مجلة جامعة بنغازي العلمية

www.sjuob.uob.edu.ly

الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة بنغازي

" بحث مقدم للحصول على درجة الليسانس الفائز في مسابقة أفضل مشروع تخرج. بقسم علم النفس. كلية الآداب. جامعة بنغازي. ليبيا "

ندى عبد القادر المصراتي [1] أحلام يونس الرفادي [1] *

1 قسم علم النفس. كلية الآداب. جامعة بنغازي. ليبيا

تاريخ الاستلام: 26 / 04 / 2021 تاريخ القبول: 07 / 05 / 2021

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة بنغازي. ومستوى كل متغير من متغيرات الدراسة، كذلك معرفة الفروق العائدة لـ (النوع – التخصص) في كلا المتغيرين. وقد أجريت الدراسة على عينة متاحة مكونة من (140) طالباً وطالبة من طلبة جامعة بنغازي. وقد استُخْدِمت أداتان لجمع البيانات وهما مقياس الرضا عن الحياة من إعداد الدسوقي (1998)، ومقياس قلق المستقبل من إعداد منير (2006)، توصلت الدراسة إلى وجود درجة مرتفعة من الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى أفراد العينة، ولم تجد فروقاً ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير (النوع -التخصص) في كل من الرضا عن الحياة وقلق المستقبل، وكذلك لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين متغير الرضا عن الحياة وقلق المستقبل، وفي ضوء ذلك قُدِّمَ عدد من التوصيات والدراسات المقترحة.

الكلمات المفتاحية:

الرضا عن الحياة – قلق المستقبل.

Abstract

The current study aimed to identify the nature of the correlation between life satisfaction with and anxiety of the future a simple of Bengahzi University students. to identify And the level of each variable of the study, also knowing the differences related to (gender - specialization) in both variables. The study has been made available from (140 students) from Bengahzi University students.Two instruments were used to collect the data, The study found high level of life satisfaction and high level of future anxiety Also there were no relationship between the two variables the study suggested some recommendations.

Keywords: satisfaction - anxiety of the future.

1. مدخل إلى مشكلة الدراسة:

يعتبر موضوع الرضا عن الحياة (Life Satisfaction) أحد أهم الموضوعات التي تناولتها العلوم النفسية على اعتبار أن الرضا عن الحياة علامة مهمة تدلل على تمتع الفرد بالصحة النفسية السليمة، وأن رضا الفرد عن الحياة يعني تحمسه وتوجهه نحو الحياة والمستقبل، وهو مصطلح يشير إلى أقصى ما يطمح إليه الفرد العاقل الراشد، وذلك بهدف تحمل الإحباطات والصراعات النفسية والقلق الذي ينتابه نتيجة انفعالاته المختلفة بناءً على المواقف التي يمر بها الشخص، إذ لا يمكن للحياة أن تسير على وتيرة واحدة، بل تعتريها بعض الصعاب التي تنقص على الإنسان سعادته، وتجعله يعيش مهموماً لفترة ما قد تطول أو تقصر [1].

ولذلك يعتبر بيفوت وديني Pivot & Diner، 1993 موضوع الرضا عن الحياة من المفاهيم المهمة لحياة الفرد وصحته النفسية فسلامة الجسد والنفس هما وجهان لعملة واحدة ويؤثر كل منهما في الآخر وهو يشير إلى الكيفية التي يقيم بها الأفراد حياتهم من وجهة نظرهم الخاصة، وهذا التقويم يتكون من جانبين، الجانب الأول: معرفي ويتمثل في إدراك الأفراد وتقويمهم للحياة بشكل عام أو تقويم جوانب محددة من الحياة مثل: الرضا عن الحياة، والرضا عن الدراسة، والرضا عن التخصص، والرضا عن الزواج، وأيضاً الرضا عن المهنة، والجانب الثاني: تقويمي ويتمثل في كيفية تقويم الأفراد لحياتهم بناءً على تكرار الأحداث السارة التي تسبب إما السعادة والفرح، أو التوتر، والقلق، والاكتئاب، وبالتالي الشعور بالرضا أو عدم الرضا يختلف بين الأفراد بدرجات مختلفة ومتفاوتة [2].

وللرضا عن الحياة آثار إيجابية محفزه على استمرار إنتاجية الفرد ورفع مستوى الطموح والتطلعات المستقبلية لديه؛ حيث يشار إلى الشخص الراضي عن حياته بتمتعه بالصحة النفسية والطمأنينة وهذا لا يعني أن الشخص الراضي عن حياته لا يعاني من القلق والصراع، والمشاعر السلبية، ولكن ما يميزه هو طريقته في مواجهة هذه المشاعر والصراعات فهو يواجها بالحكمة والابتعاد عن التردد والتوتر [3].

وقد أحدث سيلجمان Seligman، 1989 ثورة في علم النفس المعاصر في ثمانينيات القرن العشرين عندما وجه الأنظار إلى ضرورة دراسة الجوانب الإيجابية للشخصية الإنسانية، مع إبقاء الاهتمام بالجوانب السلبية للشخصية، ورأى أن علم النفس يمكن أن يضطلع بدور مهم في القرن الحالي، في مساعدة الناس على الإقبال على الحياة، والمشاركة في الحياة المدنية [4].

ويشير عبد الخالق، 2008، إلى تزايد الاهتمام بعلم النفس الإيجابي منذ مطلع القرن الحادي والعشرين، الذي بدوره ركز على الجوانب الإيجابية من حياة الإنسان كالسعادة، والرضا عن الحياة، والأمل، وجودة الحياة وتعتبر كل هذه المفاهيم لها صلتها القريبة من مفهوم الرضا عن الحياة، والاختلاف بينها يعد بسيطاً، وجميعها تؤثر على التوافق والصحة النفسية للأفراد [5].

ولاشك في أن شعور الفرد بالرضا عن الحياة، يرتبط مباشرةً بعملية تكيفه الشخصي والاجتماعي، كما يعكس نظرته الخاصة إلى العالم، ويمثل بالتالي إحدى السمات المهمة المميزة لشخصيته، كما يرتبط بما أنجزه وتمكن من تحقيقه فعلاً، ويعكس بالتالي نظرته وتقديره الذاتي للمسافة الفاصلة بين الواقع والطموح، وكلما صغرت هذه المسافة وتضاءل الفرق بين ما يصبو إليه الفرد ويطمح للوصول إليه من جهة أخرى، وبين ما يتمكن من الوصول

* للمراسلات إلى: أحلام يونس الرفادي
البريد الإلكتروني:
ahlaam.alrafadi@uob.edu.ly

إليه في أرض الواقع من جهة أخرى [6]، فالأفراد الراضون عن حياتهم يستمتعون بكل ما يحيط بهم من جمال في هذه الحياة وينظرون لكل الأشياء من زاوية إيجابية لكي يبدعوا في مجالاتهم المهنية وحياتهم العملية أكثر وحتى لا يقعوا فريسة أمام المواقف المحبطة، فالشعور بالرضا عن الحياة هو نوع من تقدير الأفراد لذواتهم فالأفراد الذين لديهم تقدير ذات مرتفع يفكرون بإيجابية ويكونون أكثر كفاءة اجتماعية ويصلون بسرعة لحل مشكلاتهم حتى لا تسبب لهم أضراراً مستقبلية، فهذا المفهوم من المفاهيم التي تساعد على زيادة الإحساس بالتقبل والطمأنينة، وبناء جسور من العلاقات الإيجابية مع المحيطين بهم [7]، وكل ذلك يساعد على الاستمرار والمثابرة والتفكير الصحيح وخلق الانسجام والألفة والتناغم الذي يكونه الفرد مع أصدقائه ومجتمعه وتكيفه الدراسي وتنمية الذات وفهمها.

