



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة وهران 2 - محمد بن أحمد -

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس

تخصص علم النفس العيادي



الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد  
احداث السابع من أكتوبر

تحت إشراف الأستاذة:

د . صافية ملال

من إعداد الطالبة:

شيماء خليل أيوب كرسوع

لجنة المناقشة

الرقم	الأستاذة	الجامعة	الصفة
1	محرزي مليكة	جامعة وهران 2	رئيسا
2	صافية ملال	جامعة وهران 2	مؤطرا
3	أمينة بن قو	جامعة وهران 2	مناقشا

السنة الجامعية: 2024/2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿أَمَّنْ يَهْدِيكُمْ فِي ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَنْ يُرْسِلُ الرِّيَّاحَ بُشْرًا بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ

أَلِلَّهُ مَعَ اللَّهِ تَعَالَى اللَّهُ عَمَّا يُشْرِكُونَ﴾

(النمل:63)

## شكر وتقدير

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، والصلاة والسلام

على خاتم الأنبياء والمرسلين محمد ابن عبد الله وعلى اله وصحبه اجمعين، اما بعد:

أتقدم أولاً بشكر ذاتي لقدرتي على

مواصلة هذا العمل رغم الظروف الصعبة .

يقول رسول \_صلي الله عليه وسلم\_

"لا يشكر الله من لا يشكر الناس " ومن المنطلق هذا أتقدم بجزيل

الشكر والعرفان الى الدكتورة: صافية ملال بقبولها الاشراف على هذه الدراسة فكانت خير موجهه.

ولا يفوتني ان أتوجه بجزيل الشكر والعرفان الى مناقشي اللجنة فجزاهم الله.

نكر أسمائهم الدكتورة مليكة محرزي فجزاها الله والدكتورة بن قو امينة

والى جزيل الشكر والحب صديقات الغربة... ميساء وحكيمة وأسماء.

وأيضاً أتقدم بالشكر والعرفان الى الطلبة الفلسطينيين الذين ساعدوني في إتمام هذه الدراسة.

وأيضاً أتقدم بجزيل الشكر لكل من ساعدني في إتمام هذا البحث.

## الإهداء

الى أرواح الشهداء اللذين ضحوا بدمائهم لتراب فلسطين..... معاذ

الى ذات العيون الخضراء.... امي حبيبي

الى الرجل القوي الصبور.... ابي

الى الذين ملئوا حياتي سعادة... اخوتي

الى حبي أولاد اختي..... معاذ ماريا عيد

الى كل من كان مؤنس في حياتي .....

اهدي ثمرة هذا العمل المتواضع.

الباحثة: شيماء

## ملخص الدراسة

هدفت الدراسة للكشف عن علاقة الاغتراب النفسي بقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر ولتحقيق اهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي بشقيه الكمي والكيفي ، وقد تكونت العينة من (124) طالب (ة) فلسطيني مغترب وتم اجراء دراسة معمقة لحالتين واستخدمت الباحثة الأدوات التالية وهي: المقابلة العيادية والملاحظة العيادية ،ومقياس الاغتراب النفسي من اعداد (ايه محمد ربحان،2023) وقلق المستقبل من اعداد (سوسن عيد عطية فرغلي واخرون،2019)

وقد أظهرت النتائج ما يلي ان:

1. مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين مرتفع.
  2. مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين مرتفع.
  3. وجود فروق غير دالة احصائيا في مستوى قلق المستقبل والاعتراب النفسي تبعا لمتغيري (الجنس والمستوى التعليمي)
  4. وجود علاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.
- ❖ وقد اوصت الباحثة بضرورة التكفل بالطلبة الفلسطينيين المغتربين في ظل الظروف الراهنة .

كلمات مفتاحية: الطالب الفلسطيني المغترب، الاغتراب النفسي، قلق المستقبل .

## **Psychological Alienation and its Relationship with Future Anxiety among Palestinian Expatriate Students after the Events of October 7th**

### **Study Summary:**

The study aimed to explore the relationship between psychological alienation and future anxiety among Palestinian expatriate students following the events of October 7th. To achieve the goals of the study, the researcher used a descriptive method with both quantitative and qualitative aspects. The sample consisted of 124 Palestinian expatriate students. A detailed study was conducted on two cases using the following tools: clinical interview, clinical observation, a psychological alienation scale developed by Aya Mohamed Reyhan in 2023, and a future anxiety scale developed by Sawsan Eid Attia Farghali and others in 2019

The results showed the following:

1. The level of psychological alienation among Palestinian expatriate students is high.
  2. The level of future anxiety among Palestinian expatriate students is high.
  3. There are statistically insignificant differences in the level of future anxiety and psychological alienation according to the variables of gender and educational level.
  4. There is a relationship between psychological alienation and future anxiety among Palestinian expatriate students after the events of October 7th.
- ❖ The researcher recommended taking care of Palestinian expatriate students under the current circumstances.

**Keywords: Expatriate Palestinian student, Psychological alienation, Future anxiety.**

## قائمة المحتويات

ب	شكر وتقدير.....
ج	الاهداء.....
د	ملخص الدراسة.....
و	قائمة المحتويات.....
ط	فهرس الجداول.....
	فهرس الملاحق.....
1	المقدمة:.....

## الفصل الأول : مدخل الى الدراسة

4	مشكلة الدراسة وتساؤلات الدراسة:.....
5	فرضيات الدراسة:.....
5	اهداف الدراسة:.....
6	أهمية الدراسة:.....
6	مصطلحات الدراسة:.....

## الفصل الثاني : الاغتراب النفسي

9	تمهيد:.....
9	مفهوم الاغتراب:.....
10	مفهوم الاغتراب النفسي:.....
10	مكونات الاغتراب النفسي:.....
13	تخصصات تناولت الاغتراب النفسي من منظورها:.....
14	علماء فسروا الاغتراب النفسي:.....
16	مراحل الاغتراب النفسي:.....
17	أسباب الاغتراب النفسي:.....

## الفصل الثالث : قلق المستقبل

20	تمهيد:
20	1. تعريف القلق:
21	أنواع القلق
23	القلق من المنظور الإسلامي
24	الاثار السلبية للقلق:
25	مفهوم قلق المستقبل :
25	أسباب قلق المستقبل:
26	اعراض قلق المستقبل:
27	السمات الشخصية لذوى قلق المستقبل
28	النظريات المفسرة للقلق المستقبل:

## الفصل الرابع : دراسات السابقة

35	المحور الأول: الدراسات التي تناولت الاغتراب النفسي:
42	المحور الثاني: الدراسات التي تناولت قلق المستقبل
50	تعقيب عام على الدراسات السابقة:

## الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

53	تمهيد:
53	المنهج المتبع:
55	الدراسة الاستطلاعية:
56	1-أهداف الدراسة الاستطلاعية:
56	2-حدود الدراسة الاستطلاعية:
56	3-مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية:



4-مواصفات عينة الدراسة الأساسية: ..... 58

5-الأساليب الإحصائية: ..... 59

### الفصل السادس : عرض النتائج (دراسة الحالات)

دراسة الحالة الأولى ..... 63

دراسة الحالة الثانية ..... 66

### الفصل السابع: مناقشة النتائج

تمهيد: ..... 72

مناقشة الفرضية الأولى: ..... Erreur ! Signet non défini.

مناقشة الفرضية الثانية: ..... 73

مناقشة الفرضية الثالثة: ..... 74

مناقشة الفرضية الرابعة: ..... 78

خاتمة عامة للدراسة: ..... 79

المصادر و المراجع : ..... 80

أولاً: المراجع العربية ..... 80

ثانياً: المراجع الاجنبية ..... 82

الملاحق : ..... 84

فهرس الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
54	ابعاد مقياس الاغتراب النفسي	1
54	إعطاء الاوزان والمستويات لمقياس الاغتراب النفسي	2
55	ابعاد مقياس قلق المستقبل	3
55	إعطاء الاوزان والمستويات لمقياس قلق المستقبل	4
56	مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية	5
57	نتائج المقارنة الطرفية لمقياس قلق المستقبل	6
58	نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاغتراب النفسي	7
59	مواصفات عينة الدراسة الأساسية	8
72	مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر	9
73	مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر	10
75	الفروق في مستوى قلق المستقبل والاغتراب النفسي تبعا للجنس	11
76	الفروق في مستوى قلق المستقبل والاغتراب النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي	12
77	العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين	13

## المقدمة:

يتجلى حاضرننا المعاصر من وتيرة متسارعة في احداث الحياة المتتابعة مع تزايد كبير في مشكلات الحياة التي يعاني ويواجهها الافراد كسبب أساسي نتيجة للحروب والكوارث الطبيعية والصراعات والنزاعات والتغيرات المتسارعة والتطور الهائل والكبير في الحياة المعاصرة مما يعكس اما بالسلب او بالإيجاب في التوافق والتكيف مع هذه الاحداث المتسارعة ولعل اهم ما يعيش هذه الفترة هم مرحلة الشباب بشكل عام، والشباب الفلسطيني المغترب بشكل خاص، اذ يسعى الطالب الفلسطيني لتحقيق اهدافه وطموحاته واماله المستقبلية في خارج الوطن التي يقف الاحداث والأوضاع التي يعيشها داخل وطنه من عدم قدرته على تحقيقها وقد يشعر الفرد بالتوتر والقلق وعدم قدرته على التكيف وقد يشعر بانه منفصل عن الحياة وعن المجتمعات وعن الآخرين وحتى عن انفسهم، حيث اهتمت الدراسات السابقة بالأبحاث بقلق المستقبل حيث عرفه (عبدالغفار، 1990): بانه خبرة انفعالية غير جيدة، والتي يعاني منها الافراد عندما يشعرون بخوف او تهديد من شي غير معلوم المصدر وغالبا ما تصاحبه هذه الحالة ببعض التغيرات الفسيولوجية لدى الافراد.

ويعرفه مسعد بانه: " حالة من انعدام الامن والخوف والتوتر الذي ينشا من الأفكار حول التغيرات غير المرغوب فيها في المستقبل، وفي حالات القلق في المستقبل، يشعر الشخص الذي يعاني من القلق بانه مهدد بشيء ما ليس حقيقيا سيحدث (أبو الديار، 2022، ص7)

حيث تعمل هذه التغيرات الفسيولوجية لدى الافراد وخاصة الشباب الى الشعور بعدم قدرته على التعامل مع المحيط والآخرين وانفصالهم عنه حيث ان الاغتراب النفسي هو " يعمل على تدمير وانهايار العلاقات الوثيقة وتحطم مشاعر الانتماء للجماعة الكبيرة مثلما يحدث فيتعمق الفجوة بين الأجيال او اتساع الهوة الفاصل بين الجماعات المختلفة" (ريحان، 2023، ص74)

حيث اهتمت أيضا، الدراسات السابقة بموضوع الاغتراب النفسي واولت له أهمية كبيرة، حيث يعد من اهم ما يواجه الطالب الفلسطيني المغترب نظرا لبعده عن وطنه وتغريه عن اهله.

حيث عرف الاغتراب بانه: النزوح او الخروج عن الوطن او انفصال عن الآخرين وان هذا الانفصال لا يكون بلا مشاعر، بل يرافقه مشاعر نفسية مثل الخوف او القلق او الحنين تسببه او تصاحبه او تنتج عنه.

(يوسف، 2012، ص153)

تمحورت فكرة الدراسة في ذهن الطالبة من منطلق الأوضاع الأخيرة في القطاع ولأهمية دراسة ما يمر به الطالب الفلسطيني المغترب بعيدا عن اهله ووطنه والصعوبات التي يواجهها حيث ربطت الباحثة اهم المتغيرين وهما الاغتراب النفسي وقلق المستقبل.

انطلاقا مما سبق جاءت الدراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطالبة الفلسطينية المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر، ولتحقيق ذلك الهدف تناولت الباحثة في الدراسة جانبين الأول جانب النظري حيث اشتمل على عدد من الفصول الدراسية ، حيث تناولت الباحثة في الفصل الأول المدخل الخاص الى الدراسة وتضمن طرح الإشكالية الفرضيات، أهمية واهداف الدراسة ، وعرض لمفاهيم الدراسة اجرائيا، والفصل الثاني خاص بالاغتراب النفسي والذي ضم تعريف الاغتراب والاغتراب النفسي ، مكوناته، مراحل، أسبابه، النظريات المفسرة له، وفصل ثالث تناول عن قلق المستقبل ضم تعريفه، انواعه، القلق من منظور إسلامي، اثاره، أسبابه، اعراضه، سمات الشخصية، النظريات المفسرة، وفصل الرابع تناولت الدراسات السابقة لكل من المتغيرين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل، والتعقيب عليها، والجانب الثاني فتناولت فيه الباحثة الدراسة الميدانية والجانب التطبيقي واشتمل على الفصل الخامس دراسة حالتين حيث تناولت الباحثة عينتين من اصل العينة الكبيرة بطريقة عشوائية لتدعيم الدراسة وتوضيحها بشكل اكثر دقة ، والفصل السادس خاص بالإجراءات المنهجية للدراسة وتم عرض المنهج والأدوات المطبقة في الدراسة، اما الفصل السابع فكان لمناقشة النتائج، واشتملت الدراسة على الخاتمة كانت شاملة لما ورد في الدراسة، لنختم الدراسة بمجموعة من الاقتراحات، ثم بعرض المراجع المعتمدة والملاحق.

## الفصل الأول : مدخل الى الدراسة

1. اشكالية الدراسة.

2. فرضيات الدراسة.

3. اهداف الدراسة.

4. أهمية الدراسة.

5. التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة.

## مشكلة الدراسة وتساؤلات الدراسة:

انبثقت فكرة الدراسة من رؤية الباحثة الى الاحداث الأخيرة الجارية في قطاع غزة وما يتعرض له القطاع من سنين بل سنوات عديدة والتي يسعى الاحتلال لطمس أحلام الفلسطينيين وعدم الوصول الى أهدافهم وطموحاتهم وهدمها وتدمير جميع القطاعات وسبل العيش وبالأخص تدمير قطاع الجامعات، وأيضاً ما تواجهه الباحثة من تحديات وصعوبات على الصعيد الشخصي من بداية الحرب على غزة وما يواجهه الطالب الفلسطيني من معانات والام ومشكلات على الصعيد النفسي و ماذا سيحدث في مستقبل الطالب الفلسطيني المغترب التي تترتب عليها قلق من المستقبل وهنا تكمن مشكلة الدراسة ولذلك نشأ لديها إحساس بضرورة تناول هذا الموضوع والذي يهدف الى التعرف، الى معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر وأيضاً ما سوف تضيفه هذه الدراسة المتواضعة للبحث العلمي فالاغتراب النفسي بوجه عام هو: "شعور الفرد بعم الانتماء وفقدان الثقة، ورفض القيم والمعايير الاجتماعية والمعاناة من الضغوط النفسية وتعرض وحدة الشخصية للضعف والانهيـار، بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع" (حبيب، 2014، ص128) وقلق المستقبل: هو عبارة عن: القلق، بأنه خبرة انفعالية غير جيدة، والتي يُعاني منها الافراد عندما يشعرون بخوف أو تهديد من شيء غير معلوم المصدر، وغالبًا ما تصاحب هذه الحالة ببعض التغيرات الفسيولوجية لدى الافراد. (عبدالغفار، 1990)، وهذا ما توصلت اليه الباحثة واستخلصته من الاطار النظري ونتائج الدراسات السابقة التي بينت خطورة المشكلة على الطالب المغترب والتي اسفرت نتائجهم مثل دراسة (المالكي واخرون، 2023) والتي بينت ان مستوى الاغتراب النفسي لدى العينة متوسط ومستوى قلق المستقبل منخفض . وهذا ما اشارت اليه أيضاً دراسة (خيخي رابحة واخرون، 2022): الى وجود مستوى مرتفع للاغتراب النفسي و وجود مستوى مرتفع لقلق المستقبل. وهنا تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

### التساؤل العام:

هل يوجد علاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر؟

## التساؤلات الفرعية:

- 1\_ ما مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر؟
- 2\_ ما مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى الى متغيرات قلق المستقبل تعزى الى متغيرات (الجنس، المستوى التعليمي)؟
- 4\_ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تعزى الى متغيرات (الجنس، المستوى التعليمي)؟

## فرضيات الدراسة:

بناء على مشكلة الدراسة يمكن اشتقاق الفروض الآتية:

- 1\_الفرضية العامة: يوجد علاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.

## الفرضيات الفرعية:

- 2\_ مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر مرتفع.
- 3\_ مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر مرتفع.
- 4\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي) لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.
- 5\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تعزى لمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي) لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.

## اهداف الدراسة:

- 1\_ التعرف الى العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.
- 2\_ التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.

- 3\_ الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.
- 4\_ التعرف على الفروق في الاغتراب النفسي لدى الدراسة لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر تعزي لمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي).
- 5\_ التعرف على الفروق في قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من اكتوبر تعزي لمتغيرات (الجنس، المستوى التعليمي).

### أهمية الدراسة:

- 1\_ إضافة المعرفة الى الدراسات المستقبلية في الكشف عن مستقبل الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.
- 2\_ على الرغم من الدراسات السابقة التي تناولت ظاهرة الاغتراب النفسي تعتبر الدراسة الأولى حسب معرفة الباحثة التي تناولت هذه الظاهرة لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.
- 3\_ تستمد الدراسة أهميتها من متغيرات البحث وهي الاغتراب النفسي وقلق المستقبل والتي لها تأثير واضح الطالب الفلسطيني المغترب.

### مصطلحات الدراسة:

**الاغتراب النفسي:** ونقلًا عن ايه(2023) فان الاغتراب: بأنه انفصام أو انفصال الفرد عن الأنا الواقعية بسبب انشغاله في كل ما يحدث حوله من تجديسات وضرورة التطابق مع رغبات الآخرين ومطالب المؤسسات الاجتماعية أي بمعنى ذوبان الذات مع الآخرين".(ريحان،2023،ص74)

وتعرفه الباحثة بانه: الدرجة التي تحصل عليها المفحوص على مقياس الاغتراب النفسي من اعداد(ريحان،2023) والتي تكونت من الابعاد التالية الا وهي(قصور القوة، فقدان المعنى، اللامعيارية، العزلة الاجتماعية، التمرد).

**قلق المستقبل:** القلق، بأنه خبرة انفعالية غير جيدة، والتي يُعاني منها الافراد عندما يشعرون بخوف أو تهديد من شيء غير معلوم المصدر، وغالبًا ما تصاحب هذه الحالة ببعض التغيرات الفسيولوجية لدى الافراد. (عبدالغفار،1990)



وتعرفه الباحثة بانه: الدرجة التي تحصل عليها المفحوص على مقياس قلق المستقبل من اعداد (حسام هيبه واخرون،2019) والتي تكونت من خمس ابعاد الا وهي (الجسمي، المعرفي، الوجداني، الاجتماعي، الاقتصادي).

**الطالب الفلسطيني المغترب:** هو كل طالب فلسطيني مغترب يدرس في الجامعات الجزائرية .

## الفصل الثاني : الاغتراب النفسي

1.تمهيد

2. مفهوم الاغتراب

3. مفهوم الاغتراب النفسي

4. مكونات الاغتراب النفسي

5. تخصصات تناولت الاغتراب النفسي من منظورها

6. علماء فسروا الاغتراب النفسي

7. مراحل الاغتراب النفسي

8. أسباب الاغتراب النفسي

10. خلاصة على فصل الاغتراب النفسي

## تمهيد:

الاغتراب ظاهرة إنسانية قديمة عرفها الانسان منذ القدم وحتى يومنا هذا على اختلافها فالاغتراب ممكن ان يكون جيد وسوى للأفراد ومرضي وغير سوي لأفراد وأيضا يدخل في الاغتراب اختلاف الأماكن والمجتمعات.

ويعتبر الاغتراب النفسي هو النتيجة النهائية للاغتراب بحد ذاته ولعل ابرز مظاهر التعبير عن اغتراب الافراد، ما تكشف دراسات نفسية واجتماعية عديدة واحصاءات من زيادة خطيرة في انتشار الامراض النفسية من عزلة عن العالم والاكتئاب وجميع الامراض النفسية والعقلية التي قد تتبادر على ذهن القارئ وأيضا امراض جسمية منها تعاطى المخدرات والكحوليات والدعارة والشذوذ الجنسي وهجرة العقول وأيضا ثورات الرفض والاحتجاج التي يقوم بها الشباب في بلدان كثيرة في العالم.

