتماعية التي يعاني منها الشخص منذ البداية، أي من مرحلة الطفولة، ألا وهي المشكلات الأسرية مثل حالة الطلاق، و العامل الاقتصادي هو الآخر له تأثير على مستوى قلق المستقبل للفرد، فكلّما قلّ أو انخفض الدخل الشهري للفرد، كلّما ارتفع مستوى القلق لديه، لأنه يمثل جزءاً من الحاجز الذي يحول دون تحقيق الأهداف والطموحات.(المحاميد و السفاسفة، 2007)

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0، 01 بين القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية، والتوافق العاطفي حيث كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0، 25)، وذلك يدل على أنّه إذا زاد القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية، زاد التوافق العاطفي لدى أفراد العينة والعكس صحيح، وتفسر الباحثة ذلك، بأنّ طبيعة البيئة المحافظة التي تعيش فيها الطالبات قد تؤدي إلى تعرض الطالبة لبعض المشكلات في حياتها اليومية، و سبب بحثها عن المساندة الاجتماعية من المحيطين بها كمحاولة للتكيف مع المشكلات التي قد تواجهها و للتقليل من مشاعر القلق الناتجة عن تعرضها لهذه المشكلات ولزيادة ثقتها بنفسها بأنها قادرة على تجاوز هذه المشكلة، وهذا مدعاة لتقوية الروابط الاجتماعية التي تربط الطالبة بالمحيطين بها، وحسب الاتجاه الإنساني فإنّ الفرد له حاجات شخصية واجتماعية تتمثل بالترابط الأسري والترابط الاجتماعي للفرد بالآخرين واثبات الذات، ويكون الشخص مقبولاً اجتماعياً عندما يكون مألوفاً ومحبوباً من قبل الآخرين، فهذا التآلف يجعله متفاعلاً ومتعاوناً مع أسرته ومع المجتمع متفائلاً سعيداً.(المصري، 2010)

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0، 01 بين قلق الصحة وقلق الموت والتوافق العاطفي حيث كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0، 22)، وذلك يدل على أنّه إذا زاد قلق الصحة وقلق الموت زاد التوافق العاطفي لدى أفراد العينة والعكس صحيح، فحسب الاتجاه الإنساني إنّ توقّع فجائية حدوث الموت هو المثير الأساسي للقلق عند الإنسان ومن هنا نجد أنّ الفرد يسعى إلى أن يكون متوافقاً عاطفياً، حيث أنّ التوتر النفسي في مفهوم روجرز ناتج عن ضغوط تلبية الحاجات الخاصة ببناء الذات؛ كالحاجة إلى الشعور بالأمن النفسي والحبّ ومن هنا يزداد تقدير الطالبة لذاتها واستجابتها نحو نفسها والآخرين.

- وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0، 01 بين القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل) والالتزام بتحقيق الأهداف، حيث كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-0، 31)، وذلك يدل على أنّه إذا زاد القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)، قلّ الالتزام بتحقيق الأهداف لدى أفراد العينة والعكس صحيح، فالتفكير في المستقبل من الأمور التي تشغل بال الطالبة وعدم الوصول إلى تحقيق الأهداف التي وضعتها بداية دخولها للجامعة في ظل التغير السريع في المجتمع وأزمة البطالة قد يسبب لها القلق، وحسب النظرية المعرفية فإن ذلك يرجع إلى أساليب التفكير لدى الطالبة، فالطالبة التي لديها أفق واسع وتفكير متفائل، يصبح لديها الدافع للعمل والإقبال على الحياة؛ بينما الطالبة التي تفكيرها محدود يدفعها للهروب من الحياة، فالتفكير بالمستقبل يعتبر أحد العوامل الأساسية المسببة للقلق.(العناني، 2000)

- وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0، 05 بين القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل) والتوافق مع الحياة الجامعية ككلّ، حيث كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-0، 16)، ويدل ذلك على أنّه إذا زاد القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل) قلّ التوافق مع الحياة الجامعية ككلّ لدى أفراد العينة، والعكس صحيح، حيث يؤكد أصحاب الاتجاه المعرفي على نموذج إدراك المواقف الحياتية حيث يرى أصحاب هذه النظرية أنّ تقييم الفرد الأولي للموقف يحدّد أساليبه في التوافق وقد تكون سلبية أو ايجابية في إطار علاقته بالبيئة وتقييمه المعرفي للموقف، كما أنّ زيادة القلق الذهني لدى الطالبات قد تجعلهن غير قادرات على اتباع التعليمات التدريسية، وتنظيم العمل داخل الجامعة، ممّا يؤثر على بيئة التعلم لديهن، ويؤكد بيكBeck أنّ الاضطرابات الانفعالية ما هي إلا نتاج اضطراب في تفكير الفرد وما يعتقد به من معتقدات وأفكار، والتي بواسطتها يمكن أن يفسر الأحداث من حوله. (حسين، 2007)

- وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0، 01 بين الخوف والقلق من الفشل في المستقبل ؛ والالتزام بتحقيق الأهداف حيث كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-0، 23)، و يدل ذلك على أنّه إذا زاد الخوف والقلق من الفشل في المستقبل قلّ الالتزام بتحقيق الأهداف لدى أفراد العينة والعكس صحيح، وتفسر الباحثة هذه النتيجة، بأنّ المستقبل لدى الطالبات مرتبط بالقدرة على بناء أهداف شخصية بعيدة المدى والالتزام بها والعمل على تحقيقها، وهو مكون أساسي لسلوك الطالبة، وحسب النظرية الإنسانية القلق ينشأ مما يتوقع الإنسان حدوثه، وعدم القدرة من الناحية النفسية على إنجاز الخطط المستقبلية بعيدة المدى، يرتبط بارتفاع مستوى قلق المستقبل وقد تصاب الطالبة بالإحباط، كما أنّ التردّد والشّكّ والقلق من المستقبل كلها عوامل تؤثر بالسلب على الالتزام بالهدف وتحقيقه.(حسين، 2007)

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0، 01 بين قلق المستقبل ككلّ والتوافق العاطفي حيث كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0، 21)، و يدل ذلك على أنه إذا زاد قلق المستقبل ككل، زاد التوافق العاطفي لدى أفراد العينة والعكس صحيح، إنّ تعرّض الطالبة للظروف المثيرة لقلق المستقبل، يجعلها تتفاعل مع البيئة المحيطة بها وفقاً لقدراتها وإمكانياتها لإشباع حاجاتها ورغباتها، والقدرة على مواجهة متطلبات الحياة . ومن العوامل المهمة لتعزيز الذات، نمو العلاقات الاجتماعية والدور السلوكي للأفراد، وهذا بدوره يعطي تغذية راجعة للفرد من أجل تعديل سلوكه نحو الأفضل .(حسين و عبد أليمة، 2011).

- وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0، 01 بين قلق المستقبل ككل والالتزام بتحقيق الأهداف حيث كانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (-0، 23)، وذلك يدل على أنّه إذا زاد قلق المستقبل ككل، قلّ الالتزام بتحقيق الأهداف لدى أفراد العينة والعكس صحيح، وحسب النظرية الإنسانية الفرد الذي يشعر بالقلق يعيش مجموعة من المشاعر والأحاسيس غير المرغوبة ومنها التوتر وضعف التركيز، وهذا يعني بأنّ ازدياد مستوى قلق المستقبل يصاحبه انخفاض مستوى الطموح، فبعد أن كان المستقبل مصدرًا للأهداف وتحقيق الآمال، قد يصبح مصدرًا للخوف، وهذا المصدر يعدّ أساس قلق المستقبل ولاسيما عدم الحصول على عمل أو مهنة تحقق طموحاته وغاياته وتحقق له الرضا عن الحياة . (المصري، 2011)

❖ **عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الثاني ومناقشتها :** للتحقق من صحة الفرض الثاني الذي ينص على أنّه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص الدراسي (العلمي _ الأدبي) "، تمّ استخدام اختبار T – test لمقارنة متوسطات درجات عينتين في مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة، وسوف تتناول الباحثة الجداول الآتية لعرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرض الثاني.

جدول(10)

نتائج اختبار T – test لدلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في مقياس قلق المستقبل تبعاً للتخصص الدراسي

أبعاد قلق المستقبل	التخصص	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig	مستوى الدلالة
القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية	أدبي	2، 88	1، 04	0، 33	198	0، 74	غير دالة
	علمي	2، 84	0، 90				
قلق الصحة وقلق الموت	أدبي	2، 54	0، 81	-0، 07	198	0، 94	غير دالة
	علمي	2، 55	0، 80				
القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)	أدبي	2، 41	0، 71	-0، 49	198	0، 62	غير دالة
	علمي	2، 45	0، 56				
اليأس من المستقبل	أدبي	1، 91	0، 62	-0، 69	198	0، 49	غير دالة
	علمي	1، 96	0، 55				
الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	أدبي	1، 75	0، 67	1، 47	198	0، 14	غير دالة
	علمي	1، 63	0، 49				
قلق المستقبل ككلّ	أدبي	2، 29	0، 60	0، 05	198	0، 96	غير دالة
	علمي	2، 29	0، 49				

– يوضح الجدول (10) أنّ قيمة الدلالة لكل أبعاد مقياس قلق المستقبل أكبر من 0، 05 ولذا فيمكن قبول الفرض الصفري الذي ينص على أنّه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص الدراسي (العلمي – الأدبي)"، وهذا يتفق مع دراسة القرشي (2012) و دراسة فرج ومحمود (2006)، وتتعارض مع دراسة كل من النوري (2012)، والسبعاوي (2010) فقد أشارت إلى وجود فروق بين درجات التخصص الدراسي لصالح التخصص العلمي في قلق المستقبل، وأشارت دراسة مندوة(2006)، والثنيان(2009)، ورمضان(2010)، والمشيخي (2009) إلى وجود فروق في درجات قلق المستقبل لصالح التخصص الأدبي، وتفسر الباحثة النتيجة نظراً لتشابه الظروف والعوامل الجامعية والأكاديمية والوظيفية والاقتصادية والسياسية والأمنية بين جميع الطالبات، ويمكن القول أنّ جميع مشكلات الطالبات تكاد تكون واحدة سواء من الأقسام الأدبية أو من الأقسام العلمية، فمشكلاتهن تدور حول الصعوبة في إيجاد فرصة عمل مناسبة، كما أنّ قلق المستقبل لدى جميع الطالبات الجامعيات لا يتوقف عند حدّ التخصص؛ بل كثرت وتعددت أسبابه، لذلك من الضروري اهتمام المؤسسات التربوية بمناقشة مشكلات الطالبات، وأسلوب حياتهن والعمل على حلها. (القرشي، 2012)

❖ **عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الثالث ومناقشتها :** للتحقق من صحة الفرض الثالث الذي ينص على أنّه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية (الأولى – الرابعة) ؛ تمّ استخدام اختبار T – test لمقارنة متوسطات درجات عينتين في مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة، وسوف تتناول الباحثة الجداول الآتية لعرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرض الثالث .

جدول(11)

نتائج اختبار T – test لدلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في مقياس قلق المستقبل تبعاً للفرقة الدراسية

أبعاد قلق المستقبل	الفرقة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig	الدلالة
القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية	الفرقة الأولى	2، 94	0، 89	1، 26	197	0، 21	غير دالة
	الفرقة الرابعة	2، 77	1، 05				
قلق الصحة وقلق الموت	الفرقة الأولى	2، 60	0، 82	1، 06	198	0، 29	غير دالة
	الفرقة الرابعة	2، 48	0، 78				
القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)	الفرقة الأولى	2، 48	0، 59	1، 02	198	0، 31	غير دالة
	الفرقة الرابعة	2، 38	0، 68				
اليأس من المستقبل	الفرقة الأولى	2، 03	0، 59	2، 23	198	0، 03	دالة
	الفرقة الرابعة	1، 84	0، 57				
الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	الفرقة الأولى	1، 75	0، 61	1، 42	198	0، 16	غير دالة
	الفرقة الرابعة	1، 63	0، 56				
قلق المستقبل ككلّ	الفرقة الأولى	2، 35	0، 52	1، 75	198	0، 08	غير دالة
	الفرقة الرابعة	2، 22	0، 56				

