

## قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طالبات كلية التربية بجامعة

### الأميرة نورة بالرياض

د. فاطمة بنت علي بن ناصر الدوسري

أستاذ مساعد - قسم علم النفس التربوي

كلية التربية . جامعة الأميرة نورة

#### ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل وكل من مستوى الطموح والارتباط بينهما لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بالرياض. والتعرف عما إذا كان هناك فروق في درجة الطموح لدى الطالبات عينة الدراسة يرجع إلى مستوى قلق المستقبل (مرتفع-منخفض). واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي. واشتملت عينة الدراسة على (٨٧٧) طالبة من طالبات كلية التربية بجامعة الأميرة نورة بالرياض بالمملكة العربية السعودية. تم تطبيق مقياس قلق المستقبل إعداد: زينب محمود شقير (٢٠٠٥) ومقياس مستوى الطموح إعداد الباحثة. واستخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون واختبار "ت" للعينات غير المرتبطة، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية وسالبة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى عينة الدراسة من الطالبات، كما بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات ذوي قلق المستقبل المرتفع والمنخفض في درجاتهم في مستوى الطموح لصالح ذوي القلق المنخفض.

الكلمات المفتاحية: قلق المستقبل-الطموح-طالبات الجامعة-المملكة العربية السعودية.

### The Future Anxiety and Its Relationship to the Level of Aspiration in Students of the College of Education, Princess Nora University In Riyadh

#### Abstract:

The present study aimed to identify the level of future anxiety and all of the level of aspiration and link them to the students Princess Nora University in Riyadh. And identify whether there are differences in the degree of ambition among female students study sample is due to the level of concern the future (high - low). The study relied on a linking descriptive approach. The study sample consisted of (877) female students from the Faculty of Education Princess Nora University in Riyadh, Saudi Arabia. Anxiety scale was applied future preparation: Zainab Mahmoud Shuqair (2005) and measure the level of ambition prepared by the researcher. The researcher used the Pearson correlation coefficient and test "T" of the samples is associated with, and the results showed the presence of statistically significant relationship and negative between concern the future and the level of ambition in the study sample of students, also showed a statistically significant differences between students with concern the future of high and low scores in the level of ambition for the benefit of low concern.

**Keywords:** future anxiety - aspiration - university students - Kingdom of Saudi Arabia.

## مقدمة:

منذ بدء الحياة على الأرض والإنسان في تفاعل مستمر وتواصل دائم للتوافق مع البيئة والظروف التي تحيط به. وكثيرا ما ينجح في أن يتوافق، ولكنه يفشل أحيانا في المواجهة مع تلك الظروف، وهذا الفشل يؤدي إلى تولّد حالات واضطرابات نفسية لديه تنعكس سلبا على سلوكه وتعامله مع الآخرين.

وهناك أمور كثيرة تنعكس أثارها على سلوك الفرد وتؤثر في شخصيته من أهمها مثلاً، تدني شعور الفرد بالرضا نتيجة الملل والسأم من تكرار نمط العمل، أو بسبب قلة المدخولات، أو التعرض للاحتراق النفسي نتيجة لضغوط العمل أو أداء العمل في بيئة لا تتماشى مع احتياجات الفرد المادية والسيكولوجية. لكن رغم تلك الحالات، فإن الفرد ومن أجل الحفاظ على العمل كمصدر لتوفير وسائل الحياة من المأكل والملبس والسكن وتأمين المتطلبات الأخرى، فإنه لا بد وأن يتحمل كل أنواع الضغوط والمصاعب، وفضلا عن ذلك، فالمشاكل الأسرية والأمراض والمخاوف من تدهور الوضع المالي للأسرة مستقبلاً كلها أمور خارج سيطرة الفرد وطاقته ويصعب عليه تجاوزها أو التخطيط لمواجهتها، وهذا ما سيؤدي بالفرد إلى الشعور بالحيرة والارباك، والعجز، والقلق (Merry,1995,9)

فالحياة من حولنا مليئة بالمشكلات النفسية والضغوط النفسية والحروب والأزمات وغيرها التي تؤثر على حياة الإنسان ، و لا يوجد فرد تخلو حياته من الاضطرابات ومن هذه الاضطرابات قلق المستقبل حيث أن درجة القلق تختلف من فرد لآخر بشأن المستقبل خاصة أننا نعيش في حالة من التغيرات والأحداث لذلك أصبح الإنسان في حالة من القلق العام من نفسه ومن العالم الذي يعيش فيه. فقد ينظر الفرد الى المستقبل بتفاؤل وأمل أو ربما بنشأوم وقنوط، أي بانزعاج وخوف وقلق. لكن هاتين الحالتين ليستا بمعزل عن الأخرى، حيث يمكن التعرّض لهما بشكل متزامن. فإن كان الجانب السلبي هو الغالب على الواقع، سيؤدي ذلك بالفرد إلى الشعور بالقلق بشأن المستقبل (Zaleski, 1996).

مما لا شك فيه أن التفكير والخوف من المستقبل من الأمور التي أصبحت لا تشغل بال أو فكر الشباب فقط بل أصبح التفكير في المستقبل والتنبؤ به من الأمور التي تهتم المجتمعات والشعوب المتحضرة والتي تحاول أن تجد لنفسها موضعاً على الخريطة العالمية والدولية. والشباب اليوم - ونعني طلبة الجامعة - هم المستقبل وهم رجال ونساء الغد الذين سيتحملون مسؤولية تقدم وازدهار بلادهم، ويفكرون بشكل كبير في المستقبل ويتخوفون منه وما يخبأه لهم ، فقد تبين للباحثين أن غالبية الطلبة لديهم ترقب وخوف من المستقبل من أشياء محددة فعلى سبيل المثال يكون قلق الطلاب من

المستقبل نابغاً من (عدم وجود صديق - القلق العاطفي والخوف من عدم الارتباط بالشخص المناسب - عدم تحقيق الطموحات المادية والمعنوية - الخوف من الموت ومن العقاب في الآخرة - عدم تكوين أسرة بل والفشل في تربية الأبناء أو عدم توفير جو صحي وتربوي لهم - الخوف الشديد من موت صديق أو شخص عزيز - الخوف من ضياع وضعف الدين ودخول الشكوك فيه وتدهور بعض الأوضاع الدينية وخاصة ما يظهر على الفضائيات من الخلافات الدينية بين الدعاة حول الأمور أو القضايا الدينية - أيضاً كثرة برامج الفضائيات دون رقابة حقيقية - عدم سيطرة فكرة العمل الجماعي - الخوف من عدم وجود عمل ثابت بعد أكثر من خمس عشرة سنة دراسية - الشعور بالوحدة في المستقبل) وغيرها من الأمور التي تتعلق بقلق الشباب من المستقبل.