## مفهوم الاغتراب:

التعريف اللغوي: ويعرف في اللغة العربية انه: النزوح او الخروج عن الوطن او الانفصال عن الاخرين وان هذا الانفصال لا يكون بلا مشاعر، بل يرافقه: مشاعر نفسية مثل الخوف او القلق او الحنين تسببه او تصاحبه او تنتج عنه.

وكذلك استخدمت كلمة الغريب لتدل على معنى التصوف، فالغريب هو ذلك الذي يتجنب الاخرين و المجتمع وما يعم فيه من معتقدات وينفصل عن العامة والناس لأنه يرى فيهم عامل من عوامل ضياع ذاته الاصلية ولذلك فهو ينشد دائما التجوال لما فيه من كشف عن حقيقة ذاته والتعرف عليها بعيدا عن العامة.

وأیضا يطلق على الانسان الذي يخرج عن المألوف والشائع والذي ينحرف عن السلوك النفسي والاجتماعي انه " غريب الاطوار " للتعبير عن شذوذه ومرضه.

في المعنى الاجتماعي استخدم مصطلح الاغتراب والذي يشير الى الانفصال التام او الجزئي عن المجتمع والعادات والثقافة والذي يرافقه الإحساس بالبعد عن الواقع.

ولعل المعنى النفسي في الاغتراب يوضح لنا اكثر عن الاغتراب للفرد بحد ذاته مترامنا مع المصطلح اللاتيني: والذي يشير الى الأحوال النفسية والعقلية المتفاوتة بين الفرد المغترب ما بين الشدة والضعف مثلا تيه الانسان في أمور عديدة ولكن عندما يرجع الى الواقع لا يعلم فيما كان يفكر به او سرح به في خياله

والذي يشبه شارب الخمر بشكل مؤقت او مثل الشخص الذي فقد عقله يبقى في شرود وسرحان ذهني دائم وبعيد عن الواقع ويكون اختلاط ما بين الواقع وما بين هو خيال.

(يوسف، 2012، ص153-155)

### مفهوم الاغتراب النفسي:

عرف الاغتراب بانه: نزع الذات الانسان او الفرد عن العالم والواقع الخارجي.

وهنا يعني ان الاغتراب يكون بمكونين هما الذات والواقع الخارجي، فبدون الذات لا يوجد اغتراب وأيضا بدون واقع خارجي الا وهو المسرح لا يكون اغتراب للذات.

ففي الاغتراب النفسي: هو انفصال الفرد عن ذاته الواقعية والتناقض القائم والجدال ما بين الذات الواقعية والذات المثالية. (يوسف، 2012، ص166)

والاغتراب في قاموس العلوم السلوكية بأنه" تدمير وانهيار العلاقات الوثيقة وتحطم مشاعر الانتماء للجماعة الكبيرة مثلما يحدث في تعمق الفجوة بين الأجيال أو اتساع الهوة الفاصلة بين الجماعات الاجتماعية المختلفة".

الاجتراب:" بأنه تحول الإنسان إلى مجرد شيء وعندما تزداد حدة ما يشعر به من انفصال واغتراب عن ذاته فإن حياته النفسية تختل ومعاييره تهتز ويظهر عليه الأعراض المصاحبة للاغتراب من شعور بالوحدة والتشيؤو اللامعيارية واللامعنى والشعور بالعجز والتمرد".

ويعرف الاغتراب: «بأنه انفصام أو انفصال الفرد عن الأنا الواقعية بسبب انشغاله في كل ما يحدث حوله من تجديدات وضرورة التطابق مع رغبات الآخرين ومطالب المؤسسات الاجتماعية أي بمعنى ذوبان الذات مع الآخرين". (ريحان، 2023، ص74)

### مكونات الاغتراب النفسي:

على الرغم أنه لا يوجد اتفاق تام بين الباحثين على معنى محدد لمفهوم الاغتراب فإن اتفاقا بينهم على العديد من مظاهره وأبعاده والتي توصلوا إليها من تحليل هذا المفهوم وإخضاعه للقياس وتتمثل أبعاد أو مكونات الاغتراب في:

### العزلة الاجتماعية: Social Isolation

وتعني شعور الفرد بالوحدة وانسحابه وانفصاله عن تيار الثقافة السائدة وشعوره بعدم الاندماج وتبني مبادئ أو مفاهيم مخالفة، مما يجعله غير قادر على مسايرة الأوضاع القائمة، بحيث يكون الفرد في حالة تناقض بين ما هو مادي وما هو نفسي، فهو موجود في المجتمع من الناحية المادية لا من الناحية النفسية. ويمكن أن يعرف هذا المعنى للاغتراب في ضوء قيم المكافأة Reward values

فالمغتربون من المعنى الانعزالي هم الذين يولون قيمة مكافأة جد ضئيلة للأهداف والمعتقدات التي تمنح درجة عالية في القيمة أو التقدير في إطار مجتمع ما. وهذا هو تعريف الاغتراب في مقياس نيتلر Nittler الذي يتكون من عدة جمل تعكس درجة موافقة الفرد على الثقافة الشعبية، هذا المقياس يشمل على سبيل المثال السؤال : هل تقرأ مجلة كذا؟ وهي المجلة التي تعتبر رمزا للشعبية

فالعزلة هنا هي شعور الفرد بمسافة كبيرة بينه وبين الآخرين وبالابتعاد عن المجتمع عن ثقافته السائدة وعن كل التعزيزات التي يمدّها الاحتكاك بالآخر، ولعل أفضل أسلوب يوضح طبيعة هذا المعنى للاغتراب كون الأفراد الذين يحيون حياة عزلة لا يرون قيمة كبيرة لكثير من الأهداف والمفاهيم التي يثمنها أفراد المجتمع.

### اللامعيارية: Anomie or Normlessness

أخذ من وصف دوركايم الحالة الانومي أو اللامعيارية التي تصيب المجتمع وهي حالة انهيار المعايير التي تنظم السلوك وتوجهه وقد ظهر مصطلح الانومي في اللغة الانجليزية

عام 1951 تقريبا. وفي هذا السياق يفسر سميان اللامعيارية: على أنها الحالة التي يتوقع فيها الفرد بدرجة كبيرة أشكال السلوك التي كانت مرفوضة اجتماعيا غدت مقبولة أي لم

بعد للأشياء ضوابط معيارية ما كان صواب يصبح خطأ والعكس، من منطلق إضفاء صفة الشرعية على المصلحة الذاتية للفرد وحجبها عن القواعد.

فاللامعيارية هي غياب نسق منظم للمعايير الاجتماعية مما يؤدي إلى مغايرة معايير الدين والقانون والعرف وعدم مسايرتها ويستخدم مصطلح اللامعيارية لمعان ثلاث:

\_التفكك الشخصي وخاصة هذا النوع الذي يؤدي إلى وجود من يفتقدون الإرشاد الأخير هو القانون، وذلك ما يهدد البناء والتماسك الاجتماعي.

\_الموقف الذي يشهد صراع بين المعايير وبين الجهود والتي يبذلها الفرد لمسايرة المعايير.

\_ الموقف الاجتماعي الذي تغيب فيه المعايير نتيجة التغيرات الاجتماعية والثقافية تغلب التوقعات السلوكية العادية للفرد.

ويمكن القول أن اللامعيارية شعور بالغموض أو نوع من الرفض للقواعد والتعليمات التي يفرضها المجتمع، ويمكن القول والتأكيد بان أنماط السلوك غير الاجتماعية التي يرفضها المجتمع يمكن أن تكون ضرورية لتحقيق غايات هامة في حياة الفرد وبالتالي أن تكون اللامعيارية نوع من التغيير الاجتماعي الجديد والناج عن التقدم العلمي التكنولوجي.

### **العجز : POWER LESSNESSM**

ويقصد به شعور الفرد باللاقوة، وعدم القدرة على التحكم أو التأثير في مجريات الأمور الخاصة به أو في تشكيل الأحداث العامة في مجتمعه وبأنه مقهور ومسلوب الإرادة ولا يقدر على الاختيار.

وأن الفرد يتوقع عجزه عن تحقيق ما يريده من مكافأة أو تعزيز لاعتقاده بعجزه في تحديد مسار الأحداث أو النتائج التي نشأت نتيجة لهذه الأحداث.

وقد وضع أحمد النكلاوي تعريفا إجرائيا لبعد العجز و خبرة افتقاد القدرة كنمط اغترابي، بأنه "الحالة التي يصبح فيها الأفراد في ظل سياق مجتمعي محدد، يتوقعون مقدما أنهم لا يستطيعون أولا يملكون تقرير أو تحقيق ما يتطلعون إليه من نتائج أو مخرجات من خلال سلوكهم أو فعاليتهم الخاصة، أي أنهم يستشعرون افتقاد القدرة على التحكم في مخرجات هذا السياق أو توجيهها، الأمر الذي يولد خبرة الشعور بالعجز والإحباط وخيبة الأمل في إمكانية التأثير في متغيرات هذا السياق والقوى المسيطرة عليه."

### **اللامعنى : Meaning lessness**

إحساس الفرد أن الحياة لا معنى لها وأنها خالية من الأهداف التي تستحق أن نحيا وان نسعى من اجلها، وأن كل ما يحيط به من وقائع وأحداث فقد دلالاته ومعقوليته، ومنه عدم اليقين ولا يستطيع الفرد تحديد معنى

لما يقوم به وما يتخذه من قرارات، حينما تكون المستويات الدنيا المطلوبة من الوضوح في اتخاذ القرارات غير متوفرة، فيسير الفرد وفق منطق غير مفهوم وغير معقول، وبالتالي يفقد واقعيته ويحيا باللامبالاة .

### **التمرد: Rebellion**

هذا البعد يترجم إهدار الفرد لقيمته كإنسان وعضو في المجتمع من مطلق عجزه عن المشاركة الايجابية في اتخاذ القرارات أو مجرد التفكير في حياته ومستقبله ومصيره وبذلك يتحول إلى أداة مستخدمة لا قيمة لها في ذاتها.

كما يقصد بالتمرد إحساس الفرد بالإحباط والسخط والتشاؤم والرفض لكل ما يحيط به في المجتمع من أشخاص وجماعات ونظم ورغبة جامحة في هدم أو تدمير أو إزالة كل ما هو

قائم في الوضع الراهن. التحقق من المرجع (دبلة، 2015، ص 97\_99)

### **تخصصات تناولت الاغتراب النفسي من منظورها:**

والتي تتوضح بالتالي: القانوني، والنفسي الاجتماعي، والديني، والروحي.

1. وفي الجانب النفسي الاجتماعي: شعور الانسان بالانسلاخ عن المحيط الاجتماعي والعالم الخارجي الذي ينتمي إليه، وهو انعكاس لوضع الفرد في المجتمع نتيجة ما يوقعه ويفرضه، الأخير بالإنسان من عقوبات العزل أو النبذ بسبب الخروج عن المعتقدات والتقاليد السائدة، فالمغترب هو من خرج عن المألوف الاجتماعي أو الديني واي شيء جديد وخارق للعادة.

2. وفي الجانب النفسي القانوني: الأشخاص الذي يفقدون الوعي ويعجزون عن استخدام قدراته بمختلف أي اذا كانت العقلية والحسية في التواصل مع الآخرين والتعبير عن نفسه، وإلى الشرود الذهني وغياب الوعي وتركيز اهتمام الفرد في شيء معين بذاته يشغله حتى عن نفسه، وهذا المعنى يُستخدم عادة في الطب النفسي لوصف الحالات التي تتجاوز الاضطرابات النفسية إلى المرض العقلي.

3. أما الجانب الديني: ممكن ان نشير الى الانسان الذي خرج وابتعد عن عبادة الله عزوجل وأيضا ارتبط بفكرة خروج الإنسان على نعمة الله تعالى أي انفصاله على الذات الإلهية وسقوطه في الخطيئة فهو إذن مغترب عن الله

4. أما الجانب الروحي: بمعنى اغتراب الإنسان عن الزمن الحالي الذي يعيشه والالتجاء إلى تمجيد الماضي الذي يكون له موضوعاً جمالياً فقط، والإشادة به فين فصل عن تاريخه الحالي ليعيش بوجوده وعقله في الزمن القديم.

(الجامعي، 2008، ص39)

## علماء فسروا الاغتراب النفسي:

### الاغتراب عند فرويد:

❖ واستطاع فرويد ان يصل الى العديد من الحقائق حول الاغتراب تمثلت في:

1. اغتراب الشعور: وهي عبارة عن خبرات وتجارب يتم كبتها وتخزينها للحد والتقليل من الالام الناتج من هذه الخبرات وتذكر هذه المشاعر صعب يحتاج الى اخصائي ذو خبرة ومجهود كبير للعمل مع مقاومة المفحوص وبذلك يغترب الشعور عن الخبرات المكبوتة، وتكون المقاومة مظهر من مظاهر اغتراب الشعور .

2. اغتراب اللاشعور: هي ان الخبرات المكبوتة تبدأ مرحلة جديدة شاذة وغير عادية في اللاشعور وتبقى هناك في اللاشعور وتتحين فرصة لها للخروج، وبما ان اسبا بالكبت موجودة فان اللاشعور يظل مغتربا على شكل انفصال عن الشعور، وهنا يكون دور الانا التوفيق بين ضغوطات الواقع ملذات الهو واوامر الانا الأعلى وهذا بدوره يخلق صراع يؤدي الى اغتراب الفرد عن الواقع الاجتماعي.

(حميدات، 2022، ص28)

ويرى فرويد أن الاغتراب سمة متأصلة في وجود الذات في حياة الإنسان إذ لا سبيل مطلقا لتجاوز الاغتراب، ومن وجهة نظر فرويد فإنه لا مجال لإشباع كل الدوافع الغريزية كما انه من الصعب التوفيق بين الأهداف والمطالب وبين الغرائز وبعضها البعض. (دبلة، 2000، ص82)

### الاغتراب عند هورني: ( Horney )

"اما هورني:فتهتم بالشروط الثقافية والاجتماعية لتحقيق وجود الإنسان، وتبين أثر العلاقات المتبادلة بين الشخصية وقيم المجتمع، وبين العلاقات الاجتماعية والتطلعات الفردية، ففي ظل البرجوازية تقوم الثقافة



على مبادئ التنافس والفردية والاستغلال تلك المبادئ التي تؤدي إلى خلل في العلاقات الإنسانية وبروز روح العداة والسيطرة بين الناس، فنتيجة لمبدأ المنافسة السائد في المجتمع في جميع المجالات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية (...). يقع خلالها الأفراد في صراع داخلي شديد وهو صراع بين الذات الحقيقية (التلقائية) والذات الفعلية (المثالية) التي تنشأ عن حاجات الفرد الداخلية وتؤثر في الشخصية".

(قبوب واخرون، 2015، ص221)

### الاغتراب عند روسو Maslow:

أشار روسو إلى المفهوم القانوني للاغتراب مؤكداً على مسألة التنازل أو التخلي، حيث يتنازل الأفراد رد عن بعض أو كل حقوقهم وحررياتهم للمجتمع وذلك بحثاً عن الأمن الاجتماعي في إطار المجتمع، وبعد روسو من أبرز الفلاسفة المحدثين الذين تحدثوا عن الاغتراب، ففي كتابه العقد الاجتماعي يتحدث روسو عن الاغتراب ليشمل معنيين : الأول إيجابي والثاني سلبي، ففي المعنى الإيجابي قصد روسو بالاغتراب تلك العملية التي من خلالها يقدم كل شخص ذاته للجماعة لتكون تحت توجيه الإدارة العامة، وتصبح جزءاً من الكل، وبذلك يكون الاغتراب هنا عاماً، يضع فيه الإنسان ذاته من أجل هدف كريم للجماعة. أما المعنى السلبي فينتقد فيه روسو الحضارة والمجتمع، حيث يرى روسو أن الحضارة قد سلبت الإنسان ذاته وجعلته عبداً للمؤسسات الاجتماعية التي هو أنشأها وكونها وأصبح تابع لها، ومن هنا يفقد الإنسان التناغم العضوي كما هو الحال في حالة الطبيعة فتحدث المشاكل بين ما ينبغي أن يكون عليه الإنسان وبين ما يكون عليه بالفعل النفسي. (زعليق، 2020، ص70)

"يرى فروم ( Fromm ) : أن الاغتراب هو فشل الفرد في التفاعل بين العوامل الاجتماعية والعوامل النفسية فيحدث انفصال الفرد عن ذاته، وبالتالي نجده غير قادر على الابتكار والإنتاج وهو ما يعني إخفاق الفرد في أن يشكل نوعية الذات التي ينبغي أن يكون عليها، كما ذكر فروم أن لهيمنة الأفكار التسلطية دوراً في الشعور بالاغتراب".

كما تحدث اركسون: ( Erikson ) الى أن ظهور الاغتراب النفسي لدى الفرد يرتبط بعدم قدرة الفرد

على التوحد مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها."

وهنا تحدث اريكسون عن الاغتراب وأزمة البحث عن الهوية، وترتكز نظريته على دراسة الشباب وأزمة الهوية والتي هدفها الرئيسي هو تطوير هوية الانا ، بمعنى ان الانسان يكون لذاته اهداف ومخططات يفسر فيها عن درجة ادراكه ووعيه بقدراته ونفسه والأمور التي يتوقعها من الاخرين وكل ذلك تتحدد هوية.

(يوسف، 2012، ص172)

ويرى كنستون ( Keniston )

"ويظهر شعور الاغتراب لدى الفرد في أية مرحلة من مراحل النمو، نتيجة لفقدان العلاقة بين الأم والطفل الذي يولد الإحساس بالإهمال، والنبذ وعدم الانتماء، وفقدان الإحساس بمركزية الذات".

ويرى شنيدر: ( Shneider )

وقد أرجع "الاغتراب النفسي إلى فقدان الفرد الروابط الأولية والتي تتمثل بمجموعة المحلي من الأقارب والأصدقاء وشعوره بالعزلة"

(حمدان، 2018، ص19)

مراحل الاغتراب النفسي:

1. مرحلة التهيؤ للاغتراب والتي تتمثل : بفقدان السيطرة ببعديّة المتمثلين او الافراد في سلب المعرفة والحرية وفقدان المعنى واللامعيارية على التعاقب فعند إحساس الشخص بفقدان التحكم على أمور الحياة واذا مر الفرد بهذه الأمور فان ذلك يؤدي الى ان لا معايير تضبطه وتحكمه ولا قواعد يمكن ان يرجع لها.

2. الرفض والنفور الثقافي والذي يتمثل في: التناقض بين ما هو واقعي وما هو مثالي لان الفرد تعارضت معه اختبارته ومع الاحداث الثقافية فيحدث ذلك التناقض والذي يترتب عليه الصراع ويكون الفرد منعزلا ومعزولا على جميع المستويات لدى رفاقه فينظر اليه بوصفهم له بانه غريب وهنا يكون مهيا للمرحلة الثالثة.

3. مرحلة تكيف المغترب والتي تتمثل في ان: الفرد يكون في مرحلة العزلة ويكون في مجارات الغربية والتمرّد والثورة والسلبية بصورها المتعدد التي يعكسها انسحاب والعزلة ويحاول الفرد التكيف مع

المواقف من خلال الاندماج الكامل والخضوع لكل المواقف والتي توضح من خلال نقطتين أساسيتين هما .

من خلال اما الاندماج الكامل والخضوع لكل المواقف. التمرد والثورة والاحتجاج وهناك يكون الانسان بأشبه بشخص على شفا حفرة من النار أي انه كما وضحته الكاتبة يكون قدم داخل النسق الاجتماعي وجزء منها خارجه مما يجعله انسان على الهامش في نهاية الطريق.

(الهوري، 2021، ص44)

### أسباب الاغتراب النفسي:

وتشير حواس(2021): الى ان أسباب الاغتراب النفسي تتمثل في التالي:

الشعور بالنقص وسوء العلاقات الاجتماعية و غياب القيم والعادات والعرف ، والفجوة الكبيرة بين الشباب ومن هم اكبر منهم سنا، العجز عن تكوين علاقات طيبة العالقات الاجتماعية، عدم القدرة على التعبير عن ارائهم.

(حواس، 2021، ص259)

ويشير الهواري(2021): الى أسباب الاغتراب النفسي/ او العوامل:

1. أسباب نفسية والتي تتمثل فيه: الصراع الذي يكون بين الدوافع والرغبات المتعارضة أي بين الهو والانا الأعلى مما يؤدي الى التوتر والانفعال والقلق واضطرابات أخرى.