يوضح جدول (11) أنّ قيمة الدلالة لكلّ أبعاد مقياس قلق المستقبل أكبر من 0، 05 ولذا فيمكن قبول الفرض الصفري، الذي ينص على أنّه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة ترجع إلى متغير الفرقة الدراسية (الأولى – الرابعة) "، بمعنى آخر لا توجد فروق بين طالبات الفرقة الرابعة وطالبات الفرقة الأولى في المظاهر السلوكية التالية : الإيمان بالقضاء والقدر، والذي يعود إلى الأساس الراسخ للدين في قلوب الطالبات، والخوف والقلق من المستقبل.القرشي (2012)، وهذا يتفق مع دراسة القرشي (2012)، أما دراسة مندوة (2006) ودراسة المشيخي (2009) فقد أشارت إلى وجود فروق بين درجات المستوى الدراسي لصالح الفرقة الرابعة في قلق المستقبل . فيما عدا بعد اليأس من المستقبل فقد كانت قيمة الدلالة له أقلّ من 0، 05 ولذا فيمكن قبول الفرض البديل الذي ينص على أنّه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0، 05 بين متوسطات إجابات أفراد عينة الدراسة في بعد اليأس من المستقبل تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية ؛ لصالح الفرقة الأولى، ويرجع السبب في ذلك إلى أن الطالبة الجامعية في بداية دخولها للجامعة قد تواجه ضغوطاً نفسية متعددة، منها ضغوط دراسية وانفعالية، وأخرى فسيولوجية، راجعة إلى طبيعة المرحلة الجامعية التي تقابل مرحلة المراهقة المتأخرة، وما لها من مطالب نمو خاصة بهذه المرحلة التي تتميز بالطاقة والنشاط والحيوية.(المصري، 2011)

❖ **عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الرابع ومناقشتها:**للتحقق من صحة الفرض الرابع الذي ينص على أنّه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص الدراسي (العلمي – الأدبي)"، تمّ استخدام اختبار T – test لمقارنة متوسطات درجات عينتين في مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة، وسوف تتناول الباحثة الجداول الآتية لعرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرض الرابع.

جدول(12)

نتائج اختبار T – test لدلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في مقياس التوافق مع الحياة الجامعية تبعا للتخصص الدراسي

أبعاد مقياس التوافق مع الحياة الجامعية	التخصص	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig	مستوى الدلالة
التوافق مع الحياة الجامعية ككل	أدبي	2، 06	0، 20	0، 004	198	0، 99	غير دالة
	علمي	2، 06	0، 17				
التوافق الأكاديمي	أدبي	2، 00	0، 26	1.20	198	0، 23	غير دالة
	علمي	1، 95	0، 21				
التوافق الاجتماعي	أدبي	2، 08	0، 34	0، 97	198	0، 33	غير دالة
	علمي	2، 04	0، 29				
التوافق العاطفي	أدبي	1، 88	0، 28	0، 39-	198	0، 69	غير دالة
	علمي	1، 89	0، 28				
الالتزام بتحقيق الأهداف	أدبي	2، 34	0، 35	1، 85-	198	0، 07	غير دالة
	علمي	2، 42	0، 31				

– يوضح جدول (12) أنّ قيمة الدلالة لكل أبعاد مقياس التوافق مع الحياة الجامعية أكبر من 0، 05 ولذا فيمكن قبول الفرض الصفري الذي ينص على أنّه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص الدراسي (العلمي – الأدبي)"، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة السويلم (2013) والقدومي وسلامة (2011)، وتعزو الباحثة ذلك إلى أنّ طالبات التخصص العلمي والأدبي من عينة الدراسة من نفس السن تقريبا وبالتالي الفروق بينهن لا تكون واضحة ؛ كذلك الحرية التي تعطى للطالبة في اختيار تخصّصها بنفسها تعطيها مجالاً واسعاً للنجاح والإبداع فيه، وبما أنّها دخلته بناء على رغبتها الخاصة إذن فهي مقتنعة وتثابر من أجل أن تحصل على درجة ومكانة أفضل، كما أن حاجة المجتمع للخريجات تكون للتخصصات العلمية و الأدبية، وحاجة سوق العمل إلى كثير من التخصصات العلمية والأدبية، كل ذلك قلّل من إمكانية وجود فروق بينهما في درجة التوافق مع الحياة الجامعية .(حجاب، 2010)

❖ **عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرض الخامس ومناقشتها:** للتحقق من صحة الفرض الخامس الذي ينص على أنّه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية (الأولى – الرابعة) "؛ تمّ استخدام اختبار T – test لمقارنة متوسطات درجات عينتين في مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة، وسوف تتناول الباحثة الجداول الآتية لعرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرض الخامس.

جدول(13)

نتائج اختبار test – T لدلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في مقياس التوافق مع الحياة الجامعية تبعاً للفرقة الدراسية

أبعاد مقياس التوافق مع الحياةالجامعية	الفرقة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	Sig	مستوى الدلالة
التوافق مع الحياة الجامعية ككل	الفرقة الأولى	2، 05	0، 19	-0، 25	198	0، 80	غير دالة
	الفرقة الرابعة	2، 06	0، 18				
التوافق الأكاديمي	الفرقة الأولى	1، 97	0، 25	-0، 59	198	0، 56	غير دالة
	الفرقة الرابعة	1، 98	0، 23				
التوافق الاجتماعي	الفرقة الأولى	2، 06	0، 32	0، 15	198	0، 88	غير دالة
	الفرقة الرابعة	2، 05	0، 31				
التوافق العاطفي	الفرقة الأولى	1، 88	0، 27	-0، 07	198	0، 94	غير دالة
	الفرقة الرابعة	1، 89	0، 29				
الالتزام بتحقيق الأهداف	الفرقة الأولى	2، 39	0، 35	0، 15	198	0، 88	غير دالة
	الفرقة الرابعة	2.38	0، 31				

