جامعة وهران 2محمد بن احمد

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علوم التربية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماسترل.م.د تخصص ارشاد وتوجيه

قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس (دراسة ميدانية لعينة من طلبة السنة الثالثة ليسانس قسم علوم التربية و علم النفس و الأرطفونيا)

من إعداد الطالبة:
- عتو أسية

تحث إشراف الأستاذة :
-د. عجو فتيحة

لجنة المناقشة

الاسم / اللقب	الرتبة	الجامعة	الصفة
رريب الله محمد	أستاذ تعليم عالي	جامعة وهران -2- محمد بن أحمد	رئيسا
عجو فتيحة	أستاذ محاضر .ب	جامعة وهران -2- محمد بن أحمد	مشرفا و مقررا
بهرام أمينة	أستاذ محاضر .ب	جامعة وهران -2- محمد بن احمد	مناقشا
السنة الجامعية 2026/2025			

الإهداء

بعد سنوات من الاجتهاد والسعي المتواصل، سنوات حلت في طياتها التعب والصبر والتحديات. أقف اليوم على عتبة التخرج لأقدم ثمرة جهدي وما وصلت إليه بعد فضل الله وتوفيقه فهذا الإنجاز لم يكن خطوة فردية بل كان حصيلة دعم وحب ومساندة أشخاص كان لوجودهم أعظم الأثر في مسيرتي إلى من منحوني القوة لأصل.

أهدي هذا الإنجاز إلى من ارتبط اسمه عزا بإسمي، إلى من سعى لأجل راحتي ونجاحي إلى أعظم وأعز رجل في الكون أبي الحبيب.

وإلى تلك الحبيبة ذات القلب النقي إلى من أوصاني الرحمن بها برا وإحسانا وكان دعاؤها سر نجاحي أمي الحبيبة.

إلى إخوتي وأخواتي سندي الذي لا يميل ورفاق عالمي الصغير، واليد الذي تمتد لي قبل أن أطلب لقد كنتم جزءا من قوتي وسببا في أن أقف بثبات في أصعب الأيام.

إلى رفاق الرحلة أصدقائي الذين شاركوني الطريق وساهموا في صنع ذكريات لا تنسى ولكل من وقف إلى جانبي وترك أثرا طيبا في قلبي أو دعم خطوة من خطواتي أو قال كلمة صنعت فرقا لكم جميعا أجل معاني الامتنان

عتو أسية

كلمة شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم، و الحمد لله الذي وفقنا لإتمام هذا العمل المتواضع والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.

يسرني في ختام هذا العمل أن أتقدم بأصدق عبارات الشكر والتقدير والامتنان إلى أستاذتي المشرفة عجو فتيحة التي أحاطتني بتوجيهاتها العلمية السديدة، وتابعت هذا العمل بكل اهتمام وصبر، ولم تبخل علي بنصائحها القيمة وتشجيعاتها المستمرة، فكان لإشرافها الحكيم دور كبير في إنجاز هذه المذكرة فجزاها الله خير الجزاء.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى السادة أعضاء لجنة المناقشة المحترمين لقبولهم مناقشة هذه المذكرة، وتفضلهم بقراءتها وإثرائها بملاحظاتهم العلمية القيمة، التي ستساهم دون شك في تطوير هذا العمل والارتقاء به.

وأتوجه كذلك بجزيل الشكر والعرفان إلى جميع الأساتذة الأفاضل الذين أشرفوا على تكويني العلمي والأكاديمي طيلة سنوات الدراسة الجامعية والذين كان لهم الفضل الكبير فيما وصلت إليه اليوم من معارف وخبرات، فكانوا خير مرشد ومعلم.

وأخص بالشكر عينة الدراسة (طلبة مستوى السنة الثالثة ليسانس)، على تعاونهم وتفاعلهم الإيجابي مما ساهم في إنجاح الجانب الميداني لهذه الدراسة.

كما أتقدم بالشكر لكل من مد لي يد العون وساهم في إنجاز هذا العمل من قريب أو بعيد داعية الله أن يجزي الجميع خير الجزاء .و الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس. ولتحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي، كما استُخدم مقياس قلق المستقبل المهني ومقياس التوافق النفسي كأداتين لجمع البيانات.

واعتمدت الدراسة على مجموعة من الأساليب الإحصائية تمثلت في معامل ارتباط بيرسون للكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة، إضافة إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتكرارات والنسب المئوية، إلى جانب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لدراسة الفروق حسب متغير الجنس، وذلك باستخدام برنامج المعالجة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS إصدار 25.

وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى الطلبة، مما يدل على أنه كلما ارتفع مستوى قلق المستقبل المهني انخفض مستوى التوافق النفسي لديهم. كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين النظرة السلبية للمستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس. كذلك بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل المهني تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

الكلمات المفتاحية: قلق المستقبل المهني – التوافق النفس

Résumé:

Cette étude vise à examiner la relation entre l'anxiété professionnelle et l'adaptation psychologique chez les étudiants de troisième année de licence. Pour ce faire, une approche descriptive a été employée, utilisant l'échelle d'anxiété professionnelle et l'échelle d'adaptation psychologique comme instruments de collecte de données.

L'étude a eu recours à diverses méthodes statistiques, notamment le coefficient de corrélation de Pearson pour déterminer la nature de la relation entre les variables étudiées, ainsi que les moyennes, les écarts-types, les fréquences et les pourcentages. Un test t de Student pour échantillons indépendants a également été utilisé pour examiner les différences selon le sexe. Le logiciel SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), version 25, a été utilisé pour l'analyse des données.

L'étude a mis en évidence une corrélation négative statistiquement significative entre l'anxiété professionnelle et l'adaptation psychologique chez les étudiants, indiquant que des niveaux d'anxiété professionnelle plus élevés entraînent des niveaux d'adaptation psychologique plus faibles. De plus, les résultats ont révélé une corrélation négative statistiquement significative entre une vision pessimiste de l'avenir et l'adaptation psychologique chez les étudiants de troisième année. Enfin, les résultats ont montré des différences statistiquement significatives dans les niveaux d'anxiété professionnelle selon le sexe, en faveur des hommes.

Mots-clés : Anxiété professionnelle – Adaptation psychologique

Abstract

This study aims to investigate the relationship between career anxiety and psychological adjustment among third-year undergraduate students. To achieve this objective, a descriptive approach was employed, utilizing the Career Anxiety Scale and the Psychological Adjustment Scale as data collection instruments.

The study utilized a range of statistical methods, including Pearson's correlation coefficient to determine the nature of the relationship between the study variables, as well as means, standard deviations, frequencies, and percentages. An independent samples t-test was also used to examine differences based on gender. The Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 25 was used for data analysis.

The study found a statistically significant negative correlation between career anxiety and psychological adjustment among students, indicating that higher levels of career anxiety lead to lower levels of psychological adjustment. Furthermore, the results revealed a statistically significant negative correlation between a negative outlook on the future and psychological adjustment among third-year undergraduate students. Finally, the results showed statistically significant differences in career anxiety levels based on gender, favoring males.

Keywords : Career anxiety – Psychological adjustment

قائمة المحتويات

المحتويات	الصفحة
الاهداء	أ
الشكر	ب
الملخص باللغة العربية	ج
الملخص باللغة الفرنسية	د
الملخص باللغة الانجليزية	هـ
قائمة المحتويات	و–ط
قائمة الجداول	ك
جدول الملاحق والأشكال	ك
المقدمة	3-1
الفصل الأول: مدخل الى الدراسة.	
01 اشكالية الدراسة	5
02 فرضيات الدراسة	10
03 اهداف الدراســة	11
04 اهمية الدراســة	12
05 دواعي إختيار الدراسة	12
الفصل الثاني: المفاهيم والتعاريف الأساسية لمتغيرات الدراسة	
قلق المستقبل المهنــي	16

تمهيد	16
01. تعريف قلق المستقبل	17
02. المفاهيم المرتبطة بالقلق المستقبل المهني	18
03. تعريف أبعاد الدراسة	19
04. التعريف الإجرائي لقلق المستقبل المهني	20
التوافـــق النفـــسي	21
تمهيد	21
01 تعريف التوافق النفسي	22
02 المفاهيم المرتبطة بالتوافق النفسي	22
03 تعريف أبعاد الدراسة	24
04 التعريف الاجرائي للتوافق النفسي	25
العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي	26
01.مخطط بين القلق المستقبل المهني والتوافق النفسي	27
_قلق المستقبل المهني من منظور نظرية التحليل النفسي	28
_التوافق النفسي في ضوء نظرية أدلر و علاقته بقلق المستقبل المهني	28
_قلق المستقبل المهني و التوافق النفسي من منظور نظرية الذات لروجرز	29
02.جدول يبرز تأثير أبعاد قلق المستقبل المهني على مجالات التوافق	30
الدراســـــات السابقـــة	36
التعقيب على الدراسات السابقة	36

الفصل الثالث: الاجراءات المنهجية للدراسة.	
01. الدراســـــة الاستطلاعيــة	39
تمهيد	39
01 أهداف الدراسة الاستطلاعية	39
02 حدود الدراسة الاستطلاعية	40
03 إجراءات الدراسة الاستطلاعية	40
05 عينة الدراسة الاستطلاعية	41
06 ادوات الدراسة الاستطلاعية	42
الدراســـــة الأساسيــة	49
01 حدود الدراسة الأساسية	49
02 منهج الدراسة الأساسية	50
03 مجتمع الدراسة الأساسية	50
04 عينة الدراسة الأساسية	51
05 متغيرات الدراسة الأساسية	52
06 أدوات الدراسة الأساسية	52
07 إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية	53
05 أساليب المعالجة الإحصائية الخاصة	53
الفصل الرابع: عرض و تفسير النتائج	
01 الفرضية العامة	56

02 الفرضية الأولى	59
03 الفرضية الثانية	60
04 الفرضية الثالثة	61
05 الفرضية الرابعة	63
06 الفرضية الخامسة	63
مناقشة نتائج الفرضيات	
07 مناقشة نتائج الفرضية الرئيسية	64
08 مناقشة نتائج فرضية الأولى	67
09 مناقشة نتائج فرضية الثانية	69
10 مناقشة نتائج فرضية الثالثة	72
11 مناقشة نتائج فرضية الرابعة	74
12 مناقشة نتائج فرضية الخامسة	75
الخاتمـــــة	79
التوصيات والمقترحات	81
قائمة المصادر والمراجع	82
الملاحق	90

قائمة الجداول:

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	يبرز تأثير الأبعاد قلق المستقبل المهني على المجالات التوافق	30
2	توزيع العينة حسب الجنس (دراسة استطلاعية)	41
3	توزيع فقرات على أبعاد مقياس قلق المهني (دراسة استطلاعية)	42
4	خصائص السيكو مترية لمقياس القلق	43
5	معاملات ارتباط بين الدرجة الكلية في كل بعد ودرجاتهم على مقياس القلق	44
06	تبات آلفا كرومباخ التجزئة النصفية لمقياس القلق	45
07	توزيع فقرات على أبعاد مقياس القلق	46
08	الخصائص السيكو مترية لمقياس التوافق النفسي	46
09	نتائج معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية في كل بعد ودرجاتهم على مقياس التوافق النفسي	48
10	نتائج تبات آلفا كرومباخ وتباث التجزئة النصفية لمقياس التوافق النفسي	49
11	توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس (دراسة الأساسية)	51
12	العلاقة بين درجات الطلاب على مقياس القلق	57
13	نتائج اختبار ارتباط بر ميسون للدلالة على بغد النظرة السلبية المستقبلية ومستوى التوافق النفسي	58
14	نتائج اختبار ارتباط بر ميسون للدلالة على العلاقة بين درجات الطلاب على بعد المظاهر النفسية	59
15	نتائج اختبار ارتباط بر ميسون للدلالة على العلاقة بين درجات الطلاب على بعد المظاهر الجسيمة لقلق والمستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي	60

16	نتائج اختبار"ت" لدلالة الفروق في متوسط درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل المهني حسب الجنس	62
17	نتائج اختبار"ت" لدلالة الفروق في متوسط درجات الطلاب على مقياس التوافق النفسي حسب الجنس	63

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	العلاقة بين القلق المستقبلي المهني والتوافق النفسي	27
02	توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس	52

قائمة الملاحق

الرقم	العنوان	الصفحة
01	حساب مستخرجات SPSS	91
02	الخصائص السيكو مترية لأدوات الدراسة	93
03	استبيان مقياس قلق المستقبل المهني	95
04	استبيان مقياس التوافق النفسي	100
05	تصريح دخول للمؤسسة 01 من قبل الجامعة	105
06	تصريح الدخول للمؤسسة 02 من قبل مدير التربية	106

مقدمة

المقدمة:

نعيش اليوم في عالم يتسم بالتغيرات المتسارعة التي ألقت بظلالها على مختلف تفاصيل حياتنا اليومية، وفي ظل هذه التحولات يبقى التعليم الركيزة الأساسية التي تبنى عليها نهضة المجتمعات وتطورها. ومن هذا المنطلق، بات من الضروري التوقف عند المشكلات والتحديات التي تواجه فئة الشباب وتؤثر بشكل مباشر على استقرارهم النفسي وتحصيلهم الأكاديمي، ومن أبرز هذه التحديات ما يرتبط بالمستقبل المهني وما يثيره لدى الطلبة من قلق وتساؤلات حول مستقبلهم بعد التخرج.

وقد أصبح "قلق المستقبل المهني" من أكثر المواضيع طرحا ونقاشا في الأوساط العلمية والتربوية، فالطالب الجامعي يجد نفسه غارقا في التفكير والبحث عن الإجابات لأسئلة الغد: كيف سيكون مستقبله؟ وهل سيجد وظيفة تناسب طموحاته بعد التخرج؟ هذا الانشغال الدائم قد يتحول في كثير من الأحيان إلى عبء نفسي ثقيل يمهد الطريق لظهور العديد من الاضطرابات الانفعالية والنفسية التي تؤثر على جودة حياته.

في المقابل يبرز "التوافق النفسي" كمؤشر جوهري يعكس مدى قدرة الطالب على تحقيق التوازن الذاتي والاجتماعي، والانسجام مع متطلبات الحياة وضغوطها المتجددة.

و تأسيساً على ذلك، جاءت دراستنا الحالية لتسليط الضوء على هذه الديناميكية من خلال الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل المهني و التوافق النفسي لدى عينة من طلبة مستوى السنة الثالثة ليسانس بجامعة "وهران 2 محمد بن أحمد"، كلية العلوم الاجتماعية قسم

علوم التربية و قسم علم النفس و الأرطفونيا، و لتحقيق هذا الهدف استندت الدراسة إلى شقين متكاملين: شق نظري يستعرض المفاهيم الأساسية و الأطر الفكرية و الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث، و شق ميداني تطبيقي ركز على جمع البيانات من أرض الواقع و تحليلها للوصول إلى نتائج علمية دقيقة تعكس واقع الطلبة.

حيث اشتمل الجانب النظري على فصلين إضافة إلى الجانب التطبيقي على النحو التالي:

بالنسبة للفصل الأول تم تخصيصه لمدخل الدراسة الذي يحتوي على إشكالية الدراسة، فرضيات الدراسة وكذلك التطرق لأهداف الدراسة وأهمية الدراسة.

أما الفصل الثاني يتكون من ثلاثة مباحث، حيث ركز المبحث الأول على الأدبيات النظرية من خلال التطرق إلى تعريف قلق المستقبل المهني والمفاهيم المرتبطة به وأبعاد الدراسة وتعريفه الإجرائي، كما تم التطرق إلى تعريف التوافق النفسي والمفاهيم المرتبطة به وأبعاده والتعريف الإجرائي له.

أما المبحث الثاني فقد تناول العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي، إضافة إلى ذكر العلاقة بين أبعاد قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي.

في حين خصص المبحث الثالث لعرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

بينما تناول الفصل الثالث الجانب التطبيقي للدراسة، والذي تم فيه عرض الإجراءات المنهجية للدراسة حيث تضمن الدراسة الاستطلاعية من خلال عرض أهدافها وحدود الدراسة وإجراءاتها

وعينة الدراسة بالإضافة إلى أدوات الدراسة وخصائصها السيكو مترية. كما تناول الدراسة الأساسية، والتي شملت حدود الدراسة ومنهج الدراسة ومجتمع الدراسة، عينة الدراسة ومتغيرات الدراسة، أدوات الدراسة، إجراءات تطبيق الدراسة، إضافة إلى أساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة للتحقق من صحة فرضيات الدراسة.

وفي الأخير تم عرض نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة، ثم اختتمت الدراسة بخاتمة عامة تضمنت أهم النتائج المتوصل إليها مع تقديم مجموعة من التوصيات والاقتراحات المتعلقة بموضوع الدراسة.