لذلك يعتبر القلق من المستقبل نوعاً من أنواع القلق الذي يشكل خطراً على صحة الفرد، فهو حالة انفعالية مزمنة ومعقدة مع توجس أو رهبة يتميز باضطرابات عصبية وعقلية عديدة، يتميز بإحساسه بمزيج من الرهبة والإشفاق من المستقبل بدون داع معين للخوف، مع خوف مزمن بدرجة خفيفة، وخوف قوى، وباعت ثانوي ينطوي على استجابة تجنب مكتسبة (دسوقي، ١٩٨٨). كما أن دراسة القضايا والمشكلات المرتبطة بالمستقبل لدى الطالبات تعكس صورة الذات والتوتر النفسي والدافعية للدراسة نظراً لما يشهده المجتمع من تغيرات متلاحقة تؤثر عليهن وعلى جوانب الحياة المختلفة (عبد الحميد، ٢٠٠٢). ويرى "عبد الدايم" (١٩٩٦، ٣٩) أن نظرة الشباب للمستقبل تتأثر إلى حد كبير بإدراك الفرد لذاته، وللأهداف التي يسعى إلى تحقيقها، وللأهداف السالبة التي يحاول أن يتجنبها، والعوائق التي تمنع تحقيق هذه الأهداف كذلك تتأثر بنظرة المستقبل للبيئة النفسية التي يوجد فيها، وتشمل جميع الأحداث التي تؤثر في الفرد، ويتأثر بها حيث أن المستقبل يساعد الشخص على بناء أهداف بعيدة المدى، كما أن زمن المستقبل يتكون من جانبين: هما الجانب المعرفي والجانب الدافعي، وقد أشارت دراسة "مرسي" (١٩٩٧) إلى أهمية دراسة البعد المستقبلي وأثره على حياة الشباب عليه من فقدانه للأمل في المستقبل ومعاناتهم في بعض الأزمات خاصة أنها مرحلة تحديد الأهداف والاستقلالية والفرد.

لذا فإن دراسة المشكلات المتعلقة بالمستقبل الشخصي تعكس مؤشرات غاية في الأهمية، كصورة الذات والتوتر النفسي والدافعية العامة بصفة عامة، والدافعية للدراسة بصفة خاصة. ونظراً لما يشهده المجتمع من تغيرات متلاحقة، تؤثر على الأفراد والجماعات، لذا ثمة حاجة إلى استكشاف مشكلات الشباب المتعلقة بالمستقبل الزواجي والأكاديمي. (عبد الحميد، ٢٠٠٢: ٣٩ - ٩٦) وفي هذا الصدد أكد كل من مرسي (١٩٩٧)، ورضوان (١٩٩٧) إلى أهمية دراسة البعد

المستقبلي وأثرة في حياة الشباب وما يترتب عليه من فقدانهم للأمل في المستقبل من معاناتهم من بعض الأزمات والاضطرابات. وهذا ما يسمى قلق المستقبل حيث قلة الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت هذا المتغير وعلاقته بمستوى الطموح لدى طالبات الجامعة.

في ضوء ما سبق يمكن القول أن قلق المستقبل قد يؤثر على مستوى طموح الطالبات ويعطل أهدافهن ويفقدن القدرة على حل المشكلات وتؤثر على مستوى الانجاز والدافعية والتعلم ، ويلعب مستوى الطموح دوراً مهماً في حياة الفرد والجماعة بوصفه سمة للشخصية ، إذ يلقي مستوى الطموح الضوء على ملامح المستقبل ، لذلك يمثل أهداف الفرد وطموحاته عنصراً أساسياً مهماً في فكرته عن ذاته ويكون لنجاح الفرد أو إخفاقه في تحديد طموحاته أثر في صحته النفسية عموماً ، ومن هنا تبرز أهمية اختيار الطالبات وتحديد طموحاتهن لطموحاتهن نعلى نحو ما لديهن من قدرات وإمكانات وإلا تصبح تطلعاتهن وطموحاتهن مجرد آمال تظل حبيسة بل وتؤدي إلى الإحباط والفشل.

مشكلة الدراسة:

إن احد مصادر القلق هو توقع تهديد ما، سواء كان هذا التهديد محددا او غامضا. ومن البديهي إن التوقع يرتبط بالأحداث المستقبلية. ولايشأ القلق من ماضي الفرد وانما هو خوف من المستقبل وما يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان وإنسانية الفرد. فالقلق ينجم من الخوف بشأن أمور يتوقع الفرد حدوثها في المستقبل، أي أن المستقبل هو العامل الذي يستثير القلق (الجنابي وصبيح، ٢٠٠٤). والقلق يعكس أهمية قابليتنا للتوافق والتخطيط للمستقبل، حيث إن التوجس والتفكير بشأن الأحداث المستقبلية لا تشكل مشكلة إلا اذا كان يصاحبها قلق لا يمكن السيطرة عليه ويكون عندئذ القلق حالة مزمنة يصعب التعامل معها (Barlow, 2000). ويعدّ القلق حالة انفعالية تتسم بالخشية وترقب وقوع الأذى. وهو انفعال غير سار، وعدم راحة واستقرار، مع احساس بالتوتر وخوف دائم لا مبرر له من الناحية الموضوعية، وينصل غالبا بالخوف من المستقبل والمجهول" (الأنصاري، 2004، ص ٣). وعندما ينصف فرد ما بالقلق، فهو يعبر به عن استعداده في تقديم استجابة سلوكية تتميز بالثبات النفسي عبر المواقف المثيرة والتي لا تظهر لدى الافراد الاخرين بنفس الحدة اذا ما تعرضوا لنفس المواقف (الربيعي، ١٩٩٧، ص ٢٠).

ويبعث القلق في حالاته الشديدة على التمزق والخوف، ويحول حياة الفرد إلى حياة عاجزة، ويشل قدرته على التفاعل الاجتماعي والتوافق البناء (ابراهيم، ١٩٨٥، ص 16). إننا نقلق حول المستقبل لاننا نشعر بالعجز، ويطلق سيليكمان Seligman على هذا العجز بـ "العجز المكتسب بالتعلم"، ويرى إن هذا الشعور بالعجز يرتبط مباشرة بالكآبة (Foss, 2007).