الإحباط: فحين يتم إعاقة الرغبات والمصالح للأفراد ينشا الإحباط وهو الشعور بخيبة امل او فشل وعجز وقهر وتحقير للذات.

الحرمان: وهي ان تقل الفرص التي تعمل على تحقيق الدوافع وحاجاتهم.

الخبرات الصادمة: فالحروب والأزمات والأوضاع المعيشية الصعبة لذا فان الخبرات الصادمة تعمل على تحريك عوامل المسببة للاغتراب.

2. أسباب اجتماعية وثقافية والتي تتمثل فيه:

الضغوطات من البيئة الاجتماعية والخوف من الفشل في تجاوزها، التطور الحضاري السريع، و اضطرابات في التنشئة والتي يمكن ان تسودها الاضطرابات ، ومشكلات الأقليات ونقص التفاعل الاجتماعي، والثقافات الصعبة التي من الممكن ان تسود في بعض المجتمعات.

### 3. أسباب اقتصادية والتي تتمثل في التالي:

لعل أكثر المشكلات التي تواجه الدول النامية والتي وردت في الجانب الاقتصادي وهي الحاجة لاشتراك أكبر عدد ممكن من السكان في النشاطات الاجتماعية ولعل اكبر فئة هي فئة الشباب والذي من الممكن الحديث عنه من ناحيتين أساسيتين: هما

الناحية الكمية والناحية النوعية: ففي الناحية الكمية نسبة الشباب الى مجموع السكان، وفي الناحية النوعية: المستويات العلمية والتقنية المتمثلة في هذا القطاع.

مما يعني عدد الشباب المتعلم ونوعية التعليم الذي تحصل عليه ، اذن لا بد لنا ان نحدد حقيقة اسهام الشاب في الميادين الاقتصادية والإنتاجية والتكنولوجية وان هذا الأخير يعتمد على التأهيل والمستوى الدراسي والاكاديمي.

(الهوري، 2021، ص46)

### خلاصة فصل الاغتراب النفسي:

ترى الباحثة مما تم عرضه في الاطار النظري للاغتراب النفسي، ان الاغتراب النفسي يتضمن إحساس وشعور الفرد بالانعزال عن الواقع الاجتماعي والمحيط الذي يعيش ويمارس نشاطاته فيه واحساسه بجميع الابعاد التي تحدثنا عنها، مثل الشعور بالعزلة عن المحيط الذي يعيش فيه، الإحساس بالعجز، افتقار الشعور بالهوية النفسية، اللامعيارية وعدم التمسك بالمعايير والمبادئ والقيم السائدة في المجتمع وانهاك وتعب في الناحيتين الجسدية والصحية والعقلية النفسية ، مما يسبب الشعور بعدم الثقة وتقدير الذات.

## الفصل الثالث : قلق المستقبل

1. تمهيد

2. تعريف قلق

3. أنواع القلق

4. القلق من المنظور الإسلامي

5. الآثار السلبية للقلق

6. مفهوم قلق المستقبل

7. أسباب قلق المستقبل

8. اعراض قلق المستقبل

9. السمات الشخصية لذوي قلق المستقبل

10. النظريات المفسرة لقلق المستقبل

## تمهيد:

يعد قلق المستقبل من الظواهر الهامة والأكثر تناولا من قبل الباحثين والدارسين في مجالنا، حيث ان التفكير الدائم بما سوف يحدث لنا في المستقبل يجلب العديد من الامراض النفسية، ولما يشكل المستقبل الأهمية الكبيرة للأفراد والتي تركز عليها أهدافهم وطموحاتهم وجل ما يملك الفرد للمستقبل وما يسعى اليه فان القلق من المستقبل هو امر طبيعي ولا بد منه اذا كان في المستوى المعقول والذي لا يعمل على إعاقة نشاطاتنا اليومية وحياتنا، ولكن يصبح مرضيا وعائقا للأفراد اذا زاد عن حدة.

فنظرة الفرد للمستقبل تكون على أساس سماته وخصائصه الشخصية وما يعيشه وما يعيه في حاضره، وبناءا على ذلك أوضح في الاطار النظري القلق بشكل عام ومن ثم قلق المستقبل.

## أولا: القلق.

### 1. تعريف القلق:

#### 1.1 التعريف اللغوي:

ويشير السيد فهمي على الى ان: القلق في اللغة العربية: "حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث، وهو قلق الشيء قلنا أي يحركه، وقلق قلنا: لم يستقر في مكان واحد ولم يستقر على حال ، واضطرب وانزعج فهو قلق". (السيد2009، ص60)

اختلفت الآراء حول تعريف القلق لغويا، ففي اللغة العربية القلق له عدة معاني مثل الشعور بالخوف، عدم الشعور بالراحة والهدوء، الانفعال، والارتعاش، انشغال البال و اساءة الضنون ، اما في اللغة الإنجليزية faerمن كلمة fear والتي تعنى كارثة او الشئ المفاجئ.

أيضا لها العديد من الكلمات وهي مثل التوجس عدم الارتياح، الارتعاش والذعر ، اما في اللغة البولندية أيضا تحتوى على العيد من المعاني مثل الهياج، النرفزه، المحنة، الرعب، الإرهاب، اثاره الاعصاب

(زغير،2016،ص17)

اما كلمة القلق (ANXIOUS) فهني مشتقة من الكلمة لاتينية والتي تعني مشاكل داخل عقل المرء نتيجة حادث غير محدد، ونفس هذه الكلمة اللاتينية لها علاقة باللغة الإغريقية، وتعني الضغط بقوة أو الكفاح. (زغير، 2016، ص17) اذن ليس كل القلق سلبي وإنما هناك جانب إيجابي ومفيد في القلق يدفع الانسان الى المثابرة والعمل الجاد وتحفيزه للوصول الى الهدف والطريق المنشود (الشرييني، 2010، ص24)

## 2.1. التعريف الاصطلاحي

ويعرفه زغير (2016): القلق هو شعور غير سار يرتبط بإحساس المرء بخطر غير مدرك من جانبه او من جانب الاخرين ، وهو حالة من الشعور والتحسس الذاتي بالضيق وعدم الارتياح، مع توقع وشيك لحدوث الضرر او تهديد لحياة الشخص بالموت.

(زغير، 2016، ص60)

وتعرفه نبيه صالح السامراني (2007):

القلق شعور غامض غير سار مصحوب بالتوجس والخوف والتوتر، و يترافق ذلك ببعض الإحساسات النفسية والجسمية.

و تعرفه أيضا بانه: حالة وجدانية غير جيدة، تتصف بالخوف والتوجس والتوقع للأخطار والكوارث والحوادث. (السامراني، 2007، ص44).

وتشير دلال أيضا الي القلق حسب تعريف الجمعية الأمريكية للطب النفسي: هو حالة الخوف والتوتر والشعور بعدم الراحة، والتي تحدث من توقع خطر غير معلوم المصدر وغير مدرك.

(سامية، 2018، ص12)

ويشير مشاري واخرون (2023) الى قلق المستقبل: "شعور انفعالي يتسم بالارتباك والضيق والغموض وتوقع السوء والخوف من المستقبل وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعي" (مشاري واخرون، ص521)

## 2. أنواع القلق

ويشير السيد (2009): الى أنواع القلق وهي:

(القلق الموضوعي (السوي او خارجي المنشأ)، القلق العصابي (المرض او داخلي المنشأ)، القلق الخلقي، القلق الثانوي، القلق كحالة، القلق كسمة).

بالنسبة للقلق الموضوعي: وهذا النوع من القلق هو الذي يعرف ويشعر ويعيه الفرد او الافراد بان سببه خارجي عن ذاته وأيضاً هو رد فعل لذلك الشعور الذي من الممكن ان يهدد حياته وهناك امثلة كثيرة على ذلك القصف الذي يحدث في غزة فان الافراد الذين يتوقعون الموت تشعرهم بالخوف والفرع والتوتر لان يعطيهم شعور بقرب الاجل أي الخوف من سقوط الصاروخ عليهم.

اما القلق العصابي: وهذا النوع من القلق يكون مصدره داخلي ولكن الافراد لا يعرفون سبب هذا القلق ومن اين مصدره فهو يكون باللاوعي ولاشعور ومخزنه المكبوتات.

بينما القلق الخلقي: هذا النوع من القلق ينشا من مصدر داخلي ان انه مثله مثل القلق العصابي وهنا انذار من النفس اللوامة للنفس المطمئنة والتي تكون وسيطة ما بين الهو والانا الأعلى والتي تحذر من الأفكار والهواجس والتوتر القادم من النفس الامارة بالسوء.

في حين يعتبر القلق الثانوي فهو: وهو الذي يأتي على شكل امراض نفسية وجسدية مختلفة.

ويعرف القلق كحالة بأنه: هو نوع من القلق الذي يترافق مع المواقف المختلفة ويزول بزول هذا الموقف الذي كان مصدر للتهديد الفرد أي انه قريب الى حالة الخوف الطبيعي أي ان الخوف معلوم المصدر ويزوال هذا المصدر يزول.

أما القلق كسمة: ويعزى هذا النوع من القلق الى اختلاف سمات وصفات الأشخاص او الافراد لتلقيهم هذا النوع من المواقف التي تكون مصدر للقلق والاستجابة لها حسب الافراد.

(السيد فهمي على 2009، ص 62\_61)

وتشير أسماء واخرون (2021) قلق الموت: هو نوع من أنواع القلق العام وهذا النوع من القلق يعمل على اعاقة الفرد او الافراد من المشاركة والانضمام في النشاطات الحياتية اليومية الاجتماعية ويبقى منعزلاً عن الآخرين ويبقى طول الوقت غير سعيد ولديه تفكير دائم بالموت القادم او المحتم. (إبراهيم واخرون، 2021، ص 10)



يمكن تصنيف القلق تبعاً لأسس مختلفة:

1. حيث مدى وعي الفرد به: القلق ممكن ان يكون شعوري يشعر الفرد به وبمصدر التهديد ويذهب ويزول بزوا هذا المصدر، وممكن ان يكون لا شعوري لا يعي الفرد منشأه ومصدره ويبقى شاغل الفرد ويعمل على إعاقة حياته اليومية.

2. من حيث درجة شدته: ينقسم القلق إلى قلق بسيط، وقلق حاد، وقلق مزمن.

3. من حيث تأثيره على مستوى أداء الفرد لواجباته ومهامه: هناك قلق ميسر ومنشط للأداء ، وقلق مثبط او مضعف.

4. من حيث مدى تأثيره على توافق الفرد وصحته النفسية:

يصنف إلى قلق عادي واقعي، وقلق خلقي أو ضميري، وقلق عصابي.

(شريت واخرون، 2003، ص98)

### 3. القلق من المنظور الإسلامي

هنالك الكثير ممن تحدثوا عن طرق للتعامل مع القلق والحد من حدته اذا كانت طرق تقليدية او من العرف والعادات والتقاليد ومنها في الطائفة البوذية الذين تحدثوا عن اليوغا والتأمل وانواعها أخرى وطوائف ثانية تحدثوا عنها ولعل اذا رجعنا الى ديننا الحنيف في القران والسنة النبوية وما اكثر ما ذكر عنه في طرق للحد ولا ابالغ اذا قلت العلاج التام وليس كلمة التعافي او التشافي وانما العلاج وهذا ما يليق استخدامه من مصطلحات اكثر دقة في مقام ديننا وحتى لا ابعد اكثر عن الفكرة الأساسية ذكر العديد من الآيات والاحاديث التي تبين طرق التخلص من القلق ولعل ما يواجه الشعب الفلسطيني من قلق وتوتر بسبب الأوضاع الأخيرة ولكن القران والاحاديث وتطمئن هذه المشاعر ، ومنها يقول ما النصر الا صبر ساعة ، "يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ"

(سورة البقرة، آية 153)

وتحدث لطفى الشربيني عن أهمية الصلاة كوسيلة للتخلص من القلق:

في غرفة الانتظار بعيادتي الخاصة توجد لوحة على الجدار لآية كريمة من القرآن الكريم

هي : الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿ [الرعد: 28] والصلاة التي تؤديها كل يوم خمس مرات هي الأسلوب العملي الذي نقوم به بذكر الله ونفعله كعبادة للخالق سبحانه وتعالى ، وذكر الله سبحانه وتعالى في الصلاة هو الدفاع الفعال ضد القلق الذي يساعد المرء على تخطي الجزع أمام المشكلات ويريحه مؤقتاً من مشاغل الحياة حين يتولد لديه الإحساس بأن هناك من يساندنا، فنحن نتصل بخالق كل شيء والذي يتحكم في كل الأمور.

ولعل الدليل على أهمية الصلاة هو إدراك الكثير من المفكرين - حتى من غير المسلمين - لأهميتها، والأمثلة على ذلك ما ذكرته توأ حول أسلوب العلاج التأملي الذي يشبه الصلاة ، ويقول فرنسيس بيكون قليل من الفلسفة يدفع إلى الإلحاد ، والتعمق في الفلسفة يعود بالمرء إلى الدين ، اتجه إلى الله في صلاتك ، ويقول القسيس كاريل الفائز بجائزة نوبل في كتابه «الإنسان ذلك المجهول» في التذليل على أهمية الصلاة:

لعل الصلاة هي أعظم مصدر للطاقة والنشاط عرفه الإنسان ، لقد تسببت في شفاء»

حالات عجز العلاج عن إصلاحها ، فهي وسيلة فعالة للاستعانة بخالق الكون على أمور الحياة .

ولا يختلف أحد على أن الصلاة تريح من الهم والمعاناة ، وتهون على المرء من مشكلات الحياة ، وتمنحه الأمل في تخطي الصعاب ، كما أنها توجد شعوراً عميقاً بالارتياح النفسي يعبر عنه الحديث الشريف عن رسول الله صلى الله عليه وسلم حيث يقول : ..... وجعلت قرّة عيني في الصلاة.

(الشربيني 2010، ص282).

#### 4. الآثار السلبية للقلق:

ذكر هيبه وآخرون آثار القلق والتي تتمثل فيه:

1. الهروب من الماضي والتشاؤم وعدم الثقة في الآخرين واستخدام ميكانيزمات الدفاعية والصلابة في الرأي والتعنت.

2. تدمير النفسية بالفرد لا يستطيع ان يحقق ذاته او يبديع او ان يستطيع ان ينجز اعماله اليومية وانما يضطرب وينعكس ذلك في صورة اضطرابات متعددة الاشكال والخرافات والانحرافات واختلال الثقة بالنفس. (هيبه واخرون، 2019)

## 5. مفهوم قلق المستقبل :

ويشير سليمان في تعريف لقلق المستقبل في كتابه الى انه: هو عبارة عن انفعالات غير جيدة وغير سارة يشعر الفرد انه تحت تهديد وشعوره الخوف وعدم الأمان وعدم الشعور بالراحة وكل ذلك يكون غير معلوم المصدر. (يوسف، 2012، ص133).

القلق، بأنه خبرة انفعالية غير جيدة، والتي يُعاني منها الافراد عندما يشعرون بخوف أو تهديد من شيء غير معلوم المصدر، وغالبًا ما تصاحب هذه الحالة ببعض التغيرات الفسيولوجية لدى الافراد. (عبد الغفار، 1990)

ويعرفه مسعد بانه: " حالة من انعدام الامن والخوف والتوتر الذي ينشا من الأفكار حول التغيرات غير المرغوب فيها في المستقبل، وفي حالات القلق في المستقبل، يشعر الشخص الذي يعاني من القلق بانه مهدد بشيء ما ليس حقيقيا سيحدث (أبو الديار، 2022، ص7)

## 6. أسباب قلق المستقبل:

ويتفق بقيون (67، 2007) ،والسامراني (2007، ص49) الى ان أسباب قلق المستقبل تتمثل في:

1. أسباب ناتجة عن الأفكار المكبوتة والنزعات والغرائز مما يؤدي إلى القلق وهو ما يسمى بالعوامل الديناميكية.

2- ومنها ناجمة من العوامل السلوكية باعتباره سلوكاً مكتسباً مبنياً على ما يعرف بالتجاوب الشرطي.

3- ومنها ناتجة من عوامل حيوية تثير الجهاز العصبي الذاتي مما يؤدي إلى ظهور

زمرة من الأعراض الجسمية وذلك بتأثير مادة الأبنفرين على الأجهزة المختلفة

وقد وجد ثلاثة نوافل في الجهاز العصبي تلعب دوراً هاماً في القلق النفسي وهي:

(النورابنفرين، السيروتونين، القابا).

4.الوراثية: عوامل وراثية مؤشرة للقلق النفسي، وقد تختل هذه العوامل بالعوامل الوراثية البيئية.

5. الاستعداد النفسي: يختلف الأفراد في استجاباتهم لمشاعر القلق في المواقف التي يتعرضون لها وحالتهم العامة جسدياً ونفسياً كالضعف النفسي العام، وطبيعة

التهديد الخارجي الذي يواجه الفرد أو طبيعة الضغوط الداخلية التي تسببها رغبات الفرد لنفسه.

(السامرائي 2007، ص 49)

## 7. اعراض قلق المستقبل:

ويتفق شريت واخرون (2003،ص98)، والسيد(2009،ص64) ، وتضيف أيضا مروة موسى طه(2021، ص12) بان اعراض قلق المستقبل تتمثل بالتالي:

1.الأعراض النفسية: وهنا نذكر كل ما يرافق الفرد من اعراض نفسية، من قلق وتوتر وعزلة والبعد عن الاخرين والشعور بالضيق والحزن لفترات متفاوتة ،و عدم الشعور بالامن والاستقرار وسرعة الاثارة والخوف الغير مبرر من شي مجهول وكل ذلك يعمل على عزلة الفرد عن حياته اليومية وعدم قدرته على العمل والانجاز على الصعيد المهني او الشخصي.

2.الاعراض الجسمية: وتشمل الكثير من الامراض في الجسم مثل الام في الصدر ارتفاع ضغط الدم وسرعة ضربات القلب، فقدان الشهية وعسر الهضم وصعوبات في البلع والاسهال والامساك واضطرابات في المعدة والقولون، سرعة التنفس والنهجان وعدم القدرة على استنشاق الهواء وغيرها من الاعراض.

## 3. الاعراض نفسجسمية:

وهنا نتحدث عن الاعراض السيكوسوماتية والتي تعني امراض جسمية منشأها نفسي.

#### 4. اعراض سلوكية:

مثل قلة الاهتمام، وحدة الطابع والحزن الشديد والتدخين بكثرة دون القدرة على ضبط سلوكيات ويتأثرون بسهولة بالمحيط من حوادث وابتلاءات.

(شريت واخرون، 2003، ص98)

#### 8. السمات الشخصية لذوى قلق المستقبل

يشير موسى عبد العاطي إلى أن الأشخاص ذوي قلق المستقبل يتسمون بالسمات الآتية، ويتفق غانم (2007، ص316) مع موسى عبد العاطي في سمات الشخصية لذوى قلق المستقبل واخلص اهم النقاط:

- 1.زيادة في السلبية وعدم الشعور بالأمان والامن.
- 2.دائمي التشاؤم والشك وتوقع الشر في كل الأوقات، وعدم القدرة على مواجهة أي شي قد يحدث المستقبل.
- 3.عدم الثقة في الآخرين.
- 4.الخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقعة.
- 5.التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل
- 6.الاضطرابات والانفعالات الزائدة.
- 7.نقص المهارات الاجتماعية والخشية من المواقف الجديدة.
- 8.الشعور بالسلبية والتعاسة .
- 9.شكوى من اعراض عضوية عديدة والصداع.
- 10.شعور غامض بالنقص وعدم الكفاءة.

(عبد العاطي 2021، ص606)

## 9. النظريات المفسرة للقلق المستقبل:

النظرية التحليلية: قسم فرويد القلق الى نوعين هما :

### القلق الموضوعي : Objective Anxiety

يعرف فرويد ان القلق الموضوعي يكون مصدره قلق خارجي فنقول ان الفرد او الافراد يعانون من قلق موضوعي وقد ذكرت الباحثة مثال حي من البيئة الغزية عن قلق الموضوع في فقرة أنواع القلق.

ويطلق فرويد على القلق الموضوعي مسميات عديدة منها: القلق الواقعي و الحقيقي والسوى.