الفصل الأول: مدخل الدراسة

1. إشكالية الدراسة

2. فرضيات الدراسة

3. أهداف الدراسة

4. أهمية الدراسة

5. دواعي إختيار الدراسة

الإشكالية:

في ظل التغيرات التي يشهدها العالم اليوم، خاصة في المجال الاقتصادي وسوق العمل، أصبح التفكير في المستقبل المهني يشكل مصدر انشغال حقيقي لدى الطلبة الجامعيين، إذ يعد الانتقال من الحياة الجامعية إلى سوق العمل مرحلة حرجة وحاسمة في حياتهم وبالأخص الطلبة المقبلين على التخرج، فبعد سنوات من الدراسة، يجد الطالب نفسه أمام تساؤلات عديدة تتعلق بفرص العمل، وإمكانية تحقيق الاستقرار ومدى قدرته على مواجهة متطلبات الحياة المهنية.

وفي هذا السياق ، تعد فئة الطلبة المتوقع تخرجهم من الجامعات من الفئات الحساسة نسبيا تجاه ما يوجههم من تحديات ، حيث يصلون إلى مراحل متقدمة من النضج و تتضح قدراتهم و إمكاناتهم الذاتية بشكل أكبر في هذه الفترة ، و يتزامن ذلك مع تنامي قدرة من عدم الاستقرار الانفعالي يتمثل في التوتر، و الإحساس بالقلق حيال المستقبل المجهول و غير المحدد ، إذ يتصاعد هذا القلق في ظل تسارع التحولات الحياتية و تزايد متطلباتها و تشابك مجالاتها، مما يلقي على كاهل الخريج مسؤولية ثقيلة ، عليه أن يتحملها كي يواكب هذا الكم الهائل من التغيرات السريعة و يتكيف معها ، الأمر الذي يشعره أحيانا بالضعف و عدم القدرة على المسايرة فضلا عن القلق الناتج عن الضغوط التي يتعرض لها و ما يشاهده من بطالة لكثير من الخريجين وفي تخصصات كثيرة ، كل ذلك يجعله أسير القلق نحو المستقبل. (أبو حمور وآخرون ،2025، ص 18)

يشير زاليسكي (Zaleski , 1997) إلى أن قلق المستقبل يرتبط بإدراك التهديدات المحتملة، خاصة عندما تكون القيم الشخصية المهمة معرضة للخطر، كما يتميز بامتداده وعدم اليقين اتجاه المستقبل، ويرى أن جميع أنواع القلق العام تتضمن عنصر القلق من المستقبل، والذي يفهم على أنه حالة من الغموض والتوتر وعدم الاطمئنان تجاه التغيرات السلبية المتوقعة في المستقبل البعيد.

ويزداد هذا القلق وضوحا عندما يرتبط بالمستقبل المهني، حيث يعرف قلق المستقبل المهني بأنه حالة نفسية تتسم بالتوتر وعدم الاطمئنان، تصاحبها مشاعر الخوف والتردد لدى الطالب تجاه مساره المهني في المستقبل، نتيجة تبنيه تصورات سلبية حول فرص الحصول على عمل مناسب وتحقيق عائد اقتصادي مستقر، كما يرتبط بتراجع الثقة بالنفس وصعوبة اتخاذ القرارات المتعلقة باختيار التخصص الدراسي، الأمر الذي يؤثر سلبا على مستوى توافقه النفسي. (الحجرية وعلاوي،2024، ص101)

و قد حظي موضوع قلق المستقبل المهني و علاقته بالجوانب النفسية باهتمام عدد من الدراسات السابقة ، ومن بينها دراسة لصحف و دخيلي (2025) حول قلق المستقبل المهني و علاقته بالصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين ، هدفت هذه الدراسة إلى تحديد أهم مصادر هذا القلق ، و الكشف عن الفروق في مستوى قلق المستقبل المهني و الصحة النفسية تبعا لبعض المتغيرات ، و قد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي و طبقت على عينة مكونة من 100 طالب في الطور النهائي بالمركز الجامعي مغنية ، و أظهرت النتائج ارتفاع مستوى قلق

المستقبل المهني في حين لم تسجل علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل المهني و الصحة النفسية.(لصحف ودخيلي،2025)

و كذلك تشير دراسة يسعد (2024) التي تناولت قلق المستقبل المهني و علاقته بالتوافق النفسي و الاجتماعي لدى الطلبة المقبلين على التخرج ، و التي أجريت على عينة من طلبة السنة الثالثة بجامعة وهران (2) ، إلى مجموعة من النتائج المهمة ، حيث توصلت الدراسة إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين قلق المستقبل المهني و التوافق النفسي و الاجتماعي ، كما بينت النتائج عدم وجود فروق في مستوى القلق المهني تعزى لمتغير الجنس و التخصص ، و كذلك عدم وجود فروق في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس ، إضافة إلى ذلك لم تسجل فروق دالة إحصائيا في التوافق النفسي و الاجتماعي تبعا لفئات قلق المستقبل المهني .(يسعد،2024)

كما تناولت بعض الدراسات قلق المستقبل المهني وعلاقته ببعض المتغيرات الإيجابية مثل الهناء الذاتي، حيث أظهرت دراسة أبو حمور وآخرون (2024) وجود علاقة ارتباطية عكسية متوسطة بين قلق المستقبل المهني والهناء الذاتي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم، حيث تبين أنه كلما ارتفع مستوى الهناء الذاتي لدى الطلبة انخفض مستوى قلق المستقبل المهني لديهم مما يشير إلى دور العوامل النفسية الإيجابية في تخفيف حدة القلق المرتبط بالمستقبل المهني. (أبو حمور وآخرون،2024)

كما تشير دراسة خليفي (2018) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين الصحة النفسية و الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة في الجزائر ، حيث هدفت إلى الكشف عن طبيعة هذه العلاقة باستخدام المنهج الوصفي على عينة مكونة من 200 طالب و طالبة ، و قد أظهرت النتائج إلى وجود علاقة عكسية بين أبعاد الصحة النفسية الإيجابية (مثل العلاقات الاجتماعية و المهارات الاجتماعية) و مستويات الضغوط النفسية ، في حين وجدت علاقة طردية بين الأبعاد السلبية للصحة النفسية و مستويات الضغط ، كما أكدت الدراسة على أهمية الاهتمام بالصحة النفسية للطلبة من خلال برامج إرشادية للحد من الضغوط النفسية .(خليفي،2018)

وفي نفس السياق أظهرت دراسة بابا حني ودرويش (2022) وجود علاقة ارتباطية دالة بين الضغوط النفسية والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، حيث تؤثر الضغوط النفسية سلبا على مستوى الصحة النفسية، غير أن هذه الدراسة النفسية ركزت على الضغوط النفسية بشكل عام وهو ما يفتح المجال لدراسة متغيرات أكثر تحديدا مثل قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق النفسي. (بابا حني وودرويش2022)

ومن خلال مراجعة الدراسات السابقة يتضح أن العديد من البحوث قد اهتمت بدراسة العلاقة بين القلق والاضطرابات النفسية حيث توصلت أغلبها إلى وجود ارتباط دال بين ارتفاع مستوى الضغوط النفسية وتزايد حدة الاضطرابات النفسية لدى الطلبة الجامعيين، وهذا ما أكدت عليه مجموعة من الدراسات من بينها دراسة خليفي (2018)، ودراسة باباحني ودرويش (2022).

كما تناولت دراسات أخرى قلق المستقبل المهني باعتباره أحد أبرز مصادر الضغوط النفسية التي قد تؤثر سلبا على الصحة النفسية والتوافق النفسي، إضافة إلى ذلك فقد بينت دراسة أبو حمور وآخرون (2024) وجود علاقة عكسية بين قلق المستقبل المهني والهناء الذاتي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم، مما يعكس دور المتغيرات النفسية الإيجابية في تخفيف حدة قلق المستقبل المهني.

وبناءً على ما سبق يتضح أن الدراسات السابقة رغم اهتمامها بموضوع قلق المستقبل المهني و علاقته ببعض المتغيرات النفسية، إلا انها لم تقدم تصورا واضحا و متكاملا حول طبيعة هذه العلاقة خاصة فيما يتعلق بالتوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين، و ذلك بسبب التباين في نتائجها بين وجود علاقة من عدمها، كما أن معظم الدراسات السابقة تناولت قلق المستقبل المهني كمتغير كلي دون التعمق في تحليل أبعاده المختلفة مثل البعد التشاؤمي و المظاهر النفسية و الجسمية، و رغم أن هذا التحليل قد يسمح بفهم أدق لكيفية تأثيره على التوافق النفسي.

إضافة إلى ذلك، فإن التركيز على متغيرات مثل الجنس والتخصص جاء على حساب دراسة العلاقات النفسية الداخلية بين أبعاد المتغيرات، خاصة لدى فئة طلبة مستوى السنة الثالثة ليسانس وهي مرحلة تتميز بأهمية خاصة في تشكيل التصورات المرتبطة بالمستقبل المهني.

وعليه تبرز الحاجة إلى دراسة العلاقة بين أبعاد قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس من خلال تحليل كل بعد على حدي، بهدف تقديم فهم أكثر دقة

لطبيعة العلاقة وتفسير التباين قي نتائج الدراسات السابقة. **وفي ضوء ما سبق يمكن طرح التساؤل التالي:**

-هل توجد علاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس؟

وينبثق عن هذا التساؤل مجموعة من الأسئلة الفرعية من بينها:

- هل توجد علاقة بين النظرة السلبية للمستقبل المهني والتوافق النفسي؟
- هل توجد علاقة بين المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني والتوافق النفسي؟
- هل توجد علاقة بين المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني والتوافق النفسي؟
- هل توجد فروق من حيث مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق على مستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس تعزى لمتغير الجنس؟

- **فرضيات الدراسة:**

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس.
- توجد علاقة دالة إحصائيا بين النظرة السلبية للمستقبل المهني والتوافق النفسي.

- توجد علاقة دالة إحصائيا بين المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني والتوافق النفسي.
- توجد علاقة دالة إحصائيا بين المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني والتوافق النفسي.
- توجد فروق دالة إحصائيا من حيث مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق دالة إحصائيا على مستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس تعزى لمتغير الجنس.

- **أهداف الدراسة:**

- دراسة العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس.
- دراسة العلاقة بين النظرة السلبية للمستقبل المهني والتوافق النفسي.
- دراسة العلاقة بين المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني والتوافق النفسي.
- دراسة العلاقة بين المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني والتوافق النفسي.
- البحث عن الفروق في مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس تبعا لمتغير الجنس إن وجدت.
- البحث عن الفروق ذات في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس تبعا لمتغير الجنس إن وجدت.

- **أهمية الدراسة:**

- تكمن أهمية الدراسة من خلال تسليط الضوء على إحدى المشكلات النفسية الشائعة في المرحلة الجامعية ألا و هي قلق المستقبل المهني لدى عينة من طلبة السنة الثالثة ليسانس ، حيث تتمثل أهميتها كذلك في الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل المهني و التوافق النفسي من خلال أبعاده المختلفة ، عبر توضيح العلاقة بين النظرة السلبية للمستقبل المهني و التوافق النفسي ، و إبراز ارتباط المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني بمستوى التوافق النفسي ، إضافة إلى الكشف عن انعكاسات المظاهر الجسمية لهذا القلق على التوازن النفسي للفرد ، مما يساهم في فهم أعمق لهذه الظاهرة و توجيه الجهود نحو تحسين الصحة النفسية .

- تتمثل أهمية هذه الدراسة من الناحية النظرية في المساهمة في إثراء الجانب النظري المتعلق بمتغيري قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي، وتعميق الفهم لطبيعة العلاقة بينهما، كما تبرز أهميتها من الناحية التطبيقية في إمكانية الاستفادة من نتائجها في إعداد برامج إرشادية نفسية تهدف إلى خفض قلق المستقبل المهني وتحسين مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة.

أسباب اختيار الدراسة:

وقد كان اختياري لهذا الموضوع نابعًا من احتكاكي اليومي بالطلبة داخل الوسط الجامعي، خاصة وأنني كطالبة ماستر 2 أعيش نفس الظروف والانشغالات المرتبطة بمرحلة التخرج والتفكير في المستقبل المهني. فقد لاحظت وجود حالة من القلق والتوتر لدى العديد من زملائي

الطلبة عند الحديث عما بعد التخرج، وإمكانية الحصول على منصب عمل يحقق طموحاتهم وتطلعاتهم.

كما أثار انتباهي التأثير النفسي الذي يتركه هذا القلق على الطلبة، سواء من حيث نظرتهم إلى المستقبل أو من حيث شعورهم بالاستقرار والتوازن النفسي، وهو ما دفعني إلى الرغبة في دراسة هذا الموضوع بصورة أعمق لفهم أسبابه وأبعاده النفسية. إضافة إلى ذلك، فإن معرفة العوامل المرتبطة بقلق المستقبل المهني قد تساعد مستقبلاً في اقتراح بعض الحلول والأساليب التي تساهم في التخفيف من هذا القلق وتحقيق قدر أفضل من التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

الفصل الثاني: المفاهيم والتعريفات الأساسية لمتغيرات الدراسة

المتغير الأول: قلق المستقبل المهني

- تمهيد

1.تعريف القلق

2.تعريف قلق المستقبل

3.تعريف قلق المستقبل المهني

4-المفاهيم المرتبطة بقلق المستقبل المهني

4.1. مفهوم الخوف من الفشل

4.2. مفهوم التشاؤم

4.3.مفهوم التوجه نحو المستقبل

5- تعريف أبعاد الدراسة

5.1.التفكير السلبي والمتشائم في المستقبل المهني

5.2.المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني

5.3.المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني

-التعريف الإجرائي لقلق المستقبل المهني

المتغير الثاني: التوافق النفسي

-تمهيد

1-تعريف التوافق

2-تعريف التوافق النفسي

3-المفاهيم المرتبطة بالتوافق النفسي

- **3.1.مفهوم الصحة النفسية**
- **3.2.مفهوم الإرتياح النفسي**
- **3.3.مفهوم التوازن العاطفي**

4-تعريف أبعاد الدراسة:

- **4.1.التوافق الشخصي الانفعالي**
- **4.2.التوافق الصحي**
- **4.3.التوافق الاجتماعي**
- **4.4.التوافق الأسري**

5-التعريف الإجرائي للتوافق النفس

تمهيد:

يعيش الإنسان اليوم في عالم مليء بالتغيرات و التقلبات التي تؤثر على مختلف جوانب حياته، وهذا ما يجعله يواجه العديد من الضغوط النفسية و الاجتماعية، فيشعر بعدم الاستقرار و يزداد قلقه حول مستقبله، خاصة مستقبله المهني، ويعتبر هذا القلق أمرا طبيعيا في ظل غياب الاستقرار الاقتصادي و تغير متطلبات سوق العمل، غير أنه قد يتحول إلى اضطراب نفسي إذا تجاوز حدوده الطبيعية، و يعتبر الطالب الجامعي من أكثر الفئات التي تعاني من هذا القلق، نظرا لمروره بمرحلة انتقالية من الحياة الأكاديمية إلى الحياة المهنية، مما يجعله يعيش حالة من التوتر و الضغط أثناء تفكيره و تخطيطه لمستقبله المهني.

وفي هذا السياق يعد القلق من المفاهيم ذات أهمية بالغة في الدراسات النفسية والعيادي، نظرا لدوره في تفسير سلوك الفرد وتفاعله وكشف أبعاد حالته النفسية، وقد سعى علماء النفس إلى تقديم تعريفات علمية دقيقة لهذا المفهوم بمختلف أبعاده.