– يوضح جدول (13) أنّ قيمة الدلالة لكل أبعاد مقياس التوافق مع الحياة الجامعية أكبر من 0، 05 ولذا فيمكن قبول الفرض الصفري الذي ينص على أنّه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس التوافق مع الحياة الجامعية بأبعاده المختلفة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية (الأولى – الرابعة)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة موريس (2011)، وتتعارض مع دراسة نيكولاس وراموس (2007) و دراسة دانيال (2010) حيث أشارت إلى وجود فروق في التوافق الاجتماعي و الأكاديمي لصالح الفرقة الأولى، وأما دراسة حجاب (2010) فقد أشارت إلى وجود فروق بين المستوى الدراسي لصالح الفرقة الرابعة في التوافق مع الحياة الجامعية، وتعزو الباحثة ذلك نظراً لتشابه الظروف البيئية لطالبات الجامعة عينة الدراسة، فنجد أنّه من الممكن للطالبة المستجدة وكذلك المتخرجة أن تصل إلى حالة الرضا النفسي عن أدائها الأكاديمي، وعلاقاتها بزميلات الدراسة والأساتذة والتغلب على أي عوائق تحول دون إقامة علاقات وديّة بينها وبين نفسها ومع بيئتها، كما أنّ ظروف التقدم والتطور التكنولوجي، قد تساعد الطالبة ليكون لديها القدرة على التواصل مع أغلب الطالبات المتواجدات معها بالجامعة وهذا يزيد من توافقها وتعايشها مع الصعوبات التي ستواجهها نتيجة لانتقالها إلى بيئة جديدة مختلفة كليّاً عن بيئة المدرسة، وكذلك انتقالها بعد التخرج إلى مرحلة العمل، وترى الباحثة أنّ الطالبة تستطيع أن تصل إلى درجة توافق جيدة مع الحياة الجامعية من خلال وجود دافع قوي نحو تحقيق الذات؛ وإثبات القدرة في الاعتماد على النفس وإقامة علاقات حسنة مع كل أفراد المجتمع الجامعي، وذلك بعد تلقيها الإرشاد والتوجيه التربوي والمهني قبل تخرجها من المرحلة الثانوية وعند بداية دخولها الجامعة وعند تخرجها منها، كلّ ذلك سيجعل الفروق في درجة التوافق مع الحياة الجامعية التي ترجع للفرقة (الأولى – الرابعة) فروقاً ضئيلة .

ثانياً: ملخص نتائج الدراسة

توصلت الدراسة الحالية للعديد من النتائج من أهمها:

❖ وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.01 بين كل من القلق المتعلّق بالمشكلات الحياتية، وقلق الصحة والموت، وقلق المستقبل ككلّ ؛ وبين التّوافق العاطفي.

❖ وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.01 بين كل من القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)، والقلق من الفشل في المستقبل، و قلق المستقبل ككلّ ؛ وبين الالتزام بتحقيق الأهداف .

❖ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.05 بين متوسّطات درجات أفراد عيّنة الدّراسة في مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة و في مقياس التّوافق مع الحياة الجامعيّة بأبعاده المختلفة تبعاً لمتغيّر التّخصّص الدّراسي، وكذلك تبعاً لمتغير الفرقة الدّراسية ماعدا بعد اليأس في المستقبل بالنسبة لمقياس قلق المستقبل وكان لصالح الفرقة الأولى.

ثالثاً: توصيات الدراسة

بناء على النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية "قلق المستقبل وعلاقته بدرجة التوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من طالبات جامعة الطائف بفرع تربة" توصي الباحثة بما يلي:

❖ اهتمام المرشدة النفسية بمساعدة الطالبات على إدراك مشكلاتهن الاجتماعية والاقتصادية، ومحاولة إيجاد حلول لها عن طريق البرامج الإرشادية المناسبة.

❖ تتعرف المرشدة النفسية على الاحتياجات النفسية والاجتماعية لطالبات الجامعة، عن طريق إجراء مجموعة من البحوث النفسية والاجتماعية عليهن وتهيئة البيئة المناسبة لمواجهة القلق والتغلب عليه وزيادة التوافق مع الحياة الجامعية.

❖ اهتمام لجنة التوجيه والإرشاد بالجامعة بإعداد البرامج الإرشادية للطالبات، والتي تساعد على تقوية وتعزيز الفاعلية الذاتية لدى طالبات المرحلة الجامعية وزرع روح التفاؤل والأمل بالمستقبل.

❖ إقامة الندوات والمحاضرات وفتح قنوات الحوار من قبل المرشدة النفسية مع الطالبات، من أجل توعيتهن ووقايتهن من الاضطرابات النفسية.

❖ إنشاء كراسٍ علمية في الجامعات من قبل وزارة التعليم العالي، والجهات الخيرية لدراسة وتقوية حاجات ومتطلبات توافق الطالبات مع الحياة الجامعية .

❖ قيام الباحثين والباحثات في مجال التوجيه والإرشاد التربوي بإجراء البحوث العلمية على مجتمع من الطالبات لبحث جوانب نفسية أخرى، كالتوافق الأكاديمي، وإجراء بحوث مشابهة للبحث الحالي على فئات اجتماعية أخرى.

❖ إنشاء مركز الإرشاد النفسي في الجامعة من قبل وزارة التعليم العالي للتعرف على المشكلات المستقبلية للطالبات، ولتقديم الخدمات الإرشادية للطالبات، بالصورة التي تساعدهن على التوافق مع الحياة الجامعية .

❖ قيام المرشدات المهنيات بتوعية الطالبات نحو مستقبلهن من خلال إقامة الدورات وورش العمل للكشف عن إمكاناتهن الحقيقية، وتعليمهن مهارات التخطيط للمستقبل على أسس سليمة، حتى لا يقعن فريسة التوافق غير الفعّال.

رابعاً: البحوث والدراسات المقترحة

في ضوء النتائج التي تمّ التوصل إليها توصي الباحثة بإجراء ما يلي :

❖ دراسة حول قلق المستقبل، وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من طالبات جامعة الطائف.

❖ إجراء دراسة مشابهة حول القلق، وعلاقته بمتغيرات ديموغرافية ونفسية لم يتناولها البحث الحالي.

❖ دراسة القلق والضغوط النفسية، وعلاقتهما بالتحصيل الدراسي لدى طالبات الجامعة.

❖ دراسة قلق المستقبل وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى طالبات الجامعة.

❖ دراسة التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طالبات الجامعة .

❖ دراسة التوافق الجامعي، وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم، ومستوى الطموح لدى طالبات الجامعة.

المـراجـــــــع

المصادر:

القرآن الكريم

1- المراجع العربية:

-إبراهيم، إبراهيم محمود (2006 م) . فاعلية الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم الفني . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أسيوط، كلية التربية.