وهذا النوع من القلق أقرب إلى الخوف، لأن مصدره يكون واضح المعالم لدى الفرد، ويوضح فرويد في نظريته أن القلق والخوف ما هما إلا ردود أفعال في موقف معين فالخوف استجابة لخطر خارجي معروف ومعلوم ، والقلق استجابة لخطر داخلي معروف، فالقلق من جهة توقع صدمة، ومن جهة أخرى تكرار للصدمة في صورة مخففة، فعلاقة القلق بالتوقع ترجع إلى حالة الخطر، بينما تحديد القلق وعدم وجود موضوع له يرجعان إلى حالة الصدمة التي يسببها العجز وهي الحالة التي يتوقع حدوثها في حالة الخطر.

### القلق العصابي 2: Neurotic Anxiety :

ويعرف على أنه خوف غامض ومجهول غير مفهوم، ولا يستطيع الفرد أن يحس به أو يعرف سببه، فهو رد فعل لخطر غريزي داخلي.

اذن على حسب فرويد فان مصدر القلق داخل الفرد والمتمثلة في مكون الشخصية التي تحدث عنها فرويد وهي الهو وهنا يغشي الفرد من سيطرة الهو والمكبوتات الغريزية عليه والتي يخاف من عدم مقدرته على ضبطها والتعامل معها فيسعى الانسان للقيام بعمل ما ممكن ان يعرضه للأذى، ويميز فرويد بين ثلاثة أنواع من القلق العصابي وهي:

## 1.القلق الهائم الطليق:

وهو قلق يتعلق بأية فكرة مناسبة أو أي شيء خارجي، والأشخاص المصابون بهذا النوع من القلق يتوقعون دائماً أسوأ النتائج، ويفسرون كل ما يحدث لهم أنه نذير سوء .

## 2.قلق المخاوف المرضية:

هي عبارة عن مخاوف تبدو غير معقولة، ولا يستطيع المريض أن يفسر معناها، وهذا النوع من القلق يتعلق بشيء خارجي معين، فهو ليس خوفاً معقولاً كما أننا لا نجد عادة ما يبرره، وهو ليس خوفاً شائعاً بين جميع الناس.

## 3 - قلق الهستيريا:

يرى فرويدان هذا النوع من القلق يبدو واضحاً في بعض الأحيان، وغير واضح في أحيان أخرى، كما يرى أن أعراض الهستيريا مثل الرعشة والإغماء وصعوبة التنفس، إنما تحل محل القلق، وبذلك يزول الشعور بالقلق أو يصبح القلق غير واضح، ومن هنا نجد أن أعراض الهستيريا نوعان أحدهما نفسي والآخر بدني.

(الخالدي واخرون 2009، ص 77\_78)

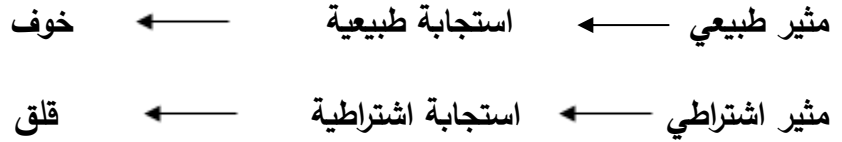
## النظرية السلوكية:

يتحدث السلوكيون عن القلق وحديثهم يختلف عن النظرية التحليلية فهم لا يستخدمون مفاهيم التحليلية من شعور ولا شعور لأنهم رفضوها ولا يتحدثون عن الشخصية الهو والانا والانا الأعلى، لان الشخصية من نظرهم هي عبارة عن تنظيم من عادات معينة يكتسبها الفرد في اثناء تكوينه ونشاته.

وعلى الرغم من اختلافها فانهم يشكون في راي واحد حول القلق بانه مرتبط بماضي الانسان وما واجهه من خبرات في الماضي، وان القلق والخوف ما هما الا استجابة انفعالية من نوع واحد، وان الاختلاف بين الاثنين يكمن في ان الخوف ذو مصدر موضوعي يدركه الفرد، في حين ان مصدر القلق او سببه يخرج عن مجال إدراك الفرد أي ان الفرد ليس واعيا بما يثير قلقه.

فالسلكيين يعتبرون القلق بمثابة (استجابة خوف تستثار بمثيرات ليس من شأنها ان تثير هذه الاستجابة، غير انها اكتسبت القدرة على اثاره هذه الاستجابة نتيجة لعملية تعلم سابقة)

اذن فان القلق والخوف استجابة انفعالية واحدة، ويمكننا التعبير عليها من خلال المعادلة التالية:



(عبدالغفار، ص 123)

## نظرية الجشطلت:

ينظر الجشطلتيون إلى القلق من خلال ثلاثة مضامين هي:

أ. المضمون السيكلوجي: يعتبر ان هناك صراع بين عمل واقدام الفرد على الاتصال بالعالم الخارجي لتحقيق وإشباع رغباته وحاجاته وبين إجمامه عن إتمام وإنجاز هذا الاتصال للأسباب اجتماعية عديدة ومدركه واشتراطيه.

ب. المضمون الفسيولوجي: ويعرف باسم معادلات القلق ويكون واضحا وظاهرا في الجاني الجسمي.

ج. المضمون المعرفي: حيث إن ترقب العواقب الوخيمة أفعالنا هو الذي يشكل المضمون المعرفي لقلقنا أي إن القلق ال يدور حول ما فعله الفرد حول العقاب المنتظر في المستقبل، ومن ثم يعيش الشخص في القلق في فجوة تفصل بين الحاضر والمستقبل وال تتسلل الأحداث في حياته بشكل سليم. إذا يقلق الفرد حين يترك الآن والحقيقة الجارية ويقفز إلى المستقبل المتصور الذي لم يولد بعد ومازال في رحم الغيب.

## النظرية المعرفية:

اختلف المعرفيون عن التحليلين والمدارس والنظريات الأخرى وجاءوا بشيء جديد وان ما توصلوا اليه المعرفيون وأصحاب هذه النظرية قريب من بعضه.

، Thorn ووليم سون Son William وباترسون Paterson ويعتبر اليس وثرون

من اهم من قدم تصورا حول النظرية المعرفية في العالج النفسي. ورغم أن أغلبهم خرجوا من عباءة التحليل النفسي إلا أنهم لا يولون للأحداث الماضية في حياة العميل نفس درجة اهمية كما عند التحليلين.

وتعزي هذه النظرية الى ان سبب القلق مبالغة الفرد في الشعور بالتهديدات والتي تعتبره مسبوق بأفكار وانماط خاطئة وتشوهات معرفية، والتي تترتب عليه سوء التفسير لشعوره بإحساسات جسمية عادية .



حيث الافراد القلقين يمرون بأفكار خاصة مرتبطة بخطر مدرك، وهذه الأنماط من الأفكار أشير إليها بتلقائية تظهر عشوائيا وبسرعة، وعادة ما تمر دون أن تلاحظ إلا إذا ركز الفرد توجيهها لها عمدا. تعكس هذه الأفكار تقييم الشخص للموقف تقييم مشوه مبالغ فيه تؤدي به لاستجابات انفعالية وسلوكية غير متكيفة.

يشار إلى العمليات المعرفية قصيرة المدى بالتوقعات، أساليب العزو والتقدير بينما يشار إلى العمليات طويلة المدى بالاعتقادات .

فالقلق هو حالة غير سوية ، ينطوي على العصاب حينما تتجاوز درجته الحد الذي يستثار بسبب وجود تهديد حقيقي أو عندما لا يكون هناك اي تهديد. والقلق يظهر مع تنشيط الخوف الذي يعتبر تفكيراً معبراً عن تقويم أو تقدير لخطر محتمل وبالتالي فإن للقلق نفس مكونات الخوف له مضمون معرفي وأخر جسمي وثالث انفعالي ورابع سلوكي إلا أن عناصره المعرفية تختلف عن تلك التي تثير الخوف في كونها عامة هائلة غير مرتبطة بموضوع حقيقي. (سامية 2018، ص 19)

#### المذهب الإنساني (الإنسانيون)

وتشير السامرائي في كتابها بانه، يؤكد الإنسانيون أن سبب الرئيس في حدوث القلق للأشخاص يعود للخوف من شيء غير معلوم وغير واضح أو المستقبل وأحداثه والتي تعمل على تهدد حيات الأفراد. ثم الخوف من الموت، والخوف من الفشل في تحقيق حياة طيبة يرضاها الفرد والخوف من الفشل في تحقيق الأهداف واختيار الأسلوب المناسب لحياته. وتحدثت بان القلق يزداد في حالات عدة منها:

أ- إذا فقد الفرد طاقته وقدراته نتيجة المرض الذي يفقده ممارسة نشاطه.

ب- تقدم السن.

ج - انخفاض عدد الفرص، ونسبة النجاح في مستقبله.

(السامرائي 2007، ص 46)

ويتحدث موسى ذكي عبد العاطي: وقال ان النظرية الإنسانية اختلفت عن باقي النظريات التي فسرت ان القلق منشأه من الماضي ، في تفسيرها لنشأة القلق مع النظريات السابقة حيث اعتبرت أن الحاضر والمستقبل هما اللذان يثيران القلق لدى الفرد عكس المدارس الأخرى، والتي اعتبرت أن الماضي هو الذي يسبب القلق لدى الأفراد وهم يرون أن الإنسان كائن حي يجب أن نحترمه ونقدره ولا ننظر إليه كألة ونقيم عليه التجارب

وغير ذلك من الأمور التي تهدر إنسانيته، فهم يدرسون مشكلات ذات معنى للإنسان ولوجوده ورسالته كالإرادة وحرية الاختيار، والمسئولية، ولا شك أن هذه المعاني قريبة من مفاهيم الدين الإسلامي الحنيف. (عبد العاطي 2021، ص603)

التفسيرات البيولوجية: والتي تتمثل في العوامل الوراثية والعوامل الفسيولوجية:

### 1. التفسيرات الوراثي لاضطرابات القلق:

يشير أصحاب هذه النظرية الى أسباب التي نشأت القلق لدى الافراد ترجع الى العوامل الوراثية والتي اشارت اليها الدراسات التي أجريت على شجرة النسب العائلي وهي استعداد الافراد للإصابة بالقلق يذهب الى وجود نمط وراثي لواحد من الجينات السائدة أي ان هذا النمط يسمح بقلق المرض الا وهو القلق من أحد الابوين وليس لازما ان يكون كلاهما ففي الجين السائد ينتقل تلقائيا من خلال الجين السائد.

وهناك أيضا دراسات أجريت على التوائم المتطابقة والتي أظهرت النتائج الى ان قوى الوراثة تميل الى ان تزيل في تأثيرها على عوامل البيئة من حيث الاسهام العام في نشأة المرض.

وأشار العلماء في هذه النظرية الى ان توارث الأبناء من الاباء تعمل على عدة تغيرات كيميائية في هذه الخلايا والتي تسبب في ظهور اعراض هذا المرض.

وبما ان العوامل الوراثية تسمح بنقل اضطراب القلق العام ، فان العوامل الوراثية تثبت أيضا قوتها على تناقل الامراض الأخرى للأفراد .

### 2. التفسير الفسيولوجي لاضطراب القلق:

هناك تفسيران للأساس الفسيولوجي للقلق كلا من الناحية التشريحية والكيميائية:

ففي الناحية التشريحية فان المناطق المسؤولة عن القلق تشمل قشرة الجبهة الامامية واللوزة وحصان البحر وقد أوضحت العديد من الدراسات التي قامت بفحص المخ باستخدام البوزيترون والتي بينت ان هناك فرق واختلاف في كمية سريان الدم بين نصفي المخ لدى مرضى القلق ، وزيادة نشاط الخلايا العصبية في منطقة الجسد الأزرق التي تعد مليئة بالنورادرينالين وتعتبر القشرة الجبهة الامامية هي المسؤولة للقلق لأنه له ارتباط بالتوقع الذي ممكن ان يحصل وهذه هي وظيفة المنطقة.

ويعد الهيبيوثلاموس هو احد المناطق المسؤولة عن الانفعال والقلق، وان جميع الامراض تحدث نتيجة استثارة الجهاز العصبي المتكون من الجانب السيمبثاوي والباراسيمبثاوي .

ومن العوامل الكيميائية المسؤولة عن القلق فهناك اعراض لها ومنها: زيادة افراز العرق ونقص افراز اللعاب والسبب في ذلك زيادة حساسية مستقبلات الادرينالين من نوع بيتا وان النهايات العصبية الموجودة في المشتبك العصبي تفرط في نشاطها الكهربائي وتسرف في انتاج امينات الكاتيكولوهذه المادة عبارة عن مواد منبه من اشهرها النوادرينالين وكذلك تبين ان الادوية المضادة للتوصيل السيروتيني تعمل على إزالة هذا القلق والذي يوضح العلاقة بينهما.

(فايد،2004،ص 271.273)

## الفصل الرابع : دراسات السابقة

1. الدراسات التي تناولت الاغتراب النفسي.

2. الدراسات التي تناولت قلق المستقبل.

3. تعقيب على الدراسات السابقة.

## تمهيد :

حاولت الباحثة عرض ما توفر لديها من دراسات سابقة، وقد تم عرضها من الحديث للقديم كما تم عرض الدراسات السابقة من خلال محورين هما: المحور الأول الاغتراب النفسي ، المحور الثاني قلق المستقبل. وان التطرق لجميع الدراسات السابقة والتي تتعلق بموضوع البحث والدراسة سوف توضح وتبين موقع ومكان دراستي من بين الدراسات السابقة.

## المحور الأول: الدراسات التي تناولت الاغتراب النفسي:

1. دراسة مشاري المالكي ومغاوري مرزوق(2024): التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لكل من الاغتراب النفسي وقلق المستقبل وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث.

هدفت الدراسة الحالية الى إختبار نموذج سببي للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة لمتغيرات الاغتراب النفسي وقلق المستقبل وتقدير الذات. حيث افترض النموذج وجود تأثيرات مباشرة للاغتراب النفسي على كل من قلق المستقبل وتقدير الذات، ووجود تأثيرات غير مباشرة للمتغير المستقل في النموذج وهو الاغتراب النفسي على المتغير التابع وهو تقدير الذات من خلال قلق المستقبل الذي يمثل المتغير الوسيط في النموذج. وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب من المرحلة الثانوية بمحافظة الليث واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الاغتراب النفسي ومقياس قلق المستقبل ومقياس تقدير الذات، ولتحليل نتائج الدراسة تم استخدام (IBM SPSS 23.0) و(20. AMOS) وقد نتج عن الدراسة ما يلي: أن مستوى الاغتراب النفسي لدى العينة محل الدراسة (متوسط)، ومستوى قلق المستقبل لديهم كان (منخفض)، ومستوى تقدير الذات (مرتفع). ووجود تأثير مباشر سالب دال إحصائياً للاغتراب النفسي على تقدير الذات لدى عينة الدراسة. وجود تأثير مباشر موجب ذو دلالة إحصائية للاغتراب النفسي على مستوى قلق المستقبل لدى عينة الدراسة، أيضاً وجود تأثير مباشر سالب لقلق المستقبل على تقدير الذات الأمر الذي يدل على أن زيادة قلق المستقبل تؤدي إلى نقص مستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة وبالتالي يمكن اعتبار قلق المستقبل كمتغير وسيط من خلال ابعاده التالية التفكير السلبي تجاه المستقبل النظرة السلبية للحياة، والمظاهر النفسية لقلق المستقبل وبالتالي يمكن اعتبار هذه الأبعاد كمتغيرات وسيطة بين الاغتراب النفسي وتقدير الذات. وأن نموذج التأثيرات المباشرة وغير المباشرة الذي يتوسطه قلق المستقبل هو أفضل نموذج يفسر التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل وتقدير الذات لدى العينة محل الدراسة.

2. دراسة صالحه علي الترهوني(2023): الاغتراب النفسي لدى طلبة قسم التربية وعلم النفس بكلية التربية وعلاقته ببعض المتغيرات.

هدف البحث إلى التعرف على الاغتراب النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة قسم التربية وعلم النفس بكلية التربية جامعة مصراتة حيث اشتملت عينة البحث على (١٣٤) طالباً وطالبة، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث الأصلي البالغ عددهم (٢٠١) طالباً وطالبة، واعتمدت الباحثة مقياس الاغتراب النفسي المعد من قبل "هاني أبو عمرة عام (٢٠١٢) وتم استخراج صدق وثبات المقياس حيث بلغ ثبات المقياس (٠.٨٦٨) باستخدام الاتساق الداخلي عن طريقة معادلة ألفا كرونباخ. والتي أظهرت النتائج الى وجود: متسوى الاغتراب النفسي لدى طلبة قسم التربية وعلم النفس جامعة مصراتة جاء متوسطا ولا توجد فروق ذات دلالة احصائيا حول مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة يرجع الى متغير الفصل الدراسي والتحصيل الدراسي.

3. دراسة ايه من على ريحان(2023): الاغتراب النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلاب الجامعة.

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين الاغتراب النفسي ومفهوم الذات لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من 150 طالباً وطالبة جامعية من طلاب كلية الآداب، التربية العلوم التمريض بجامعة بورسعيد ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٨. ٢١) عاماً، وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة، واستخدمت الباحثة الأدوات التالية: (مقياس الاغتراب النفسي إعداد الباحثة)، ومقياس مفهوم الذات إعداد الباحثة) واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وقد أسفرت النتائج عن وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين بعض أبعاد الاغتراب النفسي وبعض أبعاد مفهوم الذات لدى طلاب الجامعة

4. دراسة زين العابدين المقرود(2022): الاغتراب النفسي بين الطلاب الأجانب.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة الاغتراب النفسي لدى الطلبة الوافدين، وكذلك التعرف على الفروق في مستوى الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، وتكونت العينة من 73 طالبة من الصحراء الغربية، وطبقت عليهن درجة الاغتراب النفسي، وتمت معالجة البيانات إحصائياً بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وكشفت النتائج عن وجود اغتراب منخفض لدى طلبة الصحراء الغربية،

##### 5. دراسة نجاح عواد السميري وآخرون (2022): النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهقين.

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى العلاقة بين النوموفوبيا والاغتراب النفسي، والكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات البحث، ومعرفة درجة الإسهام النسبي للنوموفوبيا في التنبؤ بالاغتراب النفسي لدى المراهقين، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي، ومقياس النوموفوبيا (Yildirim & Correia, 2015)، ومقياس الاغتراب النفسي من إعدادهما، تم تطبيقهما على عينة من (600) مراهقاً ومراهقةً من محافظات غزة، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين النوموفوبيا والاغتراب النفسي، ووجود فروق تعزى لمتغير الجنس في النوموفوبيا والاغتراب النفسي لصالح الإناث، وأسهمت النوموفوبيا بمقدار (0.35) بالتنبؤ بالاغتراب النفسي، وفي ضوء النتائج تم اقتراح توصيات من أهمها عقد الندوات والدورات الإرشادية والتثقيفية للمراهقين حول مدى خطورة الإفراط في استخدام الهاتف النقال، وتأثيره على سلوكهم وصحتهم النفسية.

##### 6. دراسة نجوى حسن عبدالباري وآخرون (2021): الاغتراب النفسي وعلاقته بمستوى الطموح وقلق المستقبل لدى الطلبة المغتربين بالمدن الجامعية.

هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين الاغتراب النفسي ومستوى الطموح وقلق المستقبل لدى الطالب المغتربين بالمدن الجامعية، على عينة 222 مفردة طالبا وطالبة وهم الذين تم تطبيق أدوات البحث. ومن أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة: أنه لا توجد فروق بين الطالب المغتربين حسب الجنس في درجة الاغتراب النفسي وتم قبول الفرض الأول والثاني والثالث والرابع، بينما تم رفض قبول الفرض الخامس والسادس والسابع والثامن من فروض الدراسة.

كما أوصت الدراسة: بزيادة الاهتمام بتنمية الوعي لدى المغتربين في المدن الجامعية، والعمل على زيادة الخدمات ووسائل الترفيه المختلفة وإجراء المزيد من الدراسات حول الاغتراب النفسي لدى فئات أخرى من المجتمع في ضوء عوامل لها علاقة بتزايد الاغتراب النفسي بهدف إيجاد الحلول المناسبة للعوامل والمسببات وبناء برامج إرشادية لخفض مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة وأجراء بحوث تتناول تأثير قلق المستقبل على بعض الجوانب الشخصية لدى عينات من مراحل عمرية مختلفة.