1-تعريف القلق:Anxiety :

القلق هو حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الفرد، ويسبب له كثيرا من الكدر والضيق والألم، والقلق يعني الانزعاج، والشخص القلق يتوقع الشر دائما، ويبدو متشائما، ومتوتر الأعصاب، ومضطربا، كما أن الشخص القلق يفقد الثقة بنفسه ويبدو مترددا عاجزا عن البث في الأمور، ويفقد القدرة على التركيز. (عثمان،2001، ص18)

2-تعريف قلق المستقبل: Future Anxiety

يعرفه الباحث بأنه شعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة المستقبلية، وعدم القدرة على مواجهة الضغوط والأحداث الحياتية، وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن والثقة بالنفس. (القللي،2016، ص9)

يرى شقير 2005 كما ورد في (شياباني،2020) أن قلق المستقبل هو خلل أو اضطراب نفسي ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم الجوانب السلبية ودحض الإيجابيات مما يجعل الفرد يعيش في حالة من التوتر وعدم الأمن، وقد يدفعه ذلك إلى العجز وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، الأمر الذي يؤدي إلى التشاؤم من المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المتوقعة. (شياباني ،2020)

3-تعريف قلق المستقبل المهني:

عرفه المحاميد والسفاسفة (2007) على أنه "حالة من عدم الارتياح والتوتر والشعور بالضيق، والخوف من المستقبل المجهول يتعلق بالجانب المهني، وإمكانية الحصول على فرصة عمل مناسبة للطالب بعد تخرجه من الجامعة."(المحاميد ووالسفاسفة2007، ص9)

أما عبد التواب فيرى أن " قلق المستقبل المهني يختص بالمهنة وهو حالة من التوتر والتشاؤم التي يشعر بها الطالب الجامعي لندرة فرص العمل بعد تخرجه". (سالمي ،2018، ص 362)

4-المفاهيم المرتبطة بقلق المستقبل المهني:

4-1: مفهوم الخوف من الفشل:

عرف Thrash & Elliot (2003) "الخوف من الفشل بأنه ميل لتفادي وتجنب المواقف أو الأحداث ذات احتمالية النتائج السلبية المتوقعة مستقبلا، خوفا من الشعور بالخجل من الفشل سواء كان ذلك واقعيا أو وهميا."(الدردير و آخرون،2019، ص439)

يمكن القول إن الأفراد الذين يعانون من الخوف من الفشل يفتقرون دافعية الإنجاز، إذ يعتقدون أن النجاح يعتمد على الحظ أو على عوامل خارجية، وليس على قدراتهم الشخصية، وهو ما يعكس مركز ضبط خارجي ويزيد من قلقهم تجاه المستقبل.

4-2: مفهوم التشاؤم:

يعرفه ديمبر (1989) بأنه ميل الفرد إلى رؤية الجوانب السلبية للأشياء من حوله حيث يؤثر هذا التوجه السلبي على نظرته لذاته وحياته وحاضره و مستقبله.(حجازي و العشري ،2017، ص379)

كما يعرفه مارشال وآخرون (1992) على أنه استعداد شخصي أو سمة الكامنة من داخل الفرد تؤدي إلى التوقع السلبي للأحداث المستقبلية. (نفس المرجع السابق)

من خلال التعريفات يمكن القول أن الشخص المتشائم ينظر للأحداث المستقبلية بنظرة سلبية تتخللها أفكار يتوقع فيها دائما المتشائم حدوث السوء جراء نظرة سلبية نحو المستقبل تجعل الفرد في حالة تأهب وتوجس وتخوف لما سيحدث في المستقبل.

4-3 : مفهوم التوجه نحو المستقبل :

يعرفه قيس محمد علي (2010) بأنه "استعداد نفسي مكتسب من خبرة الفرد يؤثر في توقعاته لما سيحدث في المستقبل ويحدد استجابته نحو المواضيع المتوقعة حدوثها ويظهر هذا الأثر في صور التوقع والتقبل أو الرفض ويقع هذا التوجه على محور يصل بين طرفين متناقضين أحدهما سلبي والآخر إيجابي." (دويدة واليازيدي،2023، ص 908)

5-تعريف أبعاد الدراسة:

قلق المستقبل المهني هو حالة انفعالية غير سارة يعاني منها الطالب عندما يشعر بالتوتر، والضيق المصحوب بعدم الاطمئنان والخوف نتيجة توقع خطر يهدد مستقبله المهني ويستدل عليها من خلال المؤشرات التالية، التي تمثلت في أبعاد الأداة.

5-1: التفكير السلبي والمتشائم في المستقبل المهني: يعبر عن الأفكار الخاطئة، والتوقعات السلبية، ونظرة الطالب التشاؤمية لمستقبله المهني المستندة عن إدراكه المشوه للماضي، والحاضر، والتي تنعكس على حالته النفسية.

5-2: المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني: تدل على استجابات الطالب الوجدانية، وردود فعله الانفعالية التي تتجلى في التوتر، وسرعة الانفعال، الشعور بالغضب، عدم الارتياح والخوف من مستقبله المهني المجهول.

5-3: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني: وتشير إلى مجموعة من التغيرات الفسيولوجية مثل زيادة نبضات القلب، وتوتر العضلات أو ارتجاف الأطراف، جفاف في الحلق وغيرها من ردود الأفعال الجسمية التي تطرأ على الطالب خلال تعرضه لمواقف يدرك أنها تؤثر على مستقبله المهني. (مشري وآخرون،2018، ص276)

6- التعريف الإجرائي لقلق المستقبل المهني: هو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب عند تطبيق مقياس قلق المستقبل المهني. (أنظر الملحق رقم 03)

ثانيا: التوافق النفسي:

تمهيد:

تتطلب الحياة من الإنسان القيام بعمليات توافق مستمرة، فحينما يشعر بدافع معين، فإنه يقوم عادة بنشاط يؤدي إلى إشباع هذا الدافع من أجل تحقيق التوازن بين حاجاته ورغباته ومتطلبات البيئة المحيطة به، ومن تم خفض مستوى التوتر الذي يثيره الدافع.

يعد الشخص المتوافق من يتميز بشخصية متكاملة قادرة على التنسيق بين حاجاته وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، كما يتميز بقدرته على تحمل صعوبات الحاضر في سبيل تحقيق أهداف المستقبل، مع اتساق سلوكه وخلوه من التناقض، وانسجامه مع معايير المجتمع الذي يعيش فيه.

ومن هذا المنطلق يمكن اعتبار أن معظم سلوكيات الفرد ماهي إلا محاولات مستمرة لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والذي سيتم التطرق إليه بشيء من التفصيل في هذا الفصل.

1- تعريف التوافق: Adjustement – Ajustement

هو مصطلح يستعمل في علم النفس للدلالة على العلاقة الإيجابية التي تحدث بين الفرد والجماعة والمحيط حتى تلبي دوافعهم وحوافزهم. (السيد وآخرون ،2021، ص12)

2-تعريف التوافق النفسي:

يرى الباحث "كمال دسوقي" التوافق بأنه عملية إشباع حاجات الفرد التي تثير دوافعه بما يحقق الرضا عن النفس والارتياح لتخفيف التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة، ويكون الفرد متوافقا إذا ما هو أحسن التعامل مع الآخرين بشأن هذه الحاجات وأجاد تناول ما يحقق رغباته بما يرضيه ويرضي الغير أيضا. (دسوقي،1985، ص387)

يعرف التوافق النفسي بأنه عملية دينامية مستمرة تهدف إلى إحداث توازن بين الفرد وبيئته من خلال تعديل سلوكه أو تغيير ظروفه بما يحقق له الرضا النفسي، ويقول "صلاح مخيمر": أن التوافق قد يتخذ شكلين إما التكيف مع الواقع غير القابل للتغيير، أو العمل على تغييره إذا كان ممكنا وهو ما يعكس مرونة الفرد أو جموده، ويعد التوافق النفسي مؤشرا مهما على الصحة النفسية، حيث يتحدد سليما أو غير سليم تبعا لنجاح الفرد في تحقيق هذا التوازن. (الخواجة ،2010، ص38)

3- المفاهيم المرتبطة بالتوافق النفسي:

3-1: مفهوم الصحة النفسية:

أشار تعريف منظمة الصحية العالمية إلى أن "الصحة النفسية هي حالة من الراحة الجسمية والنفسية والاجتماعية وليست الخلو من المرض"(الداهري،2010، ص26)

وجاء في تعريف الجمعية الوطنية الأمريكية للصحة النفسية إلى أن تعريف الصحة النفسية يشير إلى مجموعة من مظاهر السلوك التي يتجلى بها المتمتع بالصحة النفسية وتشمل الشعور بالرضا عن النفس، القدرة على تقدير الآخرين، وأخيرا القدرة على مقابلة متطلبات الحياة. (نفس المرجع السابق)

3-2: مفهوم الارتياح النفسي:

عرفه مسعودي (2016) على أنه التقييم الشامل للرضا عن الحياة بشكل عام وعن إجمالي الارتياح في مجالات الحياة المختلفة، فضلا عن ارتفاع الوجدان الإيجابي و انخفاض الوجدان السلبي .(الخفاف،2019،ص88)

3-3: مفهوم التوازن العاطفي:

هو أحد مصطلحات علم النفس التي لها معاني عديدة ولاكتشاف معناه الحقيقي وكشف غموضه وأسراره. حيث يعتبر من مؤشرات الصحة النفسية للفرد ومدى استقراره النفسي الشخصي، إذ عرفه Younis (2005) بأنه القدرة الفردية للسيطرة على عواطفه وعدم تفاقم الاستفزاز العاطفي ومتابعة تأثير الأحداث الخارجية المؤقتة والناشئة، والعمل على التكيف الذاتي والاجتماعي دون الحاجة إلى جهود نفسية ضخمة قد تؤذي الفرد. (جاسم والطائي ،2022، ص91)

4- تعريف أبعاد الدراسة:

4-1: التوافق الشخصي الانفعالي: يتضمن السعادة مع النفس وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية، الفطرية، العضوية، الفيزيولوجية، والثانوية ويعبر عن "سلم داخلي" حيث يقل الصراع الداخلي ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مراحل متتابعة. (الخواجة،2010، ص39)

4-2: التوافق الصحي: هو أن يكون الفرد بصحة جيدة، خالية من الأمراض والمشاكل العضوية، وهذا يتوقف على مدى قدرة الفرد على التوافق في شتى المجالات، فالتوافق هو دليل على تمتع الإنسان بصحة نفسية جيدة وسليمة. (بلحسن ومسعودي،2023، ص12)

4-3: التوافق الأسري: هو قدرة الأسرة على الانسجام مع بعضهم البعض ومع متطلبات الحياة الأسرية، ويكون معرفة ذلك من خلال أفعال وتصرفات كل واحد منهم في القيام بالواجبات الأسرية وكيفية تلبية حاجاته والتعبير عن مشاعره اتجاه أفراد أسرته، إضافة إلى سعيهم المشترك لمواجهة الصعوبات الأسرية والتكيف مع متطلبات الحياة. (نفس المرجع السابق)

4-4: التوافق الاجتماعي: "يتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية". والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي السليم.(الخواجة،2010،ص39)

5- **التعريف الإجرائي للتوافق النفسي:** هو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب عند تطبيق مقياس التوافق النفسي. (أنظر الملحق رقم04)

التعريف الاجرائي للطالب الجامعي: هو المتعلم الذي تحصل على شهادة البكالوريا وانتقل إلى الجامعة للدراسة في المستوى العالي.

العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي

1-مخطط يبين العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي

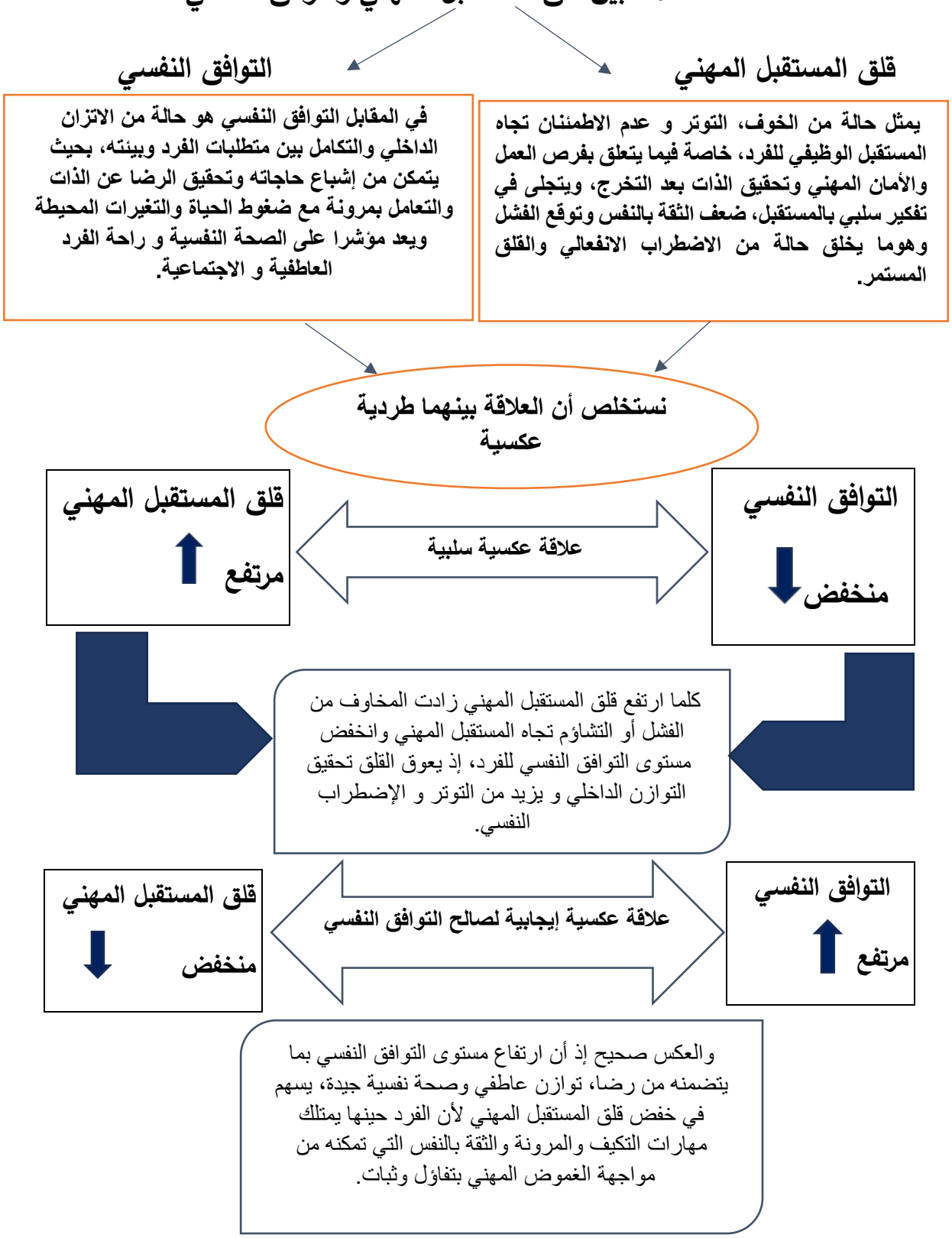
_ قلق المستقبل المهني من منظور نظرية التحليل النفسي

_التوافق النفسي في ضوء نظرية أدلر و علاقته بالتوافق النفسي

_قلق المستقبل المهني و التوافق النفسي من منظور نظرية الذات لروجرز

2-جدول يبرز تأثير أبعاد قلق المستقبل المهني على مجالات التوافق

1- العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي



الشكل رقم 01

تفسير المخطط:

قلق المستقبل المهني يعكس جانبا من الاضطراب النفسي وعدم التكيف مع متطلبات الواقع والمستقبل، في حين أن التوافق النفسي هو المؤشر الإيجابي لقدرة الفرد على مواجهة هذا القلق والتغلب عليه، وبالتالي تحقيق التوافق النفسي يسهم في تقليل قلق المستقبل المهني، بينما ارتفاع القلق المهني يضعف التوافق ويؤثر سلبا على الصحة النفسية العامة.

قلق المستقبل المهني من منظور نظرية التحليل النفسي:

يرتبط قلق المستقبل المهني في جوهره بالصراعات الداخلية التي تعيشها الشخصية؛ فوفقاً لنظرية التحليل النفسي، يمثل "الأنا" المحرك الرئيسي لتحقيق التوافق مع البيئة والواقع. وعندما يرتفع مستوى القلق تجاه المستقبل المهني، فإن ذلك يعكس إخفاق "الأنا" في القيام بوظيفته كمشرف على العمليات العقلية ومنظم للتوافق بين مطالب "الهو" وضغوط "الأنا الأعلى" (المثالية والاجتماعية). هذا الإخفاق يؤدي إلى حالة من "العصاب" أو الاضطراب، مما يفسر العلاقة العكسية الموضحة في المخطط، حيث ينهار التوازن النفسي للفرد كلما زاد عجزه عن مواجهة غموض المستقبل (الخواجة،2010، ص 52).

التوافق النفسي في ضوء نظرية أدلر وعلاقته بقلق المستقبل المهني:

وفي ذات السياق النظري، يمكن تفسير انخفاض التوافق النفسي عند مواجهة صعوبات مهنية من خلال مفهوم "عقدة النقص" عند أدلر؛ حيث يولد الشعور بالقصور تجاه المتطلبات المهنية توتراً يؤثر سلباً على "أسلوب الحياة" الذي يسعى من خلاله الفرد للتفوق وتحقيق الذات.