يرى زاليسكي Zaleski أن كل انواع القلق تقريباً يتضمن عنصر المستقبل، لكن المستقبل هذا يكون محدداً جداً ربما لدقائق، او ساعات أو ايام على الاكثر. أما مفهوم قلق المستقبل فيرى زاليسكي بأنه يشير الى المستقبل المتمثل بمسافة زمنية اكبر، وبأنه يمكن تصور قلق المستقبل كحالة من التخوف والغموض، والخوف، والهلع والاكتراث لتغيرات غير مؤاتية في المستقبل الشخصي البعيد أو يشير الى توقع حدوث أمر سيء، كأن تقلق الفتاة بشأن نجاحها في ان تكون أما جيدة في المستقبل. (Zaleski, 1996).

تشير شقير (٢٠٠٥) إلى أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل خوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضية (وحاضرة أيضاً) يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار وتسبب لديه هذه الحالة شئ من التشاؤم واليأس الذي قد يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي وخطير مثل الاكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي خطير ، وتشير أيضاً إلى أن قلق المستقبل قد ينشأ عن أفكار خاطئة ولا عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله وكذلك المواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائم الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي ، وقد يتسبب هذا في حالة من عدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل والخوف والذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل ، ومن ثم الثورة النفسية الشديدة التي تأخذ أشكالاً مختلفة والتي فيها الخوف من المجهول (المستقبل) غير المستند على الأدلة والبراهين المادية أي حالة قلق المستقبل ، وبالتالي فإن قلق المستقبل يشكل خوف مزيج من الرعب والأمل بالنسبة للمستقبل والأفكار الوسواسية ، وقلق الموت ، واليأس بصورة غير معقولة تجعل صاحبه يعاني من التشاؤم من المستقبل ، وقد يعيش الحياة بشكل زائف فيلجأ إلى الكذب وقد يصل إلى الخداع والنفاق في التعامل مع الواقع من حوله.

وترى مليجي (٢٠٠٤) أن مستوى الطموح يعتبر نسبي لدى الأفراد من حيث الأهداف التي يطمح الفرد في تحقيقها ووصولها إلى الحد المناسب له شخصياً ومحاولة تحدي العقبات والضغط والوصول إلى مستوى طموح واقعي يتناسب مع إمكانيات الفرد والجوانب الإيجابية في شخصيته أو محاولة تعويض للجوانب السلبية في الشخصية أو الحد من هذه الجوانب ومن العوامل التي ترفع من مستوى طموح الفرد مهارات الحياة المطلوبة لدى كل فرد بقدر إمكانياته وأسلوبه في الحياة منها التفكير الابتكاري والتحدي والضبط والمرونة على صنع القرار وإدارة الوقت وأوقات الفراغ وإدارة

الأزمات والقدرة على تقبل التغيير بالتواصل مع الآخرين وكذلك طلب المعرفة. (مليجي، ٢٠٠٤: ٣-٥)، وكذلك تشير هاري بيليانين (Pullianinen, Harry, (1991) إلى أنه من خلال مقابلة ٥٧ شخص من عمر ١١ سنة و ٥٦ شخص من عمر ١٥ سنة تبين أن لديهم تطلع وآمال نحو المستقبل وأن هناك مستوى عالي من المناقشة حول الاهتمام بالمستقبل خصوصا المستقبل الأسري وأن المراهقين الذين لديهم توجه نحو المستقبل ذوي تقدير لذواتهم مرتفع فضلا عن الضبط الوالدي لهم.

وتري مليجي (٢٠٠٤) أن مستوى الطموح يرتبط بمصدر القدرة في حياة الفرد والأشخاص في البيئة الذين يتم التوحد معهم أو تقليدهم ومحاكاتهم وكذلك أسلوب التنشئة الاجتماعية وأسلوب التربية الأسرية والتشجيع والتدعيم والإثابة والعقاب كمحددات لمستوى الطموح. واعتبرت نانسي بيل وروبرت (Bell Nancy & Robert (1993 أن مستوى الطموح لدى الشباب والمراهقين محدد هام للإقدام على المخاطرة ويكتسب مستوى الطموح من مصادر خارجية عن الأسرة أو داخلية للفرد أي هدف محدد للفرد في أنشطة حياته قد يستطيع أو لا يستطيع تحقيقه.

تبرز مشكلة البحث من خلال أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تؤثر على حياة الفرد، لذلك يعتبر قلق المستقبل موضوع خصب ومن المواضيع الحديثة حيث أن الإنسان بطبيعته يتأمل وينظر ويخاف من عدم وضوح مستقبله مما يؤدي إلى إحباطه، من هنا يشكل قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح مشكلة تستحق البحث والدراسة حيث سعت هذه الدراسة للإجابة على السؤال الرئيسي وهو ما علاقة قلق المستقبل بمستوى الطموح لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بالرياض؟ ويتفرع من السؤال الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

١- هل توجد علاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى عينة الدراسة؟

٢- هل توجد فروق بين الطالبات ذوي قلق المستقبل المرتفع والطالبات ذوي قلق المستقبل المنخفض في مستوى الطموح؟

أهداف الدراسة:

تكمين أهداف البحث الحالي فيما يلي:

١- التعرف على مستوى قلق المستقبل وكل من مستوى الطموح والارتباط بينهما لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بالرياض.

٢- التعرف عما إذا كان هناك فروق في درجة الطموح لدى الطالبات عينة الدراسة يرجع إلى مستوى قلق المستقبل (مرتفع-منخفض).

أهمية الدراسة:

يستمد البحث الحالي أهميته في تناوله لموضوع قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بالرياض، على أساس أن قلق المستقبل يتضمن العديد من العناصر في شخصية الفرد من حيث عدم ثقة الشخص في نفسه وفي قدرته على إرجاع ما يحدث له من مواقف غير سارة إلى مواقف خارجية، كما أن علاقته بالآخرين تكون مضطربة الأمر الذي يؤدي إلى توتره وتردده (صبري، ٢٠٠٣). كما تكمن أهمية هذا البحث في أنه يركز على شريحة مهمة في المجتمع وهم طالبات الجامعة، ومما لا شك فيه أن هذا الجانب ينطوي على أهمية كبيرة يمكن عرضها في النقاط التالية:

- تستمد الدراسة الحالية أهميته النظرية من خلال تناوله لطالبات الجامعة خاصة أنهن عصب الحياة والأمل المنشود في تجديد بناء الأمة حيث يعلق عليهن الآمال الكبيرة فالمرحلة الجامعية هي البداية للاعتماد على الذات وتحمل المسؤولية.