##### 7. دراسة ايناس محمد المحمدى حواس (2021): الاغتراب النفسي وعلاقته بالادمان لدى الشباب.

الكشف عن الفروق في الاغتراب النفسي بين الشباب المدمن والشباب غير المدمن

،والكشف عن الفروق في كل أبعاد الاغتراب النفسي ،(العزلة الاجتماعية ،التمرد) بين الشباب المدمن والشباب غير المدمن تكونت عينة الدراسة من (20) شاب،(10)شاب مدمن و(10) شباب غير مدمن..

كما اعتمدت الباحثة عمى المنهج الوصفي، واعتمدت في جمع البيانات عمى مقياس الاغتراب النفسي لزينب محمود شقير، وبعدها تم التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس من خلال حساب معاملات الصدق والثبات والتأكد من دلالتها قبل تطبيق الدراسة الأساسية ،

كما تم استخدام برنامج ( SPSS V ومعامل الارتباط في معالجة البيانات الإحصائية.

وتوصلت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاغتراب النفسي والعزلة الاجتماعية والتمرد بين الشباب المدمن والشباب غير المدمن.

8. دراسة سعد عباس عودة الدريساوي واخرون(2020) بعنوان: الاغتراب النفسي لدى عينة من النازحين في محافظة بغداد.

تكون مجتمع البحث من (39,653) نازحا، وتم اختيار العينة النهائية من البحث والبالغ عددها (399) من الذكور والإناث عشوائيا. ويشمل كلا الجنسين (الذكور والإناث). هدف البحث إلى التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى النازحين في محافظة بغداد، والتعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى النازحين حسب متغير الجنس (ذكر – أنثى)، ولتحقيق أهداف البحث، اعتمد الباحث مقياس كرمش(2016) للاغتراب النفسي ويتكون من (30) فقرة. تم حساب الخصائص القياسية للمقياس مع الصلاحية والموثوقية ،حيث تم تمثيل مؤشرات الصدق بطريقتين ، وهما الصدق الخارجي. تمت الموافقة على بناء واستقرار المقياس بطريقتين لإعادة التطبيق وطريقة التجزئة النصفية. وقام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة البحث وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS) وخلص الباحثون إلى أن النازحين يعانون من مشاعر الاغتراب النفسي بدرجة عالية، فهناك فروق بين مستوى الاغتراب النفسي بين الجنسين (ذكور – إناث) لصالح الذكور.

9. دراسة ليونيد في فينوكوروف واخرون(2020): مساهمة السمات النفسية الفردية في تحديد ظاهرة الاغتراب.



باستخدام طريقة الاستبيان على عينة مكونة من 92 موظفًا ناطقًا بالروسية من نوع المهن "شخص-شخص"، تم التحقق من علاقة اغتراب العمل بالخصائص الشخصية. وقد وجد أن الاغتراب في العمل له ارتباط ببعض السمات الشخصية. كما أن إشباع الاحتياجات النفسية الأساسية في العمل يعد مؤشرًا هامًا على الاغتراب في العمل. أثبتت الدراسة أن الاغتراب في العمل هو بناء مرن نسبيًا للتغيرات في مكان العمل التي تتعلق بالاستقلالية والكفاءة والعلاقات الاجتماعية. يمكن استخدام نتائج البحث كمبرر تجريبي لنموذج الظاهرة وكذلك في تطوير نهج متميز لمنع وتدخل الاغتراب في العمل، اعتمادًا على الخصائص الشخصية للموظفين.

#### **10. دراسة راضي حسن الجبوري واخرون(2019) بعنوان: الاغتراب النفسي لدى طالبات كلية التربية للبنات.**

يمثل الطلبة في المرحلة الجامعية شريحة مهمة من شرائح المجتمع لعدم ثروة بكل امة تتشد إلى الرقي والتقدم وطاقة حيوية متدفقة لها القدرة على رسم ملامح الحركة والتجديد في المجتمع وتحديد لما يمتلكونه من طاقات وامكانيات علمية فلا بد من الاهتمام بهذه الشريحة من الناحية العلمية والنفسية ويمثل الاغتراب النفسي من أكثر الجوانب المتميزة لحالة الأزمة النفسية. او الابتعاد عن المواقف الاجتماعية لذلك حددت اهداف البحث . التعرف على الاغتراب النفسي لدى طالبات كلية التربية للبنات. الفروق ذات الدلالة الاحصائية على وفق متغير القسم لدى متغير الاغتراب النفسي الفروق ذات الدلالة الاحصائية على وفق متغير المرحلة (ثاني، رابع المتغير الاغتراب النفسي وتحقيقاً لأهداف البحث فقد تم استخدام مقياس الاغتراب النفسي والمعد من قبل نوفل (2016) وبعد ايجاد الهدف وثبات المقياس فقد تم تطبيقه على عينة من طالبات كلية التربية للبنات والبالغ عددها (200) طالبة موزعين على قسمي الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي وقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وبعد جمع المعلومات ومعالجتها احصائياً تم التوصل إلى النتائج الآتية أن عينة البحث الأساسية لا تعاني من الاغتراب النفس لا توجد فروق ذات دلالة احصائية على وفق متغير القسم. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية على وفق متغير المرحلة وخرجت الدراسة بجملة من التوصيات والمقترحات الكلمات المفتاحية / طالبات كلية التربية للبنات / الاغتراب النفسي.

#### **11. دراسة السعد هدي بنت حسين محمد(2017)بعنوان: الاغتراب النفسي لدى النساء ضحايا العنف الاسري.**

تتلخص في التساؤل الرئيس التالي ما واقع الاغتراب النفسي لدى نساء ضحايا العنف الأسري في المنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية وهدفت الدراسة الى، التعرف إلى الفروق في الاغتراب النفسي لدى نساء ضحايا العنف الأسري التي تعزى النوع الصنف جسدياً نفسياً، لفظياً جنسياً، و التعرف إلى الفروق في الاغتراب النفسي لدى النساء ضحايا العنف الأسري التي تعزى المتغيرات الديموغرافية الآتية: العمل المستوى الاقتصادي، المستوى التعليمي، الحالة الاجتماعية القائم بالعنف مجتمع الدراسة وعينتها تكون مجتمع الدراسة من جميع النساء المسجلات لدى . وحدات الحماية الاجتماعية في المنطقة الشرقية (الأحساء، الدمام خلال العام الدراسي (2016). وقد بلغت عينة الدراسة (97) من النساء المسجلات لدى وحدات الحماية الاجتماعية في المنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية منهج الدراسة: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي الأدوات استخدمت كأداة للدراسة مقياس الاغتراب النفسي من إعداد: سميرة أبكر 1989م أهم النتائج: توجد فروق ذات دلالة إحصائية على متغيرات (فقدان الشعور بالانتماء، عدم الالتزام بالمعايير الحجر، عدم الإحساس بالقيمة مركزية الذات الدرجة الكلية المقياس الاغتراب النفسي باختلاف متغير نوع العنف لدى النساء ضحايا العنف الأسري في المنطقة الشرقية، وانخفاض مستوى الاغتراب النفسي لدى النساء ضحايا العنف الأسري التوصيات توفير قاعدة بيانات ومعلومات حول العنف الأسري في المملكة العربية السعودية وأن تضيع وزارة العمل والتنمية الاجتماعية مواجهة العنف الأسري من أولوياتها. الكلمات المفاتيح الاغتراب النفسي العنف الأسري.

## 12. دراسة جعفر صادق عبيد العامري(2016): الاغتراب النفسي لدى طلاب معهد اعداد المعلمين.

يهدف البحث الحالي الى قياس الاغتراب النفسي لدى طلاب معهد إعداد المعلمين ، ولغرض تحقيق اهداف البحث أعد الباحث مقياس لهذا الغرض، إذ تكون مقياس الاغتراب النفسي من (32) فقرة ، بعد حساب الصدق الظاهري وحساب القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية والثبات (بطريقة اعادة الاختبار ، والتجزئة النصفية، ومعادلة الفاكرونباخ ومعادلة هوايت ) وقد أظهرت نتائج البحث أن طلاب معهد إعداد المعلمين لديهم الشعور بالاغتراب النفسي.

وفي ضوء ذلك يوصي الباحث استعمال المرشدين التربويين المقياس الاغتراب النفسي الذي أعده الباحث أداة تشخيصية لكشف حالات الاغتراب بين الطلبة، والاهتمام بمشكلات الطلبة، وخصوصاً تلك التي تتعلق بانتمائهم الى مدارسهم ومجتمعهم من أجل وضع الحلول المناسبة وتحقيق توافقهم النفسي والاجتماعي.

## 13 دراسة تشوكا مايك ايفيجوازي واخرون(2015): الاغتراب والصحة النفسية: الاعتدال بالمرونة

اعتمدت هذه الدراسة المنظور الجذري للاغتراب المتصور في مجالات الحياة الشخصية والسياسية والاجتماعية والاقتصادية وفحصت علاقاتها بالرفاهية النفسية. كما تمت دراسة الدور الوسيط للمرونة في العلاقة بين الجوانب الثلاثة للاغتراب والرفاهية النفسية. تم تصور الرفاهية النفسية على أنها تقرير ذاتي عن الضيق النفسي. كان المشاركون 337 طالبًا جامعيًا (164 ذكرًا و173 أنثى؛ العمر  $M = 23.42$  ،  $SD = 3.70$ ) وهم من الشباب الأصليين في منطقة دلتا النيجر الغنية بالنفط في نيجيريا. واستخدمت ارتباطات بيرسون وتحليل الانحدار المتعدد لتحليل البيانات. وأظهرت النتائج أن الاغتراب بين الأشخاص، والاعتراب السياسي، والاعتراب الاجتماعي والاقتصادي كانت مرتبطة بشكل إيجابي بالضيق النفسي في حين أن المرونة كانت مرتبطة سلبًا بالضيق النفسي. كما تم التنبؤ بالضيق النفسي من خلال الاغتراب والمرونة. لم تخفف المرونة العلاقة بين الاغتراب بين الأشخاص والضيق النفسي ولا الاغتراب السياسي والضيق النفسي، ولكن العلاقة بين الاغتراب الاجتماعي والاقتصادي والضيق النفسي تم تخفيفها من خلال المرونة. وقد تم التوصل إلى أن البدء ببرامج بناء المرونة كشكل من أشكال التدخلات المعرفية السلوكية والوجودية قد يخفف من العلاقة السلبية بين الاغتراب والضيق النفسي

#### **14. دراسة ليث حازم حبيب(2014): الاغتراب النفسي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة نينوى.**

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة البحث، تكونت عينة البحث من (٢٠٠) تلميذ وتلميذة من تلاميذ التربية الخاصة في محافظة نينوى ، قام الباحث ببناء مقياس الاغتراب النفسي لدى عينة البحث الحالي واعتمد الأساليب العلمية في البناء مستخدماً صدق المحكمين والقوة التمييزية لل فقرات والاتساق الداخلي ، فضلاً عن الصدق العاملي ، وتكون المقياس بصورته النهائية من (٢٨) فقرة بعد التأكد من صدق وثبات المقياس ، واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة منها (معامل ارتباط بيرسون ، اختبار التحليل العاملي). - Test لعينة واحد ، والاختبار الثاني لعينتين مستقلتين

#### **15. دراسة محمد احمد شاهين واخرون(2013): الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة جامعتي القدس والقدس المفتوحة في فلسطين.**

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى كل من الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى طلبة جامعتي القدس والقدس المفتوحة وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية (كجنس الطالب. والمستوى الدراسي، والتقدير الأكاديمي، ومكان الإقامة، ونظام التعليم المتبع في الجامعة) على الاغتراب النفسي وتقدير الذات، وكذلك معرفة العلاقة بين

الاغتراب النفسي وتقدير الذات. وتكونت عينة الدراسة من (٩٥٠) طالبا وطالبة منهم (٥٨١) من طلبة جامعة القدس و (٣٦٠) من طلبة جامعة القدس المفتوحة، خلال العام الدراسي ٢٠١٢/٢٠١٣ اختيروا بطريقة المعاينة الطبقيّة العشوائية حسب متغيري الجنس والجامعة، وقد شكلت

العينية ما نسبته (٥%) من المجتمع الأصلي. أظهرت نتائج الدراسة أن الدرجة الكلية للاغتراب النفسي لدى طلبة جامعتي القدس والقدس المفتوحة كانت متوسطة، حيث بلغت قيمة متوسط النسبة المئوية لاستجاباتهم (٥٢,٦%)، وكانت الدرجة لتقدير الذات متوسطة أيضا، حيث بلغت قيمة متوسط النسب المئوية على مجمل الفقرات (٦٩,٦) وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط عكسية (سلبية ذات دلالة إحصائية على مستوى الدلالة (٤٠,٠٥) بين درجة الاغتراب النفسي وبين درجة تقدير الذات لدى طلبة الجامعات، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون بينهما (-٠.٥٤)، أي أنه كلما ازدادت درجة الاغتراب كلما انخفضت درجة تقدير الذات والعكس صحيح.

كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في متوسطات كل من الاغتراب النفسي

وتقدير الذات لدى طلبة جامعتي القدس والقدس المفتوحة تبعا لمتغير المستوى الدراسي ومكان الإقامة، أما الفروق التي تعزى لمتغير الجنس، فكانت دالة في متوسطات الاغتراب النفسي ولصالح الذكور، بينما كانت الفروق في متوسطات تقدير الذات لصالح الإناث، أما الفروق التي تعزى للتقدير الأكاديمي، فكانت دالة في متوسطات الاغتراب النفسي ولصالح التقديرين جيد وممتاز، وهي أيضاً دالة إحصائياً في متوسطات تقدير الذات باختلاف التقدير الأكاديمي ولصالح التقديرين جيد وجيد جدا.

## المحور الثاني: الدراسات التي تناولت قلق المستقبل

1. دراسة رعد المفيد و احمد الحميضي (2023) بعنوان: قلق المستقبل وحل المشكلات كمنبئين بالافكار الانتحارية لدى طالبات الجامعات.

هدفت الدراسة الحالية إلى تحديد بعض العوامل التي تساعد في التنبؤ بحدوث الأفكار الانتحارية: وذلك من خلال دراسة العلاقة بينها وبين متغيرات حل المشكلات وقلق المستقبل لدى عينة من طالبات جامعة الطائف وقد استهدفت الدراسة عينة عشوائية من الطالبات في مرحلة البكالوريوس مكونة من (146) طالبة، أعمارهن تراوح بين (18) (25) وللإجابة على أسئلة الدراسة تم الاعتماد على الإحصاء الوصفي الارتباطي باستخدام مقياس قلق المستقبل (المشيخي. 2009)، ومقياس الأفكار الانتحارية (الحارثي 2019)، ومقياس حل المشكلات الحريزي (2017). ثم تحليل البيانات إحصائياً من خلال معامل ارتباط سيرمان والانحدار الخطي المتعدد، وأدوات التحليل الإحصائي الوصفي كالأوساط 20 الحسابية، والانحراف المعياري .

## 2.دراسة سوزان مسعود(2023) بعنوان: الكفاءة السيكومترية لمقياس قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.

استهدف البحث الحالي التعرف على طبيعة الكفاءة السيكومترية المقياس قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية ويتكون المقياس من أربعة أبعاد ، وهما الخوف والقلق من الفشل في المستقبل ، عدم تقبل الواقع وتوقع السوء ، أحاديث الفرد الذاتية ، الاهداف والطموحات استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية تراوحت أعمارهم من (١٦) - (١٨) عاماً بمتوسط حسابي قدره (٠.٧٣) ، وقسموا إلى مجموعتين مجموعة تجريبية (١٥) طالباً وضابطه (١٥) طالباً ، واشتملت الدراسة على مقياس قلق المستقبل (اعداد الباحثة) وذلك عن طريق استخدام المعالجات الاحصائية المناسبة ، من خلال حزمة البرامج الاحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروفة اختصاراً بـ (Spss) ، وتوصلت نتائج البحث إلى انه يتوفر مؤشرات الاتساق الداخلي والصدق والثبات المقياس قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية ، بما يجعله اداة صالحة للاستخدام لتحقيق الاهداف التي وضع من أجلها ، ومن ثم توصى الباحثة بإجراء مزيد من الدراسات التي تستهدف خفض قلق المستقبل لدى هذه الفئة باستخدام المقياس الحالي.

### 3. دراسة مسعد أبو الديار (2022): قلق المستقبل والاكتئاب كمتغيرات منبئة بتناقضات إدراك الذات لدى الشباب مدمني الفيسبوك.

هدفت الدراسة الحالية إلى كشف العلاقة بين قلق المستقبل والاكتئاب وتناقضات إدراك الذات، والتعرف على مدى اسهام قلق المستقبل والاكتئاب كمتغيرات منبئة بتناقضات إدراك الذات لدى الشباب مدمني الفيسبوك، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالباً وطالبة مقسمة بالتساوي على قسمي علم النفس والاجتماع بكلية الآداب جامعة السويس من الفئة العمرية (18 - 21 سنة)، بمتوسط عمري قدره (20.21) وانحراف معياري (2.32) سنة، واختيرت العينة اختياراً عشوائياً، طُبّق عليهم مقاييس قلق المستقبل والاكتئاب وتناقضات إدراك الذات، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط موجب دال بين قلق المستقبل والاكتئاب وبين تناقضات إدراك الذات لدى عينة الدراسة من الذكور والإناث، كما تبين وجود فروق دالة بين الذكور والإناث على مقياس تناقضات إدراك الذات في اتجاه الإناث، بينما تبين وجود فروق دالة بين الذكور والإناث على مقياسي قلق المستقبل والاكتئاب في اتجاه الذكور. واتضح وجود فروق دالة بين بين متوسطات درجات الأصغر سناً والأكبر سناً على مقاييس قلق المستقبل والاكتئاب وتناقضات إدراك الذات في اتجاه الأكبر سناً، كما لُوحظ أن لكل من قلق المستقبل والاكتئاب معاً قدرة تنبؤية مرتفعة بتناقضات إدراك الذات لدى عينة الدراسة، وأن قلق المستقبل منفرداً لديه قدرة تنبؤية مرتفعة بتناقضات إدراك الذات لدى عينة الدراسة.

### 4. دراسة جنان توفيق (2022) بعنوان: قلق المستقبل لدى طلبة جامعة كرميان

يستهدف البحث الحالي التعرف على قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة - الفروق في قلق المستقبل تبعاً لمتغيرات الجنس (ذكور - أناث) والتخصص (علمي - أنساني)، ولتحقيق اهداف البحث ثم اعداد الاستبانة تتضمن اربعة مجالات : مجال الافكار السلبية للمستقبل : مجال النظرة السلبية للمستقبل، مجال الاستثارة من المستقبل الدراسي مجال الصحة، وتم التحقق من الصدق والثبات والتميز للفقرات طبق على عينة مكونة من (١٠٠) طالب وطالبة من الاقسام العلمية والانسانية في المرحلة الرابعة بالطريقة العشوائية بواقع (٥٠) طالب من الاقسام العلمية و (٥٠) طالب من الاقسام الانسانية ، وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائياً كانت النتائج كالاتي للتعرف على قلق المستقبل لدى عينة البحث تبين أن القيمة الثانية المحسوبة بلغت (٥٧٠٣)، وهذا يشير إلى أن طلبة الجامعة لديهم قلق المستقبل عالي تم رتبته المجالات تنازلياً وفق

الوسط المرجح والوزن المنوي لكل مجال كذلك رتبت الفقرات تنازلياً. وفسرت رت هذه النتائج وفق الدراسات السابقة والادبيات المعتمدة ، أما فيما يتعلق بالهدف الثاني التعرف على الفروق في قلق المستقبل تبعاً المتغيرات الجنس، التخصص، وقد أظهرت النتائج الآتي الا توجد فروق تبعاً لمتغير الجنس ذكور إناث)، فيما يتعلق بالتخصص العلمي - إنساني) وقد أظهرت نتائج البحث لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة التخصص العلمي وبين طلبة التخصص الإنساني في قلق المستقبل . - وفسرت هذه النتيجة بان قلق المستقبل لدى الذكور والانات نتيجة للأوضاع العامة التي يعيشها الطلبة تفشي البطالة وتردي الوضع المادي أدى لتفتي القلق لدى الطلبة بغض النظر عن الجنس والاختصاص.

#### 5. دراسة خيخي رابحة، بورقعة نسيمه(2022): مستوى الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى المراهقين الايتام وغير الايتام.