وقد بين لنا القرآن الكريم في الكثير من آياته الكريمة أهمية مصطلح الرضا لما يحمله من مدركات وحقائق تفيد الأفراد لكي يحيوا سعداء ليرضى عنهم الله عز وجل ويرضوا هم عن أنفسهم وأيضاً عن المحيطين بهم ليعيشوا في سلام ووئام، قال تعالى: {رضي الله عنهم ورضوا عنه ذلك الفوز العظيم} (التوبة، 27 -28) وهذا الدليل القوي الذي يثبت صحة حديثنا عن مفهوم الرضا عن الحياة.

كما أوضح الدسوقي، 1998 أن الرضا عن الحياة هو "تقويم الفرد لنوعية حياته التي يعيشها وفقاً لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقويم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته" [8].

وترجع أهمية موضوع الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي إلى كونه شعوراً يكتسب أهمية كبيرة في أهم مرحلة من المراحل التي تمر في حياة الإنسان وهي الدراسة ويتأثر بالتحصيل ويؤثر فيه [9].

فالمرحلة الجامعية قد تعتبر خبرة جديدة يمر بها الطلاب بعد إتمام دراستهم ما قبل الجامعة، ففيها الكثير من الخبرات التي تحتم على الطلبة مواجهتها والتكيف معها مثل التعرف على أنظمة الجامعة ولوائحها، والتعامل مع عدد أكبر من الأقران، واختيار التخصص المناسب الذي يؤهلهم للوظيفة المستقبلية التي يرغبون فيها، وما إلى ذلك من أمور مهمة تؤثر في مستقبل الطلبة وجودة حياتهم ورضاهم عنها، فالطلاب مرتفعو الرضا يحصلون على مخرجات حياتية أفضل بما فيها النجاح المادي والتحصيل الأكاديمي وتقدير الذات والكفاءة الذاتية والصحة النفسية والعلاقات الداعمة والمسايرة الفعالة والصحة الجسمية، وعلى النقيض من ذلك فمنخفضو الرضا يكون لديهم مستويات مرتفعة من القلق والاكتئاب ويمرون بخبرات أكثر خاصةً بالمشكلات السلوكية والوجدانية [10].

إن الانخفاض في مستوى رضا الطلبة قد يؤثر على دراستهم وبذلك يتشتت انتباههم وتتدهور بعد ذلك صحتهم بسبب خوفهم على مستقبلهم الدراسي الذي سيصبح في انحدار، ومن ثم يدخل الطلبة إلى مرحلة من الخوف من المستقبل المجهول وماذا سيحدث لهم من أحداث غير سارة، بذلك يتولد لديهم عدم الاستقرار.

ويرى الشعراوي، 1999 أن انخفاض درجة الرضا عن الحياة يدل على عدم التوافق النفسي والتأزم عند مواجهة ضغوط الحياة، والحياة الجامعية بجوانبها المتعددة، فقد تكون إحدى مصادر الضغوط التي يتعرض لها الطلاب، في أثناء هذه المرحلة هي الأسرة والمجتمع، ومن ثم فإن هذه العوامل يمكن أن تؤثر على توافقهم وصحتهم النفسية ورضاهم عن حياتهم [11].

وفي هذا الصدد قد أوضحت دراسة الأبيض، 2005؛ عبد اللطيف، 1997 أن مستوى الرضا عند الطلاب يمثل عاملاً أساسياً في تكيفهم وتقبلهم للمواقف والأحداث الجامعية والحياتية المختلفة [12]، كما أظهرت نتائج بعض الدراسات بأن طلبة الجامعة الذين يمتلكون تقويماً جوهرياً مرتفعاً عن ذواتهم يكونون أكثر سعادة ورضا عن الحياة سواء الدراسية أو الاجتماعية كما أشار إلى ذلك جودج Judge، 1997. ويمكن تفسير ذلك كما أشار أويش Oishi، 1999 بأن الطلبة يدركون بأنهم حققوا جزءاً مهماً وكبيراً من أهدافهم وطموحاتهم تكون درجة تقويمهم عاليةً في الرضا عن الحياة [11].

كما أظهرت نتائج دراسة كل من النبهان، 2001 والعمرات؛ الثوابية، 2011 وعبد الخالق، 2008 إلى أن الرضا التام عن الحياة هو شيء مثالي ولا يكون في كل الأوقات حيث يتعرض طالب الجامعة إلى منغصات كثيرة في أثناء دراسته في الجامعة، فهو يتعرض لضغوط المحاضرات، والامتحانات، وتوقعات الأهل من دراسته، وضغوط علاقاته بزملائه وأساتذته والتفكير في المستقبل وما يعانيه من قلق نتيجة لذلك مما ينعكس على مدى تقدير طلاب الجامعة لذواتهم ويقعون ضمن المستوى المتوسط من الرضا عن الحياة [13].

وفي دراسة لـ[12] فقد تبين وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات تقديرات مستوى رضا الطلاب غير سعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من عبد المطلب، 2014؛ العمرات والرفوع، 2014؛ سليمان 2013؛ عبد الله، 2013؛ كاظم والبهداولي، 2006.

إن تأثير المستوى المنخفض من رضا الفرد عن حياته له انعكاسات سلبية ومن بين تلك الانعكاسات هو قلق المستقبل، فالطلبة الذين تقل لديهم درجة الرضا عن حياتهم سرعان ما يكونون أكثر عرضة لقلق المستقبل والخوف من المجهول. ويرى كولمان Coleman، 1976 بأنه لا شك في أن توقع الفرد لأحداث مستقبلية قد تحدث له وما تنطوي عليها من تهديد وتهيؤه لتلك الأحداث من شأنها أن تثير في نفس الفرد القلق من المستقبل، ويعد قلق المستقبل أحد الأنواع الرئيسة للقلق [14].

وكما أشار المنومي ونعيم، 2013 إلى أنه ليس الانشغال بالمستقبل أمراً عرضياً بل ثمرة حتمية لما يفكر فيه الأفراد لتنظيم حياتهم استناداً إلى أهدافهم المستمدة من فهمهم لمستقبلهم وتخطيطهم له. وأكد الأحمد، 2001 أن الفرد يشعر بقيمة الزمن إذا استطاع أن يستثمره جيداً، ويقوده هذا إلى الإحساس بقيمته ومكانته، وبالتالي الإحساس بهويته ووجوده [15].

وقد أوضح مرسي، 2002 أن السبب في ظهور قلق المستقبل هو كثرة الحروب والدمار والصراعات التي زادت زيادة محزنة خصوصاً بين دول العالم النامي وكثرة في السنوات الأخيرة، وهذه الزيادة سرعان ما أثرت سلباً على حياة الأفراد وسببت لهم العديد من الاضطرابات ومن بينها قلق المستقبل [16].

وبين العلوان، 2009 أن المرحلة الجامعية تعتبر الأخيرة بالدراسة وبعدها يعتمد الفرد على نفسه في جميع نواحي حياته من (مهنه -وزواج – وتكوين أسرة) وهذا ما يزيد من مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة وأيضاً انتشار البطالة يعد السبب الرئيسي لتزايد أعراض قلق المستقبل؛ ويرى العبادي، 2010 أن قلق المستقبل ليس مرضاً بل هو قلق موضوعي اعتيادي وخارجي المنشأ إن الفرد أدرك أسبابه وهذا الأمر الذي جعله ينشط لمواجهته [17].

فنقطة البداية لمفهوم قلق المستقبل كما يرى الشمري، 2012 قد ولدت من منظور فلسفي إذ تحدث تيبلاردي شاردن عن مفهوم المستقبل في كتابه مستقبل الإنسان عام 1964 إلا أن الأكثر وروداً في الكتابات الأدبية والنفسية هو ما طرحه ألفين توفلر عن مفهوم صدمة المستقبل 1970 وصدمة المستقبل هي "ظاهرة زمنية من نتاج المعدل المطرد لسرعة التغير في المجتمع"، إنها الصدمة الثقافية للفرد في نفسه ومجتمعه وليس المجتمع الأجنبي فقط؛ وقد لاحظ ديفيد وباسينج David & Passing، 2001 أن الاهتمام بدراسة المستقبل قد زاد عقب الحرب العالمية الثانية حيث اهُتُمَّ بدراسة زمن المستقبل ومنظوره فضلاً عن القيادة المستقبلية مما زاد الاهتمام باستراتيجيات التعلم وأدوات القياس الفرعي بالمستقبل [18].