كما تلعب "الإرادة" دوراً حاسماً هنا؛ إذ إن ضعف الإرادة أمام العوائق المهنية يحول دون قدرة الفرد على التخلي عن المقارنة واللجوء إلى التأكيد الإيجابي لذاته، مما يعزز من سيطرة القلق المهني ويضعف مستوى الصحة النفسية (نفس المرجع، ص 54).

قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي من منظور نظرية الذات لروجرز

أما من منظور نظرية الذات، فإن التوافق النفسي يتحقق عندما تتماثل خبرات الفرد الواقعية مع "مفهوم الذات" لديه. فعندما يدرك الفرد مستقبله المهني كتهديد أو كمجال لا يتفق مع تطلعاته وقدراته (الذات المدركة والذات المثالية)، يحدث نوع من "عدم التطابق". هذا التعارض بين الخبرة المهنية القلقة وبين بنية الذات يؤدي إلى التوتر والاضطراب النفسي. وعلى العكس، كلما كانت التوقعات المهنية متسقة مع معايير الفرد وتصوراته عن نفسه، أدى ذلك إلى "الراحة والخلو من التوتر"، وهو ما يدعم الحالة الإيجابية للتوافق النفسي المذكورة في الجزء السفلي من المخطط.

العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي:

ختاماً، نجد أن ارتفاع قلق المستقبل المهني يضعف "الذات الاجتماعية" للفرد، وهي الصورة التي يعتقد أن الآخرين يتصورونها عنه من خلال نجاحه المهني. إن العملية التكاملية لعالم الخبرة، التي تهدف نظرية الذات إلى تنظيمها، تتأثر سلباً بهذا القلق؛ حيث يصبح الفرد عاجزاً عن استيعاب المتغيرات المهنية في بناء شخصيته، مما يؤدي إلى ضعف "القوة المتكاملة

للشخصية". وهذا يؤكد ما خلُص إليه التحليل في المخطط من أن العلاقة بين القلق المهني والتوافق النفسي هي علاقة عكسية، تتأثر بمدى قدرة الفرد على توظيف إرادته وتنظيم خبراته المدركة للوصول إلى الاتزان الداخلي. (نفس المرجع ص 55)

2 – جدول رقم (1) يبرز تأثير الأبعاد قلق المستقبل المهني على مجالات التوافق

التفسير العلمي للعلاقة	طبيعة التأثير	مجالات التأثير في التوافق النفسي	أبعاد قلق المستقبل المهني
–يساهم هذا النمط الفكري في إضعاف الشعور بالاستقرار الداخلي ويحد من قدرة الفرد على بناء علاقات اجتماعية متوازنة نتيجة هيمنة التوقعات السلبية.	**تأثير سلبي (علاقة عكسية)**	**–التوافق الشخصي (الانفعالي) –التوافق الاجتماعية**	**النزعة إلى التفكير السلبي تجاه المستقبل المهني**
–تؤدي حالات القلق والانفعال إلى انخفاض القدرة على التحكم الانفعالي، مما ينعكس في شكل انسحاب اجتماعي وتوتر في العلاقات الأسرية.	**تأثير سلبي (علاقة عكسية)**	**–التوافق الشخصي (الانفعالي) –التوافق الاجتماعي –التوافق الأسري**	**الاضطرابات النفسية المصاحبة لقلق المستقبل المهني**
–تنعكس الضغوط النفسية في شكل أعراض جسدية تؤثر على كفاءة الأداء اليومي، مما يضعف الصحة العامة ويؤثر على القيام بالأدوار الأسرية.	**تأثير سلبي مباشر**	**–التوافق الصحي –التوافق الأسري**	**الأعراض الجسمية المرتبطة بقلق المستقبل المهني**

تفسير الجدول:

يبين الجدول رقم (01) أعلاه أن قلق المستقبل المهني يرتبط ارتباطا عكسيا بالتوافق النفسي في مختلف أبعاده، بحيث يؤدي ارتفاع هذا القلق إلى تراجع مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي والصحي لدى الفرد. ويتجلى ذلك بداية في سيطرة التفكير السلبي حول المستقبل المهني، الأمر الذي يضعف الشعور بالاستقرار الداخلي ويحد من قدرة الفرد على تحقيق توازن انفعالي وبناء علاقات اجتماعية سليمة. كما أن استمرار القلق يسهم في ظهور اضطرابات نفسية تؤثر على التحكم في الانفعالات، فيصبح الفرد أكثر عرضة للتوتر والانفعال، وقد يميل إلى الانسحاب الاجتماعي، وهو ما ينعكس سلبا على علاقاته الأسرية والاجتماعية. إضافة إلى ذلك، تمتد آثار هذا القلق إلى الجانب الجسدي، حيث تتحول الضغوط النفسية إلى أعراض بدنية تؤثر على الصحة العامة وتقلل من كفاءة الأداء اليومي، مما يضعف قدرة الفرد على القيام بأدواره داخل الأسرة والمجتمع. وبذلك يتضح أن قلق المستقبل المهني يمثل عاملا ضاغطا شاملا يؤثر على مختلف جوانب حياة الفرد و يعيق توافقه بشكل متكامل.

وبالاعتماد على النظريات المفسرة، نجد أن العلاقة العكسية بين قلق المستقبل والتوافق النفسي تتضح من خلال صراع "الأنا " في موازنة ضغوط الواقع المهني (الخواجة، 2010، ص52)، حيث يؤدي هذا القلق إلى بروز "عقدة النقص" وضعف الإرادة في تحقيق "أسلوب الحياة " المتزن (نفس المرجع ص54)، مما يخلق عدم التطابق بين "الذات المدركة" و" الخبرات

الواقعية" للفرد (نفس المرجع ص55)، وهو ما يحرمه من الراحة والاتزان ويؤثر سلبا على صحته النفسية وتوافقه الاجتماعي والأسري (نفس المرجع ص56).

الدراسات السابقة :

1-دراسة (عائشي،2015) حول قلق المستقبل والضغوط النفسية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين قلق المستقبل و الضغوط النفسية لدى عينة من حاملي الشهادات العاملين في إطار عقود الإدماج المهني بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية بمدينة المنيعة بالجزائر، مع محاولة الكشف عن مستويات هذه المتغيرات و الفروق بين الجنسين فيها، و قد استخدم الباحث المنهج الوصفي الميداني مع تطبيق مقياس قلق المستقبل و مقياس الضغوط النفسية على عينة الدراسة، و أظهرت النتائج عدم وجود ارتباط دال إحصائيا بين الشعور بقلق المستقبل و الضغوط النفسية لدى هؤلاء العمال، كما كشفت أن عينة الدراسة تعاني من مستوى مرتفع من قلق المستقبل، بينما لا يعانون من ضغوط نفسية مرتفعة، و فيما يخص متغير النوع، أثبتت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث سواء في مستوى الشعور بقلق المستقبل أو في مستوى الضغوط النفسية، مما يعكس تماثلا في التحديات النفسية التي تواجه هذه الفئة من العمال.

2-دراسة (إبراهيم،2019) حول الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة.

تهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى كل من الاغتراب النفسي و قلق المستقبل و طبيعة العلاقة بينهما لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بفرع طولكرم، بالإضافة إلى استقصاء الفروق في تلك المستويات تبعا لمتغيرات الجنس، و الكلية و المعدل التراكمي، و لتحقيق هذه الأهداف، اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي على عينة مكونة من 300 طالب و طالبة، وقد خلصت الدراسة إلى أن الطلبة يعانون من مستوى متوسط في متغيري الاغتراب النفسي و قلق المستقبل، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة ذات دلالة إحصائية، فكلما ارتفعت حدة شعور الطالب بالاغتراب النفسي، زاد بالتوازي مستوى قلقه اتجاه المستقبل، و في سياق المتغيرات الديموغرافية، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي لصالح الإناث، و لصالح الطلبة ذوي المعدلات المتراكمة المتدنية (59% فأقل)، بينما لم تظهر فروق دالة في مستوى قلق المستقبل تعزى لأي من المتغيرات المذكورة، و بناء على ذلك أكدت الدراسة على أهمية وجود مرشدين نفسيين لتقديم المساندة للطلبة و تصميم برامج إرشادية متخصصة لخفض مستويات الاغتراب النفسي لديهم.

3-دراسة (الغافري،2020) حول تأكيد الذات وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى طلبة الكلية المهنية بعبري-سلطنة عمان- دراسة نفسية اجتماعية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى تأكيد الذات و قلق المستقبل المهني لدى طلبة الكلية المهنية بعبري، و الكشف عن طبيعة العلاقة بينهما، بالإضافة إلى تحديد الفروق وفق متغيرات الجنس و التخصص و السنة الدراسية، و معرفة مدى إمكانية التنبؤ بتأكيد الذات من خلال قلق المستقبل المهني، تكونت عينة الدراسة من 63 طالبا و طالبة، واعتمدت الباحثة على مقياسي تأكيد الذات و قلق المستقبل المهني من إعدادها، أظهرت النتائج أن مستوى كل من تأكيد الذات و قلق المستقبل المهني جاء متوسطا لدى الطلبة، كما بينت عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين، و لم تسجل فروق دالة في تأكيد الذات تبعا لمتغيرات الجنس أو التخصص أو السنة الدراسية، باستثناء بعد التعبير عن المشاعر لصالح طلبة الهندسة و بالنسبة لقلق المستقبل المهني، لم تظهر فروق دالة تبعا للجنس أو التخصص، باستثناء بعد التفكير السلبي في المستقبل لصالح طلبة الدراسات التجارية، في حين ظهرت فروق تبعا للسنة الدراسية في بعض الأبعاد، كما بينت النتائج أن قلق المستقبل المهني لا يسهم في التنبؤ بتأكيد الذات.

4-دراسة (عزوز،2021) حول قلق المستقبل المهني وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل المهني والصحة النفسية لدى طلبة السنة الثانية ماستر، على عينة بلغت 80 طالب وطالبة، باستخدام مقياس قلق المستقبل المهني ومقياس الصحة النفسية، وانطلقت الدراسة من فرضيات مفادها وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين ووجود فروق تعزى لمتغير الجنس، وقد أظهرت النتائج تأكيد هذه الفرضيات بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا، وفروق تعزى للجنس.

5-دراسة (طبشي وأم الخير،2024) حول قلق المستقبل المهني وعلاقته بالصحة النفسية.

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل المهني و الصحة النفسية لدى طلبة السنة الثانية ماستر بجامعة قاصدي مرباح ورقلة، بالإضافة إلى تحديد مستوى كل من القلق و الصحة النفسية لديهم، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، و شملت عينة مكونة من 100 طالب، باستخدام استبياني قلق المستقبل المهني و الصحة النفسية، مع تحليل البيانات عبر برنامج spss، أظهرت النتائج أن مستوى قلق المستقبل المهني مرتفع، في حين أن مستوى الصحة النفسية منخفض، كما تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المتغيرين، و كشفت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا في قلق المستقبل المهني تعزى لمتغير التخصص، مقابل عدم وجود فروق في الصحة النفسية حسب التخصص، و انتهت الدراسة بتفسير النتائج و تقديم مجموعة من التوصيات.

6-دراسة (الحجرية، 2024) حول المرونة النفسية وأثرها على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الدور الحيوي الذي تلعبه المرونة النفسية في مواجهة قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة، و ذلك من خلال مراجعة منهجية رصينة شملت (10) دراسات سابقة متخصصة، و توصلت الدراسة إلى أن المرونة النفسية تعل كآلية تكيف فعالة تمكن الطلبة من استيعاب المتغيرات المهنية و الاجتماعية المتسارعة و تجاوز التحديات بنجاح، مما يساهم بشكل مباشر في خفض مستويات القلق تجاه المستقبل الوظيفي، حيث أثبتت النتائج أن الأفراد الأكثر مرونة هم الأقدر على إدارة الضغوط المهنية و تحويل العقبات إلى فرص للنمو و التطور.

التعقيب على الدراسات السابقة:

شهدت الدراسات السابقة تطوراً منهجياً ونتائج متباينة في تناولها لظاهرة قلق المستقبل، ويمكن استعراض ذلك وفق التسلسل الزمني التالي:

بدأت دراسة (عائشي، 2015) باستخدام المنهج الوصفي الميداني، حيث توصلت إلى نتيجة غير متوقعة وهي عدم وجود ارتباط دال إحصائياً بين قلق المستقبل والضغوط النفسية لدى العمال، على الرغم من ارتفاع مستوى القلق لديهم. تلتها دراسة (إبراهيم، 2019) التي اعتمدت المنهج الوصفي الارتباطي، وأثبتت وجود علاقة ارتباطية موجبة؛ فكلما زاد الاغتراب النفسي زاد قلق المستقبل لدى الطلبة، مع تسجيل مستويات متوسطة للمتغيرين.

ومع بداية العقد الحالي، ركزت دراسة (الغافري، 2020) بالمنهج الوصفي على "تأكيد الذات"، وخلصت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بينه وبين قلق المستقبل المهني، كما أظهرت أن القلق لا يسهم في التنبؤ بتأكيد الذات. وفي ذات السياق المهني، أكدت دراسة (عزوز، 2021) وجود علاقة ارتباطية دالة بين قلق المستقبل والصحة النفسية، مع تسجيل فروق تعزى لمتغير الجنس.

أما الدراسات الأحدث، فقد أظهرت دراسة (طبشي وأم الخير، 2024) من خلال المنهج الوصفي الارتباطي أن مستوى قلق المستقبل المهني لدى الطلبة وصل إلى درجات "مرتفعة" وارتبط طردياً بضعف الصحة النفسية. وفي نقلة منهجية، استخدمت دراسة (الحجرية، 2024) أسلوب المراجعة المنهجية لعشر دراسات سابقة، لتقدم نتيجة نوعية مفادها أن المرونة النفسية تعمل كآلية تكيف فعالة قادرة على خفض مستويات القلق وتجاوز التحديات المهنية بنجاح.

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

1.الدراسة الاستطلاعية.

01.أهداف الدراسة الاستطلاعية.

02.حدود الدراسة الاستطلاعية.

03.إجراءات الدراسة الاستطلاعية.

04.عينة الدراسة الاستطلاعية.

05.أدوات الدراسة وخصائصها السيكو مترية.

2.الدراسة الأساسية

01.حدود الدراسة الأساسية.

02.منهج الدراسة الأساسية.

03. مجتمع الدراسة الأساسية.

04.عينة الدراسة الأساسية.

05.متغيرات الدراسة الأساسية.

06.أدوات الدراسة الأساسية.

07.إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية.

08.أساليب المعالجة الإحصائية.

تمهيد:

تتناول الباحثة في هذا الجزء وصف مجتمع الدراسة وعينتها وطريقة اختيارها، بالإضافة إلى تحديد متغيرات الدراسة وأدوات قياسها، كما تحاول الباحثة عرض الإجراءات الميدانية التي قامت بها في هذه الدراسة لتطبيق الأدوات وأساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة لتحليل البيانات، بغية الإجابة عن الفرضيات التي انطلقت منها الدراسة والتحقق من صحتها.

1.الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية أحد المراحل الأساسية في الجانب التطبيقي لأي بحث علمي، وتعد نقطة انطلاق للباحث من أجل التعرف على ظروف المحيط الذي سيتناوله في دراسته، والاطلاع وانتقاء العينة الملائمة مع أهداف الدراسة.

1.1. أهداف الدراسة الاستطلاعية.

تسعى الباحثة من خلال قيامها بالدراسة الاستطلاعية إلى تحقيق جملة من الأهداف، يمكن تحديدها فيما يلي:

- التعرف على الظروف والإمكانيات المتاحة ضمن المحيط الخاص بالظاهرة محل الدراسة، والمتمثل في جامعة وهران2 محمد بن أحمد.
- التأكد من فهم العينة الاستطلاعية لمفردات الدراسة، وبغية توضيح الهدف من تطبيق أدوات الدراسة، من خلال التقرب منهم وشرح أهداف الدراسة.

- رصد بعض المشكلات أو الصعوبات التي قد تعترض الباحثة أثناء الدراسة الأساسية وتحول دون نجاحها.

- التحقق من صلاحية أدوات الدراسة لتحقيق الأهداف المرجوة، وضبطها بما يتناسب وخصائص العينة.

2.1. حدود الدراسة الاستطلاعية.

الحدود الزمنية: امتدت الفترة الزمنية التي استغرقتها الدراسة الاستطلاعية مدة الأسبوع الثاني من شهر أفريل2026) خصصت للتأكد من الخصائص السيكو مترية لمقياس قلق المستقبل المهني، ومقياس التوافق النفسي.

الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بكلية العلوم الاجتماعية–قسم علوم التربية وعلم النفس بجامعة وهران2.