هدفت الدراسة الى معرفة مستوى الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى المراهقين الايتام وغير الايتام، حيث شملت عينة الدراسة 100 تلميذ وتلميذة بطريقة عشوائية بثانوية قروط بوعلام، بمدينة ادرار طريق تليلان ، بمختلف المستويات حيث تراوحت اعمارهم ما بين (17-21) سنة . باستخدام المنهج الوصفي وباستعمال مقياس الاغتراب النفسي ومقياس قلق المستقبل على جميع افراد العينة، حيث كشفت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل ، وأشارت النتائج ايضا الى وجود مستوى مرتفع للاغتراب النفسي ومستوى متوسط لقلق المستقبل بالإضافة الى وجود فروق دالة احصائيا في مستوى كل من الاغتراب النفسي وقلق المستقبل .

#### 6. دراسة رضا إبراهيم(2021) : نمذجة العلاقات السببية بين اليقظة العقلية والتنظيم الانفعالي وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة .

هدف البحث إلى معرفة التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لليقظة العقلية كمتغير مستقل على قلق المستقبل كمتغير تابع من خلال التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط لدى طلاب جامعة الأزهر، وذلك من خلال نموذج مقترح افترض فيه الباحث وجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة لليقظة العقلية على قلق المستقبل، وتكونت عينة البحث الأساسية من (٤٧٢) طالبا وطالبة بواقع (٢٤٣) طالبا ٢٢٩ (طالبة من طلاب كلية التربية بتفهننا الأشرف جامعة الأزهر، وكلية الدراسات الإسلامية والعربية بنات بالسادات بجامعة الأزهر، واشتملت أدوات البحث على مقياس اليقظة العقلية ومقياس التنظيم الانفعالي ومقياس قلق المستقبل. وكلهم من إعداد الباحث، وبعد تحليل البيانات إحصائيا باستخدام أسلوب تحليل المسار توصلت النتائج إلى وجود مطابقة

جيدة بين نموذج تحليل المسار المقترح وبيانات عينة البحث بالنسبة للعلاقات المختلفة بين متغيرات البحث وجود تأثيرات مباشرة دالة إحصائياً لليقظة العقلية في قلق المستقبل، وجود تأثيرات مباشرة دالة إحصائياً لليقظة العقلية في التنظيم الانفعالي عدا بعدي التصرف بوعي - عدم الحكم على الخبرات الداخلية"، وجود تأثيرات مباشرة دالة إحصائياً للتنظيم الانفعالي في قلق المستقبل، وجود تأثيرات غير مباشرة دالة إحصائياً لليقظة العقلية في قلق المستقبل من خلال التنظيم الانفعالي عدا بعدي التصرف بوعي - عدم الحكم على الخبرات الداخلية، وجود تشابه في نموذج تحليل المسار لليقظة العقلية والتنظيم الانفعالي وقلق المستقبل بين الذكور والإناث.

#### 7. دراسة ماريوس دوبلاجوا واخرون (2021) بعنوان: العلاقة بين قلق المستقبل ومحو الامية الصحية وتصور جائحة كوفيد19.

كان الهدف من هذه الدراسة هو تحليل مستوى ومحددات القلق المستقبلي في المجتمع البولندي المتعلق بجائحة كوفيد-19 بعد ثلاثة أشهر من ظهور حالة الوباء. يعتمد التحليل الوارد في الورقة على البيانات التي تم الحصول عليها من خلال مسح على شبكة الإنترنت تم إجراؤه على عينة تمثيلية مكونة من 1002 من البالغين البولنديين الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و 74 عامًا. تم تطوير نموذج الانحدار الخطي الهرمي لتحليل محددات القلق المستقبلي من الردود على استبيان يتكون من خمسة بنود. أظهر نموذج الانحدار الذي تم تطويره في الخطوة الأخيرة أن درجة مقياس القلق المستقبلي كانت مرتبطة بشكل كبير بالجنس والحالة المهنية ومحو الامية الصحية و التهديد الصحي المتصور المتعلق بكوفيد19 و نظريات المؤامرة الأكثر شعبية،

في الختام، فإن جائحة كوفيد-19 ليست سبباً لزيادة الأعراض العقلية فحسب، بل هي أيضاً سبب لزيادة القلق في المستقبل. ترتبط التدابير المتعلقة بالصحة بشكل كبير ب.

#### 8.دراسة ايف توييفي واخرون(2020) بعنوان: الفروق الفردية في المرونة تتنبأ بالقلق و القلق في المستقبل.

ارتبط العجز في المرونة المعرفية بالقلق والقلق ، ولكن القليل من الدراسات قد قيمت المرونة المعرفية في سياق المحفزات العاطفية (أي المرونة العاطفية). بحثت الدراسة الحالية) ن (79 =فيما إذا كانت الاختلافات الفردية في المرونة العاطفية تتنبأ بمستويات القلق والقلق على مدى سبعة أسابيع. تم قياس المرونة العاطفية



باستخدام نموذج تبديل المهام. أظهرت النتائج أن تحويل الانتباه الأقل كفاءة نحو الجوانب العاطفية للمحفزات الإيجابية تنبأ بقلق أعلى بمرور الوقت. بالإضافة إلى ذلك ، فإن تحويل الانتباه بشكل أكثر كفاءة بعيداً عن الجوانب العاطفية إلى الجوانب غير العاطفية للمنبهات السلبية تنبأ بزيادة القلق والقلق بمرور الوقت. يمكن فهم هذه النتيجة الأخيرة من خلال النظر في النماذج النظرية والأدلة التجريبية التي تربط تجنب المعلومات السلبية بزيادة القلق. كانت التأثيرات صغيرة وتتطلب تكرارها في عينات تمثيلية أكبر ، لكنها مؤشر أولي على أن القلق قد لا يرتبط بضعف عام في المرونة المعرفية. بدلا من ذلك ، تؤكد دراستنا على أهمية تقسيم المرونة المعرفية إلى مكونات مختلفة للتحقيق في علاقات أكثر دقة.

### 9. دراسة الشمري (2019): قلق المستقبل وعلاقته بجودة الحياة لدى مجهولي الهوية.

هدفت الدراسة التعريف بمستوى القلق المستقبلي لمجهولي الهوية، والتعريف مستوى جودة الحياة لدى مجهولي الهوية، والتعرف على علاقة قلق المستقبل بجودة الحياة لدى مجهولي الهوية، التعريف بالعلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل لمجهولي الهوية تبعاً (للمستوى التعليمي، العمر الزمني). المنهج المتبع في الدراسة وأدواته: قد استخدم الباحث المنهج الوصفي (الارتباطي)، كما استخدم الباحث مقياس جودة الحياة وأيضا مقياس قلق المستقبل كأداة لجمع بيانات الدراسة. مجتمع الدراسة وعينته: تم تطبيق أداة الدراسة على عينة من مجهولي الهوية في المنطقة الوسطى (الرياض - القصيم - حائل) بلغ عددهم (66) فرداً.

### 10. دراسة بودريالة شهرزاد (2019): قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ الطور الثانوي.

درس هذا البحث موضوع قلق المستقبل و علاقته بتقدير الذات و الدافعية للإنجاز لدى تلاميذ الطور الثانوي، و لقد شملت عينة البحث 309 تلميذ من الطور الثانوي بواقع (168 أنثى و 141 ذكر)، موزعين على مختلف الشعب و المستويات الدراسية وتوصلت الدراسة الى ، تأثر تلاميذ الطور الثانوي من قلق المستقبل بدرجة متوسطة، توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل و تقدير الذات لدى عينة الدراسة ، لا توجد فروق ذات دالة إحصائية بين قلق المستقبل و تقدير الذات لدى عينة الدراسة تعزى للجنس و المستوى الدراسي، و التخصصات الدراسية، توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل و الدافعية للإنجاز لدى عينة الدراسة، لا توجد فروق ذات دالة إحصائية بين قلق المستقبل والدافعية للإنجاز لدى عينة الدراسة تعزى للجنس و المستوى الدراسي، و التخصصات الدراسية،

و لقد استخدمت الطالبة الباحثة أدوات لجمع البيانات المراد دراستها و هي مقياس تقدير الذات لروزنبرغ تعريب علي بوطاق، و مقياس الدافع للإنجاز لهارمنز تعريب فاروق عبد الفتاح موسى، و مقياس قلق المستقبل لمسعود سناء منير.

## 11. دراسة دلال سامية(2018)بعنوان: علاقة قلق المستقبل بالدافعية للتعلم وانعكاسها على التوافق الدراسي.

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة المحتملة بين قلق المستقبل ودافعية التعلم و انعكاسها على التوافق الدراسي لدى المتعلم في ضوء متغيري الجنس و التخصص الدراسي ، وتوصلت النتائج الى: . العلاقة بين أبعاد متغير قلق المستقبل ودافعية التعلم علاقة إيجابية ، تؤثر أبعاد متغير قلق المستقبل على أبعاد متغير التوافق الدراسي لدى المتعلم؛ تؤثر دافعية التعلم على أبعاد متغير توافق المتعلم الدراسي إيجابيا ، لا يوجد اختلاف في تأثير المتغيرات المستقلة أبعاد متغير قلق المستقبل ودافعية التعلم على المتغيرات التابعة أبعاد متغير التوافق الدراسي بين الجنسين (إناث - ذكور)، يوجد اختلاف جزئي في تأثير المتغيرات المستقلة أبعاد متغير قلق المستقبل ودافعية التعلم على المتغيرات التابعة أبعاد متغير التوافق الدراسي بين التلاميذ العلميين وأولئك الأدبيين.

## 12. دراسة جايد كيو واخرون(2015) بعنوان: التفكير المستقبلي العرضي في اضطراب القلق العام.

ركزت الأبحاث حول الإدراك الموجه نحو المستقبل في اضطراب القلق العام (GAD) في المقام الأول على القلق، في حين لا يُعرف سوى القليل عن دور التفكير المستقبلي العرضي(EFT) ، وهي عملية معرفية قائمة على الصور. لتوصيف التحويل الإلكتروني في هذا الاضطراب، استخدمنا إجراء إعادة التركيب التجريبي، حيث قام 21 GAD و 19 مشاركًا صحيًا بمحاكاة أحداث مستقبلية جديدة إيجابية ومحايدة وسلبية إما مرة واحدة أو بشكل متكرر، وقاموا بتقييم تجربتهم الظاهرية في التحويل الإلكتروني. أظهرت النتائج أن عناصر التحكم السليمة تولد تلقائيًا تحويل إلكتروني أكثر تفصيلاً عبر عمليات المحاكاة المتكررة. وجدت كلتا المجموعتين أن توليد التحويل الإلكتروني أسهل بعد عمليات المحاكاة المتكررة، إلا عندما قام المشاركون في GAD بمحاكاة الأحداث الإيجابية. كما لاحظوا أيضًا أن الأحداث المستقبلية السلبية - وليست الإيجابية أو المحايدة - أكثر معقولة من تلك التي رأتها المجموعة الضابطة. تُظهر هذه النتائج انحيازًا سلبيًا في

الإدراك العرضي المستقبلي لأفراد GAD ، وتشير إلى عجزهم النسبي في توليد تحويل إلكتروني حيوي. نناقش الآثار المترتبة على نظرية وعلاج GAD.

FASS

### 13. دراسة اسعد شريف (2013) بعنوان: دراسة نفسية لمستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الرابعة الجامعي.

أن المشكلات المتعلقة بالمستقبل كما يدركها الشباب تعكس اتجاهاتهم نحو المستقبل وتوقعاتهم له وترتبط توقعاتهم للمستقبل الشخصي إيجابيا باحترام الذات، كما ترتبط سلبياً بتوتراتهم، ويعد الشاغل الرئيس للشباب هو المستقبل وما يخبئه له وخصوصا في مرحلة الدراسة النهائية من حياته الدراسية ، فهو يبحث عن التنبؤ بالمستقبل ويخطط له لأنه يعيش الحاضر وما به من ضغوط الدراسة منها والضغوط الاقتصادية، وكذلك التفكير بالمستقبل الذي يأخذ حيزا كبيرا من وقته في هذه المرحلة بالتحديد.

تناول هذا البحث عينة مكونة من (103) من طلبة المرحلة النهائية في جامعة واسط ومن اربع كليات هي : العلوم والآداب والتربية والهندسة . تم تبني مقياس قلق المستقبل لـ "باسم فارس جاسم" بعد اجراء التعديل عليه ليتناسب مع عينة البحث، توصل البحث للنتائج التالية : ان أفراد العينة لديهم مستوى اعلى من المتوسط في قلق المستقبل.

### 14. دراسة كيرستين جويغز لورد واخرون (2010): انخفاض المرونة اللاإرادية كمؤشر للقلق المستقبلي لدى الفتيات .

بحثت الدراسة الحالية فيما إذا كانت المرونة اللاإرادية تتنبأ بمستويات القلق المستقبلية لدى الأولاد والبنات المراهقين. هذه الدراسة هي جزء من مسح الحياة الفردية للمراهقين (TRAILS) ، وهي دراسة أترابية مستقبلية للمراهقين الهولنديين. وتضمنت الدراسة الحالية عينة فرعية من 965 فردا. تم تحديد مقاييس المرونة اللاإرادية، أي معدل ضربات القلب (HR) وعدم انتظام ضربات القلب الجيبي التنفسي (RSA) ، خلال موجة التقييم الأولى (T1) المشاركون الذين تتراوح أعمارهم بين 10 و 12 عامًا . (تم تقييم القلق المبلغ عنه ذاتيًا في موجة التقييم الأولى والثانية: T2) المشاركون الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و 14 عامًا . (تم فحص الاختلافات المحتملة بين الجنسين ومشاكل الاكتئاب المترامنة. عند الفتيات، تنبأ انخفاض RSA بمستويات القلق بعد عامين. في الأولاد، لم يتم العثور على أي ارتباط بين HR و RSA والقلق المستقبلي. نستنتج أنه

في الفتيات المراهقات من عامة السكان، تتنبأ علامات انخفاض المرونة اللاإرادية) أي انخفاض (RSA بمستويات القلق في المستقبل. نظرًا لأن حجم التأثير كان صغيرًا، في هذه المرحلة، لا يمكن استخدام تقاع RSA وحده لتحديد الأفراد المعرضين لخطر القلق، ولكن يجب اعتباره عاملاً واحدًا ضمن مجموعة كبيرة من عوامل الخطر. ومع ذلك، إذا تم تكرار النتائج الحالية في الدراسات السريرية، فقد تكون برامج التدخل - في المستقبل - التي تهدف إلى تطبيع الأداء اللاإرادي مفيدة.

### 15. دراسة يواكيم ستوبر (2000): الإدراك الاستباقي في القلق والاكتئاب، التكرار والامتداد.

في هذه الدراسة تم استخدام عينة غير سريرية، وذلك باستخدام الصور الموجهة للمستقبل لتقييم الإدراك المستقبلي. أظهرت النتائج أن القلق فقط (ولكن ليس الاكتئاب) كان مرتبطًا بالصور المحسنة للأحداث السلبية المستقبلية. أظهر كل من القلق والاكتئاب ارتباطات ذات ترتيب صفري كبير مع انخفاض تصور الأحداث الإيجابية المستقبلية. ومع ذلك، عندما تم التحكم في التداخل بين القلق والاكتئاب، أظهر الاكتئاب فقط (ولكن ليس القلق) ارتباطًا فريدًا مع انخفاض تصور الأحداث الإيجابية. وتناقش الآثار المترتبة على هذه النتائج بالنسبة للنماذج المعرفية للقلق والاكتئاب.

### تعقيب عام على الدراسات السابقة:

#### أوجه الشبه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

بعد البحث والاطلاع على جميع الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية لاحظت الباحثة الكثير من الدراسات التي تناولت متغير قلق المستقبل والاعتراب النفسي ولكن تفرقت دراسة الباحثة في استخدام عينة البحث تزامنًا مع المتغيرين الاعتراب النفسي وقلق المستقبل التي لم تتناولها أي دراسة سابقة، وكان هناك تقارب في الدراسات السابقة من حيث المنهجية والأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة وأيضا أغلب الدراسات هدفت الى تحديد درجة القلق لدى عينة الدراسة في حين ان الباحثة- بالإضافة الى معرفة درجة القلق للعينة و التعرف على اثر المتغيرات المستقلة لدى عينة الدراسة الجنس و المستوى التعليمي وأيضا استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بشقيه الكمي والنوعي.

#### اهم ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

1. انها تناولت المتغيرات الدراسة لدى عينة الطالب الفلسطيني المغترب بعد احداث السابع من أكتوبر، لم يتم التطرق لها من قبل على حد علم الباحثة.

2. انها تناولت واستهدفت عينة الشاب الفلسطيني الذي هو محور شغل الاحتلال المستعمر والتي سوف تضيف نقله نوعية الى الدراسات العلمية.

استفادت الباحثة من الدراسات السابقة، بأمر عديدة وهي:

1. اثرء وتدعيم دراستي الحالية.

2. كتابة الإطار النظري.

3. تفسير النتائج ومناقشتها.

4. صياغة فروض الدراسة.

5. الاطلاع على الأدوات والمقاييس واختيار المقياس المناسب.

## الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

1. تمهيد

2. منهج الدراسة

3. أدوات الدراسة

4. مجتمع الدراسة

5. عينة الدراسة

6. الأساليب الإحصائية

7. خطوات الدراسة

## تمهيد:

يتناول هذا الفصل الإجراءات والخطوات المنهجية التي تمت في مجال الدراسة الميدانية، حيث يتناول منهج الدراسة المتبع ومجتمع الدراسة وعينة الدراسة، والأدوات المستخدمة وكيفية بنائها وتطويرها، وإضافة إلى الأساليب الإحصائية التي استخدمت في تحليل البيانات للتوصل إلى النتائج، ومن ثم تحقيق أهداف الدراسة، وينتهي الفصل بالصعوبات التي واجهت الباحثة، وفيما يلي تفصيل ما تقدم:

### 1. المنهج المتبع:

تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي بشقيه الكمي والكيفي كونه الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة.

#### 1- المنهج الوصفي:

هو المنهج الذي يهتم بمعالجة موضوع أو ظاهرة معينة عن طريق وصف العلاقات الموجودة بين متغير و آخر أو بين مجموعة من المتغيرات . و تركز الدراسات الوصفية على فهم و دراسة حالة تتمثل في الفرد و العائلة أو المؤسسة الاقتصادية أو التربوية. كما تعالج الدراسات الوصفية أكثر من حالة كمجموعة من الأفراد أو مجموعة من الوحدات التنظيمية (مزبان، 2002، ص.32) وفي هذه الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي بهدف:

- معرفة مستوى الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين
- معرفة الفروق في مستوى كل من الاغتراب النفسي وقلق المستقبل تبعاً للمتغيرات التالية:  
الجنس، المستوى التعليمي
- معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين

#### 2- الأدوات المستخدمة:

تم الاعتماد في هذه الدراسة على الأدوات التالية:

2. 1- مقياس الاغتراب النفسي: تم استخدام مقياس الاغتراب النفسي للباحثة اعداد (ايه محمد ربحان، 2023) ،ويتكون المقياس من 47 فقرة ، وتتنوع الإجابات على مقياس ثلاثي (أبدأ، أحياناً ، دائماً )، تقابلها على الترتيب الدرجات (1، 2، 3)، ويتضمن المقياس خمسة أبعاد كالآتي:

جدول رقم ( 01 ) : ابعاد مقياس الاغتراب النفسي

الرقم	الابعاد	البنود	عددها
01	قصور القوة	37,36,25,17,8,7,6,5	8
02	فقدان المعنى	45,43,42,31,16,15,14	7
03	اللامعيارية	44,41,40,39,32,29,28,24,12,11,10,9	12
04	العزلة الاجتماعية	38,23,22,21,20,13,4,3,2,1	10
05	التمرد	47,46,35,34,33,30,27,26,19,18	10

والإجابة على المقياس يتم تصحيحها وفق طريقة ليكرت وتكون بدائل الإجابة ثلاثية ، لذا تكون أعلى درجة للمقياس (141) درجة، وأدنى درجة (47) درجة، ومتوسط فرضي قدره (94) درجة. إعطاء الاوزان والمستويات:

ولتحديد مستويات حسب الجدول التالي :

جدول رقم (02) إعطاء الاوزان والمستويات لمقياس الاغتراب النفسي

المستويات	الدرجات
منخفض	79_47
متوسط	110_79
مرتفع	141_110

2.2- مقياس قلق المستقبل

تم استخدام مقياس قلق المستقبل للباحثة (سوسن عيد عطية فرغلي واخرون، 2019)، ويتكون المقياس من 60 فقرة ، وتتوزع الإجابات على مقياس ثلاثي (أبدا، أحيانا ، دائما )، تقابلها على الترتيب الدرجات (1، 2، 3)، ويتضمن المقياس خمسة أبعاد كالاتي:



جدول رقم ( 03 ) : ابعاد مقياس قلق المستقبل

الرقم	الابعاد	البنود	عددها
01	الجانب الجسمي	56,51,46,41,36,31,26,21,16,11,6,1	12
02	الجانب المعرفي	57,52,47,42,37,32,27,22,17,12,7,2	12
03	الجانب الوجداني	58,53,48,43,33,28,23,18,13,8,3	12
04	الجانب الاجتماعي	59,54,49,44,39,34,29,24,19,14,9,4	12
05	الجانب الاقتصادي	60,55,50,45,40,35,30,25,20,15,10,5	12

والإجابة على المقياس يتم تصحيحها وفق طريقة ليكرت وتكون بدائل الإجابة ثلاثية ، لذا تكون أعلى درجة للمقياس (180) درجة، وأدنى درجة (60) درجة، ومتوسط فرضي قدره (120) درجة. إعطاء الاوزان والمستويات:

يتم تحديد المستويات حسب الجدول التالي :

جدول (04) : إعطاء الاوزان والمستويات لمقياس قلق المستقبل.