ويتطور قلق المستقبل كما يبين شيهان، 1998؛ الطيب، 2007 بشكل تدريجي مع الزمن ومع ازدياد المخاوف والمسببات التي تؤدي إلى هذا القلق يتزايد بزيادة القلق من المستقبل، ويبدأ الإحساس بالخوف من المستقبل من سن (11 – 14) عاماً وذلك بنسبة (2.8%)، ويزداد في سن (15 – 19) عاماً بنسبة (15.7%)، ويكون أعلى تكرار له في عام (20 – 29) بنسبة (51.4%)، ويبدو أن العمر من (20 – 29) يكون أكثر

المراحل عرضةً للقلق وذلك بسبب مستوى النضج والخبرات السابقة عن النجاح والفشل والمسؤولية [19].

وأشار مولين Molin، 1990 إلى أن المستقبل بعد أن كان مصدراً لبلوغ الأهداف، وتحقيق الآمال، قد يصبح عند بعض الطلبة مصدراً للخوف، أو الرعب، وهذا المصدر يعد أساساً لقلق المستقبل (أبو غالي ومصطفى، 2016)، كما يشير سيلجمان Seligman، 1989 إلى أن انعدام الأمن النفسي الذي يكون قلق المستقبل أحد أسبابه وله نتائج خطيرة مما يدفعه إلى العجز والاستسلام والنظر لكل من حوله كأنهم مصدر تهديد [20].

وفي هذا الصدد تشير الدراسات ومنها دراسة باسينج وديفيد Passing & David، 2011 إلى أن قلق المستقبل في حد ذاته يمثل موضوعاً خصباً ومن موضوعات الاهتمام الحديثة والمعاصرة نسبياً على المستويين المحلي والعالمي [21].

وإذا كان القلق من المستقبل ينتشر لدى فئات عديدة من الشباب في المجتمع، فإن الفئة الأكثر عرضةً له هي الفئة التي مرت بخبرات انفعالية سلبية كالفشل الدراسي [22]، وبذلك يؤدي هذا القلق من المستقبل المجهول بالطلبة إلى التشاؤم وقلة الثقة بالنفس والتفكير غير العقلاني هذا ما أشارت إليه الدراسات التالية: (عبد الحليم، 2010؛ الغامدي، 2012؛ هنتر وكومينر، 2002 المشار إليهم في[23].

كما بينت دراسة [24] وجود قلق مرتفع لدى عينة من طلبة الجامعة ويزداد قلق المستقبل بكثرة بعد التخرج وهذه النتيجة تتطابق كثيراً مع دراسة جاسم1996، وقد أشارت دراسة شنوويتير وديتيرج Schonwetter & dieter، 1995 إلى أن الطلبة ذوي القلق المرتفع غير قادرين على اتباع التعليمات الدراسية التي تنظم العمل داخل الحرم الجامعي بذلك يقل تأثير بيئة التعلم بالنسبة لهم وقد أشارت الدراسة إلى ضرورة الاهتمام بدراسة القلق من المستقبل سواء في المدارس أو الجامعات [25].

كما أظهرت دراسة [16] أنه ليس هناك فروقٌ ذات دلالة إحصائية وفقاً لمتغير النوع (الذكور – الإناث) ولصالح الإناث في قلق المستقبل، وهذه النتيجة تتناقض مع دراسة الشافعي، 1996؛ محمد، 2001؛ ودراسة لنسون Lewinson,et.al وآخرون، 1998.

وقد أصبح التفكير في المستقبل والتنبؤ به من الأمور التي تهم المجتمعات والشعوب المتحضرة، وقلق المستقبل ظاهرة تستحق الدراسة بين طلاب الجامعة لأن الحياة الجامعية تعج بالظروف المثيرة للقلق سواء على الصعيد الدراسي أو الاجتماعي [26]، وشباب اليوم ونعني طلبة الجامعة هم مستقبل الغد يتحملون مسؤولية تقدم بلادهم وازدهارها ويفكرون بشكل كبير في مستقبلهم، وهو راجع لسرعة تأثرهم بما يدور حولهم من تغيرات وتحولات، فهم يعيشون جملة من التحديات التي قد تولد فيها بعض حالات الإحباط، وهذا يختلف من شخص لآخر تبعاً لمجموعة من المتغيرات التي يمتلكها الفرد من حيث قدرته على مواجهة تلك التحديات وحلها، ومن عدمه فقد يجعله قلق متخوف من المستقبل المجهول [27].

وهنا يمكن القول: إن الرضا عن الحياة وقلق المستقبل من الموضوعات المؤثرة جداً في حياة كل الأفراد وعلى الرغم تأثير قلق المستقبل على رضا الطلبة في حياتهم أو العكس، وما يسببه من مشكلات جمة على دراستهم فإنه لم تَحْظَ إلا بالقدر الضئيل من الاهتمام محلياً وعربياً وعالمياً، فيوجد قلة من الدراسات التي دمجت بين هاتين المفهومين فأغلب الدراسات سلطت الضوء على كل مفهوم من هذه المفاهيم ودرسته بمعزل عن المفهوم الآخر.

ومما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في محاولاتها للإجابة على التساؤل الرئيس التالي:

ما طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة بنغازي؟

2. أهمية الدراسة:

أولاً: الأهمية النظرية:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في:

1- أنها تعتبر من الدراسات التي تناولت مفهوماً حديثاً في مجال الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي ألا وهو الرضا عن الحياة.

2- تناولها لمفهوم قلق المستقبل الذي يعد من الاضطرابات التي تؤدي إلى التأثير على حياة الفرد وصحته الجسمية والعقلية وحياته الأسرية ونشاطه وإبداعه في مهنته ومجال تخصصه.

3- أنها قد تسهم الدراسة الحالية في إثراء مجال المعرفة بالمكتبات العربية، وتقدم معرفة سيكولوجية للمهتمين في ميدان الإرشاد النفسي، والصحة النفسية الإيجابية، وعلم النفس الإيجابي.

4- أنها تعتبر هذه الدراسة إضافة علمية ستزيد من التأصل النظري حول موضوع الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة.

5- أنها تستمد الدراسة أهميتها في تأكيدها الدور الإيجابي البناء لفاعلية الرضا عن الحياة في مواجهة قلق المستقبل حتى يتمكن طلبة الجامعة من النجاح في الحياة والقدرة على مواجهة تحديات الحاضر والمستقبل.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

قد تسهم هذه الدراسة في تقديم توصيات للعاملين في مجال الصحة النفسية والإرشاد والعلاج النفسي، في أن يقوموا بوضع البرامج الإرشادية التي تعمل على التقليل من قلق المستقبل في حالة وجوده لدى الطلبة، ووضع البرامج الوقائية لتفادي أخطاره، وزيادة الرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين، ويكون هدف هذه الورش والبرامج هو توعية الطلبة بأضرار قلق المستقبل.

3. أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

1- التعرف على طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل.

2- التعرف على مستوى كُلٍّ من الرضا عن الحياة، وقلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة.

3- التعرف على الفروق العائدة لـ (النوع – التخصص) في الرضا عن الحياة.

4- التعرف على الفروق العائدة لـ (النوع – التخصص) في قلق المستقبل.

4. تحديد مصطلحات الدراسة:

أولاً: الرضا عن الحياة:

التعريف النظري: يعرف عبد الخالق، 2008 الرضا عن الحياة بأنه "التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتماداً على حكمه الشخصي" [5].

التعريف الإجرائي: وهو "الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الرضا عن الحياة المستخدم في الدراسة".