الحدود البشرية: تم اختيار العينة بطريقة عشوائية (30 طالب وطالبة) من كلية العلوم الاجتماعية قسم علوم التربية وعلم النفس مستوى السنة الثالثة ليسانس.

3.1. إجراءات الدراسة الاستطلاعية.

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية وفق الخطوات التالية:

- إطلاع الباحثة على أدبيات البحث والدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة؛ قلق المستقبل المهني، ومقياس التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

- توجهت الباحثة إلى قسم علوم التربية–جامعة وهران2 للحصول على ترخيص للقيام بالدراسة الاستطلاعية.

- تم تحديد عينة الدراسة الاستطلاعية خارج عينة الدراسة الأساسية، للتأكد من الخصائص السيكو مترية (الصدق والثبات) لأدوات الدراسة، ووضعها في الصورة النهائية (أنظر الملحق رقم 02 ص78_79)

4.1. عينة الدراسة الاستطلاعية.

تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (30) طالبا تم اختيارهم بطريقة عشوائية من قسم علوم التربية وعلم النفس والأرطفونيا.

جدول (02): توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الجنس

الجنس	عدد الطلاب	النسبة المئوية
ذكر	04	%13,3
أنثى	25	%83,3
المجموع	30	%100

نلاحظ من خلال الجدول (02) أن نسبة الطالبات كانت أكبر من نسبة الطلاب الذكور ضمن العينة الاستطلاعية، حيث بلغت النسبة على الترتيب (83.3%) و(13.3%).

5.1. أدوات الدراسة وخصائصها السيكو مترية:

أولا: مقياس قلق المستقبل المهني:

تم الاعتماد في دراستنا الحالية على مقياس قلق المستقبل المهني من إعداد الباحثة علي عزوز كوثر (2021) حيث يتكون من 35 فقرة مقسمة على ثلاثة أبعاد رئيسية تتم الاجابة عنه وفق مقياس ليكرت الخماسي (موافق جدا=5,موافق=4, محايد=3 , معارض=2,معارض جدا=1) كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول (03): توزيع الفقرات على أبعاد مقياس قلق المستقبل المهني

البعد	الفقرات المنتمية
التفكير السلبي والتشاؤم في المستقبل	1,4,7,9,10,12,28,29,30,32,35
المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني	2,5,6,11,13,14,16,17,20,21,23,24,27,34
المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني	3,8,15,18,19,22,25,26,31,33
المجموع	35

صدق وثبات مقياس قلق المستقبل المهني:

جدول (04): الخصائص السيكو مترية لمقياس قلق المستقبل المهني

الإجراء		النتيجة
ثبات ألفا كرونباخ		**0.96**
ثبات التجزئة النصفية		**0.96**
صدق الاتساق الداخلي	**التفكير السلبي والتشاؤم في المستقبل**	**0.89**
	المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني	**0.97**
	المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني	**0.84**

ومن خلال الجدول (04) يتضح لنا أن هذا المقياس يتميز بمعاملات صدق وثبات مقبولين وبالتالي يمكن الأخذ به في دراستنا الحالية.

صدق وثبات الأداة في الدراسة الحالية:

صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب ارتباط بيرسون لدلالة الارتباط بين الدرجة على البعد والدرجة الكلية على المقياس:

جدول (05): معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية في كل بعد ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التفكير السلبي والتشاؤم في المستقبل	0.93**	دال عند 0.01
المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني	0.96**	
المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني	0.88**	

يتبين من الجدول (05) أن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس قلق المستقبل المهني والدرجة الكلية على المقياس تراوحت بين (0.88-0.96)، وهي ارتباطات موجبة وقوية دالة عند مستوى الدلالة 0.01، مما يشير إلى أن المقياس يتسم بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

الثبات:

ولقد تم الحصول على النتائج التالية:

جدول (06): ثبات ألفا كرونباخ وثبات التجزئة النصفية لمقياس قلق المستقبل المهني

المجال	ألفا كرونباخAlph de Cronbach	ثبات التجزئة النصفية	التصحيح وفق معامل سبيرمان– براون
المقياس ككل	0.94	0.93	0.96

من خلال الجدول (06) نلاحظ أن قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس قلق المستقبل المهني بلغت (0.94)، فيما بلغت قيمة تباث التجزئة النصفية (0.93) وبعد التصحيح وفق معامل سبيرمان براون (0.96). وهو معامل ثبات قوي ومناسب لهذه الدراسة.

ثانيا. مقياس التوافق النفسي

تم استخدام مقياس التوافق النفسي ل فارب وعشار (2023)، حيث يشتمل على أربعة أبعاد رئيسية كل بعد يضم 15 فقرة، أي بمجموع 60 فقرة، وتتم الاجابة وفق مقياس ليكرت الثلاثي (نعم=3, أحيانا=2,لا=1) كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (07) توزيع الفقرات على أبعاد مقياس التوافق النفسي

أبعاد المقياس	الفقرات		المجموع
	الموجبة	السالبة	
التوافق الشخصي الإنفعالي	1-10	11_15	15
التوافق الصحي	16_22	23_30	15
التوافق الأسري	31_40	41_45	15
التوافق الاجتماعي	46_55	56_60	15
المجموع	60		

صدق وثبات مقياس التوافق النفسي

جدول (08): الخصائص السيكو مترية لمقياس التوافق النفسي

الإجراء		النتيجة
ثبات ألفا كرونباخ	التوافق الشخصي الانفعالي	**0.77**
	التوافق الصحي	**0.79**
	التوافق الأسري	**0.79**

	التوافق الاجتماعي	**0.85**
صدق الاتساق الداخلي	**التوافق الشخصي الانفعالي**	**0.81**
	التوافق الصحي	**0.76**
	التوافق الأسري	**0.89**
	التوافق الاجتماعي	**0.95**

ومن خلال الجدول (08) يتضح لنا أن هذا المقياس يتميز بمعاملات صدق وثبات مقبولين وبالتالي يمكن الأخذ به في دراستنا الحالية.

صدق وثبات الأداة في الدراسة الحالية:

صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب ارتباط بيرسون لدلالة الارتباط بين الدرجة على البعد والدرجة الكلية على المقياس:

جدول (09): نتائج معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية في كل بعد ودرجاتهم على مقياس التوافق النفسي

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الشخصي الانفعالي	0.89*	دال عند 0.01
التوافق الصحي الجسمي	0.85**	
التوافق الأسري	0.87**	
التوافق الاجتماعي	0.73**	

يتبين من الجدول (09) أن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس التوافق النفسي والدرجة الكلية على المقياس تراوحت بين (0.73–0.89)، وهي ارتباطات موجبة وقوية دالة عند مستوى الدلالة 0.01، مما يشير إلى أن المقياس يتسم بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

الثبات:

ولقد تم الحصول على النتائج التالية:

جدول (10): نتائج ثبات ألفا كرونباخ وثبات التجزئة النصفية لمقياس التوافق النفسي

المجال	ألفا كرونباخ Alpha de Cronbach	ثبات التجزئة النصفية	التصحيح وفق معامل سبيرمان- براون
المقياس ككل	0.93	0.84	0.91

من خلال الجدول (10) نلاحظ أن قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس التوافق النفسي بلغت (0.93)، فيما بلغت قيمة تباث التجزئة النصفية (0.84) وبعد التصحيح وفق معامل سبيرمان براون (0.91). وهو معامل ثبات قوي ومناسب لهذه الدراسة.

2.الدراسة الأساسية:

1.2. حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: تم تنفيذ الدراسة باستخدام مقياس قلق المستقبل المهني ومقياس التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

الحدود البشرية: أجريت الدراسة على عينة من الطلبة الجامعيين (95 طالب وطالبة) من كلية العلوم الاجتماعية قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة وهران2 – مستوى السنة الثالثة ليسانس.

الحدود المكانية: أجريت الدراسة في كلية العلوم الاجتماعية – قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة وهران2.

الحدود الزمنية: أجريت الدراسة في الفترة الممتدة من (24 أفريل 2026) إلى غاية (3 جوان2026). أي خلال السنة الجامعية2026/2025م.

2.2. منهج الدراسة:

تقوم الدراسات والأبحاث العلمية على إتباع منهج معين، يستطيع من خلاله الباحث تنظيم أفكاره ووضع الخطوات وتحديد الإجراءات المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة، وبما أن دراستنا الحالية تسعى إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة مستوى السنة الثالثة ليسانس، فإنه يتطلب منا الاعتماد على المنهج الوصفي، لملائمته موضوع الدراسة، فهو يصف الظاهرة كما هي ويساعدنا على فهم الأسباب والعوامل المؤدية لها.

3.2. مجتمع الدراسة:

اشتمل مجتمع الدراسة الحالية على جميع تخصصات علوم التربية (إرشاد وتوجيه، تربية خاصة، علم النفس التربوي) حيث قدر عددهم76 طالب وطالبة، وكذا تخصصات علم النفس (علم النفس العيادي، علم النفس المدرسي، علم النفس عمل وتنظيم) حيث قدر عددهم194 طالب وطالبة، مستوى السنة الثالثة ليسانس.

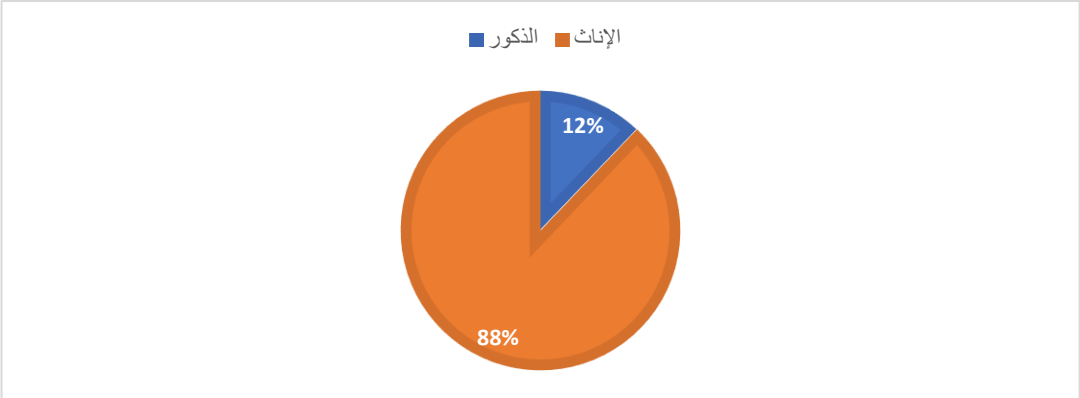
4.2. عينة الدراسة:

اختيرت عينة الدراسة الأساسية من الطلبة الجامعيين؛ مستوى السنة الثالثة ليسانس بقسم علوم التربية وعلم النفس – كلية العلوم الاجتماعية والمسجلين رسميا خلال الموسم الجامعي (2026/2025). تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، وقد بلغ عدد أفراد العينة (95) طالب وطالبة، وفيما يلي نوضح مواصفات عينة الدراسة:

جدول (11): توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس

الجنس	عدد الطلاب	النسبة المئوية
ذكر	12	%12
أنثى	83	%88
المجموع	95	%100

نلاحظ من خلال الجدول (11) أن نسبة الطالبات كانت أكبر من نسبة الطلاب الذكور ضمن العينة الاساسية، حيث بلغت النسبة على الترتيب (88%) و(12%).



الشكل رقم (02)

5.2 متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: قلق المستقبل المهني.

المتغير التابع: التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

6.2 أدوات الدراسة الأساسية:

شملت الدراسة الأساسية أداتين:

1- مقياس قلق المستقبل المهني للباحثة علي عزوز كوثر (2021)، تكون المقياس من 35 فقرة تقابلها 5 بدائل للإجابة [موافق جدا؛ موافق؛ محايد؛ معارض؛ معارض جدا]، وله 3 أبعاد تتمثل في التفكير السلبي والتشاؤم في المستقبل، المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني، المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني.

2- مقياس التوافق النفسي لفارب وعشار (2023)، حيث يشتمل على أربعة أبعاد رئيسية: التوافق الشخصي الانفعالي، التوافق الصحي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، كل بعد يضم 15 فقرة أي بمجموع 60 فقرة، وتتم الإجابة وفق مقياس ليكرت الثلاثي [نعم؛ أحيانا؛ لا].

7.2 إجراءات تطبيق الدراسة:

بعد التأكد من الخصائص السيكو مترية لأدوات الدراسة من خلال الدراسة الاستطلاعية، تم إجراء الدراسة الأساسية على عينة مكونة من 95 طالباً وطالبة من طلبة مستوى السنة الثالثة ليسانس تخصص علوم التربية وعلم النفس بجامعة وهران 2، حيث تم اختيار العينة بطريقة عشوائية، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي باعتباره الأنسب لطبيعة الموضوع.

وقد تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس قلق المستقبل المهني ومقياس التوافق النفسي على أفراد العينة، ثم تم جمع الاستبيانات والتأكد من اكتمال الإجابات وصلاحيتها للتحليل الإحصائي، بعد ذلك تم تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائيا باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة بهدف التعرف على تأثير قلق المستقبل المهني على التوافق النفسي لدى طلبة مستوى السنة الثالثة ليسانس.

8.2 أساليب المعالجة الإحصائية:

أساليب المعالجة الإحصائية الخاصة بالدراسة الأساسية:

- معامل الارتباط بيرسون للكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيري: قلق المستقبل المهني ومقياس التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

- معامل الارتباط بيرسون للكشف عن طبيعة العلاقة بين أبعاد مقياس قلق المستقبل المهني (التفكير السلبي والتشاؤم، المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني والمظاهر الجسمية) ومقياس التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية
- التكرارات والنسب المئوية
- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لدراسة الفروق حسب(الجنس) في متغيرات الدراسة لدى الطلبة الجامعيين.

كما تم الاعتماد على برنامج المعالجة الاحصائية في العلوم الاجتماعية (SPSS 25).

الفصل الرابع: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

01.اختبار فرضيات الدراسة:

02.عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الرئيسية.

03. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى.

04.عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية.

05.عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة.

6.عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة.

07.عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة.

2.مناقشة نتائج الدراسة:

01.مناقشة نتائج الفرضية الرئيسية.

02.مناقشة نتائج الفرضية الأولى للدراسة.

03. مناقشة نتائج الفرضية الثانية للدراسة.

04.مناقشة نتائج الفرضية الثالثة للدراسة.

05.مناقشة نتائج الفرضية الرابعة للدراسة.

06.عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة.

تمهيد:

يتناول هذا الفصل عرضا تفصيليا للنتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة (95 طالبا وطالبة) مستوى السنة الثالثة ليسانس علوم التربية وعلم النفس بجامعة وهران2، كما تم اختبار فرضيات الدراسة عند مستوى الدلالة (0.05) وباستعمال برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعيةSPSS.

وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية الملائمة مع فرضيات الدراسة، ومن تم الحصول على نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والجانب النظري.

1.عرض نتائج اختبار فرضيات الدراسة:

- 1.1. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الرئيسية.

تنص الفرضية الرئيسية للدراسة على أنه: **"توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس"**

ومن أجل التأكد من صحة هذه الفرضية، تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة الجامعيين على مقياس قلق المستقبل المهني ومقياس التوافق النفسي، وتم الحصول على النتائج التالية:

جدول (12): نتائج اختبار ارتباط بيرسون لدلالة العلاقة بين درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل المهني ومستوى توافقهم النفسي

المتغيرات	قيمة r	N	Sig
الارتباط بين درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل المهني ومستوى توافقهم المهني	0.21*-	95	0,04

نلاحظ من خلال الجدول (12) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل المهني ومستوى توافقهم المهني، هي قيمة دالة احصائيا، حيث بلغ (0.21*-) =r عند sig=0.04 وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05، أي أنه يوجد ارتباط سلبي دال احصائيا بين المتغيرين. ونستنتج أنه:

" توجد علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس "

- **2.1. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى.**

تنص الفرضية الأولى للدراسة على أنه: «**توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين النظرة السلبية للمستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس**

ومن أجل التأكد من صحة هذه الفرضية، تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة الجامعيين على بعد النظرة السلبية للمستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي، وتم الحصول على النتائج التالية:

جدول (13): نتائج اختبار ارتباط بيرسون لدلالة العلاقة بين درجات الطلاب على بعد النظرة السلبية للمستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي

المتغيرات	قيمة r	N	Sig
الارتباط بين درجات الطلاب على بعد النظرة السلبية للمستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي	−*0.23	95	0,02

نلاحظ من خلال الجدول (13) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات الطلاب على بعد النظرة السلبية للمستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لديهم، هي قيمة دالة احصائيا، حيث بلغ (−*0.23) =r عند 2 sig=0.0 وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05، أي أنه يوجد ارتباط سلبي دال احصائيا بين المتغيرين. ونستنتج أنه:

" توجد علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة احصائية بين النظرة السلبية للمستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس ".