- كما ترتبط أهمية الدراسة الحالية من ناحية أخرى بأهمية الموضوع الذي تتناوله، وهو القلق من المستقبل لدى هذه الشريحة المهمة من المجتمع، لأن مرحلة الجامعة قد تتخللها صراعات وإحباطات قد يسودها الاكتئاب والقلق من المجهول. وهذا ما تزداد حدته في هذه المرحلة. كما تأتي أهمية دراسة متغير الطموح بوصفه أمرًا حيويًا ومفيدًا لا على مستوى فهم بعض السمات والخصائص التي تميز الطالبات في هذه المرحلة، وتفهم مشكلاتهم التي تؤدي بهم إلى الاضطرابات وسوء التوافق، بل على مستوى الظروف التي يمر بها إلى مجتمع والتي يحتاج فيها إلى إسهامات شبابه ليستطيع تحمل المسؤولية وبناء مجتمع المستقبل.

- كما تفيد هذه الدراسة أولياء الأمور، والمرشدين، والمدرسين، والمربين، في توفير البيئة المناسبة

لمواجهة القلق والمساعدة على نمو مستوى الطموح، بشكل سليم لدى أبنائهم، كي يتسنى توجيههم بصورة صحيحة.

مصطلحات الدراسة:

القلق:

تعددت تعريفات القلق بصورة عامة؛ فيعرفه "عبد الخالق" (١٩٨٧: ٢٧) بأنه انفعال غير سار وشعور مكدر بتهديد أو هم مقيم وعدم راحة واستقرار، وهو كذلك إحساس بالتوتر الشديد والخوف الدائم بلا مبرر من الناحية الموضوعية، وغالباً ما يتعلق هذا الخوف بالمستقبل والمجهول. ويعرفه "جابر، كفاقي" (١٩٨٩: ٣٦٥) بأنه مشاعر من عدم الراحة أو الخوف الشديد وتوقع حدوث

كوارث. ويؤكد ذلك "درويش" (١٩٩١: ١١) في تعريفه للقلق على أنه خبرة انفعالية غير سارة تشعر بها الأنا وتولدها نتيجة لتوقع خطر، وتكون مقترنة بأعراض نفسية وجسمية تتوارد في نوبات يعاني منها الفرد. وترى "إبراهيم" (١٩٩١: ١٧) أن القلق هو حالة انفعالية مركبة مكررة يصحبها جملة من الأعراض الجسمية الفسيولوجية، وقد يكون موجباً كدافع أو سالباً كعمق، وقد يكون عاماً أو نوعياً كقلق الاختبار.

ويعرفه ريكمان (Ryckman, 1993) بأنه "إحساس مؤلم يُشعر به عندما يتعرض الأنا للتهديد من قوى مجهولة". (Ryckman, 1993, P. 61) والقلق حسب تعريف الجمعية الأمريكية للطب النفسي هو حالة التخوف والتوتر وعدم الارتياح التي تنجم من توقع خطر مجهول المصدر وغير قابل للإدراك (Merry, 1996, P. 99). والقلق حسب قاموس هيريتاج Heritage، هو "حالة من الاضطراب والتخوف، حول مجهولية المستقبل. أو من الخوف الناتج عن توقع حادث أو حالة تهديد واقعي أو خيالي" (Heritage, ٢٠٠٠). أما بارلو (Barlow, ٢٠٠٤) فعرف القلق بأنه "حالة مزاجية سلبية تتميز بأعراض التوتر البدني والتخوف من المستقبل كما وإنها تتميز بالتأثير السلبي من حيث إن الشخص يركز على احتمالية خطر أو سوء حظ لا يمكن السيطرة عليه".

ويتضح من التعريفات السابقة، أن القلق حالة انفعالية يشعر فيها الفرد بالخوف والتوتر وعدم الراحة نتيجة توقع تهديد أو خطر في المستقبل، وأن الفرد لا يعاني فقط من ردود انفعالية سلبية كالتوتر وعدم الراحة بل يشعر أيضاً ببعض التغيرات والاضطرابات الجسمية.

#### قلق المستقبل:

هو القلق الذي يحدث بسبب التفكير أو التصرف أو السلوك أو النشاط تجاه المستقبل (معوض، ١٩٩٦، ١٨٠). ويعرف زاليسكي (Zaleski, 1996, 165) قلق المستقبل بأنه "تصور لحالة التوجس، والغموض، والخوف، والهلع، والخشية من تغييرات غير مرغوبة في المستقبل الشخصي البعيد. وتكون هذه في أشد حالة دعر من شئ مأساوي يحصل للشخص". وهو خوف أو مزيج من اليأس والأمل بالنسبة للمستقبل والأفكار الوسواسية، وقلق الموت واليأس (دياب، ٢٠٠١، ٤٤٤). ويعرف عشري (٢٠٠٤، ١٤٥) قلق المستقبل بأنه خبرة انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوف غامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعداً من صعوبات، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق في التفكير فيها، والشعور بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام، مع الشعور بفقدان الأمن، أو الطمأنينة نحو المستقبل.

كما يعرف على أنه "خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة،



مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة ، مع تضخيم للسلبيات محض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس". (شقيير ، ٢٠٠٥).

#### مستوى الطموح:

يعرفه " أبو ناهية" (١٩٨١، ٢٧) بأنه الهدف الممكن الذي يضعه الفرد لنفسه في مجال ما يتطلع إليه ويسعى لتحقيقه بالتغلب على ما يصادفه من عقبات ومشكلات تنتمي إلى هذا المجال ويتفق هذا الهدف والتكوين النفسي للرد وإطاره المرجعي ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها. ويعرف على أنه "الأهداف التي يضعها الفرد لذاته في مجالات تعليمية أو مهنية أو أسرية أو اقتصادية ويحاول تحقيقها ويتأثر بالعديد من المؤثرات الخاصة بشخصية الفرد أو القوي البيئية المحيطة به" (مليجي، ٢٠٠٤).