ثانياً: قلق المستقبل:

التعريف النظري: يعرف شكري، 1999 قلق المستقبل على أنه "خبره انفعالية غير سارة تحدث نتيجة الاستغراق في التفكير أو النشاط اتجاه ما يتوقع حدوثه في المستقبل لأكثر بعداً مصحوباً بتوتر وضيق وفقدان الأمن والطمأنينة نحو ما سيحدث في المستقبل" [22].

التعريف الإجرائي: وهو "الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس قلق المستقبل المستخدم في الدراسة".

5. منهج الدراسة وإجراءاتها:

أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بشقية الارتباطي والسببي المقارن، وذلك لمناسبته لأهداف الدراسة.

ثانياً: الإجراءات المنهجية:

تتحدد إجراءات الدراسة على النحو التالي: -

عينة الدراسة: وهي عينة متاحة تكونت من 140 طالباً وطالبة (72 ذكراً - 68 أنثى) اخْتِيرُوا من كليتين أدبيتين هما (الإنجليزي– القانون) وكليتين علميتين هما (العلوم – الهندسة). والجدول التالي يبين توزيع أفراد عينة الدراسة.

جدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة

العدد	التخصص							
140	أدبي				علمي			
	الإنجليزي		القانون		العلوم		الهندسة	
	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث
	18	17	18	17	18	17	18	17
	70				70			

6. أدوات الدراسة:

لغرض تحقيق أهداف الدراسة الحالية، اعتمدت الباحثة على المقاييس التالية:

أ- **مقياس الرضا عن الحياة:** إعداد مجدي الدسوقي (1998).

وصف المقياس: يتكون المقياس من (29) فقرة تقيس الرضا عن الحياة.

طريقة تصحيح المقياس:

يُصَحَّحُ المقياس في اتجاه الرضا عن الحياة بحيث تعطى الدرجات على النحو التالي:

5= تنطبق دائماً 4 = تنطبق 3 = إلى حد ما 2 = لا تنطبق 1 = لا تنطبق أبدا.

صدق المقياس:

قَدَّر معد المقياس صدق المقياس بطريقة صدق الاتساق الداخلي حيث قام بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته على مقياس الرضا عن الحياة، وقد تبين أن جميع الارتباطات قد حققت دلالة إحصائية عند مستوى 0.01.

كما حسب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة، وقد اتضح أن جميع معاملات الارتباطات قد حققت دلالة إحصائياً عند مستوى 0.01 مما يشير إلى صدق محتوى كل بعد بالنسبة للدرجة الكلية.

ثبات المقياس:

قَدَّر معد المقياس ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث حسب معامل الارتباط بين مجموع درجات الفقرات الفردية ومجموع درجات الفقرات الزوجية لمقياس الرضا عن الحياة حيث بلغ معامل الارتباط (ر= 0.754) وهو دال إحصائياً عند مستوى 0.01، ثم استخدم معادلة سبيرمان – براون لتعديل طول الاختبار وقد تبين أن معامل ارتباط سبيرمان – براون للاختبار (ر= 0.860)، كما قام بتقدير معامل ألفا – كرونباخ للمقياس وكانت قيمة ألفا (a=0.792).

وبالنسبة لصدق المقياس وثباته في الدراسة الحالية: فقد قدرتهما الباحثة على عينة استطلاعية بلغ قوامها 30 طالباً وطالبة (15) ذكراً و(15) أنثى وكانت مؤشرات الصدق والثبات على النحو التالي:

أولاً: الصدق:

قَدَّرت الباحثة صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي حيث حسبت معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يبين نتيجة هذا التحليل.

الجدول (2) يوضح صدق الاتساق الداخلي لمقياس الرضا عن الحياة ن=(30)

الفقرة	قبل الحذف	بعد الحذف	الفقرة	قبل الحذف	بعد الحذف
1	0.49	**0.50	**15**	0.84	**0.84
2	0.61	**0.61	**16**	0.13	-
3	0.62	**0.62	**17**	0.63	**0.64
4	0.70	**0.70	**18**	-0.001	-
5	0.63	**0.64	**19**	0.59	**0.59
6	0.51	**0.51	**20**	0.17	-
7	0.47	**0.47	**21**	0.21	*0.22
8	0.74	**0.74	**22**	0.13	-
9	0.64	**0.65	**23**	0.43	**0.43
10	0.60	**0.60	**24**	0.16	-
11	0.76	**0.77	**25**	0.70	**0.71
12	0.63	**0.63	**26**	0.50	**0.50
13	0.55	**0.55	**27**	0.53	**0.53
14	0.28	**0.28	**28**	0.48	**0.49
/	/	/	**29**	0.55	**0.55

****عند مستوى دلالة 0.05 *عند مستوى دلالة 0.01**

يتضح من خلال الجدول السابق أنه قد حُذِفت الفقرات (16-18-20-22-24) نظراً لأنها لم تصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية، وقد حُذِفتْ وأُعِيد حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية، وكانت جميعها دالة إحصائياً مما يشير بأن المقياس يتمتع بدرجة مرضية من الصدق .

ثانياً: الثبات :

قَدَّرت الباحثة ثبات المقياس بطريقة:

- ***ألفا – كرونباخ.***

والجدول التالي يبين نتيجة هذا التحليل.

جدول (3) يوضح معامل ثبات ألفا – كرونباخ

العينة	نـوع الاختبار	قيمة الثبات
30	ألفا – كرونباخ	0.90

من خلال الجدول يتبين أن المقياس يتمتع بدرجة مرضية من الثبات.

ب- مقياس قلق المستقبل: من إعداد سناء منير (2006).

وصف المقياس: ويتكون المقياس من (30) فقرة تقيس قلق المستقبل.

طريقة تصحيح المقياس:

يُصَحَّح المقياس في اتجاه قلق المستقبل بحيث تعطى الدرجات على النحو التالي:

3 = تنطبق علي 2= تنطبق علي أحياناً 1= لا تنطبق علي.

صدق المقياس:

قَدَّر معد المقياس صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي وقد تبين أن جميع معاملات الارتباطات قد حققت دلالة إحصائية عند مستوى 0.01، أي إن المقياس لديه صدق عالٍ وقد استُخْدِمَ عدة مرات.

ثبات المقياس:

قَدَّر معد المقياس ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار وقد بلغة قيمة الثبات (0.71) وكذلك فقد بلغت قيمة ثبات ألفا – كرونباخ (0.78)، وهو ما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات مرتفعة.

وبالنسبة لصدق المقياس وثباته في الدراسة الحالية: فقد قَدَّرتهما الباحثة على عينة استطلاعية بلغ قوامها 30 طالباً وطالبة (15) ذكراً، (15) أنثى، وكانت مؤشرات الصدق والثبات على النحو التالي:

أولاً: الصدق:

قَدَّرت الباحثة صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي حيث حسبت معامل ارتباط كل فقرات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يبين نتيجة هذا التحليل.

الجدول (4) يوضح صدق الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل (ن=30)

الفقرة	قبل الحذف	بعد الحذف	الفقرة	قبل الحذف	بعد الحذف
1	0.21	**0.22	17	0.47	**0.48
2	0.30	**0.30	18	0.51	**0.51
3	0.17	-	19	0.52	**0.52
4	0.51	**0.52	20	0.20	**0.21
5	0.45	**0.46	21	0.53	*0.53
6	0.36	**0.36	22	0.26	**0.26
7	0.31	**0.31	23	0.50	**0.51
8	0.44	**0.45	24	0.38	**0.39
9	0.43	**0.44	25	0.55	**0.56
10	0.20	**0.21	26	0.49	**0.50
11	0.36	**0.37	27	-0.07	-
12	0.59	**0.59	28	-0.06	-
13	0.59	**0.60	29	0.44	**0.44
14	0.21	**0.21	30	0.39	**0.39
15	0.28	**0.29	/	/	/
16	0.46	**0.47	/	/	/

**عند مستوى دلالة 0.05 *عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من خلال الجدول السابق أنه قد حُذِفَت الفقرات (3-27-28) نظراً لأنها لم تصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية، وقد حُذِفَتْ وأُعِيدَ حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية. وكانت جميعها دالة إحصائياً مما يشير بأن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق.