المستويات	الدرجات
منخفض	100_60
متوسط	140_100
مرتفع	180_140

1. الدراسة الاستطلاعية:

## 1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تتمثل فيما يلي:

- التأكد من الخصائص السيكومترية (الصدق و الثبات) لأدوات القياس المتمثلة في مقياس الاغتراب النفسي وقلق المستقبل

## 2- حدود الدراسة الاستطلاعية:

تمثلت فيما يلي:

- الحدود الزمنية: تحددت الفترة الزمنية ما بين فيفري 2024 إلى غاية ماي 2024.
- الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين .

## 3- مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها 30 طالب فلسطيني جامعي، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من الطلبة الفلسطينيين المغتربين ، وتمثلت مواصفاتهم كما يلي:

جدول رقم ( 05 ) : مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية

المتغيرات	التكرار (ك)	%
الجنس	ذكور	50 %
	إناث	50 %
المستوى	ليسانس	40 %
	ماستر	33 %
	دكتوراه	26 %
المجموع	30	100 %

نلاحظ من خلال الجدول (05) الخاص بمواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية أنّ هناك تساوي بين الذكور والاناث بنسبة 50 %، ومن حيث متغير المستوى التعليمي نلاحظ ان اغلب العينة مستواهم ليسانس ، ثم يليه مستوى الماستر ، واخير مستوى الدكتوراه، وكانت نسبهم على التوالي : 40% ، 33% ، 26% .

## 4- الخصائص السيكومترية لأدوات القياس:

## أولاً: مقياس قلق المستقبل:

تم التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل كما يلي:

- **الصدق:** تم التأكد من صدق المقياس من خلال طريقة المقارنة الطرفية، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (06): نتائج المقارنة الطرفية لمقياس قلق المستقبل

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
قلق المستقبل	146.53	3.61	14	19.25	0.01
	75.48	4.29			

نلاحظ من خلال الجدول وجود فروق دالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة، وعليه يتمتع المقياس بمستوى مقبول من الصدق التمييزي.

- **الثبات:** تم التأكد من المقياس من خلال طريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، حيث بلغت معاملات الثبات 0.71 و 0.82 على التوالي، وعليه فإن المقياس ثابت.

إن تمتع المقياس بالخصائص السيكومترية المطلوبة (الصدق والثبات) يجعله صالحاً للاستخدام في جمع معطيات الدراسة الأساسية.

## ثانياً: مقياس الاغتراب النفسي:

تم التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس الاغتراب النفسي كما يلي:

**الصدق:** تم التأكد من صدق المقياس من خلال المقارنة الطرفية بين 27 % من أفراد العينة ذوي الدرجات المرتفعة والمنخفضة، والذي يقدر عددهم بـ 16 طالب جامعي لكل مجموعة، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (07): نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاغتراب النفسي

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الاغتراب النفسي	المجموعة العليا	127,36	4,99	14	دالة عند 0,01
	المجموعة الدنيا	52,33	4,17		

نلاحظ من خلال الجدول وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الاغتراب النفسي بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا من الطلبة الفلسطينيين المغتربين، أي أن المقياس يتمتع بالقدرة التمييزية لقياس الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة، وعليه يتمتع المقياس بمستوى مقبول من الصدق التمييزي.

**النتائج:** تم التأكد من المقياس من خلال طريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، حيث بلغت معاملات الثبات **0,79** و **0,91** على التوالي، وعليه فإن المقياس ثابت.

## II. الدراسة الأساسية:

### 1- أهداف الدراسة الأساسية:

- معرفة مستوى قلق المستقبل و الاغتراب النفسي لدى الطلبة الجامعيين الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من اكتوبر
- معرفة الفروق في مستوى كل من الاغتراب النفسي وقلق المستقبل تبعا للمتغيرات التالية: الجنس، المستوى.
- معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين الفلسطينيين المغتربين

### 2- حدود الدراسة الأساسية:

تمثلت فيما يلي:

- الحدود الزمنية: تحددت الفترة الزمنية لإجراء هذه الدراسة ما بين فيفري 2024 إلى غاية ماي 2024.
- الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة على الطلبة الفلسطينيين المغتربين.

### 3- مواصفات عينة الدراسة الأساسية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها 124 طالب فلسطيني جامعي، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من الطلبة الفلسطينيين المغتربين، وتمثلت مواصفاتهم كما يلي:

جدول (08): مواصفات عينة الدراسة الأساسية

المتغيرات	التكرار (ك)	%	
الجنس	ذكور	33	26.4%
	إناث	92	73.6%
المستوى الدراسي	ليسانس	58	46.4%
	ماستر	66	52.8%
المجموع	125	100%	

نلاحظ من خلال الجدول ( ) الخاص بمواصفات عينة الدراسة الأساسية أن اغلب عينة كانوا إناث بنسبة 73.6% ، أما الذكور فكانت نسبتهم 26.4% ، أما مواصفاتهم من حيث المستوى الدراسي فنلاحظ أن اغلب العينة كان مستواهم ماستر بنسبة 52.8% ، أما الليسانس فكانت نسبتهم 46.4%

كما تم اختيار حالتين ( ذكر وأنثى ) طلبة فلسطينيين تراوحت أعمارهما 19 عاما ، ومتواجدين خارج فلسطين في دولة الجزائر وتم اختيارهم بهدف إجراء الدراسة العيادية

#### 4- الأساليب الإحصائية:

تم الاعتماد في هذه الدراسة على الأساليب الإحصائية الوصفية والاستدلالية كما يلي:

أولاً. الإحصاء الوصفي: وفيه تم استخدام:

- التكرارات
- النسب المئوية
- المتوسط الحسابي والمتوسط النظري (الافتراضي)
- الانحراف المعياري

ثانياً. الإحصاء الاستدلالي: وفيه تم استخدام:

- اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين
- اختبار "ف" للفروق بين المجموعات
- معامل الارتباط بيرسون

وتمّت المعالجة الإحصائية للبيانات من خلال برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS23).

### ثالثاً: المقابلة الفردية

بعد الاطلاع على العديد من المقابلات النفسية العربية و الأجنبية، استخدمت الطالبة مقابلة من اعدادها والتي تكونت من 5 أسئلة.

### . صدق المقابلة:

يقصد بصدق المقابلة ان يقيس ما وضع لقياسه، وللتحقق من صدق المقابلة تم حساب الصدق بطرق عدة هي:

### 1. صدق المحكمين

تم عرض المقياس في صورته الأولية على الأستاذة المشرفة، وبناءا على ذلك جاء رأي الأستاذة ان المقياس يقيس ما وضع من اجله، وأكدت انه يتناسب مع الدراسة والعينة المستخدمة.

### خطوات الدراسة:

لتحقيق اهداف الدراسة والاجابة عن اسئلتها، تم اتباع الخطوات والإجراءات الآتية:

1. الاطلاع على الادب التربوي والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة.

2. اعداد أدوات الدراسة.

3. مراجعة وتعديل أدوات الدراسة من قبل المشرف.

4. عرض أدوات الدراسة على مجموعة من المحكمين.

5. اجراء التعديلات المناسبة كما تراها الأستاذة المشرفة.

6. تحديد عينة الدراسة.

7. تطبيق أدوات الدراسة على عينة الدراسة الفعلية.
8. رصد النتائج، ومعالجتها احصائياً، وتحليلها، وتفسيرها.
9. تقديم التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج الدراسة

## الفصل السادس : عرض النتائج (دراسة الحالات)

دراسة الحالة الأولى

دراسة الحالة الثانية



## دراسة الحالة الأولى

تقديم الحالة:

الاسم: احمد

السن: 19

ترتيب في الاسرة: الثالث

عدد الاخوة: ولد وثلاث اخوات

المستوى الدراسي: بكالوريوس

الحالة الاجتماعية: أعزب

المستوى المعيشي: متوسط

السيماية العامة للحالة:

احمد شاب يبلغ من العمر 19 عام، متوسط القامة نحيف الجسم قوى البنية ، ابيض البشرة بني العينين ،ملابسه نظيفة ومنتاسقة، يظهر عليه القليل من التعب والارهاق ، ضعف في التركيز، انتباهه مشتت، نظراته يغلب عليها الخزن مترددة، منطوي منغلق على نفسه لا يتفاعل مع المحيط وفي الجامعة يبتعد عن الاخرين ويضع مسافات لا يشاركونهم في أي من الأنشطة، علاقته مع الأصدقاء تكاد تكون معدومة، وعلاقته مع المحيط داخل السكن الجامعي تتصف بالعزلة والانطواء وأيضا تكاد تكون معدومة في حين كانت علاقته مع الأصدقاء في الوطن ممتازة يسهرون ويخرجون ويلعبون مع بعض ويضعون اسرارهم وعلاقته مع الاهل الام والأب والاخوة ، توصف بالدفء والتفاهم والمحبة فيما بينهم ويشارك في الكثير من الأنشطة والفعاليات .

التاريخ النفسي والاجتماعي للحالة:

يعيش احمد في عائلة كبيرة مكونة من الوالدين، الاب عمره 48 عام وهو موظف ، والام عمرها 48 عام الام ربة منزل و4 من الاخوات واخ واحد وكلهم يتمتعون بصحة جيدة وتعيش الاسرة ظروف اقتصادية

متوسطة حسب سؤالي للحالة ، هو الطفل البكر من حيث الأولاد وهو محبوب من قبل عائلته وأصدقائه ويتمتع بحالة جسدية سليمة ولا يعاني من اية امراض

علاقته مع العائلة: الام والأب والاخوة: علاقتي مع العائلة ممتازة جدا

علاقتي مع الأصدقاء: علاقتي مع الأصدقاء بغزة جيدة جدا ، لكن الان في الغربية لا أومن بالأصدقاء وليس لدي علاقات جيدة مع الأصدقاء هنا.

تغيرت حياتي للأسوء لأنني بعيد عن اهلي ومع الاحداث الأخيرة وأصبحت اهل نفسي كثير من الناحية النفسية والجسدية يمر أيام لا اكل أي شي ، ويزيد وجع في جسدي عندما اتوتر ووجع بالمعدة وأصبحت لدى شعور باللامبالاة في الدراسة والعبادات ويلوم نفسه لانه مقصر وحتى شعوري بالأوجاع لدرجة بطلت فاهم نفسي لم اعد اشعر بها.

ويتمتع الحالة بمستوى دراسي متفوق حيث اكمل دراسة البكالوريا في قطاع غزة بمعدل ممتاز أي ما يعادل في الجزائر 19 وبعد ما حصل على التفوق والنجاح حيث قال لي (كنت بتوقع اكثر من هيك اجيب من الأول على القطاع) وبعدها التحق بمنحة دراسية في دولة الجزائر .

### الحالة الراهنة:

احمد شاب يبلغ من العمر 19 عام، متوسط القامة نحيف الجسم قوى البنية ، ابيض البشرة بني العينين ،ملابسه نظيفة ومتناسقة الألوان، نبرة صوته واضحة وهادئة و كان الحديث والتواصل معه جيد وبدا حوارهم ب( انا بحس حالي نكرة عشان ما حدا بعرفني هان غير لما كنت بغزة احمد مين احمد) وتحدث عن الغربية وصعوبتها وانه يواجه مشكلة في التأقلم مع الثقافة نوعا ما من ناحية الانفتاح في مقابل المكان الذي تربى فيه وهذا ما وضعه في تناقض كبير وجعله منغلق على ذاته وقال (هذا التناقض خلاني مش فاهم نفسي) وبدا بالتعريف عن نفسه والحديث عن ذاته ولكن لديه التشتت بكثرة حيث قال( ما بقدر اركز وبنسي كثير حتى لو سالتني شو حكينا قبل كم دقيقة ما بتذكر كل شي) واكمل الحديث حيث قال (زاد وضعي اكثر مع الاحداث في قطاع غزة ) واسهب في حديث هو في تناقض كبير داخل نفسه جزء منه يقول الاحداث لابد ان تحدث للحرر من الكيان وقال (دمرت المشروع الصهيوني بشكل كامل وبفتخر بالأحداث وبنجاز المقاومة كثير) ولكن قال عندما افكر بعاطفة ( مش مع الاحداث بس بحاول افكر بشكل واقعي واصلا احنا عارفين باي لحظة كانوا راح يعملوا فينا هيك وبدهم يسيطروا على القطاع) لا

يعاني من أي مشاكل صحية وحين تحدث عن المستقبل قال (لدي امل بالمستقبل ولن يتركني الله ويضيعني الله لو انني بعملش كثير الفترة هاي وبحس انو راح يأخذني ويساعدني مع اني بحس بالغموض بالمستقبل)

### خلاصة عامة عن الحالة:

من خلال نتائج احمد المستخلصة من المقابلات الفردية و الملاحظة ومقياس الاغتراب النفسي ومقياس قلق المستقبل اتضح ما يلي:

\_ يعاني احمد من اغتراب نفسي بمستوى متوسط والذي يساوي 85 على مقياس الاغتراب النفسي وتدل على وجود مستوى متوسط واضح في الاغتراب النفسي .

\_ يعاني احمد من قلق المستقبل بمستوى منخفضة والذي يساوي 85 على مقياس قلق المستقبل وتدل على وجود مستوى منخفض واضح في قلق المستقبل.

\_ ظهر الاغتراب النفسي لدى احمد نتيجة صعوبة في التأقلم والتكيف مع الثقافة نوعا ما من ناحية العادات والتقاليد والانفتاح الكبير بالنسبة للوطن والتناقض بين البلد التي تربي فيها وبين عادات وتقاليد الدولة التي يقيم فيها حاليا وعدم قدرته على التكيف مع البيئة وإقامة وتكوين روابط جديدة من أصدقاء لعدم تناسب وتوافق الأفكار والآراء والمنشأ في الثقافة والتربية وعدم استطاعة الانتماء لجماعة الأصدقاء والرفقة ولم يعد يستطيع الشعور بذاته حين قال " بحس حالي نكرة، احمد مين احمد"

وقوة تعميم رايه أدى الى عدم مقدرته على التوافق والتوازن بين اراءه واء الاخرين مما جعله يعاني من العزلة والوحدة التي تؤدي الى الاغتراب .

\_ ظهر قلق المستقبل لدى احمد نتيجة التوتر والقلق الذي زاد في الفترة الأخيرة بسبب الحرب في قطاع غزة والتفكير في المستقبل وما سوف يحدث فيه ولوم نفسه حين قال " بلوم حالي لأنني بكسل كثير وزاد اكثر بعد الحرب " وضغوطات الحياة والتخوف والقلق من عدم قدرته على المواصلة وان مهنته لن تحقق له المكانة الاجتماعية والمادية في المستقبل وانه مستقبل غامض وسوداوي ، و لديه اهداف للمستقبل لكن تخوف من الفشل وعدم النجاح وهذا سبب لديه عدم المبالاة ولا يريد التفكير بما سوف يحدث بالمستقبل

وتجلت اعراض الاغتراب النفسي وقلق المستقبل في اعراض:جسمية(فقدان الشهية، نزول الوزن، اضطرابات في المعدة والقولون) انفعالية( الخوف، الحزن، البكاء، الياس) / معرفية( التشتت في الانتباه، عدم القدرة على التركيز، عدم القدرة على التذكر، النسيان، شرود في المحاضرات)

اجتماعية(العزلة، انسحاب اجتماعي، الوحدة، عدم المشاركة في الأنشطة ، عدم القدرة على تكوين صداقات جديدة، اللامبالاة)/ سلوكية( نبرة الصوت المتفاوتة، قلة الاهتمام، الضغط على يديه، اهمال ذاته)

دراسة الحالة الثانية

الاسم: مروة

السن: 19

الحالة الاجتماعية: اعزب

المستوى المعيشي: متوسط

المستوى الدراسي: ليسانس

الترتيب في الاسرة: البكر الاول

عدد الاخوة: 4 اخوات، 2 اخوة

السيماية العامة للحالة:

مروة فتاة تبلغ من العمر 19 عام، قصيرة القامة ضعيفة الوزن تبدو اصغر من عمرها عيناها بنيتن بيضاء البشرة لا تعاني من اية امراض صحية، متزنة عفوية في طريقة حديثها افكارها مرتبة، ذكية يبدو عليها الارهاق وحين سالتها قالت ( اسهر لفترات طويلة وانام فقط 4 ساعات وابكي) لا يبدو عليها الحزن لأنها تخبا جيدا ولكن مع الحوار التحدث والحوار استطعت كسر الحاجز والوصول معها الى ان تقول قالت ( ذهبت الى طبيب نفسي لأنني اعاني كثير) ولكن كل ذلك كان عبارة عن ضغوط نفسية، لا تحب المخالطة مع الناس كثيرا وتحب وتفضل المكوث مع نفسها ولكنها مع المحيط تستطيع الحديث والتكلم ليست منغلقة على ذاتها بشكل كامل ودودة تتعامل مع زملائها جيدا في الجامعة لديها أصدقاء في الجزائر وعلاقتها جيدة معهم تحافظ على الصداقة وتعطي أهمية ، كان لها أصدقاء في القطاع وما زالت تحافظ عليهن لان علاقتها مع العائلة ممتازة جدا مع ابيها وامها واخواتها وتوصف بالمحبة والحنان والتفاهم .

التاريخ النفسي والاجتماعي للحالة:

تعيش مروة في عائلة كبيرة مكونة من الوالدين، الاب عمره 52 عام لا يعمل ، الام عمرها 39 عام ربة منزل ولديها 4 من الاخوات و2 من الاخوة وجميعهم يتمتعون بصحة جيدة وتعيش الاسرة ظروف اقتصادية متوسطة حسب طرح سؤالي للحالة ، هي البكر في العائلة من حيث الذكور و الاناث وهي محبوبة جدا من قبل عائلتها وبالأخص ابيها وقالت(انا بنت ابوي) الداعم الأول لها وأضافت (لو صار بابوي اشئ بتدمر

نفسيا) وتفتخر بابيها كثيرا، تصاوب ابوها بالحرب الأخيرة وقالت(حبست حالي في الغرفة بطلت اكل ولا اشرب بعيدة عن الناس انعزلت وبكت )

وماما علاقتها جيدة معها وقالت(بتحس في لأنني امي تغربت كانت بالأردن وتزوجت ابوي بغزة)

وعلاقتها مع اخوتها جيدة لكن هناك فرق بأعمارهن لأنهن صغيرة في مرحلة الابتدائية.

علاقتها مع الأصدقاء: علاقتي جيدة واحافظ على الصداقة، ولكن في الفترة الأخيرة قالت (احب عدم المخالطة والانعزال)

وتتمتع بصحة جسمية متوسطة و تعاني من مشكلة في العينين حيث ذهبت لطبيب للكشف وقالت(ممكن افقد النظر في عيني اليسرى من كثر التفكير وضغوطات الحياة والزعل)

ومن الناحية النفسية تمر الحالة بضغوطات كثير بسبب الأوضاع الأخيرة في القطاع حيث ذهبت الى طبيب نفسي بعد مرور هذه الاحداث ولم تستطيع الاحتمال وأضافت قائلة(لا احب الأماكن المغلقة تشعر بالخنقة منها ، واسهر لفترات طويلة، لا اعرف ان انام الا ساعات قليلة وابقى ابكي في الليل وهذا ما اثر على نظري، وبتأثر بكلام الناس عني) وقالت (كنت خجولة كثير وهالحين صرت اقدر احكي وادافع عن حالي .