#### الدراسات السابقة:

بينت نتائج دراسة تورجرم جيسم (Gjesme, Torgrim, 1982) إلى تأثير عوامل كثيرة مثل مستوى الطموح والتوجه نحو المستقبل ونسبة الذكاء والجنس ومستوى تحصيل الطلاب على القلق حيث تم تطبيق الدراسة على ٥٠٧ طالب من المرحلة الثانوية. وأجرى خان (Khan 1983) دراسة هدفت إلى معرفة أثر التوتر والقلق على الطموح التعليمي والوظيفي والمهني للشباب الجامعي على عينة من الطلاب يعانون من توتر وقلق شديدين ومجموعة أخرى من الطلاب لا يعانون من القلق أو التوتر إلا بنسبة قليلة وأسفرت النتائج أن حوالي ٥٠% من المجموعة الأولى ذات القلق المرتفع في مقابل ٣٣% من المجموعة الثانية ذات القلق المنخفض قد عبروا عن ترددهم فيما يتصل ونوع الدراسة التي يودون استكمالها بينما عبر ٣٩% من المجموعة الأولى مقابل ٦٢% من المجموعة الثانية عن اختيار مهني محدد ودلت النتائج أيضا على وجود فروق بين المجموعتين تتصل بنوع الاختيار المهني وإدراك الهدف والاتجاه لدى طلاب الجامعة وكذلك إدراك المستقبل لديهم بالإضافة إلى أن التردد والشك والقلق من المستقبل كلها عوامل تؤثر على مستوى طموحاتهم.

وفي دراسة ميرري بروسيدانو وآخرون (Procidano, Mary E, et al., 1988) عن ملاحظة المساندة الاجتماعية والحالات الذاتية لدى المراهقات الحضر حيث تم دراسة المساندة الاجتماعية

صلاحية المقياس للاستخدام.

ثبات المقياس:

قامت معدة المقياس بحساب الثبات بعدة طرق منها طريقة إعادة تطبيق الاختبار حيث تم تطبيقه على عينة من الجنسين من طلاب كلية التربية جامعة طنطا وعددها (٨٠) من كل جنس مرتين متتاليتين بفواصل زمنية بينهما شهر ، وقد بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٠,٨٤ ، ٠,٨٣ ، ٠,٨١) لكل من عينة الذكور ، وعينة الإناث، والعينة الكلية. كما استخدمت طريقة ألفا كرونباك لعينة مقدارها (١٠٠) طالب من الجنسين وبلغ معامل الثبات (٠,٨٨٢ ، ٠,٩١١ ، ٠,٩٢٣) لعينة الذكور ، الإناث ، والعينة الكلية على التوالي. وهي معاملات ثبات مرتفعة للمقياس. وفي الدراسة الحالية تم استخدام طريقة ألفا كرونباك، ويوضح الجدول التالي أن جميع قيم معاملات الثبات مرتفعة ومرضية.

#### جدول (١)

قيم معاملات ثبات محاور مقياس قلق المستقبل

المحور	معامل الثبات
القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية	٠,٨٧
قلق الصحة وقلق الموت	٠,٨٧
القلق الذهني	٠,٨٩
اليأس من المستقبل	٠,٨٨
الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	٠,٨٩

ثانيا: مقياس مستوى الطموح (ملحق ٢). إعداد الباحثة.

مر بناء المقياس بالخطوات التالية:

- في ضوء الإطار النظري والدراسات المرتبطة، تم صياغة مفردات المقياس في صورته الأولية والتي تكونت من (٢٥) عبارة وجميع مفردات الأبعاد السابقة تم صياغتها في ضوء مقياس ليكرت خماسي والذي تتطلب الإجابة عنه اختيار واحد من الاختيارات التالية (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) وكل اختيار من هذه الاختيارات تأخذ الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على التوالي في حالة العبارات الموجبة والعكس في العبارات السالبة.

- تم عرض المقياس في صورته السابقة، على مجموعة من المحكمين والذين بلغ عددهم (١٠) محكمين، وذلك بهدف التعرف على: مدى ملائمة عبارات المقياس للهدف منها، ومدى وضوح وسلامة صياغة كل عبارة من عبارات المقياس، وقد

تراوحت نسبة الاتفاق بين المحكمين للهدف الأول والثاني من (٨٠%) إلى (١٠٠%) وقد تم حذف ٥ عبارات ليصل المقياس إلى ٢٠ عبارة.

- تم تطبيق المقياس بصورته السابقة على العينة الاستطلاعية لتقدير الثبات والصدق على النحو التالي:

الثبات:

تم تقدير الثبات باستخدام طريقة "ألفا كرونباخ" والتي بلغت قيمتها ٠,٩١ وهي قيمة مرتفعة ويمكن الوثوق في نتائجها.

كما تم تقدير معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وقد تراوحت بين (٠,٥٤) إلى (٠,٧٩) ، وجميعها قيم مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١).

#### صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس عن طريق المحك، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين درجات الطالبات على المقياس الحالي ودرجاتهم على مقياس مستوى الطموح إعداد مليجي (٢٠٠٤) (٠,٨٩)، وهي قيمة مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١).

رابعاً: خطوات السير في الدراسة:

للإجابة عن تساؤلات الدراسة تم المرور بالخطوات التالية:

١. جمع الأدبيات المرتبطة بموضوع الدراسة من إطار نظري ودراسات سابقة.
٢. إعداد مقياس مستوى الطموح والتأكد من صدقه وثباته.
٣. اختيار عينة الدراسة وتطبيق مقياس مستوى الطموح ومقياس قلق المستقبل عليهم.
٤. جمع وتبويب بيانات الدراسة ومعالجتها إحصائياً للإجابة عن تساؤلات الدراسة والتحقق من فروضها.

٥. مناقشة وتفسير النتائج وتقديم التوصيات والبحوث المقترحة والتي ترتبط بنتائج الدراسة.

خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

استخدمت الباحثة من الأساليب الإحصائية معامل ارتباط بيرسون واختبار "ت" للعينات غير المرتبطة. وقد تمت جميع التحليلات الإحصائية باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS 17).  
نتائج الدراسة ومناقشتها:  
نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول من فروض الدراسة على أنه "لا توجد علاقة دالة إحصائية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى عينة الدراسة من الطالبات" وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل الارتباط بين درجات قلق المستقبل ومستوى الطموح وبلغت قيمة معاملات الارتباط:  $-0.43$ ،  $-0.41$ ،  $-0.42$ ،  $-0.43$ ،  $-0.57$ ، وذلك بالنسبة للأبعاد: القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبلية وقلق الصحة وقلق الموت والقلق الذهني واليأس في المستقبل والخوف والقلق من الفشل في المستقبل والدرجة الكلية لقلق المستقبل على الترتيب، وجميعها دالة إحصائية عند مستوى  $(0.01)$ ، وهذا يعني وجود علاقة عكسية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح بمعنى أنه كلما زاد قلق المستقبل انخفض مستوى الطموح.

#### نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني من فروض الدراسة على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات ذوي قلق المستقبل المرتفع والمنخفض في درجاتهم في مستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة. وللإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات غير المرتبطة والجدول التالي يبين نتائج ذلك.