ثانياً: الثبات :

قَدَّرت الباحثة ثبات المقياس بطريقة:

- ***ألفا – كرونباخ.***

والجدول التالي يبين نتيجة هذا التحليل .

والجدول (5) يوضح معامل ثبات ألفا – كرونباخ

العينة	نوع الاختبار	قيمة الثبات
30	معامل ألفا – كرونباخ	0.79

من خلال الجدول يتبين أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

عرض النتائج وتفسيراتها ومناقشتها

نورد فيما يلي جدولاً يبين المتوسطات والانحرافات المعيارية، ومعاملات الالتواء لمتغيرات الدراسة، لدى عينة الدراسة؛ إذ يمثل هذا الإجراء خطوة أولية في تحديد نمط توزيع البيانات، والتأكد من أنها تتبع التوزيع الاعتدالي أو تقترب منه.

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء ودلالتها

المتغير	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	الالتواء	دلالة الالتواء
الرضا عن الحياة	107.58	14.76	-0.43	غير دال
قلق المستقبل	64.89	10.03	-0.23	غير دال

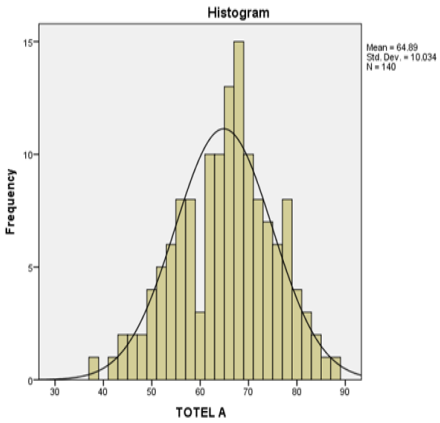
يتضح من الجدول السابق رقم (6) أن معاملات الالتواء لم تصل إلى مستوى الدلالة، مما يعني أننا أمام بيانات تصلح لإجراء إحصاءات بارامترية.

1- الهدف الأول: التعرف على مستوى كُلٍّ من الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة

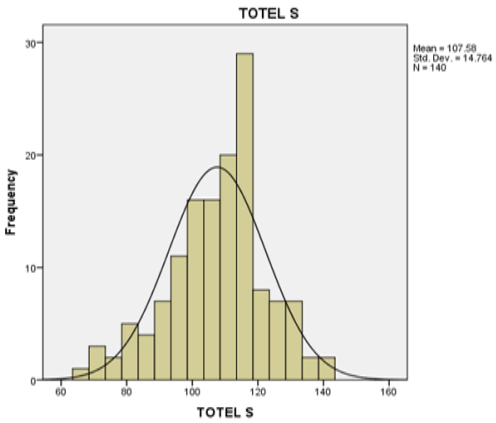
وللتحقق من هذا الهدف احْتُسِبَ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة الدراسة ن= 72 ذكراً، 68 أنثى مقياساً للرضا عن الحياة وقلق المستقبل، والجدول والشكل الإحصائي التالي يبينان نتيجة هذا التحليل

جدول (7) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت ومستوى الدلالة لمقياس كل من الرضا عن الحياة وقلق المستقبل (ن=140)

المتغير	درجة الحرية	المتوسط الفرضي	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الرضا عن الحياة	139	72	107.58	14.76	16.47	0.0001
قلق المستقبل	139	54	64.89	10.03	5.76	0.0001



(الرضا عن الحياة)



(قلق المستقبل)

من خلال الجدول والرسم الإحصائي يتبين أن:

المتوسط الحسابي لمقياس الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة قد بلغ قيمته (107.58) بانحراف معياري (14.76) وهو متوسط حسابي أعلى من المتوسط الفرضي (النظري) للمقياس الذي تساوي قيمته (72).

وتتفق هذه النتيجة مع ما جاء في بعض الدراسات السابقة كدراسة عبداللطيف1997 [9]، ودراسة طه ولطفي 2009 [28]، وكذلك الدراسة التي أجراها كُلٌّ من Padmaia, Mohapatra, Vanlahruaiia, Rrana, Tiamonglai 2015 [12]، ودراسة الدخيلي 2017 [9]، ودراسة حمدانه 2018 [12]، التي أظهرت كل هذه الدراسات أن مستوى الرضا عن الحياة كان مرتفعاً.

بينما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة العمرات (2014) التي بينت أن درجة رضا الطالبات عن الحياة الجامعية جاء بتقدير متوسط[29].

ويمكن تفسير ذلك بأن إقبال الطلبة ورضاهم عن حياتهم بدرجة كبيرة كان عائداً إلى أن رضا الفرد عن حياته مرتبط بما حققه من إنجاز مهمٍ متمثل بقبوله بكلية معينة وبعمر معين، كما أنه كلما ازدادت نسبة المساندة والدعم الاجتماعي من المحيطين بهم تقدم الطالب وتفوق وازدادت لديه نسبة الرضا عن الحياة، فتمتع الفرد بالصحة النفسية وشعوره بالسعادة عن الحياة دليل على رضاه، وكلما قدر الفردِ ذاته وقدره المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه ارتفعت لديه درجات الرضا عن الحياة، فالفرد كلما كان متحمساً للحياة ولديه إقبال عليها ارتفعت لدية درجة الرضا عن حياته وتقبل الفرد لذاته ولأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي المحيط به، وبذلك يكون متوافقا مع ربه وذاته وأسرته وسعيداً في عمله، متقبلاً لأصدقائه وزملائه، راضياً عن إنجازاته الماضية متطلعاً لمستقبله مسيطراً على بيئته فهو صاحب القرار وقادر على تحقيق أهدافه كل هذا يزيد من شعور الفرد بالرضا عن الحياة.

كما يتبين من الجدول السابق ذكره رقم(7) أن المتوسط الحسابي لمقياس قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة قد بلغ قيمته (64.89) بانحراف معياري (10.03) وهو متوسط حسابي أعلى من قيمة المتوسط الحسابي الفرضي (النظري) للمقياس (54) مما يشير إلى أن العينة لديها أيضاً درجة عالية من قلق المستقبل.

وهذه النتيجة تتفق بما جاء في الدراسات السابقة كدراسة حاتم 1996 [20]، العكاشي 2001 [30]، طاهر والزغاليل [31]، العشري 2004 [32]؛ المحاميد السفاسفة 2007 [30]؛ السبعاوي 2007 [20]؛ الثنيان 2009 [33]؛ الحوامدي وبلمسعود 2014 [34]، أحمادي وسالمي 2015 [35]؛ كرماش [36]؛ شريف والجمعان 2018 [37]، التي أظهرت نتائجها أن مستوى قلق المستقبل مرتفع.

بينما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة خليل 2011 [38]، ودراسة زقاوة 2014 [39]، ودراسة المشاقبة 2015 [40]، التي بينت وجود

مستوى بسيط من قلق المستقبل.

ويمكن تفسير هذه النتيجة التي تدل على ارتفاع في مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة دليل على ضغوط الدراسة، بالتزامن مع أنه ليس لدى الطلبة مهارات التعامل مع المشكلات التي تواجههم، كذلك بسبب الظروف التي تمر بها البلاد، فكل هذا وأكثر من شأنه أن يؤثر على مستوى دافعيتهم ودراستهم مما يزيد من قلقهم اتجاه المستقبل المجهول بنظرهم، كذلك فالبيئة النفسية والاجتماعية التي تزداد فيها الضغوطات قد تزيد من نسب قلق المستقبل لدى الطلبة، وقد يتمثل القلق من المستقبل بشكل أكبر عندما يتصور الطالب الجامعي أنه لن يحصل على عمل في المستقبل، ولاسيما في ظل تزايد أعداد الخريجين في الاختصاصات المختلفة، والتنافس الشديد على الوظائف المحدودة، وغياب فرص العمل المناسبة؛ مقابل ما يحمله من مؤهل علمي.