- **3.1. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية.**

تنص الفرضية الثانية للدراسة على أنه:" **توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس** "

ومن أجل التأكد من صحة هذه الفرضية، تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة الجامعيين على بعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي، وتم الحصول على النتائج التالية:

جدول (14): نتائج اختبار ارتباط بيرسون لدلالة العلاقة بين درجات الطلاب على بعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي

المتغيرات	قيمة r	N	Sig
الارتباط بين درجات الطلبة الجامعيين على بعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي	−0.17	95	0,09

نلاحظ من خلال الجدول (14) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات الطلبة الجامعيين على بعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لديهم، هي قيمة دالة احصائيا، حيث بلغ (−0.17) =r عند sig=0.09 و هي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، أي أنه لا يوجد ارتباط دال احصائيا بين المتغيرين. ونستنتج أنه:

" لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس ".

– 4.1. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة.

تنص الفرضية الثالثة للدراسة على أنه:" **توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس** "

ومن أجل التأكد من صحة هذه الفرضية، تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة الجامعيين على بعد المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي، وتم الحصول على النتائج التالية:

جدول (15): نتائج اختبار ارتباط بيرسون لدلالة العلاقة بين درجات الطلاب على بعد المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي

المتغيرات	قيمة r	N	Sig
الارتباط بين درجات الطلبة الجامعيين على بعد المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي	−0.17	95	0,09

نلاحظ من خلال الجدول (15) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات الطلبة الجامعيين على بعد المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لديهم، هي قيمة دالة احصائيا، حيث بلغ (0.17−) =r عند sig=0.09وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، أي أنه لا يوجد ارتباط دال احصائيا بين المتغيرين. ونستنتج أنه:

" لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس ".

- **5.1. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة.**

تنص الفرضية الرابعة للدراسة على أنه:" **توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس، تعزى لمتغير الجنس**"

ومن أجل التأكد من صحة الفرضية تم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للمقارنة بين متوسط درجات الإناث ومتوسط درجات الذكور على مقياس قلق المستقبل المهني، كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (16): نتائج اختبار"ت" لدلالة الفروق في متوسط درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل المهني حسب الجنس

الجنس	n=95	D=93		Sig	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T		
الذكور=12	108.25	20.67	2.03	0.04	دالة
الاناث=83	94.19	22. 64			

يتضح من خلال الجدول (16) أن متوسط درجات الطلاب الذكور (108.25) متقارب جدا من متوسط درجات الإناث (94.19) على مقياس قلق المستقبل المهني، كما أن قيمت "ت" بلغت 2.03 و0.04=sig وهي قيمة أصغر من 0,05

أي أنه:" توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس، تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور".

- **6.1. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة.**

تنص الفرضية الخامسة للدراسة على أنه: **"توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس، تعزى لمتغير الجنس"**

ومن أجل التأكد من صحة الفرضية تم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للمقارنة بين متوسط درجات الإناث ومتوسط درجات الذكور على مقياس التوافق النفسي، كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (17): نتائج اختبار"ت" لدلالة الفروق في متوسط درجات الطلاب على مقياس التوافق النفسي حسب الجنس

الجنس	95N=	93D=		Sig	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T		
الذكور=12	143.60	9.73	−0.01	0.99	غير دالة
الاناث=83	143. 66	15.01			

يتضح من خلال الجدول (17) أن متوسط درجات الطلاب الذكور (143.60) متقارب جدا من متوسط درجات الإناث (143.66) على مقياس التوافق النفسي، كما أن قيمت "ت" بلغت 0.01−وsig=0.99 وهي قيمة أكبر من 0,05

أي أنه:" لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس، تعزى لمتغير الجنس ".

2.مناقشة نتائج الدراسة :

1.2. مناقشة نتائج الفرضية الرئيسية.

دلت نتائج الفرضية الرئيسية للدراسة على أنه: " **توجد علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس**"

تشير النتائج المتوصل إليها، كما يظهر في الجدول رقم (12)، إلى وجود ارتباط سلبي بين قلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس. وهذا يعني أنه مع ارتفاع مستوى قلق الطالب بشأن مستقبله المهني، ينخفض مستوى توافقه النفسي، والعكس صحيح. يمكن تفسير هذه النتيجة من خلال مجموعة من النظريات والتوجهات النفسية التي تؤكد أن الشعور بالغموض وعدم اليقين تجاه المستقبل المهني يشكل إحدى المصادر الأساسية للضغط النفسي والانفعالي، مما ينعكس بشكل سلبي على قدرة الطالب على تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي والأكاديمي.

وفقًا للنظرية المعرفية الانفعالية، تؤدي الأفكار السلبية والتوقعات التشاؤمية المتعلقة بالمستقبل المهني إلى ظهور مشاعر القلق والتوتر، مع فقدان الإحساس بالأمان. هذه الحالة

تضعف قدرة الفرد على التكيف مع متطلبات الحياة الجامعية والاجتماعية، فالطالب الذي يشعر بالغموض تجاه مستقبله المهني أو يشك في إمكانية حصوله على وظيفة لائقة يصبح أكثر عرضة للاضطراب الانفعالي والشعور بالإحباط، ما يؤثر على توافقه النفسي ويقلل إحساسه بالرضا والاستقرار.

من منظور نظرية ماسلو للحاجات، يعتبر الشعور بالأمن والاستقرار المهني أحد الحاجات الأساسية التي تسبق تحقيق التوازن النفسي وتحقيق الذات. فعندما يشعر الطالب بأن مستقبله المهني مهدد أو غير واضح، يتأثر وضعه النفسي وتتشكل لديه مشاعر القلق والخوف من الفشل، مما يُضعف ثقته بنفسه ويُحدث خللًا في توافقه النفسي العام.

هذه النتائج تتماشى مع نظرية التقييم المعرفي للضغوط للازا روس، والتي تفيد بأن الفرد عندما يدرك مستقبلًا غامضًا يُعتبر تهديدًا يتجاوز إمكانياته، فإنه يُصاب بمستويات مرتفعة من القلق والضغط النفسي، وينعكس ذلك سلبًا على صحته النفسية وتوافقه الانفعالي والاجتماعي، وبذلك يصبح قلق المستقبل المهني عاملًا يعيق التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين، لا سيما في المرحلة النهائية قبيل التخرج التي تُعتبر فترة ذات طابع حساس تتسم بكثرة التساؤلات حول الحياة المهنية.

إلى جانب النظريات النفسية، ترتبط النتائج بسياق سوق العمل وظروفه الواقعية. معدلات البطالة المتزايدة، وضعف فرص التوظيف، وعدم وضوح المسارات المهنية بعد التخرج تجعل الطالب يعيش في حالة مستمرة من التوتر والتفكير المفرط بالمستقبل، ما يؤثر سلبًا على

استقراره النفسي وشعوره بالطمأنينة. هذه المشكلة تزداد حدتها لدى طلبة السنوات النهائية الذين يقتربون من دخول الحياة المهنية وتحمل المسؤوليات الاجتماعية والاقتصادية.

تعزز هذه النتائج العديد من الدراسات الحديثة. على سبيل المثال، دراسة خليفي (2018) ودراسة باباحني ودرويش (2022) حول علاقة قلق المستقبل المهني والصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، حيث يرتبط ارتفاع درجة القلق المهني بانخفاض مؤشرات الصحة النفسية والتوافق النفسي نتيجة الضغوط النفسية المصاحبة .

كما أن دراسة حمامة وخليل (2023) حول قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق الأكاديمي لدى طلبة مرحلة التخرج أشارت إلى أن ارتفاع مستويات القلق المهني يؤثر سلبًا على التوافق الأكاديمي والنفسي بسبب الغموض المهني والخوف من البطالة. ومع ذلك، لم تثبت الدراسة وجود علاقة إحصائية دالة بين المتغيرين.

بالإضافة إلى دراسة أخرى بعنوان "مهارات ما وراء الانفعال وعلاقتها التنبؤية بقلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة" (2023) كشفت أن الطلاب الذين يعانون من مستويات عالية من قلق المستقبل المهني يعانون أيضًا من اضطرابات انفعالية وصعوبات في التكيف النفسي، وهذا بدوره يؤثر على توافقهم الاجتماعي والنفسي.

في السياق ذاته، أكد جبر (2021) وجود علاقة سلبية بين قلق المستقبل المهني وكل من اليقظة العقلية وفاعلية الذات الأكاديمية. وأيدت دراسة الحراصية وبازديس (2023) النتائج

بأن هناك تأثيرًا سلبيًّا للمعتقدات الخاصة بالكفاءة الذاتية على قلق المستقبل المهني؛ هذا يشدد على أهمية ثقة الطالب في قدراته الذاتية لتقليل مستويات القلق لديه.

بينما أظهرت النتائج اختلافًا عمّا خلص إليه دراسة خليل وشلبي (2020) حول "قلق المستقبل والتوافق الأكاديمي"، يسعد (2024) في دراسته التي تناولت "قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلبة المقبلين على التخرج"، وكذلك ما توصلت إليه حيث انتهى الباحثون في الدراستين إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات التي تم تناولها.

2.2. مناقشة نتائج الفرضية الأولى للدراسة

دلت نتائج الفرضية الأولى للدراسة على أنه: **توجد علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة احصائية بين النظرة السلبية للمستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس.**

يمكن تفسير هذه النتائج ضمن إطار النظرية المعرفية التي تعتبر أن تصور الفرد لمستقبله يؤثر بشكل مباشر في حالته النفسية والانفعالية. فحينما يتبنى الطالب أفكارًا تشاؤمية حيال مستقبله المهني، مثل قلة فرص العمل أو الخوف من البطالة أو عدم تحقيق الطموحات، تتحول هذه الأفكار إلى مصدر مستمر للضغط النفسي والتشاؤم، مما يقلل من شعوره بالأمان النفسي والاستقرار.

تدعم هذه النتيجة أيضًا نظرية بيك المعرفية التي تؤكد أن الأفكار السلبية حول الذات والمستقبل تسهم في اضطرابات انفعالية مختلفة كالقلق، الإحباط، وضعف الرضا عن الحياة. الطالب الذي تسيطر عليه رؤية مظلمة لمستقبله قد يشعر بالعجز وفقدان الأمل، ما يؤدي إلى التراخي وانخفاض دافعيته ويؤثر بالتالي على توازنه النفسي ومقدرته على مواجهة متطلبات الحياة الجامعية.

تجسد هذه النتائج كذلك انسجامًا مع نظرية التوافق النفسي التي تشير إلى أهمية الثقة بالمستقبل في تحقيق الصحة النفسية والتكيف السليم. عندما تهيمن التشاؤمية والغموض على نظرة الطالب تجاه مستقبله المهني، يصبح أكثر عرضة للاضطرابات النفسية وعدم الاستقرار الانفعالي، مما يقلل من توافقه النفسي.

ويمكن أيضًا الربط بين هذه النتيجة والظروف الاجتماعية الاقتصادية الراهنة مثل ارتفاع معدلات البطالة وغياب فرص العمل الملائمة، وهي عوامل تعزز شعور الغموض تجاه المستقبل المهني لدى الطلبة، خاصة أولئك الذين يقتربون من إنهاء دراستهم الجامعية ويتعرضون لضغوط سوق العمل، مما ينعكس سلبًا على حالتهم النفسية.

تدعم العديد من الدراسات الحديثة هذه التحليلات. على سبيل المثال، دراسة (Qamariyah & Khair, 2024) حول تأثير القلق المهني في الرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة أكدت أن ارتفاع القلق المرتبط بالمستقبل المهني يؤدي إلى انخفاض مستويات الرفاه والتوازن النفسي. كما أظهرت دراسة مماثلة (Korkmaz, 2023) حول "الاتجاهات نحو

المستقبل بين التفاؤل والتشاؤم" أن النظرة التشاؤمية ترتبط بانخفاض السلوك المهني الإيجابي وارتفاع المؤشرات النفسية السلبية لدى الطلبة، خاصة الذين يعانون من غموض تجاه مستقبلهم.

كما أظهرت دراسة عزيزي وحامني (2024) حول "التوافق النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة على وشك التخرج" وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين التوافق النفسي وقلق المستقبل. وقد تبين أن زيادة مشاعر القلق والتشاؤم تؤدي إلى ضعف مستويات التوافق النفسي. وأكدت دراسة أخرى لبن تيشة وحامدي (2023) بعنوان "التوافق النفسي وبناء المشروع الشخصي المستقبلي" أن الطلاب الذين يتبنون تصورًا إيجابيًا وواضحًا لمستقبلهم المهني يتمتعون بمستويات أعلى من التوافق النفسي مقارنةً بأولئك الذين يعانون من الغموض أو التشاؤم تجاه مستقبلهم، مما يؤثر سلبًا على توافقهم النفسي والانفعالي.

– .3.2. مناقشة نتائج الفرضية الثانية للدراسة.

دلت نتائج الفرضية الثانية للدراسة على أنه: " **لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس** ".

تظهر النتائج المتوصل إليها أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة .يشير ذلك إلى أن الأعراض النفسية، كتلك الناجمة عن التوتر والقلق بشأن المستقبل المهني، لا تسبب تأثيرًا

مباشرًا وكبيرًا على توافقهم النفسي .وهذا يعكس قدرة الطلبة على التكيف النفسي رغم المخاوف والضغوط المرتبطة بالمستقبل.

يمكن تفسير هذه النتائج انطلاقًا من نظرية التكيف النفسي، التي تفترض أن الأفراد يمتلكون آليات للتأقلم والدفاع تساعدهم على تقليل تأثير الضغوط والانفعالات السلبية، ما يدعم قدرتهم على الحفاظ على التوازن النفسي. وكون الطلبة في السنة الثالثة من الدراسة الجامعية قد اكتسبوا خبرات أكاديمية واجتماعية، فمن المحتمل أنهم طوّروا استراتيجيات تكيف تمكّنهم من التعامل مع مظاهر القلق بشكل فعال، مما يحول دون تأثيرها على توافقهم النفسي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة من خلال الفصل النسبي بين الجانب الانفعالي المؤقت والجانب البنائي الأكثر استقرارًا في الشخصية؛ فالمظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني قد تكون عبارة عن استجابات انفعالية ظرفية مرتبطة بمرحلة التخرج والتفكير في المستقبل، لكنها لا تؤثر بالضرورة في البناء العام للتوافق النفسي الذي يتشكل عبر عوامل أعمق وأكثر استقرارًا، مثل الدعم الأسري والاجتماعي، والثقة بالنفس، والكفاءة الذاتية، والقدرة على التكيف مع المواقف الضاغطة.

وتنسجم هذه النتيجة كذلك مع بعض التوجهات الحديثة في علم النفس الإيجابي، التي تؤكد أن وجود بعض مشاعر القلق بدرجة معتدلة يعد أمرًا طبيعيًا في المراحل الانتقالية من الحياة، ولا يؤدي بالضرورة إلى اضطراب نفسي أو سوء توافق، بل قد يمثل دافعًا للتفكير والتخطيط للمستقبل. لذلك يمكن أن يشعر الطالب ببعض الأعراض النفسية المرتبطة بالمستقبل المهني

دون أن يؤثر ذلك على علاقاته الاجتماعية أو رضاه عن ذاته أو قدرته على التوافق النفسي العام.

كما قد يُعزى غياب العلاقة الدالة إحصائيًا إلى وجود متغيرات وسيطة تخفف من تأثير المظاهر النفسية للقلق على التوافق النفسي، مثل الدعم الاجتماعي والأسري، والإيمان بالقدرات الشخصية، والتفاؤل، والمرونة النفسية، والكفاءة الذاتية وتقدير الذات وأساليب التكيف، وهي عوامل قد تساعد الطلبة على المحافظة على مستوى جيد من التوافق النفسي رغم ما يعيشونه من مخاوف مستقبلية (Valenti & Faraci, 2021)

حيث أكدت دراسة (Takács et al, 2021)أن استراتيجيات المواجهة والمرونة النفسية تساعد الطلبة الجامعيين على التكيف مع الضغوط والانفعالات المرتبطة بالمستقبل دون أن ينعكس ذلك دائمًا على توافقهم النفسي.