#### جدول (٢)

نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات مرتفعات ومنخفضات قلق المستقبل في

#### مقياس مستوى الطموح

المجموعة	عدد أفراد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
منخفضي قلق المستقبل	٢٥٤	٨٢,٣٢	١,٨٧٦	**٢٢,١٦٩
مرتفعي قلق المستقبل	٢١٢	٧٨,٣٤	١,٨٨٨	

\*\* دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١.

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات ذوي قلق المستقبل المرتفع والمنخفض في درجاتهم في مستوى الطموح الأكاديمي لصالح ذوي القلق المنخفض. تؤكد نتائج الدراسة الحالية وجود علاقة دالة وسالبة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طالبات كلية التربية بجامعة الأميرة نورة، حيث أنه كلما انخفض قلق المستقبل كلما زاد مستوي الطموح وبما أن الطموح سمة ثابتة أي يستطيع من خلال الطموح قهر القلق والتغلب عليه. وهذا يدل على أن هناك عوامل كثيرة تؤثر على قلق المستقبل لدى الشباب منها مستوى الطموح ومستوى

تحصيل الطلاب ، فالتحصيل الأكاديمي والمثابرة والبعد المعرفي والدافعي من أكثر المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل وأيضاً هم الأكثر في إعطاء أهمية للأهداف بعيدة المدى ، والدراسة الجادة هي السبيل لتحقيق أهدافهم وطموحاتهم والتخفيف من قلق المستقبل لديهم. كما أن التردد والشك والقلق من المستقبل كلها عوامل تؤثر بالسلب على الاختيار المهني وتحقيق الهدف والاتجاه وكذلك تؤثر على مستوى الطموح لدى الطالبات.

فالمستقبل لدى الطالبات مرتبط بالقدرة على بناء أهداف شخصية بعيدة المدى والعمل على تحقيقها وهو مكون رئيسي لسلوكهن ، وعدم القدرة من الناحية النفسية لبعض الطالبات على إنجاز الخطط المستقبلية البعيدة المدى وهذا كله يرتبط بالافتقار إلى منظور زمن المستقبل، وقد يصاب الفرد بالإحباط أو الانسحاب، وزيادة القلق لدى الطالبات يجعلهن غير قادرات على اتباع التعليمات التدريسية وتنظيم العمل داخل الجامعة مما يؤثر على بيئة التعلم لديهم، هذا من ناحية ومن ناحية أخرى هناك عوامل دافعية مرتبطة باختيار الكلية بالنسبة للطلبة الجدد ومرتبطة باتخاذ قراراتهم المهنية وأن هؤلاء الطلاب لديهم أهداف نحو المستقبل ويوجهون أنفسهم بالنسبة لاختيار مهنة المستقبل ولا بد أن تكون ذات عامل جذب وتوفر لهم المكانة الاجتماعية المرموقة وهذا هو جوهر قلق المستقبل لديهم، ويؤكد بدر (٢٠٠٣) أنه بقدر ما يكون قلق المستقبل حافزاً على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه نحو المستقبل وبقدر ما ينخفض مستوى التوجه نحو المستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه من هذا المستقبل ودفاعه ضد هذا القلق بالإغراق في الحاضر. لذا لا بد أن نأخذ في الاعتبار ما أشارت إليه نتائج دراسة جلوريسا كانيو (Canino, Glorisa (2004) من ضرورة دراسة قلق المستقبل من منظور إرشادي علاجي بحيث يتضمن إعطاء نصائح وتفسيرات وتوجيهات وإرشادات للمراهقين حتى لا يصابوا بأمراض جسدية ناتجة عن هذا القلق. وما دلت عليه دراسة بيركنس وآخرون (Perkins Dollean et al., (1995) من ضرورة زيادة الحماس لدى الشباب للتخطيط لمستقبلهم وإعطائهم تمارين تمكنهم من اتخاذ قرارات خاصة بمستقبلهم ويجب الاهتمام بروية الطالبات عن المستقبل واستثمار وقت الفراغ واستغلاله واختيار أساليب التعلم المناسبة بالإضافة إلى وضع الأحلام موضع التنفيذ (Perkins, Dollean et al., 1995: 60)

وهذا يتفق مع ما أشار إليه فرج ومحمود (٢٠٠٦) بأن قلق المستقبل يؤثر بالسلب على مستوى الطموح عند طلبة الجامعة، كذلك يتفق مع ما أشارت إليه دراسة عشري (٢٠٠٤) بأن قلق المستقبل له أثر على الفرد في التنبؤ بالأهداف وتجعله يشعر بالخوف وعدم القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات والإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام وهذا يعني بأن ازدياد مستوى قلق

المستقبل يصاحبه انخفاض مستوي الطموح فبعد أن كان المستقبل مصدرًا للأهداف وتحقيق الآمال أصبح مصدرًا للخوف وهذا المصدر يعد أساس قلق المستقبل. إن الخوف من قلق المستقبل يجعل الفرد غير قادر على تحقيق أهدافه، مما يؤدي إلى القلق بسبب الفشل في تحقيق هذه الأهداف ومعظم الشباب الذي يعاني من قلق المستقبل غير قادر على وضع أهداف واقعية تتناسب مع قدراتهم مما يؤدي إلى الفشل وبالتالي تصبح فرص النجاح أمامهم ضعيفة.

وتؤكد سعود (٢٠٠٥) أن قلق المستقبل جزء من القلق العام الذي يؤثر على الفرد في تحقيق أهدافه المستقبلية وفقدانه السيطرة على الحاضر. كما ترى الباحثة أن قلق المستقبل من الأمور التي تشغل بال الشباب وتعطل أدوارهم وتمنعهم من اتخاذ فلسفة واقعية في الحياة وعدم الوصول إلى صياغة أهداف واضحة في ظل التغيير السريع في المجتمع حيث أن هناك عوامل كثيرة تؤثر على مستوي الطموح منها، أزمة البطالة وغلاء الأسعار وطغيان الجانب المادي على الأخلاقي في جميع مجالات الحياة والضغط النفسية وعدم القدرة على التكيف مع المشكلات كما أن نظرة الشباب للمستقبل تؤثر على مستوي طموحهم فمن لديه أفق واسع وتفكير متفاعل فإن ذلك يدفعه للعمل والإقدام على الحياة بينما الشخص الذي تفكيره محدود فلديه تفكير متشائم وسوداوي فإن ذلك يدفعه للهروب من الحياة.