-أبو سكران، عبدالله يوسف (2009 م) . التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط (الداخلي – الخارجي) للمعوقين حركياً بقطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية، جامعة غزة.

-أبو الهدى، إبراهيم محمود(2012 م). قلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة لدى عينة من الطلاب المصريين المقيمين بالخارج وأقرانهم البحرينيين. **مجلة الإرشاد النفسي**، مصر، ع33 ص ص 141-180.

-الأقصري، يوسف (2002 م) . **كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل ؟**. القاهرة : دار اللطائف للنشر والتوزيع.

-بدر، إسماعيل إبراهيم (1993 م) . تخفيف قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة . **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، مجلد 14 (ع 6)، ص8.

-الثنيان، احمد عبدالله (2009 م). جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية . رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى .

-جمل الليل، محمد جعفر (2005 م) . بناء مقياس القلق العام للأطفال والمراهقين . سلسلة البحوث التربوية والنفسية، معهد البحوث العلمية، **مركز البحوث التربوية والنفسية**، ط(2)، جامعة أم القرى.

-حجاب، عنايات أحمد حجازي (2010 م). الفروق في التوافق مع الحياة الجامعية باختلاف طبيعة الشعب الدراسية بكلية التربية النوعية .المؤتمر السنوي (العربي الخامس – الدولي الثاني)، في الفترة 14-15 ابريل، ص ص 326- 358.

-حسان، منال رضا(2009 م) . الصلابة النفسية في علاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من معلمات طفل ما قبل المدرسة بمحافظة الغربية . **مجلة كلية التربية** .جامعة طنطا - مصر .(ع 40) ص ص 18-226.

- حسن، ثائر رشيد ؛ صالح، مهدي صالح (2008 م). تأثير برنامج إرشادي تعليمي لزيادة تكيف طالبات كلية التربية الرياضية مع الحياة الجامعية. **مجلة علوم التربية الرياضية**- العراق، مجلد (1)، (عدد 9) ص351 .

-حسين، طه عبد العظيم ؛ سلامة عبد العظيم (2006 م) . **استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية** . ط (1)، دار الفكر، عمان .

-حسين، عبد العظيم طه (2007 م) .**العلاج النفسي المعرفي** . مفاهيم وتطبيقات . ط1، الإسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.

-حسين، علي عبد الحسن؛عبد اليمة، حسين عبد الزهرة (2011) .التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية. **مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية**، مجلد (11)، ع (3)، ص ص 123- 124 .

-حمزة، جمال مختار(2005 م) . قلق المستقبل لدى أبناء العاملين بالخارج .**مجلة العلوم التربوية**، جامعة القاهرة، العدد1 .

-الخالدي، أديب (2002 م). **مرجع في الصحة النفسية**. عربان، ليبيا :الدار العربية المكتبة الجامعية.

-الداهري، صالح حسن (2005 م) . **مبادئ الصحة النفسية** . ط1، الأردن، دار وائل للنشر.

-دايتز، روبين (2006 م) . **إدارة القلق** . القاهرة، ترجمة دار الفاروق .

-رمضان، ماجد أحياب (2010 م).قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة كليات التربية . **مجلة جامعة الأنبار للعلوم** - العراق .(ع 4) ص ص151-300.

- زهران، حامد عبد السلام (2003 م) . **الصحة النفسية والعلاج النفسي** . ط4، القاهرة : عالم الكتب.

- السبعاوي، فضيلة (2010 م) . قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي . **مجلة كلية التربية**، جامعة الموصل، ص ص 11- 14

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

- سفيان، نبيل (2004 م) . **المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي** . ط (1)، مطابع الدار الهندسية، مصر .

- السويلم، عتاب علي (2013 م). العلاقة بين أنماط الذكاءات المتعددة ودرجة التوافق مع الحياة الجامعية . بحث ماجستير في التوجيه والإرشاد، جامعة الملك عبد العزيز، كلية الدراسات العليا التربوية ، جدّة.

- شقير، زينب محمود (٢٠٠٥ م). **مقياس قلق المستقبل** . القاهرة : الأنجلو المصرية.

- شوكت، عواطف محمد (2000 م). التوافق الدراسي لدى الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات وعلاقته ببعدي الكفاية الشخصية والثبات الانفعالي. **مجلة دراسات نفسية**، مجلد 10 (ع1) ص ص99-107.

- الصبوة، محمد نجيب (1991 م). مشكلات طلبة الكليات العلمية والإنسانية. **مركز البحوث والدراسات النفسية** . كلية الآداب، جامعة القاهرة.

- الصرايرة، راجي; الحجايا، نايل. (2008 م) . القلق على المستقبل المهني وعلاقته بالرضا عن الدراسة والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي والنوع لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة الطفيلة التقنية . **مجلة كلية التربية**، جامعة عين شمس -مصر، مجلد 4 (ع 32) ص ص 613 – 646.

- عبد المحسن، مصطفى (2007 م) . فعالية الإرشاد النفسي في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية بأسيوط . رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة أسيوط.

- العجمي، نجلاء محمد (2004 م) . بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب وطالبات جامعة الملك سعود. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة الملك سعود .

-عشري، محمود محي الدين (2004 م) . قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية . دراسة عبر حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، المجلد الأول . ص 139-178 .

- علام، صلاح الدين محمود (1993) . **الأساليب الإحصائية الاستدلالية البارامترية واللابارامترية في تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية** . دار الفكر العربي

- علي، عبد السلام علي (2008 م). **دليل تطبيق مقياس التوافق مع الحياة الجامعية(ATCS)** . ط الثانية . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية .

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

- العنزي، خالد الحميدي (2010 م) . إدارة القبول- الرفض الوالدي والأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل لدى عينة من طالبات جامعة الحدود الشمالية . رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

- الغامدي، صالح يحيى (2012 م) . اختبار القدرات العامة وعلاقته بقلق المستقبل في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية .**مجلة كلية التربية ببنها**، ع (90)، ج (2)، ص ص133-134.
- فايد، فريد علي ؛ قاسم، عبد المريد عبد الجابر محمد(2012 م). التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته باحتمالية التسرب الدراسي لدى عينة من طلاب الجامعة **. مجلة الإرشاد النفسي**، مصر، ع 32 ص ص 223 –277 .
- فايد، حسين (2003 م) . **الاضطرابات السلوكية تشخيصها أسبابها علاجها** . دار طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة .
- فرج، محمد ؛ محمود، هويدة (2006 م). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية . رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الإسكندرية .
- القرشي، محمد بن عابد (2012 م). الدافع للإنجاز وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى . رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- كرميان، صلاح حميد (2008 م) . سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية باستراليا. رسالة دكتوراه غير منشورة، الدنمارك.
- مجيد، سوسن شاكر(2012 م). التوافق النفسي وخطوات تحقيقه. **الحوار المتمدن**، ع(3740)، ص ص 12-18.
- المحاميد، شاكر عقلة ؛ السفاسفة، محمد إبراهيم (2007 م) .قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، كلية التربية ـ جامعة البحرين، المجلد 8، العدد 3.
- محمد، محمود مندوه (2006 م) . قلق المستقبل وعلاقته ببعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**.جامعة عين شمس. (ع 16) ص ص 219-271.
- محمد، هبه مؤيد (2010 م) . قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات . **مجلة البحوث التربوية النفسية** . جامعة بغداد . ع (27) .ص ص 321-377.
- مسعود، سناء (2006 م) . بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين دراسة تشخيصية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طنطا، مصر.
- المشيخي، غالب محمد علي (2009 م) . قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف . رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- المصري، نيفين عبد الرحمن (2011 م). قلق المستقبل وعلاقته بكلّ من فاعلية الذات ومستوى الطموح . رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر بغزة .
- معشي، محمد بن علي مساوي (2012 م). قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات" . دراسات تربوية نفسية. **مجلة كلية التربية بالزقازيق**- مصر، ع 75 ص ص 279- 306.
- معوض، محمد عبد التواب (1996 م). أثر كلّ من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كليّة التربية، جامعة طنطا، طنطا.
- النوري، ابتسام سعدون محمد(2012 م). الإرهاب النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بقلق المستقبل . **دراسات عربية في التربية وعلم النفس** – السعودية، (ع 32) ص ص211 – 266.

2- المراجع الأجنبية:

[1] Constance, H, (2004). Intergenerational Transmission of Depression test of an interpersonal stress Model in A community sample, **Journal of counseling and Clinical psychology**, 72 (3) pp 511-522.
[2] Danial, J (2010). The Academic and Social Adjustment of First Generation College Students, Proquestllc, Ed.D. Dissertation, Seton Hall University. 133.AAT.
[3] Estrada, L., Dupoux, E & Wolman, C .(2006). The Relationship between Locus of Control and Personal-Emotional adjustment and Social Adjustment to College Life in Students with and with and without Learning Disabilitie. **College Student Journal**, 40 (1), pp 43-54.
[4] Mahyuddin, R, Abdullah, M, Elias, H, Uli, J(2009). Adjustment Amongst first year students in a Malaysian university **. European Journal of Social Sciences**, 8 (3), pp 496 – 505.
[5] Morris, J, Costin, D Kalpidou, M (2011). The Relationship Between Face book and the Well-Being of Undergraduate College Students Cyber Psychology, **Behavior, and social networking** 14, (4), pp 183-189.
[6] Ramos, S. & Nicholas, L. (2007). "Self-efficacy of first generation and non-first generation college students: the relationship with academic performance and college adjustment". **Journal of College Counseling 10** (1).pp 6-18
[7] Seligman, A., & Garber, D. (1989)**. Children's Reaction To Trauma Hunter house**". New York: Book com.
[8] Shields, N (2002)Anticipatory socialization, adjustment to university life, and perceived stress: generational and sibling effects, **Social Psychology of Education** (5), pp 365–392.
[9] Zaleski, Z. (1996). Future Anxiety ; Concept Measurement and preliminary research . **Person individual difference**. vol.21(2) pp 165 -174.

ملحق رقم (1)

مقياس قلق المستقبل

إعداد
(زينب شقير)
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية- جامعة طنطا
2005

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة الملك عبد العزيز
قسم علم النفس التربوي
التوجيه والإرشاد التربوي

أختي طالبة جامعة الطائف سلمّها الله ..

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد :

يسعد الباحثة أن تضع بين يديك مقياس قلق المستقبل ومقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية لدراسة بعنوان :(قلق المستقبل وعلاقته بدرجة التوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من طالبات جامعة الطائف) , وتتطلب هذه الدراسة جمع المعلومات الصحيحة , وذلك من خلال مقياسين تضعهما الباحثة بين يديك.

أرجو التكرّم بقراءة تعليمات كلّ مقياس , ثم الإجابة على فقراته بكلّ صراحة ودقة , والتعامل مع كلّ عبارة على حدة , وعدم ترك أي فقرة دون إجابة , مع العلم بأنّه لاتوجد لهذه العبارات إجابات صحيحة وأخرى خاطئة .

وتأكدي أنّ كلّ ما تدلين به من معلومات وإجابات ستعامل بسرية تامة , ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي .

شاكرةً لكِ كريم تعاونك وحسن استجابتك وتقديرك للبحث العلمي .

الباحثة..

سامية بنت محمد بن حوقان البقمي

البيانات الأولية:

الاسم : العمر: التخصص:

الكلية :

كلية التربية والآداب( ) كلية العلوم الطبية التطبيقية( )

الفرقة الدراسية :

الأولى ( ) الرابعة ( )

التعليمات :

عزيزتي الطالبة...

فيما يأتي مجموعة من العبارات التي تعبّر بوضوح عن رأيك الشخصي اتجاه المستقبل، والمطلوب منك معرفة وجهة نظرك الشخصية بصراحة وأمانة وصدق، وإبراز رأيك ومشاعرك من خلال الإجابة على هذه العبارات بوضع علامة (√) أمام الدرجة أو الإجابة التي تريدينها بنفسك.

تذكّري أنّه:

- ❖ لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.
- ❖ معلوماتك سرية للغاية.
- ❖ لا تتركي عبارة بدون إجابة.
- ❖ المقياس للدراسة وليس للتقييم الشخصي.