وقد دعمت بعض الدراسات الحديثة هذه النتيجة؛ حيث أشارت دراسة علم النفس الإيجابي إلى أن القلق المرتبط بالمستقبل لا يؤدي دائمًا إلى انخفاض التوافق النفسي إذا توفرت لدى الفرد استراتيجيات فعالة للمواجهة والدعم النفسي والاجتماعي. كما توصلت بعض الدراسات الخاصة بطلبة الجامعة إلى أن التأثير السلبي للقلق على الصحة النفسية يختلف باختلاف شدة القلق وطبيعة الدعم المتاح للفرد، مما يفسر عدم ظهور علاقة دالة في بعض الدراسات.

حيث أوضحت دراسة(Qamariyah & Khair, 2024) أن تأثير القلق المهني على الرفاه النفسي يختلف تبعًا لمستوى الدعم النفسي وآليات التكيف التي يمتلكها الطلبة.

ودراسة(Korkmaz, 2023) التي أشارت إلى أن العوامل المعرفية الإيجابية مثل الأمل والتفاؤل قد تقلل من تأثير المخاوف المستقبلية على التوازن النفسي والتكيف لدى الطلبة الجامعيين.

4.2. مناقشة نتائج الفرضية الثالثة للدراسة.

دلت نتائج الفرضية الثالثة على أنه: " **لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني ومستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس** ".

تشير هذه النتيجة إلى أن الأعراض الجسمية المصاحبة لقلق المستقبل المهني، مثل اضطرابات النوم أو التعب أو التوتر الجسدي أو الصداع، لم ترتبط بصورة مباشرة بمستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة. ويمكن تفسير ذلك بأن المظاهر الجسمية للقلق قد تكون استجابات فسيولوجية مؤقتة لا تصل بالضرورة إلى درجة التأثير في البناء العام للتوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين.

تُفسَّر هذه النتيجة في ضوء نموذج لازاروس وفولكمان (1984) Lazarus & Folkman للتقييم المعرفي واستراتيجيات المواجهة، الذي يؤكد أن تأثير الضغوط لا يعتمد على وجودها فقط، بل على كيفية إدراك الفرد لها وأساليب تعامله معها، حيث قد يتمكن الفرد من الحفاظ على مستوى مقبول من التوافق النفسي رغم ظهور بعض الأعراض الجسمية. كما يدعم هذا التفسير نموذج سيليSelye للضغط (1956) الذي يوضح أن الاستجابات الجسمية قد

تظهر في مراحل التكيف دون أن تؤدي بالضرورة إلى اختلال نفسي شامل، إضافة إلى نظرية كوهين وويلز (1985) Cohen & Willsالتي تؤكد الدور الوقائي للدعم الاجتماعي في تخفيف أثر الضغوط على التوافق النفسي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة من خلال نظرية لازاروس في التقييم المعرفي، التي تؤكد أن تأثير الضغوط لا يعتمد فقط على وجودها، بل على طريقة إدراك الفرد لها وأساليب تعامله معها؛ فبعض الطلبة قد ينظرون إلى القلق المرتبط بالمستقبل المهني باعتباره أمرًا طبيعيًا مرتبطًا بمرحلة التخرج، مما يخفف من تأثيره على توافقهم النفسي حتى وإن ظهرت بعض الأعراض الجسمية المؤقتة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة Qamariyah & Khair (2024) التي أوضحت أن تأثير القلق المهني على الرفاه النفسي يختلف حسب مستوى المرونة النفسية وآليات التكيف التي يمتلكها الطلبة.

كما دعمتها دراسة Zhu وآخرون (2021) التي توصلت إلى أن استراتيجيات المواجهة والدعم النفسي قد تخفف من تأثير الضغوط المهنية على الصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، وأنه يجب اعتماد تقنيات معرفية فعالة ليختار الطلاب استراتيجيات أكثر مرونة وجودة في مواجهة التردد المهني.

بينما اختلفت هذه النتيجة مع دراسة Graves وآخرون (2021) التي أشارت إلى أن ارتفاع مستويات التوتر والضغوط لدى الطلبة الجامعيين يرتبط بظهور أعراض نفسية وجسمية تؤثر على التكيف والصحة النفسية

5.2. مناقشة نتائج الفرضية الرابعة للدراسة.

دلت نتائج الفرضية الرابعة للدراسة على أنه: **"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور".**

تظهر هذه النتيجة أن الذكور يواجهون مستوى أعلى من قلق المستقبل المهني مقارنة بالإناث، وهو ما يمكن تحليله من خلال منظور نظرية الدور الاجتماعي التي تبرز تأثير الأعراف الاجتماعية في تحميل الذكور مسؤوليات مهنية واقتصادية أكبر .ويأتي ذلك انطلاقًا من توقعات المجتمع التي تضعهم أمام تحديات تحقيق الاستقرار المادي والاضطلاع بمسؤوليات أسرية واجتماعية مستقبلية، مما يزيد من شعورهم بالقلق والتوتر حيال مساراتهم المهنية .

علاوة على ذلك، يمكن فهم هذه الظاهرة عند النظر إليها من زاوية نظرية التوقعات المعرفية، التي تشير إلى أن الذكور غالبًا ما يربطون تحقيق الذات والمكانة الاجتماعية بالنجاح المهني وتأمين الاستقرار الاقتصادي. بناءً على ذلك، تُعتبر احتمالات البطالة أو التعثر المهني وتداعياتها النفسية مصدر ضغط أكبر بالنسبة لهم مقارنة بالإناث، مما يفسر الفوارق الواضحة بين الجنسين في هذا السياق.

وتشير دراسة Chen & Zeng (2021) إلى أن الغموض المهني وعدم اليقين بشأن فرص العمل يرفع مستويات القلق المهني لدى الطلبة المقبلين على التخرج.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة Cantika & Sarwono (2025) التي توصلت إلى وجود فروق في القلق المهني بين الذكور والإناث لدى طلبة الجامعة لصالح الذكور، وكذلك دراسة المومني ونعيم (2012) ودراسة زقاوة (2013).

في حين أثبتت دراسة السبعاوي (2007) أن الفروق بين الجنسين في مستوى قلق المستقبل المهني لصالح الإناث.

في المقابل، اختلفت هذه النتيجة مع دراسة (Lahoual, 2025) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في قلق المستقبل المهني تعزى للجنس لدى الطلبة الجامعيين المقبلين على التخرج.

وهو ما أيدته أيضا دراسة حمامة وخليل (2023) ودراسة مازوزي (2024) حول استقصاء مستوى قلق المستقبل المهني لدى الطلبة المقبلين على التخرج من كلية العلوم الاجتماعية بجامعة وهران (طيفور،2025، ص9-11).

6.2. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة.

دلت نتائج الفرضية الخامسة للدراسة على أنه: **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس تعزى لمتغير الجنس."**

تشير نتائج الدراسة إلى وجود تشابه ملحوظ بين الذكور والإناث في مستويات التوافق النفسي، مما يعكس التقارب المستمر في التجارب الجامعية والخبرات الأكاديمية والاجتماعية التي يخوضها كلا الجنسين .هذا التشابه يبرز تأثير البيئة المشتركة والمتطلبات المماثلة على مرونة الأفراد النفسية، بعيدًا عن تأثير العوامل البيولوجية أو الفروقات الجندرية وحدها .وفقًا لنظرية التوافق النفسي، يمكن تفسير هذه النتيجة على أساس أن التوافق ينبع من التفاعل الديناميكي بين الفرد وبيئته الاجتماعية والأكاديمية .وعندما يتعرض الذكور والإناث لنفس الضغوط والتحديات في المرحلة الجامعية، تصبح مستويات التكيف النفسي لديهم أكثر تقاربًا، مما يُبرز أهمية السياقات المشتركة بدلًا من التركيز على الفروقات الفردية القائمة على الجنس .

كما تعكس هذه النتيجة تأثير التحولات الاجتماعية والثقافية الحديثة التي أدت إلى تلاشي الفروقات التقليدية بين الجنسين في أنماط التفكير وأساليب التفاعل مع بيئة الدراسة، مما ساهم في تحقيق مستويات متقاربة من الصحة النفسية والتوافق النفسي .

نتائج الدراسة تتماشى مع ما توصلت إليه دراسة(2024) Lomberg & Jordaan ، التي أكدت أن التوافق النفسي مع الحياة الجامعية يلعب دورًا مركزيًا في تعزيز الرفاه النفسي بغض النظر عن الجنس .علاوة على ذلك، دعمت هذه النتيجة العديد من الدراسات الحديثة التي لم تجد فروقًا واضحة بين الجنسين فيما يخص مؤشرات التوافق النفسي والرضا العام عن تجربة الحياة الجامعية، مثل دراسة يسعد (2024)، والتي أفادت بأن مستويات التوافق النفسي تتقارب بين الذكور والإناث .على النقيض من ذلك، تختلف هذه النتيجة عما جاء في دراسة Graves

وآخرون(2021) ، إذ أشارت تلك الدراسة إلى أن الإناث يعانين من معدلات أعلى من التوتر والانفعالات النفسية مقارنة بالذكور، ما يشير إلى اختلاف محتمل يعتمد على عوامل بيئية أو متغيرات أخرى.

الخاتمة

الخاتمة:

في ضوء النتائج المُستخلَصة، يتضح أن قلق المستقبل المهني لدى طلبة السنة الثالثة في تخصص ليسانس يُعد ظاهرة نفسية معقدة ومتعددة الأبعاد، تتداخل فيها المكونات المعرفية والانفعالية والجسدية. ومع ذلك، فإن تأثير هذا القلق على التوافق النفسي ليس مباشرًا في جميع الحالات، حيث يعتمد الأمر على مجموعة من العوامل الوسيطة مثل استراتيجيات التعامل، الدعم الاجتماعي، والقدرة على التحلي بالمرونة النفسية.

كما أظهرت الدراسة أن العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي تتسم بالتباين وليست ثابتة أو بسيطة، فهي تختلف باختلاف البُعد الذي يتم دراسته من القلق، سواء كان يتعلق بالمظاهر النفسية، الجسدية، أو النظرة المستقبلية. بالإضافة إلى ذلك، أبرزت النتائج وجود فروق في مستوى القلق مرتبطة بعوامل ديمغرافية معينة، كالجنس، بينما لم تظهر تلك الفروق في مستوى التوافق النفسي.

بوجه عام، تعكس هذه الاستنتاجات قدرة الطلبة على تحقيق قدر معين من التكيف النفسي، على الرغم من المخاوف المستقبلية التي تواجههم، ويُشير ذلك إلى أن لديهم آليات ذاتية وخارجية تدعمهم في الحفاظ على توازنهم النفسي وتعاملهم مع الضغوط بشكل إيجابي.

ويمكن تلخيص النتائج المتوصل إليها فيما يلي:

1. توجد علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى الطلبة.

2. توجد علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين النظرة السلبية للمستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس.

3. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس .

4. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني والتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس .

5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل المهني تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور .

6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس.

التوصيات والاقتراحات:

التوصيات:

ضرورة الاهتمام بالإرشاد النفسي والمهني داخل الجامعة لمساعدة الطلبة على التقليل من قلق المستقبل المهني وتحقيق توافق نفسي أفضل.

تنظيم دورات وورشات تساعد الطلبة على التخطيط لمستقبلهم المهني وتنمية مهارات اتخاذ القرار.

العمل على تعزيز النظرة الإيجابية نحو المستقبل المهني لما لها من أثر في تحسين الحالة النفسية للطلبة.

الاهتمام أكثر بالطلبة الذكور من خلال برامج توجيهية وإرشادية نظراً لارتفاع مستوى قلق المستقبل المهني لديهم.

الاقتراحات:

إجراء دراسات مشابهة على تخصصات وعينات جامعية مختلفة لمعرفة مدى تشابه أو اختلاف النتائج.

دراسة علاقة قلق المستقبل المهني بمتغيرات نفسية أخرى مثل تقدير الذات والصلابة النفسية.

إجراء دراسات حول فعالية البرامج الإرشادية في التخفيف من قلق المستقبل المهني لدى الطلبة الجامع

قائمة المصادر والمراجع

-إبراهيم، أشرف محمد حج. (2019). الإغراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع طولكرم (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

-أبو حمور، روان جمال؛ المعطيات، عبد الله؛ والسليتي، محمد علي. (2025). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالهناء الذاتي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة مؤتة. المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية ،4(1)، 17-42.

-باباحني، صفية؛ ودرويش، سعدية. (2022). الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح [مذكرة ماستر غير منشورة]. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح – ورقلة، الجزائر.

-بلحسن، زهرة؛ ومسعودي، بشرى شيماء. (2023). التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهقين المكفوفين: دراسة عيادية لأربع حالات بولاية عين تموشنت [مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي، غير منشورة]. جامعة بلحاج بوشعيب، عين تموشنت، الجزائر.

-جاسم، نور صلاح؛ والطائي، يوسف حجيم. (2022). تسويق الخوف وأثره في التوازن العاطفي والأمن النفسي: دراسة تحليلية لآراء عينة من منتسبي دائرة صحة النجف مجلة الغري للعلوم الاقتصادية والإدارية، 18(1)، 80-97.

-حجازي، عائشة بنت علي؛ والعشري، ولاء عبد المنعم. (2017). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى أعضاء الهيئة الإدارية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن .دراسات نفسية، 27(3)، 337-411.

-حمامة، عمار؛ وخليل، آمنة. (2023). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق الأكاديمي لدى الطلبة المقبلين على التخرج .مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، 7(1)، 222-244.

-الحجرية، شيخة علي؛ وعلاوي، مولاي إسماعيل حفيظي. (2024). المرونة النفسية وأثرها على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة (مراجعة منهجية). المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، (65)، 96-110.

doi.org/10.52132/Ajrsp/v6.65.4

-الخفاف، نغم خالد نجيب. (2019). الارتياح النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 11(36)، 85-112.

-الخواجة، عبد الفتاح .(2010) .مفاهيم أساسية في الصحة النفسية والإرشاد النفسي (ط.1). دار البداية ناشرون وموزعون.

-الداهري، صالح حسن أحمد .(2010) .مبادئ الصحة النفسية (ط.1). عمان، الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.

-الدردير، عبد المنعم أحمد؛ سليمان، شيماء سيد؛ وأبو زيد، إيمان محمد همام. (2019). الخصائص السيكومترية لمقياس الخوف من الفشل الأكاديمي لدى طلاب الثانوية العامة .مجلة كلية التربية، جامعة جنوب الوادي، (41)، 434-459.

-دسوقي، كمال .(1985) .علم النفس ودراسة التوافق (ط.3). بيروت: دار النهضة العربية.

دويدة، آسية؛ واليازيدي، فاطمة الزهراء. (2023). جودة الحياة وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة .مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 8(1)، 902-926.

-عثمان، فاروق السيد .(2001) .القلق وإدارة الضغوط النفسية (ط.1). دار الفكر العربي.

-عائشي، محمد الصغير. (2015). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالضغوط النفسية: دراسة ميدانية على عينة من حاملي الشهادات في إطار عقود الإدماج بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية بمدينة المنيعة [مذكرة ماستر]. جامعة غرداية، الجزائر.

-عزوز، علي كوثر. (2021). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة السنة الثانية ماستر [مذكرة ماستر غير منشورة]. جامعة وهران 2، الجزائر.

-عزيزي، منية؛ وحامني، حياة. (2024). التوافق النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج [مذكرة ماستر]. جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر.

-الغافري، نصراء مسلم محمد. (2020). تأكيد الذات وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى طلبة الكلية المهنية بعبري، سلطنة عمان: دراسة نفسية اجتماعية .المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة التخصصات، (20).

-القللي، محمد محمد السيد. (2016). قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة .المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، (14)، 313-353.

-لصحف، حفصة؛ ودخيلي، نادية. (2025). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي: دراسة ميدانية على عينة من طلبة المركز الجامعي مغنية [مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي]. المركز الجامعي مغنية، الجزائر.

-المحاميد، شاكر عاقل؛ والسفاسفة، محمد إبراهيم. (2007). قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات .مجلة العلوم التربوية والنفسية، 8(3)، 127-142.

-مشري، سلاف؛ فلاح، خولة؛ وجوادي، وسيلة. (2018). مقياس قلق المستقبل المهني للطلبة المقبلين على التخرج .مجلة العلوم الاجتماعية - جامعة الأغواط، (7)، 273-294.

-يسعد، شهرزاد. (2024). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس المقبلين على التخرج: دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة وهران 2 [مذكرة ماستر]. جامعة وهران 2 محمد بن أحمد، الجزائر.