لذا من الضروري أن نضع أمام أعيننا زيادة الحماس لدى الشباب للتخطيط لمستقبلهم وإعطائهم تمارين تمكنهم من اتخاذ قرارات خاصة بمستقبلهم ويجب الاهتمام بأحلام ورؤية الطلاب عن المستقبل واستثمار وقت الفراغ واستغلاله واختيار أساليب التعلم المناسبة بالإضافة إلى وضع الأحلام موضع التنفيذ. وهذا ما أكدته دراسة حسانين (٢٠٠٠)، ودراسة أبو مصطفى (١٩٩٠) حيث أن قلق المستقبل يؤثر على مستوي الطموح حيث أن نظرة التوجس والقلق تنعكس على مستوي الطموح فالشخص الذي لديه قلق مستقبل مرتفع يجعل الفرد في أضيق الحدود غير قادر على التصرف لمواجهة أي مواقف ويعتبر قلق المستقبل من العوامل المحددة لمستوي الطموح فبقدر ما كان قلق المستقبل منخفض يزداد مستوي الطموح ارتفاعًا ويؤدي إلى جعل الفرد ينظر إلى المستقبل بتفاؤل. وقد أشار أدلر أن الطموح يعتمد على نظرة الفرد للحياة من حيث التفاؤل والتشاؤم، وقد أكدت كيرت بأن من العوامل المؤثرة في مستوي الطموح هي نظرة الفرد للمستقبل وقد أشارت مسعود (٢٠٠٦) أن عدم القدرة على مواجهة القلق تجعل الفرد ينظر للمستقبل نظرة تشاؤمية.

فالطالبات ذوي القلق المنخفض يضعون خططًا يسبرون على دربها ولا يؤمنون بالخط بل يؤمنوا انه كلما بذلوا جهدًا حصلوا على التقدم والنجاح ولا يعتقدون أن كل شيء مقدم لهم على طبق

من فضة بل هم الذين يحددون المستقبل بجهودهم وعملهم ويرسمون الخطط المناسبة للوصول لأهدافهم ويكون طموحهم مرتفع وقادرين علي مواجهة الظروف الصعبة وتكون نظرتهم للحياة متفائلة أما الذين لديهم قلق من المستقبل مرتفع فإنهم ينظرون للمستقبل نظرة تشاؤمية ويتوقعون الفشل في أي لحظة ويضعف تقدير الذات مما يؤدي إلي قيامهم بوضع مستويات طموح منخفضة مما يجعلهم عاجزين وليس لديهم ثقة.

وبالتالي فإن مستوي الطموح يتحدد من خلال نظرة الإنسان للمستقبل وما يتمتع به من نضج معرفي وانفعالي حيث تتأثر نظرة الفرد للمستقبل بإدراكه لذاته وللأهداف التي يسعى لتحقيقها والعوائق التي تمنع تحقيق الأهداف، والبيئة التي يعيش بها هي التي تؤثر علي طموحاتهم ونظرته للمستقبل لذلك كلما مستوي القلق منخفض كلما زاد مستوي الطموح الذي يجعله قادر علي التفكير العقلاني والمنطقي وقادر علي تنمية قدراته وقادر علي فصل الأماني عن التوقعات واستبدال الأفكار الوهمية والسلبية بأفكار واقعية تتفق مع واقعه وتساعد علي حل المشكلات الحالية والمستقبلية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من: تورجرم جيسم Gjesm, (1982)، دي فولدر ولينز Torgrim, (1982)، دي فولدر ولينز (1982)، Khan, (1983)، كاليستر فان وآخرون Van Calster et al., (1987)، عبد الفتاح (1993)، عبد الدايم (1996)، شونوتير Shonwetter, Dieter, Y. et al., (1995)، هاوينج يانج شوك وآخرين Hwang, (2001)، و بدر (2003).

#### التوصيات المقترحة:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية يمكن تقديم التوصيات التالية:

- استغلال طاقات الطالبات وتشجيعهن على المشاركة في الأنشطة الطلابية للسيطرة على مستوى قلقهن من المستقبل، بما ينعكس على زيادة مستوى طموحهن.
- إقامة الندوات والمحاضرات وفتح قنوات الحوار مع الطالبات من أجل توعيتهن ووقايتهن من الاضطرابات النفسية.
- الاهتمام بتوجيه الطالبات تربوياً ومهنياً من متخصصين في الإرشاد والتوجيه لمساعدتهن في رفع مستوى طموحهن.
- تشجيع الطالبات على أهمية الدراسة والتفوق وان يقن في قدراتهن ويتحلين بالجهد والمثابرة من أجل تحديد مستقبلهن وعدم الشعور بقلق المستقبل لأنه معطل لطاقتهم ومسبباً لاحتباطاتهم.
- عمل البرامج الإرشادية والعلاجية اللازمة للطالبات للحد من مستوى قلقهن من المستقبل.

- عمل الندوات واللقاءات الدورية لتوعية الطلاب وزيادة إدراكهم لقيمة الوقت وكيف يمكن استغلاله في تحقيق أهدافهم وتحقيق طموحاتهم.

- تأسيس قسم الإرشاد والتوجيه النفسي بالكلية بهدف بحث ومناقشة المشاكل المستقبلية للشباب الجامعي ومساعدته على حلها.

البحوث المقترحة:

- إجراء دراسة حول قلق المستقبل وعلاقته بالاكتئاب.
- قلق المستقبل وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم.
- قلق المستقبل وعلاقته بأنماط الشخصية.
- قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات.
- قلق المستقبل وعلاقته بحب الاستطلاع.