شكرًا لتعاونك

مقياس قلق المستقبل

م	العبـــــــــــــارة	معترض بشدّة	معترض أحياناً	بدرجة متوسطة	عادة كثيراً	دائماً-تماماً
1	أؤمن بالقضاء والقدر، وأنّ القدر يحمل أخباراً سارة في المستقبل.					
2	التفوق يدفعني دائمًا لمزيد من التفوق وأكافح لتحقيق مستقبل باهر.					
3	تراودني فكرة أنني قد أصبح شخصيةً عظيمةً في المستقبل.					
4	عندي طموحات وأهداف واضحة في الحياة وأعمل لمستقبلي وفقاً لخطة رسمتها لنفسي، وأعرف كيف أحققها؟					
5	الالتزام الديني والأخلاقي والتمسك بمبادئ معينة يضمن للإنسان مستقبلاً آمناً.					
6	الأفضل أن تعمل لدنياك كأنك تعيش أبدا وتعمل لآخرتك كأنك تموت غدًا.					
7	أشعر أنّ الغد (المستقبل) سيكون يوماً ما مشرقاً، وستتحقق آمالي في الحياة					
8	أملي في الحياة كبير، لأن طول العمر يبلّغ الأمل.					
9	يخبّئ الزمن مفاجآت سارة، ولا يأس في الحياة ولا حياة مع اليأس.					
10	حياتي مملوءة بالحيوية والنشاط والرغبة في تحقيق الآمال.					
11	يتملكني الخوف والقلق والحيرة عندما أفكر في المستقبل وأنّه لا حول 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 التفكير في المستقبل، وأترك الحياة تمشى على هواها فهي آخر همّي.					
15	تمضى الحياة بشكل مزيف ومحزن ومخيف مما يجعلني أقلق وأخاف من المجهول.					
16	أشعر بالفراغ واليأس وفقدان الأمل في الحياة وأنّه من الصعب إمكانية تحسّنها مستقبلاً.					
17	أشعر بالانزعاج لاحتمال وقوع كارثة قريباً بسبب كثرة الحوادث هذه الأيام.					
18	أشعر بتغيرات مستمرة في مظهري (شكلي) تجعلني أخاف أن أكون غير جذابة أمام الآخرين مستقبلاً.(لايتقبلني الآخرون)					
19	ينتابني شعور بالخوف والوهم من إصابتي بمرض خطير أو حادث في أي وقت.					
20	الحياة مملوءة بالعنف والإجرام تجعل الفرد يتوقّع الخطر لنفسه في أي وقت.					
21	كثرة البطالة في المجتمع تهدد بحياة صعبة وسوء التوافق الأسري وعدم استقرار الحياة الزوجية مستقبلاً.					
22	غلاء المعيشة وانخفاض الدخل وانخفاض العائد المادي يقلقني على مستقبلي.					
23	المستقبل غامض ومبهم(مجهول) لدرجة تجعل (من الصعب)ومن العبث أن يرسم الشخص أي خطة للأمور الهامة في مستقبله.					
24	ضغوط الحياة تجعل من الصعب أن أظل محتفظةً بأملي في الحياة و أن أتفاءل بأنني سأكون في أحسن حال.					
25	أشعر بالقلق الشديد عندما أتخيل إصابتي في حادثٍ قد يحدث لي بالفعل أو يحدث لشخص يهمّني.					
26	يغلب عليّ التفكير بالموت في أقرب وقت خاصة عندما أصاب بمرض أو يصاب أحد أقاربي.					
27	أنا غير راضيةٍ عن مستوى معيشتي بوجه عامّ مما يشعرني بالفشل في المستقبل.					
28	أشعر أنّ الحياة عقيمة بلا هدف ولا معنى ولا مستقبل واضح.					

ملحق (2)
مقياس التوافق مع الحياة الجامعية
ATCS

روبرت بيكر بوهدن سيرك
ROBERT BAKER & BOHAON SIRYK
تعريب وإعداد
علي عبد السلام علي
أستاذ ورئيس قسم علم النفس كلية الآداب – جامعة بنها
2008

البيانات الأولية:

الاسم : العمر: التخصص:

الكلية :

كلية التربية والآداب( ) كلية العلوم الطبية التطبيقية( )

الفرقة الدراسية :

الأولى ( ) الرابعة ( )

التعليمات :

عزيزتي الطالبة ....

يهتم هذا المقياس بقياس الجوانب الأكاديمية، و الاجتماعية، والعاطفية / الشخصية، والالتزام بتحقيق الأهداف المستقبلية لطلاب وطالبات الجامعة، للوصول إلى تحقيق أقصى درجات التوافق مع الحياة الجامعية .

ولكي نصل بقياس دقيق لتحقيق التوافق مع الحياة الجامعية، يجب الإجابة عن كلّ سؤال بأمانة ودقّة، ويجب أن تعرفي أنّه لا توجد إجابات صحيحة، وأخرى خاطئة.

وستجدين أمام كلّ سؤال الإجابات الآتية : تنطبق تماماً، وتنطبق إلى حد ما، ولا تنطبق فإذا كانت إجابتك "تنطبق تماماً" فضعي علامة (√) أمام العبارة التي تنطبق عليك تماماً وإذا كانت العبارة لا تنطبق عليك فضعي علامة (√) أمام العمود الخاص بذلك .وهكذا، ولا يوجد زمن محدد للإجابة، ولكن حاولي أن تجيبي بسرعة .أجيبي بصراحة ولا تستشيري أي شخص آخر أثناء إجابتك .