2- الهدف الثاني: التعرف على الفروق العائدة لـ (النوع – التخصص) في الرضا عن الحياة:

وللتحقق من هذا الهدف حُسِبَتْ قيمة اختبار "ت" للعينتين والجدول التالي يبين نتيجة هذا التحليل.

جدول (8) يوضح الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في الرضا عن الحياة حسب متغير النوع (ن=140)

المتغيرات		ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
النوع	ذكور	72	109.13	12.99	1.28	*غير دال
	إناث	68	105.94	16.37		

جدول (9) يوضح الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في الرضا عن الحياة حسب متغير التخصص الأكاديمي(ن=140)

المتغيرات		ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
التخصص	ذكور	14.03	106.64	70	-0.35	*غير دال
	إناث	15.28	107.81	70		

يلاحظ من خلال الجدول السابق رقم 8-9 أن المتوسط الحسابي للذكور كان (109.13) بانحراف معياري (12.99) أما المتوسط الحسابي للإناث فقد بلغ (105.94) بانحراف معياري (16.37) وللمقارنة بين المتوسطين استُخْدِمَ الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، أن قيمة ت المحسوبة (1.28) وهي قيمة غير دالة إحصائياً، أي إنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة تعزى لمتغير النوع (ذكور – إناث) كذلك الأمر بالنسبة لمتغيرات التخصص فقد بلغ المتوسط الحسابي لطلاب التخصص الأدبي (106.64) بانحراف معياري (14.03)، وقد بلغ المتوسط الحسابي لطلاب التخصص العلمي (107.81) بانحراف معياري (15.28)، فقد كانت قيمة ت (0.35-) غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلاب التخصص الأدبي والعلمي في الرضا عن الحياة.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كيت وزملائه 1995 [4]، قاروت 2007 [41]، الزعبي 2015 [5]، ودراسة يانغ وزنق وكو 2016 [42]، التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة.

بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة منها دراسة ميخائيل 2013 [6]، ودراسة العفانة 2018 [8]، التي بينت وجود فروق في متغير النوع لصالح الإناث.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كيت وزملائه 1995 التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للنوع[4]، كما اتفقت مع دراسة قاروت (2007) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الرضا عن الحياة عائدة للتخصص والنوع لدى الطالبات[41]، وأيضاً دراسة الزعبي (2015) التي بينت عدم وجود فروق دالة جوهرياً بين متوسط درجات الذكور والإناث في الرضا عن الحياة[5]، ودراسة يانغ وزنق وكو (2016) التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة[48].

بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة منها دراسة ميخائيل (2013) التي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائياً وأن الفروق لصالح الإناث[6]، ودراسة العفانة (2018) التي بينت وجود فروق في متغير النوع لصالح الإناث[8].

وقد يرجع عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في (النوع والتخصص) لمتغير الرضا عن الحياة، إلى عدم وجود اختلاف جوهري بينهما فكلاهما يتشابهان في درجات الرضا عن الحياة، بسبب تطورات العصر التي جعلت نسبة التكافؤ في فرص العمل ومسؤوليات الحياة متقاربة بينهم، فمثلما الرجل يتحمل المسؤولية أصبحت حياة المرأة تضج بالمسؤوليات من عمل ودراسة وقيادة السيارة وتكوين أسرة.

كذلك يمكن تفسير عدم وجود فروق بين طلاب التخصصات الأدبية والعلمية في مستوى الرضا عن الحياة، فالمواد الدراسية التخصصية في المجالين لم يكن لها أي تأثير في تغير فكرة الفرد عن الحياة وتكوين اتجاه بالرضا عنها من عدمه، لم يكن للتخصص أي تأثير على درجة رضا الطلاب عن حياتهم فمتطلبات الحياة وتقويمها كان متساوياً لدى طلاب التخصصات المختلفة.

3- الهدف الثالث: التعرف على الفروق العائدة لـ (النوع – التخصص) في قلق المستقبل:

وللتحقق من هذا الهدف حُسِبَت قيمة اختبار "ت" للعينتين والجدول التالي يبين نتيجة هذا التحليل.

جدول (10) يوضح الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في قلق المستقبل حسب متغير النوع (ن=140)

المتغيرات		ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
النوع	ذكور	72	64.19	10.02	-0.84	*غير دال
	إناث	68	65.62	10.07		

جدول (11) يوضح الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في قلق المستقبل حسب متغير التخصص الأكاديمي (ن=140)

المتغيرات		ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
التخصص	أدبي	70	65.21	10.02	0.41	*غير دال
	علمي	70	64.52	10.17		

يلاحظ من الجدول 10-11 أن المتوسط الحسابي للذكور قد بلغ (64.19) بانحراف معياري (10.02) أما المتوسط الحسابي للإناث فبلغ (65.62) بانحراف معياري (10.07) وللمقارنة بين المتوسطين استُخْدِمَ الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، أن قيمة ت المحسوبة (-0.84) وهي قيمة غير دالة احصائياً، أي إنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط أفراد عينة الدراسة على مقياس قلق المستقبل تعزى لمتغير النوع (ذكور – إناث) كذلك الأمر بالنسبة لمتغير التخصص (أدبي - علمي) فقد كانت قيمة المتوسط الحسابي لطلاب الأدبي (65.21) بانحراف معياري (10.02) وطلاب التخصص العلمي (64.52) بانحراف معياري (10.17) وهي غير دالة إحصائياً، وهذا يشير على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائياً بين متوسطات طلاب التخصص الأدبي والعلمي في قلق المستقبل.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة أمل 2001 [43]، عبد الحليم 2010 [33]، بوزيان وبوقصة 2012 [44]، الجاجان 2016 [15]، ودراسة سالمي 2018 [45]، التي أشارت لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث .

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة أمل 2001 [43]، عبد الحليم 2010 [33]، بوزيان وبوقصة 2012 [44]، الجاجان 2016 [15]، ودراسة سالمي 2018 [45]، التي أشارت لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث.

بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة ومنها دراسة المحاميد والسفاسفة 2007 [30]. ودراسة بن يحيا 2015 [46]. ودراسة محمد، ب ت [16]، التي بينت وجود فروقٍ ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس قلق المستقبل.

ويفسر هذا بأن معطيات الحاضر قد تؤثر في توقعات المستقبل؛ وظروف اليوم قد تؤثر في التوجه نحو الغد؛ فإذا كانت ظروف الحياة قاسية على الذكور والإناث وتعج بالمشكلات الاقتصادية والاجتماعية فإن الأفراد يصبحون غير قادرين على مواجهة متطلبات حياتهم، ويشعرون بعدم الرضا عن حياتهم الراهنة، ومن ثم يكتنفه شعور الخوف من مستقبلهم، وتصبح توقعاتهم سلبية إزاء الأحداث المستقبلية.

كذلك يمكن إرجاع عدم وجود فروق في مستوى قلق المستقبل بين (الذكور والإناث) تعزى لطلاب التخصصات الأدبية والعلمية بسبب عدم الاختلاف بين الجنسين لمعاناتهم من نفس الظروف الاقتصادية والسياسية والاجتماعية والأوضاع الأمنية غير المستقرة، فعدم وضوح صورة المستقبل لديهم يؤثر على الصعيد الدراسي، وتطورات الحياة وفرص العمل المتكافئة بين الذكور والإناث جعلت أدوار الحياة تكون بينهما متقاربة جداً. وكلاهما لديه نفس التطلعات والطموحات والآمال لمستقبل أفضل، وترى الباحثة أنه لا يوجد أفضلية لتخصص على آخر في قلق المستقبل نظراً لأن الجميع يخضعون لظروف حياتيه مشتركة.