## المراجع

### المراجع العربية:

١. ابراهيم، عبدالستار (١٩٨٥). الإنسان وعلم النفس، الكويت: سلسلة عالم المعرفة.
٢. ابراهيم، عبدالستار (١٩٩٨). الاكتئاب. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.
٣. الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٣). الفروق بين طلبة وطالبات جامعة الكويت في القلق والاكتئاب - جامعة عين شمس: مجلد المؤتمر الدولي العاشر لمركز الإرشاد النفسي، ص ١٧-١٩.
٤. بدر، ابراهيم محمود ابراهيم (٢٠٠٣)(أ): " مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد ٣٨ ، المجلد الثالث عشر، ص ص ١٦ - ٢٥.
٥. بدر، ابراهيم محمود ابراهيم (٢٠٠٣)(ب): " مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي دراسة مقارنة بين عينات مصرية". المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد ١٣- العدد ٤٠ ، ص ص ٣٤ - ٨٢.
٦. تونسي، عديلة حسن طاهر (٢٠٠٢). القلق والاكتئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير (غير منشورة) مقدمة الى كلية التربية بجامعة أم القرى بمكة المكرمة.
٧. حسن، محمود شمس (٢٠٠١). سيكولوجية الفرد في المجتمع. القاهرة: دار الافاق العربية.
٨. خطيب، رجاء عبد الرحمن (١٩٩٠). القلق المبنى والطموح الأكاديمي لطلبة جامعة الأزهر والجامعات الأخرى" دراسة مقارنة. مجلة علم النفس (٤)، العدد (١٦) ص ص ١٥٠-١٦١.
٩. الدمنهوري، رشاد صالح (١٩٩٥): " مستوى الطموح والقيم" دراسة مقارنة، مجلة البحوث النفسية التربوية، كلية التربية -جامعة المنوفية. ص ١-١٧.
١٠. شقير، زينب محمود (٢٠٠٥): " مقياس قلق المستقبل" القاهرة: الاكاديمية المصرية.
١١. شمال، محمود (١٩٩٩): " قلق المستقبل لدى الشباب الجامعي". المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد ٢٤٩ ، ص ص ٧٠ - ٨٥.
١٢. شيهان، دافيد، (١٩٨٨). مرض القلق. ترجمة عزت شعلان. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.
١٣. صبري، إيمان محمد. (٢٠٠٣): " التفكير الخرافي لدى المراهقين وعلاقته بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز". مؤتمر علم النفس السابع عشر ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية كلية الأدب

جامعة القاهرة.

١٤. عبد الحميد، إبراهيم شوقي (٢٠٠٢): "مشكلات طلبة جامعة الإمارات العربية المتحدة - مشكلات المستقبل الزواجي والأكاديمي" مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، العدد الأول، مجلد الثامن عشر، ص ص ٣٩-٩٦.

١٥. عبد الحميد، منذر، علي، سعاد محمد، (٢٠٠١): "مشكلات الطلبة في مرحلة المراهقة في محافظة مسقط وعلاقتها بعدد من المتغيرات"، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد ٢٩، المجلد ١١، ص ص ٢٠٧-٢٠٨.

١٦. عبد الخالق، أحمد محمد و الأنصاري، بدر محمد (١٩٩٦). مجلة علم النفس، العدد ٣٨، السنة العاشرة، ٦-١٩.

١٧. عبد الخالق، أحمد محمد، (١٩٩٣). قلق الموت قبل العدوان العراقي وبعده لدى طلاب جامعة الكويت. المجلة العربية للعلوم الإنسانية جامعة الكويت: مجلس النشر العلمي. المجلد: ٦١ (٦٤).

١٨. عبد السلام، السيد عبد الدايم (١٩٩٦): "منظور زمن المستقبل كمفهوم واقعي معرفي وعلاقته بكل من الجنس والتخصص، والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جامعة الزقازيق، مجلة دراسات نفسية، العدد الرابع، المجلد الخامس، ص ص ٦٤٣ - ٦٧٦.

١٩. عبد الفتاح، رأفت السيد (١٩٩٧): "الطموح كدالة لتقافة المجتمع دراسة في الفروق بين الجنسين وبعض متغيرات الشخصية"، مجلة علم النفس، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب. العدد (٤٣) ص ص ٥٠-٧٣.

٢٠. عبد الفتاح، سمير (١٩٩٣): "مستوى الطموح والثقة والتعبير لدى طلبة الجامعة" دراسة مقارنة، مجلة علم النفس المعاصر - كلية الآداب جامعة المنيا.

٢١. عبد الخالق، أحمد محمد، (١٩٨٧). قلق الموت. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.

٢٢. عثمان، فاروق السيد (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

٢٣. مرسي، أبو بكر (١٩٩٧): "أزمة الهوية والاكنتاب النفسي لدى الشباب الجامعي". مجلة دراسات نفسية، العدد الثالث المجلد ٧، ص ص ٣٢٣-٣٥٢.

٢٤. مليجي، أمال عبد السميع (٢٠٠٤): مقياس مستوى الطموح لدى المراهقين والشباب، القاهرة: الانجلو المصرية.

المراجع الأجنبية:

25. Ajzen, Icek (1988). Attitude, Personality and behavior. Milton Keynes: Open university press.

26. **American Psychiatric Association** (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4<sup>th</sup> ed). Washington DC.
27. **Atkinson, R. L., Atkinson, R. C, Smith, E. E. Bem, D. J. and Hoeksema, S. N.** (1996). **GARD'S Introduction to PSYCHOLOGY**. 12th edition. Florida: Harcourt.
28. **Angela, (2004):**" Relationships Between Future Orientation, Impulsivity, Sensation Seeking, and Risk Behavior Among Adjudicated Adolescents". *Journal of Adolescent Research*, Vol. 19 No.(4) PP428-445.
29. **Passig, (2001)**" Future-Time-Span As A Cognitive Skill In Future Studies". *Journal Of Futures Research Quarterly*, Vol 19 No.(4) PP 27-47.
30. **Dexter, M.L. ; Lens, W. (1982):**" Academic achievement and future time perspective as a cognitive- motivational concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 566 – 571.
31. **Mark A.; Mertler, Craig A, (2002).**" Deconstructing Statistics Anxiety". Paper Presented At The Annual Meeting Of The Mid-Western Educational Research Association (Columbus, OH, October 16-19.
32. **E. R. B. (1998).** *Personality: A topical approach*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
33. **Traci J., (2001):** "Predicting Adolescents Risky behaviors: The Influence of future orientation, school involvement, and school attachment ", *Journal of Adolescent & Family Health*, Vol. 2 No(1) PP 3-11.
34. **G. Torgrim, (1982):** " Amount of Manifested Test Anxiety in the Heterogeneous Classroom". *Journal of Psychology*. Vol. 110 No.(2) PP 89- 171.
35. **Glen, H, Fridlund, A. and Reisberg, D. (1999).** *Psychology*. New York: W.W. H.
36. **Heather Valadez, James R (1995).**" Reexamination of the Model Minority Stereotype: An Analysis of Factors Affecting Higher Education Aspirations of Asian American Students. ASHE Annual Meeting Paper. ", Paper presented at the Annual Meeting of the Association for the Study of Higher Education, 20th, Orlando, FL, November 2-5, P55.
37. **Mbanks-Kevin (1995).** Birth order, Family environment and young adults' educational aspirations. *Psychological Reports*. Oct.77 No.(2), PP 626-628.
38. **Miken, J. David (1992)** " Aspirations of Rural Twelfth-Grade Students in Vocational, General, and Academic Curricula in Ohio and South Georgia ", *Journal of Vocational Education Research*, Vol. 16 No.1 PP51-7
39. **Pat Dollean; And Others (1995),** " Dare to Dream: A Guide to Planning