مقياس درجة التوافق مع الحياة الجامعية

م	العبـــــــــارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حدٍ ما	لا تنطبق
1	أشعر بالراحة عندما أكون متواجدةً بالكلية.			
2	أشعر أحياناً بالتوتر، واضطراب المزاج داخل الكلية .			
3	أواظب على حضور المحاضرات بانتظام.			
4	أقابل كثيراً من الطالبات، وأسعى لعمل صداقات معهنّ.			
5	عرفت لماذا أتواجد بالكلية، وماذا أريد منها.			
6	أشعر بعدم التوافق في عمل علاقات مع الجنس الآخر .			
7	أنا متوافقة مع الحياة الجامعية .			
8	أشعر بعدم الاستقرار العاطفي في علاقاتي مع الجنس الآخر .			
9	أحاول الاعتماد على نفسي في حل المشكلات التي تواجهني داخل الجامعة.			
10	أنا مقتنعة الآن بقرار اختياري للكلية التي أدرس فيها .			
11	أحاول تحقيق أهدافي من خلال تفوقي في دراستي الجامعية .			
12	أنا غير راضية عن مستوى تحصيلي الدراسي .			
13	أهدافي وآمالي في الدراسة الجامعية تتّسم بالوضوح .			
14	أشعر بفقدان الدافعية كي أستمرّ في الدراسة الجامعية في الفترة الأخيرة .			
15	الحصول على الشهادة الجامعية هو أهمّ شيء بالنسبة لي .			
16	أنا راضية عن مقررات الدراسة الجامعية .			
17	أستمتع بتدوين المحاضرات الجامعية.			
18	أعتمد على بعض الزميلات في حلّ بعض المشكلات العاطفية مع الجنس الآخر			
19	أنا مقتنعة بممارسة الأنشطة الرياضية والثقافية والترفيهية داخل الجامعة .			
20	أنا مقتنعة بدور مركز الخدمات النفسية داخل الجامعة في توجيه وإرشاد طلاب الجامعة .			
21	أواظب على زيارتي للمكتبة الجامعية لزيادة معلوماتي .			
22	أشعر أحياناً بالتردد في اختياري للتخصص الدراسي .			
23	أشعر أحيانا بمشكلات في النوم عند التفكير في مستقبلي بعد انتهاء الدراسة الجامعية .			
24	أجد صعوبة في قضاء وقت فراغي داخل الجامعة.			
25	أشارك في الندوات والمؤتمرات العلمية التي تعقدها الجامعة .			
26	أحافظ على تدوين مذكراتي عن الحياة الجامعية			
27	أشعر بعدم التركيز في ترتيب أفكاري .			
28	أجد متاعب كثيرة في عمل الواجبات الدراسية في المنزل .			
29	أشعر بالاختلاف عن بعض زميلات الدراسة في بعض الأفكار والأفعال التي يقمن بها .			
30	تواجهني بعض الصعوبات في تحصيل بعض المقررات الدراسية .			
31	أحبّ المقررات الدراسية ذات الطبيعة التطبيقية			
32	أحاول تأهيل نفسي للعمل الذي أرغب في مزاولته بعد التخرج.			
33	ألتزم بكل إرشادات وتوجيهات أساتذة الجامعة.			
34	أتمنى الاستمرار في استكمال دراستي العليا بعد تخرجي من الجامعة .			
35	تربطني علاقات ودّيّة مع بعض أعضاء هيئة التدريس بالجامعة .			
36	أختلف مع بعض زميلات الدراسة في بعض القضايا العلمية .			

ملحق رقم (3)

خطاب موجّه من جامعة الملك عبد العزيز إلى عميد جامعة الطائف بفرع تربة.

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة الملك عبد العزيز
شطر الطالبات

الرقم: .....
التاريخ: .....
المرفقات: .....

نموذج تدريب طالبات للجهات المعتمدة

اسم الجهة: : جامعة الطائف فرع محافظة تربة

سعادة/ عميد جامعة الطائف فرع محافظة تربة حفظه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ...

انطلاقا من أهمية التعاون المتبادل بين الجامعة وبين مختلف قطاعات المجتمع ولحاجة بعض المواد لدراسات تطبيقية تتم عن طريق الزيارات الميدانية أو التدريب العملي للجهات التابعة لكم، فإننا نأمل من سعادتكم تسهيل قيام الطالبة باستكمال متطلبات موادها العلمية وفقاً للمعلومات الموضحة أدناه.

الكلية /برنامج الدراسات العليا التربوية القسم العلمي/ علم النفس التربوي _ماجستير التوجيه والإرشاد التربوي

تاريخ الزيارة: ٢ / ٤ / ١٤٣٥هـ للفصل الدراسي: ☐ الأول ☑ الثاني ☐ صيفي

الهدف من الزيارة:: تسهيل مهامها العلمية في تطبيق موضوع البحث وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني..... للعام (١٤٣٤ / ١٤٣٥هـ)

التسلسل	أسماء الطالبات	الرقم الجامعي	رقم الجوال	ملاحظات
1	سامية محمد حوقان البقمي	١٣٠١٦١١	٠٥٠٤٥٤٤٣١٧	موضوع البحث للطالبة: قلق المستقبل وعلاقته بدرجة التوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من طالبات جامعة الطائف فرع محافظة تربة

العدد الكلي:	١ طالبة

اسم المشرفة :د/ .....

التوقيع: .....

شاكرين ومقدرين تعاونكم ...

وكيلة برنامج الدراسات العليا التربوية

د. .....

التوقيع: .....

الختم

ملحق رقم (4)
خطاب موجه من وكيلة الدراسات الجامعية لجامعة الطائف بفرع تربة إلى أعضاء الهيئة التدريسية والإدارية بالجامعة لتسهيل مهمة الباحثة .

بسم الله الرحمن الرحيم

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة الطائف

جامعة الطائف
TAIF UNIVERSITY

الرقم :
التاريخ : ١٤٣٥/٤/٢٠ هـ
المرفقات :
الموضوع :

سعادة أعضاء هيئة التدريس بالفرع والكادر الاداري

حفظه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

نأمل التعاون مع المعلمة / سامية محمد حوقان بتطبيق مقاييس الدراسة وتسهيل مهمتها للاطلاع و إكمال اللازم ..

ولسعادتكم جزيل الشكـــــــــر ،،

وكيلة الدراسات الجامعية بفرع الجامعة بتربة

د. فاطمة الراجحي

١٤٣٥/٤/٢٠ هـ

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة الطائف
وكيلة كلية الآداب والتربية للبنات بتربة

الطائف – الحوية – ص. ب ٨٨٨ الرمز البريدي ٢١٩٧٤ – هاتف : ٢٠٢٠ ٧٢٧ (٠٢) – فاكس : ٤٢٩٩ ٧٢٧ (٠٢)
Taif - Al-Haweiah - P.O.Box 888 Zip Code 21974 - Tel. (02) 727 2020 - Fax (02) 727 4299
الموقع الإلكتروني : www.tu.edu.sa