4- الهدف الرابع: التعرف على طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل:

وللتحقق من صحة ذلك استُخْدِم معامل الارتباط بيرسون بين الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة، ومقياس قلق المستقبل، والجدول التالي يوضح نتيجة هذا التحليل.

الجدول (12) يوضح قيمة معامل الارتباط بين درجة الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة:

المتغير	ن	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الرضا عن الحياة	140	-0.10	غير دالة
قلق المستقبل			

يتضح من خلال الجدول رقم 11 أن قيمة معامل الارتباط بين درجة الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة قد بلغت (-0.10) وهي قيمة غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى عدم وجود ارتباط بين الرضا عن الحياة بقلق المستقبل وهذا بسبب صغر حجم العينة؛ لأن كلما زاد عدد العينة خرجنا بتقديرات أفضل، ويدل أيضاً على أن المغيرين لم يكونا مرتبطين لدى عينة الدراسة.

لم تتفق نتائج هذه الدراسة مع أي من الدراسات السابقة.

بينما تختلف نتائج الدراسة مع دراسة إبراهيم 2011 [47]؛ على 2015 [48]، التي تهدف لوجود علاقة دالة إحصائياً بين مستوى قلق المستقبل والرضا عن الحياة كلما ارتفعت درجات الرضا عن الحياة انخفضت درجات قلق المستقبل.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بسبب صغر حجم عينة الدراسة فلم تظهر المحكات الإحصائية علاقة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل، وأحياناً لا يكون قلق المستقبل المرتفع لدى الطلبة هو المؤشر لعدم الرضا، فقد يكونُ الأفراد راضينَ عن حياتهم ولا يعانون من قلق المستقبل، أو قد يكون قلقهم على مستقبلهم مرتفعاً ولكن هذا قد لا يكون مؤشراً يسبب لهم عدم الرضا.

7. الخلاصة:

هدف الدراسة هو التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة بنغازي، وأيضاً معرفة المستوى والفروق العائدة لـ (النوع – التخصص) في كل من الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى أفراد العينة. وتكمن أهمية الدراسة في تناولها لمفهوم إيجابي حديث وهو الرضا عن الحياة الذي يتضمن شعور الفرد بالسعادة وتمتعه بالحياة التي يعيشها، وتناولها لمفهوم قلق المستقبل الذي يؤثر على حياة الفرد وعلى صحته الجسمية والعقلية وحياته الأسرية، فيمكن أن تسهم الدراسة الحالية في إثراء مجال المعرفة بالمكتبات العربية وسيزيد من التأصل النظري حول موضوع الرضا عن الحياة وقلق المستقبل، وقد يسهم في تقديم توصيات للعاملين في مجال الصحة النفسية والإرشاد والعلاج النفسي أن يقوموا بوضع البرامج الإرشادية التي تعمل على التقليل من قلق المستقبل في حالة وجوده لدى الطلبة، والبرامج التي تزيد من الرضا عن الحياة لديهم. واخْتِيرت عينة متاحة تكونت من (140) طالباً وطالبة مقسمة على الكليات الأدبية والعلمية. واستُخْدِمت أداتان لجمع البيانات وهما مقياس الرضا عن الحياة إعداد الدسوقي (1998)، ومقياس لقلق المستقبل إعداد منير(2006). وقد استخدم في هذه الدراسة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) ومنها: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والاختبار التائي (ت) T.test للعينة الواحدة وأيضاً للعينات المستقلة. وحساب معامل الارتباط لإيجاد العلاقة بين متغيرات البحث (الرضا عن الحياة وقلق المستقبل). فالرضا عن الحياة يعتبر هو المحرك الأول والأساسي للسلوك الإنساني، وهو مجموعة مشاعر إيجابية تتولد في غياب المشاعر السلبية التي لا حاجه لها لكي يتقدم الفرد، فقد بينت دراسة عبد اللطيف، 1997 أن مستوى رضا الطلبة عن حياتهم كان مرتفعاً. فالفرد يكابد في حياته كثيراً من الجوانب السلبية، التي يجد نفسه مضطراً لمواجهتها والتغلب عليها للوصول إلى درجة مناسبة من التكيف، والشعور بالرضا عن الحياة دلالة على تمتع الفرد بالصحة النفسية والجسمية والعقلية. إذ إنه من الطبيعي أن نقول إن الرضا عن الحياة يعتبر مؤشراً لبناء علاقات اجتماعية يسودها الترابط والألفة والمودة ويدفع بالفرد ليبذل أقصى ما لديه من جهد ليصل لذلك الطريق الذي يطمح للوصول إليه ليحقق حلمه، ويختلف رضا كل فرد عن الآخر حسب تخصصه وعمره وبيئته ومهنته والمثيرات التي يتلقاها من كل مكان، ولأهمية هذا المفهوم اهتم به العديد من الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية لأن سلامة الفرد وتوافقه وتكيفه يبدأ من رضاه عن حياته، فالفرد الذي لديه الشعور بالسعادة يتطور لديه الشعور بالرضا. ولكن مثلما أن الرضا عن الحياة مؤثر إيجابي يدفع بالفرد للتقدم فقد بينت دراسة على (2015) وجود علاقة دالة إحصائياً بين مستوى قلق المستقبل والرضا عن الحياة كلما ارتفعت درجات الرضا عن الحياة انخفضت درجات قلق المستقل، ويعتبر متغير الرضا عن الحياة مؤثراً سلبياً يؤثر إذا انخفض لدى الفرد ويعرقل تقدمه في الحياة. وقد تبين أن قلق المستقبل يظهر بسبب التراكمات وظروف الحياة الضاغطة، وبسبب أوضاع هذا العصر التي لا تبشر بالسلام والاطمئنان وتجعلنا دائماً في دائرة التفكير، فهو حالة انفعالية يكون فيها الفرد خائفاً من كل شيء بنظره يمثل مصدر خطر وتهديد، وهذه الأفكار تتكون بسبب خبرة سابقة بالتجارب التي مر بها الفرد تكون لدى الفرد أفكار غير منطقية ولكن الفرد يكون مدركاً بأسبابه ودوافعه وهذا ما يفرقه عن مرض القلق بشكل عام، وينتشر قلق المستقبل بكثرة لدى جميع الطلبة وطلبة الجامعة بشكل خاص كما أكدت دراسة العشري، 2004 التي ترى أن للبيئة النفسية والاجتماعية تأثيراً على قلق المستقبل. فهو يحتاج لحل مستعجل حتى لا يزداد ويدخل الفرد في درجات القلق المتوسط والحاد والمزمن الذي سيحتاج لعلاج.

8. التوصيات :

1- اهتمام مسؤولي التربية والتعليم بالبرامج التي تساعد على التأكيد على تنمية الرضا عن الحياة منذ المراحل التعليمية المبكرة قبل الانخراط في المرحلة الجامعية.

2- رغم أن النتائج قد توصلت إلى مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة لدى العينة فإنها توصي بعقد ندوات وورش عمل إرشادية تهدف زيادة توعية طلبة الجامعات بأهمية الرضا عن الحياة من أجل تمتعهم بصحة نفسية سوية.

3- إشراك أولياء الأمور في الأنشطة التي تهدف إلى مواجهة مواقف الحياة الضاغطة والتغلب عليها لزيادة رفع رضاهم عن أنفسهم وعن حياتهم.

4- توفير الدعم المالي للطلبة للتغلب على مشكلة الرسوم الدراسية التي تشكل عائقاً أمامهم وتزيد لديهم مشكلة القلق من المستقبل.

5- زيادة إثارة دوافع الطلبة من الأقسام الأدبية والعلمية وتنمية روح التحدي لديهم للوقوف بوجه الأحداث التي تعصف بالمجتمعات الحالية حتى لا تعيق مستقبلهم.