-Cantika, M. Y., & Sarwono, R. B. (2025). Perbandingan tingkat kecemasan karir mahasiswa laki-laki dan perempuan program studi bimbingan dan konseling (studi komparatif). Jurnal Ilmiah R*esearch Student, 2*(2), 1–? https://doi.org/10.61722/jirs.v2i2.5983

-Chen, L., & Zeng, S. (2021). *The relationship between intolerance of uncertainty and employment anxiety of graduates during COVID-19. Frontiers in Psychology, 12*, 694785. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694785

-Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310–357.https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310

-Graves, B. S., Hall, M. E., Dias-Karch, C., Haischer, M. H., & Apter, C. (2021). *Gender differences in perceived stress and coping among college students. PLoS ONE, 16*(8), e0255634. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255634

-Korkmaz, O. (2023). "Visions about future: Hope, optimism, and pessimism" as predictor of university students' proactive career behavior. Journal of Academic Social Resources, 8(45), 1914-1922. https://doi.org/10.29228/ASRJOURNAL.67583

-Lahoual, F. (2025). *Career future anxiety among university students approaching graduation: A field study on a sample of students at Khemis Miliana University*. *Revue Maghrébine des Manuscrits, 21*(2), 889-908.

-Lomberg, E. N., & Jordaan, J. (2024). *Emotional intelligence, adjustment, media and technology usage, and gender as predictors of psychological well-being amongst undergraduate university students*. *SAGE Open*. https://doi.org/10.1177/21582440241256539

-Nogueira, M. J. C., Sequeira, C. A. C., & Sampaio, F. M. C. (2021). *Gender differences in mental health, academic life satisfaction and psychological vulnerability in a sample of college freshmen*. *Journal of Gender Studies*. https://doi.org/10.1080/09589236.2021.1979945

-Qamariyah, V., & Khair, N. (2024). *The influence of career anxiety on psychological well-being of university student's final level*. *Living Sufism: Journal of Sufism and Psychotherapy, 3*(2), 109-118. https://doi.org/10.59005/ls.v3i2.578

-Takács, R., Takács, S., Kárász, J. T., Horváth, Z., & Oláh, A. (2021). *Exploring coping strategies of different generations of students starting university*. *Frontiers in Psychology, 12*, 740569. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.740569

-Valenti, G. D., & Faraci, P. (2021). *Predicting university adjustment from coping-styles, self-esteem, self-efficacy, and personality: Findings from a survey in a sample of Italian students*. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 11*(3), 894–907. https://doi.org/10.3390/ejihpe11030066

-Zaleski, Z. (1996). Future anxiety : Concept, measurement, and preliminary research .Personality and Individual Differences,21(2) ,165-174.

-Zhu, Y., Zuo, T., Lai, Y., Zhao, S., & Qu, B. (2021). *The associations between coping strategies, psychological health, and career indecision among medical students*. *BMC Medical Education, 21*, 334.

الملاحق

الملحق رقم (01): نتائج ومخرجاتSPSS للدراسة الأساسية

نتائج الفرضية الرئيسية:

Corrélations			
		T0tal	Som
t0tal	Corrélation de Pearson	1	-,210*
	Sig. (bilatérale)		,041
	N	95	95
som	Corrélation de Pearson	-,210*	1
	Sig. (bilatérale)	,041	
	N	95	95
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).			

نتائج الفرضية الأولى:

Corrélations			
		Som	t1
som	Corrélation de Pearson	1	-,236*
	Sig. (bilatérale)		,022
	N	95	95
t1	Corrélation de Pearson	-,236*	1
	Sig. (bilatérale)	,022	
	N	95	95
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).			

نتائج الفرضية الثانية:

Corrélations			
		som	t2
som	Corrélation de Pearson	1	-,175
	Sig. (bilatérale)		,090
	N	95	95
t2	Corrélation de Pearson	-,175	1
	Sig. (bilatérale)	,090	
	N	95	95

نتائج الفرضية الثالثة:

Corrélations

		som	t3
som	Corrélation de Pearson	1	-,172
	Sig. (bilatérale)		,095
	N	95	95
t3	Corrélation de Pearson	-,172	1
	Sig. (bilatérale)	,095	
	N	95	95

نتائج الفرضية الرابعة:

Test des échantillons indépendants										
		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
t0tal	Hypothèse de variances égales	,008	,931	2,030	93	,045	14,05723	6,92403	,30748	27,80698
	Hypothèse de variances inégales			2,174	15,085	,046	14,05723	6,46533	,28347	27,83099

نتائج الفرضية الخامسة:

Test des échantillons indépendants										
		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
som	Hypothèse de variances égales	3,106	,081	-,013	91	,990	-,06265	4,88102	-9,75819	9,63289
	Hypothèse de variances inégales			-,018	14,773	,986	-,06265	3,49125	-7,51406	7,38875

الملحق رقم (02) الخصائص السيكو مترية لأدوات الدراسة

صدق وثبات مقياس قلق المستقبل المهني:

Corrélations

		t0tal	t1	t2	t3
t0tal	Corrélation de Pearson	1	,934**	,969**	,883**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000
	N	30	30	30	30
t1	Corrélation de Pearson	,934**	1	,886**	,719**
	Sig. (bilatérale)	,000		,000	,000
	N	30	30	30	30
t2	Corrélation de Pearson	,969**	,886**	1	,782**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000		,000
	N	30	30	30	30
t3	Corrélation de Pearson	,883**	,719**	,782**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	
	N	30	30	30	30

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,949	35

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,896
		Nombre d'éléments	18[a]
	Partie 2	Valeur	,905
		Nombre d'éléments	17[b]
	Nombre total d'éléments		35
Corrélation entre les sous-échelles			,939
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,969
	Longueur inégale		,969
Coefficient de Guttman			,968

a. Les éléments sont : f1, f3, f5, f7, f9, f11, f13, f15, f17, f18, f19, f21, f23, f25, f27, f29, f31, f33.

b. Les éléments sont : f33, f35, f2, f4, f6, f8, f10, f12, f14, f16, f20, f22, f24, f26, f28, f30, f32, f34.

الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي:

Corrélations

		som	som1	som2	som3	som4
som	Corrélation de Pearson	1	,891**	,854**	,876**	,733**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000
	N	30	30	30	30	30
som1	Corrélation de Pearson	,891**	1	,693**	,779**	,456*
	Sig. (bilatérale)	,000		,000	,000	,011
	N	30	30	30	30	30
som2	Corrélation de Pearson	,854**	,693**	1	,560**	,550**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000		,001	,002
	N	30	30	30	30	30
som3	Corrélation de Pearson	,876**	,779**	,560**	1	,621**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,001		,000
	N	30	30	30	30	30
som4	Corrélation de Pearson	,733**	,456*	,550**	,621**	1

	Sig. (bilatérale)	,000	,011	,002	,000	
	N	30	30	30	30	30
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).						
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).						

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,932	60

Statistiques de fiabilité			
Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,851
		Nombre d'éléments	30[a]
	Partie 2	Valeur	,893
		Nombre d'éléments	30[b]
	Nombre total d'éléments		60
Corrélation entre les sous-échelles			,848
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,918
	Longueur inégale		,918
Coefficient de Guttman			,912

a. Les éléments sont : w1, w3, w5, w7, w9, w11, w13, w15, w17, w19, w21, w23, w25, w27, w29, w31, w33, w35, w37, w39, w41, w43, w45, w47, w49, w51, w53, w55, w57, w59.

b. Les éléments sont : w2, w4, w6, w8, w10, w12, w14, w16, w18, w20, w22, w24, w26, w28, w30, w32, w34, w36, w38, w40, w42, w44, w46, w48, w50, w52, w54, w56, w58, w60.

ملحق رقم (3) استبيان الدراسة مقياس قلق المستقبل المهني

جامعة وهران 2
كلية العلوم الاجتماعية
قسم علوم التربية

اختبار دراسة ميدانية

في إطار إنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي، الموسومة بـ«: قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة السنة الثالثة ليسانس» ،

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذا الاستبيان، راجين منكم التفضل بالإجابة عن فقراته بكل موضوعية وصدق، وذلك لما لإجاباتكم من أهمية كبيرة في إنجاح هذه الدراسة وتحقيق أهدافها العلمية.

ونحيطكم علماً بأن المعلومات المقدمة ستستعمل لأغراض البحث العلمي فقط، وستعامل بسرية تامة.

يرجى قراءة العبارات جيداً ثم اختيار الإجابة المناسبة بوضع علامة (×) أمام البديل الذي يعبر عن رأيكم.

وفي الأخير نتقدم إليكم بجزيل الشكر والتقدير على تعاونكم ومساهمتكم في إنجاز هذه الدراسة.

مقياس قلق المستقبل المهني

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

التخصص:

رقم	العبارات	موافق جدا	موافق	محايد	معارض	معارض جدا
1	يبدو لي مستقبلي المهني غامضا					
2	أخشى الفشل في حياتي المهنية مستقبلا					
3	ينتابني القلق حين أتذكر أن تخرجو قبلي و لم يجدو عملا					
4	نظرتي لحياتي المهنية تتم بالسوداوية					
5	أعاني ضغوطا نفسية بسبب قلق أهلي الدائم على مستقبلي المهني					
6	لا أشعر بالأمان عند التفكير بحياتي المهنية					
7	أفكر كثيرا في المشاكل التي ستوجهني في حياتي مستقبلا					
8	أعاني من الصراع المستمر حين التفكير في مستقبلي المهني					
9	أتوقع أنني سأعاني من الصعوبات في مسيرتي المهنية بعد الحصول على الشهادة					

10	يشغل بالي التفكير في عدم تمكني من تحسين وضعي الاجتماعي من خلال مهنتي المستقبلية					
11	أشعر بالإحباط بسبب غموض مستقبلي المهني					
12	أتوقع لا أجد عملا يتناسب مع مؤهلاتي العلمية					
13	أخشى ألا أحصل في المستقبل على منصب عمل يحقق لي مكانة اجتماعية					
14	أشعر بعدم الارتياح كلما فكرت بعمق في مسيرتي المهنية					
15	تنتابني اضطرابات في الهضم كام فكرت بعمق في مسيرتي المهنية					
16	أشعر بخيبة أمل كلما تخيلت مصيري بعد التخرج					
17	أخاف من البطالة بعد تحصلي على الشهادة الجامعية					
18	أشعر بسرعة نبضات القلب عندما أتأمل في مستقبلي المهني					
19	تتعرق يدي كما فكرت بعمق في حياتي المهنية					
20	تضايقني عدم قدرتي على مواجهة الصعوبات التي ستعترض مساري المهني					

21	تنتابني نوبة غضب عندما أتصور كيف ستكون مسيرتي المهنية بعد التخرج					
22	أعاني من جفاف في حلقي عندما أتخيل المسيرة المهنية التي تنتظرني					
23	أصبح سريع الانفعال كلما فكرت في فرص الشغل النادرة جدا					
24	أخاف من الفشل في تكوين علاقات عمل ناجحة					
25	أكثر من الطقطقة بأصابعي حينما أفكر بعمق في مسيرتي المهنية					
26	أكثر من الضرب على الأرض عندما أكون جالسا وأفكر في مهنتي المستقبلية					
27	يقلقني أن أعاني من انخفاض الدخل في مهنتي المستقبلية					
28	ينتابني الشعور باليأس كلما فكرت في مستقبلي المهني					
29	أتوقع أن وجود المحسوبية والوسائط سيعيق حصولي على منصب عمل					
30	يشغل تفكيري التعرض لظروف اجتماعية تعيفني على الوصول للعمل الذي أرغب به					
31	أشعر بالارتجاف في الأطراف كلما فكرت في مستقبلي المهني					

32	يزعجني أن أضطر للعمل في وظيفة لا أرغب فيها مستقبلا					
33	أحس بالألم في معدتي كلما تأملت في مستقبلي المهني					
34	أشعر بالقلق عندما أفكر أنه قد يتوجب على مزيد من سنوات الدراسة لأحصل على الوظيفة التي أرغب فيها					
35	لا تهمني فكرة ألا أحد من زملائي الذين أعرفهم في التخصص حصل على منصب عمل بعد تخرجه					

الملحق رقم (04) مقياس التوافق النفسي

جامعة وهران 2
كلية العلوم الاجتماعية
قسم علوم التربية

اختبار دراسة ميدانية

المحور الأول: بيانات شخصية عامة

الجنس: **ذكر** ☐ **انثى** ☐

التخصص:

المحور الثاني: التوافق الشخصي–الانفعالي

الرقم	الفقرات	موافق	محايد	معارض
1	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟			
2	هل انت متفائل بصفة عامة؟			
3	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟			
4	هل انت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟			
5	هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟			
6	هل تتطلع لمستقبل مستقر؟			
7	هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟			
8	هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟			
9	هل تشعر بالاستقرار والهدوء أمام الناس؟			

10	**هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنك في حالة طيبة؟**			
11	**هل تشعر باليأس؟**			
12	**هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟**			
13	**هل تشعر بالقلق من وقت للآخر؟**			
14	**هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟**			
15	**هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟**			

المحور الثالث: التوافق الصحي

الرقم	الفقرات	موافق	محايد	معارض
16	هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟			
17	هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟			
18	هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية؟			
19	هل تساعدك صحتك على مزاولة الاعمال بنجاح؟			
20	هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟			
21	هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟			
22	هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟			
23	هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر والغمز بالعين)؟			

24	هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟			
25	هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟			
26	هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الاكل (سوء هضم، فقدان شهية)؟			
27	هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟			
28	هل تشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر؟			
29	هل تتصبب عرقا (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل؟			
30	هل تشعر أحيانا أنك قلق وأعصابك غير موزونة؟			

المحور الرابع: التوافق الأسري

الرقم	الفقرات	موافق	محايد	معارض
31	هل تشعر أنك متعاون مع أسرتك؟			
32	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع اسرتك؟			
33	هل أنت محبوب من أفراد اسرتك؟			
34	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في اسرتك؟			
35	هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟			
36	هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع اسرتك؟			
37	هل تأخذ حقك من الحب والعطف والحنان والأمن من اسرتك؟			
38	هل التفاهم هو اسلوب التعامل بين اسرتك؟			

39	هل تحرص على مشاركة اسرتك افراحها وأحزانها؟			
40	هل تشعر أن علاقاتك مع افراد اسرتك وثيقة وصادقة؟			
41	هل تشعرك اسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟			
42	هل تتمنى احيانا ان تكون لك اسرة غير اسرتك؟			
43	هل تعاني من كثير من المشاكل داخل اسرتك؟			
44	هل تشعر بالقلق او الخوف وأنت داخل اسرتك؟			
45	هل تشعر بأن اسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟			

المحور الخامس: التوافق الاجتماعي

الرقم	الفقرات	موافق	محايد	معارض
46	هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟			
47	هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟			
48	هل تتمنى ان تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين؟			
49	هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟			
50	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك؟			
51	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟			
52	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح الآخرون كثيرا؟			

53	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على ارضائهم؟			
54	هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟			
55	هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟			
56	هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو ترفضه)؟			
57	هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟			
58	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟			
59	هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس؟			
60	هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين؟			

قسم علوم التربية

ميدان العلوم الإنسانية والاجتماعية – ماستر

تخصص: الإرشاد والتوجيه

إلى السيد (ة):..رئيس قسم علوم التربية.

.....

تحية طيبة:

في إطار تحضير مذكرة التخرج إنهاء الدراسة في ماستر إرشاد وتوجيه، فإن الطلبة مطالبون بتربصات ميدانية تتناسب مع موضوع مذكراتهم.

لهذا نرجوا منك السماح بقبول الطالب (ة):.....عتو.أ.أسيا.....

في مصلحتكم وذلك لتأدية تربص مدته: .....شهر.....

تحت إشراف الأستاذ (ة):.....حمو.فتيحة.....

تقبلوا سيدي فائق التحية والاحترام.

رئيس قسم علوم التربية

الدكتور قوراري مولاي
رئيس قسم علوم التربية
جامعة وهران - 02

Scanné avec CamScanner

قسم علوم التربية

ميدان العلوم الإنسانية والاجتماعية – ماستر

تخصص: الإرشاد والتوجيه

إلى السيد (ة):..رئيس مصلحة علم النفس وادا رضوانيا .

.....

تحية طيبة:

في إطار تحضير مذكرة التخرج إنهاء الدراسة في ماستر إرشاد وتوجيه، فإن الطلبة مطالبون بتربصات ميدانية تتناسب مع موضوع مذكراتهم.

لهذا نرجوا منك السماح بقبول الطالب (ة):.....

في مصلحتكم وذلك لتأدية تربص مدته: .....

تحت إشراف الأستاذ (ة):.....

تقبلوا سيدي فائق التحية والاحترام.

رئيس قسم علوم التربية

الدكتور فرزازي
رئيس قسم علوم التربية
جامعة وهران - 02

الموافقة للقيام بدراسة بمصلحة علم النفس وادا رضوانيا

Scanné avec CamScanner