9. المقترحات:

- إجراء دراسة مقارنة بين الطلاب والطالبات في الرضا عن الحياة وقلق المستقبل.
- إجراء مثل هذه الدراسة وإضافة بعض المتغيرات الديموغرافية الأخرى مثل (الضغوط النفسية).
- إجراء دراسات تتناول عينات أخرى مثل (عينة المتقاعدين، طلبة الثانوية، المرأة العاملة).
- إجراء دراسات تتناول الرضا عن الحياة وسمات الشخصية لدى الطالب الجامعي.
- دراسة التأثيرات النفسية والاجتماعية لقلق المستقبل في حياة الطالب الجامعي.

10. المراجع:

أولاً: المراجع العربية :

1. أبو عبيد، دعاء (2013). الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة غزة.
2. الحربي، فهد (2014). التسامح والرضا عن الحياة لدى معلمي التعليم العام بمحافظة النبهانيه. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى .
3. قريطع، فراس (2017). الضغوط النفسية لدى المعلمين وعلاقتها بالرضا عن الحياة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. 13 (4)، 457 - 486.
4. كتلو، كامل (2015). السعادة وعلاقتها بكل من التدين والرضا عن الحياة والحب لدى عينة من الطلاب الجامعيين المتزوجين. مجلة دراسات العلوم التربوية، 42 (2)، 661 -679.
5. الزعبي، أحمد (2015). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية، جامعة دمشق، مجلة جامعة البعث، 37 (14)، 53 -90 .
6. ميخائيل، مطانيوس (2013). الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في سوريا وبريطانيا. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 11 (1)، 84 -109.
7. طشطوش، رامي (2015). الرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي المدرك والعلاقة بينهما لدى عينة من مريضات سرطان الثدي. المجلة الأردنية في

العلوم التربوية، 11 (4)، 44 -467.

8. العفانة، محمد (2018). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة غزة .

9. الدخيلي، ابتسام (2017). مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي المتفوق دراسياً. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر – بسكرة .

10. خريبة، إيناس (ب ت). الرضا عن الحياة الجامعية والعوامل الخمسة الكبيرة للشخصية لدى طلبة جامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية. كلية التربية، جامعة الزقازيق.

11. جبر، عدنان ومنشد، حسام (2015). الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة. مجلة الأستاذ، كلية التربية الأساسية، جامعة كربلاء، 2 (214)، 132 -156 .

12. حمدانة، همام (2018). مستوى رضا الطلاب غير السعوديين في جامعة الملك سعود عن جودة الحياة الجامعية. جامعة الملك سعود، 11 (35)، 63 - 84.

13. الزعبي، أحمد (2015). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية. كلية التربية، جامعة دمشق، مجلة جامعة البعث، 37 (14)، 53 -90 .

14. خليل، عفراء (2011). مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة دراسات العلوم التربوية، 38 (3)، 942 -964.

15. الجاجان، ياسر (2016). دراسة الفروق في قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة البعث، 38 (4)، 43 -74 .

16. محمد، هبة (ب ت). قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات الجامعية في مدينة الرياض. مجلة البحوث التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، (26 – 27)، 322 – 377، متاح عبر www.novapdf.com. :

17. حمد، نادرة (2014). أثر العلاج الانفعالي في خفض قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة. مجلة الأستاذ،1 (209)، 559 -586 .

18. حبيب، أسعد (2014). قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة البصرة. مجلة أبحاث البصرة (العلوم الإنسانية)، كلية التربية للعلوم الإنسانية، 39 (4)، 304 -328.

19. الفنجري، حسن (ب ت). فاعلية استخدام بعض استراتيجيات علم النفس الإيجابي في التخفيف من قلق المستقبل. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية النوعية، جامعة بنها.

20. السبعاوي، فضيلة (2007). قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص. جامعة الموصل، مجلة التربية والعلم، 15 (2)، 250 - 277.

21. غانم، إستبرق وغانم، رونق وحيدر، زينب (ب ت). قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة كلية الآداب. رسالة ماجستير (غير منشورة).

22. الزقاوة، أحمد (2017). الفروق في مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلاب التعليم الثانوي والجامعي والتكوين المهني. المجلة العربية لعلم النفس، (3)، 51 – 75 .

23. القحطاني، محمد (2015). قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار غير العقلانية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب وطالبات قسم علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، (41)، 17 – 70 .

24. عيدان، نور ومحمد، نور وجودي، نور (2017). قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية للبنات. كلية التربية، جامعة القادسية.

25. قمر، مجذوب (2015). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك الديموغرافي. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة ورقلا.

26. المشيخي، غالب (2009). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى.

27. زعتر، شريف والعماري، عائشة (2010). علاقة سمة التفاؤل/تشاؤم بقلق المستقبل لطلبة ثانية ماستر عيادي. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر – بسكرة.

28. الحضيف، نوف (2018). إدمان الإنترنت وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بالرس. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 2 (19)، 25 – 49.

29. العمرات، محمد والرفوع، محمد (2014). مستوى الرضا عن الحياة الجامعية وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات جامعة الطفيلة التقنية في الأردن. كلية العلوم التربوية. المجلة الدولية التربوية المتخصصة، جامعة الطفيلة التقنية، 3 (12)، 266 -283 .

30. المحاميد، شاكر والسفاسفة، محمد (2007). قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة مؤته، (3)، 127 -142.

31. نادية، أوشن وبراجيل، على (2015). التوجيه الجامعي بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الحاج لخضر .

32. الشرافي، ماهر (2013). الإنهاك النفسي وعلاقته بكل من قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى العاملين في الأنفاق. كلية التربية، الجامعة الإسلامية .

33. جبر، أحمد (2012). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية، جامعة الأزهر غزة .

34. الحوامدي، الساسي وبلمسعود، عادل (2014). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الجنس والتخصص الدراسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الوادي .

35. أحمادي، سهيلة وسالمي، مسعودة (2015). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى كلية العلوم الاجتماعية والتكنولوجية المقبلين على التخرج. كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمه الخضر.

36. كرماش، حوراء (2016). الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة النازحين في جامعة بابل، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، كلية التربية الأساسية، جامعة بابل (30)، 227 -252 .

37. شريف، الجمعان (2018). الرضا عن الحياة وتقدير الذات وعلاقتهما بقلق المستقبل المهني لدى الطالب الجامعي. مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، جامعة البصرة www.org.shamaa .

38. خليل، عفراء (2011). مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة دراسات العلوم التربوية، 38 (3)، 942 -964.

39. زقاوة، أحمد (2014). المشروع الشخصي للحياة وعلاقته بقلق المستقبل. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.

40. المشاقبة، محمد (2015). قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية. كلية التربية والآداب. جامعة الحدود الشمالية، مجلة جامعة طيبة للعلوم التربوية، 10 (1)، 49 -33.

41. قاروت، بسمة (2007). الرضا وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى.

42. العتبي، هذال (2016). قلق المستقبل على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى.

43. بوزيان، آسيا وبوقصه، وردة (2012). قلق المستقبل لدى طلبة التخرج. دراسة ميدانية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة.

44. سالمي، مسعودة (2018). قلق المستقبل المهني لدى طلبة جامعة الشهيد حمه لخضـر بـالوادي. مجلـة العلـوم النفسـية والتربويـة، 6 (1)، 358 – 379، جامعة الوادي، الجزائر.

45. بن يحيا، عائشة (2015). قلق المستقبل وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية. كلية التربية، جامعة حائل المملكة العربية السعودية.

46. الحربي، فهد (2014). التسامح والرضا عن الحياة لدى معلمي التعليم العام بمحافظة النبهانيه. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى .

47. علي، ريم (2015). التعرف على طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة في متغيرين (العمر -الحالة الاجتماعية). مجلة الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، 3 (42)، 237 -27.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

48. Ying, yang ؛Yang, Y; Zhang, M; Kou, Y (2016). Self-compassion and life satisfaction: The mediating role of hope? People's Republic of China University, Beijing.