وتتمتع الحالة بمستوى دراسة ممتازة حيث أكملت التوجيهي في قطاع غزة وبعد ما حصلت على التفوق والنجاح قررت تكمل دراستها في الجزائر .

### الحالة الراهنة:

مروة فتاة تبلغ من العمر 19 عاما ، قصيرة القامة ضعيفة الوزن تبدو اصغر من عمرها عيناها بنيتين بيضاء البشرة، نظيفة الملابس متناسقة الألوان، تعاني من مشاكل صحية في العينين كان الحديث معها والتواصل جيد حيث بدأت حوارها بقول (بحبش اخالط وبحب اقعد لوحدي) وتحدثت عن الغربة وقالت(ما بحس حالي غريبة )، وما بتواجه صعوبة كبيرة في التأقلم والتكيف مع المجتمع حيث قالت ( تشبه نفس عادات وتقاليد مجتمعنا) وقالت حين سألته عن الاحداث الأخيرة في القطاع ( في تناقض داخلي كبير أحيانا يكون معها واحيانا لا ..... وبكت) وتفتخر بعمل وإنجاز المقاومة وخطوة منيحة عملتها المقاومة ووصفها بانها حرب تحرير وطريق للنصر وانه يحتاج الى وقت والسبب الثاني الذي انها مش مع الاحداث

قالت ( الأطفال الى بموتوا ..... ) ولديها ارهاق كبير من التفكير المستمر لديها اهمال في نفسها مع بداية الاحداث الأخيرة حيث قالت ( مصيبيتي انو بفكر كثير ونزل وزني وصرت عصبية كثير وحتى حالتي النفسية تدمرت مع الاحداث ) على الرغم انها لديها إصرار قوي على طموحاتها و تدعم وتساند نفسها وهذا ما تبين لي حيث انها هي التي قررت الدراسة في الخارج.

### خلاصة عامة عن الحالة:

من خلال نتائج المستخلصة من المقابلات الفردية و الملاحظة ومقياس الاغتراب النفسي ومقياس قلق المستقبل اتضح ما يلي:

\_ تعاني مروة من اغتراب نفسي بمستوى متوسط والذي يساوي 89 على مقياس الاغتراب النفسي وتدل على وجود مستوى متوسط واضح في الاغتراب النفسي .

\_ تعاني مروة من قلق المستقبل بمستوى منخفض والذي يساوي 90 على مقياس قلق المستقبل وتدل على وجود مستوى منخفض واضح في قلق المستقبل.

\_ ظهر الاغتراب النفسي لدى مروة نتيجة صعوبة في تحمل المسؤولية حين قالت " الغربية صعبة كثير الصراحة وبدها مسؤولية، لكن من ناحية أخرى ما شفت حالي وما حسيت بالغربة بحس حالي عايشة بين اهلي لأنها دولة عربية والعلاقة بينا وبين دولة الجزائر "

وفي حين نكرت انها تعاني من الغربية بسبب بعدها عن الاهل وعدم قدرتها على تكوين صداقات جديدة وجديدة، وتحب المكوث لوحدها .

ظهر قلق المستقبل لدى مروة نتيجة القلق التوتر والخوف على الاهل بشكل مستمر في الفترة الأخيرة ونتيجة التفكير الزائد من فقدان احد من عائلتها ، حيث ان اباهما مصاب في الحرب على قطاع غزة والتخوف ماذا سيحدث في المستقبل ، لكن على الرغم من ذلك لديها طموحات حين قالت " زادت طموحاتي إصرارا اكثر مع الاحداث ولكن الظروف الصعبة التي اواجهها في هذه الفترة حاجة مؤقتة "

وتجلت اعراض الاغتراب النفسي وقلق المستقبل من خلال الاعراض: الجسمية ( التعب في جسدها، مرض العينين ،فقدان الشهية، نزول وزنها) // الانفعالية ( العصبية، الصراخ ، البكاء بكثرة، الخجل المتوسط) //

المعرفية) شرود ذهني لفترات طويلة، عدم التركيز، التفكير الزائد// اجتماعية( العزلة، الوحدة، البقاء على  
أصدقاء معينين، قلة المشاركة بالأنشطة//سلوكية( عدم الاهتمام بذاتها، حزن ، الشعور المتوسط بالياس)



## الفصل السابع: مناقشة النتائج

تمهيد

مناقشة الفرضية الاولى

مناقشة الفرضية الثانية

مناقشة الفرضية الثالثة

مناقشة الفرضية الرابعة

التوصيات

دراسات مقترحة

## تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة، ومن خلال الإجابة عن أسئلة الدراسة اختبار صحة الفروض، وذلك بهدف التعرف الى الاعتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.

وقد تم اجراء المعالجات الإحصائية للبيانات المتاحة، اذ تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية للدراسات الاجتماعية SPSS

للحصول على نتائج الدراسة التي تم عرضها وتحليلها في هذا الفصل.

## مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الاولى:

تنص الفرضية على ان " مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر متوسط"

وللإجابة عن هذه الفرضية تم تطبيق مقياس قلق المستقبل على عينة قوامها 124 طالب فلسطيني مغترب في مختلف الجامعات الجزائرية ولتحديد مستوى قلق المستقبل تم استخدام المتوسطات الحسابية، المتوسطات النظرية، والانحراف المعياري، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (09): مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من اكتوبر

المتغيرات	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
قلق المستقبل	164.44	120	3.69	0.000

مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$

نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) الخاص ب مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من اكتوبر ان المتوسط الحسابي تفوق المتوسط النظري، بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس، أي أنّ مستوى قلق المستقبل مرتفع لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين.

وتعزو الطالبة ذلك الى ان الطلبة الفلسطينيين المغتربين، لديهم ارتفاع بقلق المستقبل ، ويرجع ذلك الى طبيعة الأوضاع في فلسطين بشكل عام والاحداث الأخيرة التي حدثت في قطاع غزة بشكل خاص وأيضا تفكير الطالب الفلسطيني المغترب بما سوف يحدث له في المستقبل في ظل الأوضاع الراهنة بقطاع غزة وهو مظاهر جليا من خلال نتائج المقابلات والملاحظة ونتائج اختبار قلق المستقبل المطبق على حالتين حيث أظهرت الحالة الأولى تخوف من الفوضى التي سوف تعم في المستقبل والحروب وان المستقبل غامض ولديه قلق من عدم قدرته على تحقيق المكانة المادية والاجتماعية في المستقبل وان ممكن ان الحياة المستقبلية سوداوية على الرغم انه لديه اهداف وطموحات للمستقبل ولكن متخوف من الفشل وحين يفكر في ذلك يصاحبه عدم القدرة على الإنجاز في حياته اليومية وبالأخص في الفترة الأخير ونتائج الحرب في القطاع الذي زاد من الامر حدة وقال " أصبحت غير مبالي بما سوف يحدث ولا اريد التفكير وصح ما يعمل شي والمستقبل غامض لكن بحس بان الله سوف يساعدني"

اما الحالة الثانية ظهر قلق المستقبل لدى الحالة ، نتيجة القلق التوتر والخوف على الاهل بشكل مستمر في الفترة الأخيرة ونتيجة التفكير الزائد من فقدان احد من عائلتها ، حيث ان اباهما مصاب في الحرب على قطاع غزة والتخوف ماذا سيحدث في المستقبل ، لكن على الرغم من ذلك لديها طموحات حين قالت "زادت طموحاتي إصرارا اكثر مع الاحداث ولكن الظروف الصعبة التي اواجهها في هذه الفترة حاجة مؤقتة"

هذه النتيجة اتفقت مع دراسة (حنان توفيق، 2022) والتي تشير إلى أن طلبة الجامعة لديهم قلق المستقبل عالي تم رتبته المجالات تنازلياً وفق الوسط المرجح والوزن المعنوي لكل مجال كذلك رتبته الفقرات تنازلياً، واتفقت مع دراسة (اسعد شريف، 2013) ان أفراد العينة لديهم مستوى اعلى من المتوسط في قلق المستقبل واتفقت مع دراسة (ايف توييفي واخرون، 2020) تتنبأ بقلق اعلى بمرور الوقت .

واختلفت الدراسة الحالية مع دراسة مشاري المالكي ومغاوري مرزوق(2024): والتي أظهرت نتائج الدراسة ان قلق المستقبل منخفض.

## مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية على ان "ما مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين؟"

وللإجابة عن هذه الفرضية تم مقياس الاغتراب النفسي على عينة قوامها 124 طالب فلسطيني مغترب في مختلف الجامعات الجزائر ولتحديد مستوى الاغتراب النفسي تم استخدام المتوسطات الحسابية، المتوسطات النظرية، والانحراف المعياري، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (10): مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من

اكتوبر

المتغيرات	المتوسط الحسابي	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	مستوى دلالة
الاغتراب النفسي	127.81	94	4.27	0.000

نلاحظ من خلال الجدول أن مستوى الاغتراب النفسي مرتفع لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من اكتوبر، بحيث كان المتوسط الحسابي يفوق المتوسط النظري، أي ان مستوى الاغتراب النفسي مرتفع لدى الطلبة الفلسطينيين.

وتعزو الباحثة ذلك الى الطالبة الفلسطينية المغتربين، لديهم ارتفاع بمستوى الاغتراب النفسي، ويرجع ذلك الى البعد عن الوطن والاهل وعدم القدرة على التكيف والتأقلم بنسبة ما مع المحيط، وعدم الثقة بالصدقات واستمرارها لفترات طويلة، واختلاف الثقافات والعادات بين ما هو داخلي وما بين العالم الخارجي ثقافة ومعتقدات البلد الذي يعيش فيها والصعوبات والتحديات التي يواجهونها في الغربة .

واظهر نتائج المقابلة الفردية للحالة الأولى عند تطبيق مقياس الاغتراب النفسي حين قال " بحس حالي نكرة عشان ما حدا بعرفني احمد مين احمد" وتحدث عن الانفتاح بالنسبة للوطن، ونتيجة صعوبة في التأقلم والتكيف مع الثقافة نوعا ما من ناحية العادات والتقاليد والانفتاح الكبير بالنسبة للوطن والتناقض بين البلد التي تربي فيها وبين عادات وتقاليد الدولة التي يقيم فيها حاليا وعدم قدرته على التكيف مع البيئة وإقامة وتكوين روابط جديدة من أصدقاء لعدم تناسب وتوافق الأفكار والآراء والمنشأ في الثقافة والتربية وعدم استطاعة الانتماء لجماعة الأصدقاء والرفقة ولم يعد يستطيع الشعور بذاته حين قال " بحس حالي نكرة عشان ما حدا بعرفني، احمد مين احمد"

كما تكرت الحالة الثانية انها تواجه صعوبة من ناحية المسؤوليات لكن قالت " ما بحس حالي غريبة، بس الغربية في بعد الاهل). ظهر الاغتراب النفسي لدى الحالة الثانية نتيجة صعوبة في تحمل المسؤولية حين قالت " الغربية صعبة كثير الصراحة وبدها مسؤولية، لكن من ناحية أخرى ما شفت حالي وما حسيت بالغربة بحس حالي عايشة بين اهلي لأنها دولة عربية والعلاقة بينا وبين دولة الجزائر "

وفي حين تكرت انها تعاني من الغربية بسبب بعدها عن الاهل وعدم قدرتها على تكوين صداقات جديدة وجديدة، وتحب المكوث لوحدها .

واتفقت الدراسة الحالية مع دراسة سعد عباس عودة الدريساوي واخرون(2020): التي أظهرت النتائج: النازحين يعانون من مشاعر الاغتراب النفسي بدرجة عالية ، دراسة جعفر صادق عبيد العامري(2016) والتي أظهرت نتائج الدراسة أن طلاب معهد إعداد المعلمين لديهم الشعور بالاغتراب النفسي.

واختلفت الدراسة مع دراسة السعد هدي بنت حسين محمد(2017) وانخفاض مستوى الاغتراب النفسي لدى النساء ضحايا العنف الأسري، دراسة زين العابدين المقروود(2022) وكشفت النتائج عن وجود اغتراب منخفض لدى طلبة الصحراء الغربية.

### مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

وتنص الفرضية على "هل توجد فروق في مستوى كل من الاغتراب النفسي وقلق المستقبل تعود للفروق في المتغيرات التالية: الجنس، المستوى الدراسي؟"

وللإجابة عن هذه الفرضية تم تقسيمه إلى التساؤلات الجزئية التالية:

1.3. عرض نتائج الفرضية الجزئية (1.3): وتنص هذه الفرضية على "هل توجد فروق في مستوى كل من قلق المستقبل والاغتراب النفسي تعود للجنس؟"، وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبارات للفروق بين مجموعتين، وكانت النتائج كما يلي:

جدول(11): الفروق في مستوى قلق المستقبل والاعتراب النفسي تبعاً للجنس

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت	مستوى الدلالة
قلق المستقبل	171.57	1.51	123	0.55	غير دالة (0.91)
	157.31	0.44			
الاعتراب النفسي	133.55	2.31	123	0.28	غير دالة (0.55)
	122.07	1.72			

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) وجود فروق غير دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل تبعاً لاختلاف جنس الطالب الفلسطيني المغترب ، أما بالنسبة لمتغير الاعتراب النفسي فنلاحظ وجود فروق غير دالة إحصائياً تبعاً لاختلاف جنس الطالب الفلسطيني المغترب .

وتعزو الباحثة ذلك الى ان هناك اختلاف بين الجنس على مستويات الاعتراب النفسي وقلق المستقبل وترجع الباحثة ذلك الى طبيعة الذكر حيث تحصل على نسبة اعلى في مستوى قلق المستقبل على الاناث وترجع الباحثة الى ان المسؤوليات المترتبة عليه تكون اكثر من الانثى وطبيعته الفسيولوجية في الوطن العربي حيث ان الذكر يتحمل مسؤولية واعباء الحياة اكثر من الانثى.

وتحصل أيضاً في مستوى الاعتراب على نسبة اعلى من الانثى ترجع الباحثة ذلك الى ان الانثى لديها طبيعة فسيولوجية تتكيف مع المحيط اسرع من الذكر كما اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة مسعد أبو الديار(2022): تبين وجود فروق دالة بين الذكور والاناث على مقياسي قلق المستقبل والاكنتاب في اتجاه الذكور. و دراسة خيخي رابحة، بورقعة نسيمه(2022): حيث كشفت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاعتراب النفسي وقلق المستقبل.

واختلفت مع دراسة دراسة دلال سامية(2018): لا يوجد اختلاف في تأثير المتغيرات المستقلة، وأبعاد متغير قلق المستقبل بين الجنسين .

2.3. عرض نتائج الفرضية الجزئية (2.3): وتتص الفرضية على "هل توجد فروق في مستوى كل من قلق المستقبل والاعتراب النفسي تعود للمستوى التعليمي؟"، وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار ف للفروق بين المجموعات، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (12): الفروق في مستوى قلق المستقبل والاعتراب النفسي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
قلق المستقبل	بين المجموعات	118.27	2	169.53	2.84	غير دالة (0.41)
	داخل المجموعات	1943.9	122	78.09		
الاعتراب النفسي	بين المجموعات	52.05	2	116.32	4.23	غير دالة (0.22)
	داخل المجموعات	1783.84	122	47.23		

نلاحظ من خلال الجدول وجود فروق غير دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل تبعاً لاختلاف المستوى التعليمي (ليسانس / ماستر) للطلبة الفلسطينيين المغتربين، أما بالنسبة لمتغير الاعتراب النفسي فنلاحظ وجود فروق غير دالة إحصائياً تبعاً لاختلاف المستوى التعليمي (ليسانس / ماستر) لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين.

وتعزو الباحثة ذلك الى ان هناك اختلاف بين مستوى قلق المستقبل والاعتراب النفسي للطلبة الفلسطينيين تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، أي ان المرحلة التعليمية التي يكون فيها الطالب تأثر على مستوى قلق المستقبل والاعتراب النفسي له وحسب نضج وعي وإدراك الطالب لمجريات الاحداث.

من خلال عرض نتائج التساؤلات الجزئية (3، 1)، (3، 2) يمكن القول بوجود فروق غير دالة إحصائياً في مستوى قلق المستقبل تبعاً للجنس (ذكور / اناث) وتبعاً للمستوى التعليمي (ليسانس / ماستر)، أما بالنسبة لمتغير الاعتراب النفسي فنلاحظ وجود فروق غير دالة إحصائياً في مستوى الاعتراب النفسي تبعاً للمتغيرات التالية: الجنس (ذكور / اناث)، المستوى التعليمي (ليسانس / ماستر).

4. عرض نتائج مناقشة الفرضية الرابعة: و تتص على "هل توجد علاقة بين الاعتراب النفسي

وقلق المستقبل لدى الطالب الفلسطيني المغترب؟"، وللإجابة عن هذه الفرضية تم استخدام اختبار بيرسون، وكانت النتائج كما يلي:

جدول(13): العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين

المتغيرات	الاغتراب النفسي	قلق المستقبل
الاغتراب النفسي	—————	<b>0.87 **</b>
قلق المستقبل	<b>0.87 **</b>	—————

(\*\* مستوى الدلالة 0.01)

نلاحظ من خلال الجدول وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بين كل من متغير الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين الفلسطينيين المغتربين ، أي كلما ارتفع مستوى الاغتراب النفسي ارتفع مستوى قلق المستقبل لدى الطالب الجامعي الفلسطيني المغترب والعكس صحيح.

وتعزو الباحثة ذلك الى ان هناك علاقة وطيدة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين، فهما وجهان لعملة واحدة، فالاغتراب النفسي يعمل على شعور الفرد بقلق من المستقبل في ظل الاحداث الأخيرة وبالتالي تبرز سلوكيات الطالبة الفلسطينية من شعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية والاحساس بالضيق والحزن والضياع والتوتر والقلق من المستقبل واتفقت الدراسة الحالية مع دراسة نجاح عواد السميري وآخرون (2022) ظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين النوموفوبيا والاغتراب النفسي، ودراسة

حيث اظهر نتائج الحالة الأولى الى: يعاني من اغتراب نفسي بمستوى متوسط والذي يساوي 85 على مقياس الاغتراب النفسي وتدل على وجود مستوى متوسط واضح في الاغتراب النفسي .

\_ يعاني من قلق المستقبل بمستوى منخفضة والذي يساوي 85 على مقياس قلق المستقبل وتدل على وجود مستوى منخفض واضح في قلق المستقبل

وننتائج دراسة الحالة الثانية الى: تعاني من اغتراب نفسي بمستوى متوسط والذي يساوي 89 على مقياس الاغتراب النفسي وتدل على وجود مستوى متوسط واضح في الاغتراب النفسي .

وتعاني من قلق المستقبل بمستوى منخفض والذي يساوي 90 على مقياس قلق المستقبل وتدل على وجود مستوى منخفض واضح في قلق المستقبل



أي انه يوجد علاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل.

### استنتاج عام للدراسة:

- 1.توصلت الدراسة الى ان المتوسط الحسابي لمقياس قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر يساوي(164.44)، والمتوسط النظري(120) بانحراف معياري(3.69).
2. كشفت النتائج الى ان المتوسط الحسابي لمقياس الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر يساوي(127.81)، والمتوسط النظري (94) بانحراف معياري(2.27).
3. كشفت الدراسة عن وجود فروق غير دالة احصائيا في مستوى قلق المستقبل والاضطراب النفسي تبعا لاختلاف الجنس.
4. كشف الدراسة عن وجود فروق غير دالة احصائيا في مستوى قلق المستقبل والاضطراب النفسي تبعا لاختلاف متغير المستوى التعليمي.
5. أظهرت الدراسة الى وجود علاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر.

### خاتمة عامة للدراسة:

وفي ظل النتائج حيث يعاني الطالب الفلسطيني في الآونة الاخيرة والتي تزامنت مع الحرب على قطاع غزة من قلق وتخوف شديد وضغوطات وتحديات كثيرة تواجهه ، بحيث وجود ارتفاع في الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطالب الفلسطيني .

والهدف من الدراسة هي، الكشف عن العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر. " ولتحقيق اهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي بشقيه الكمي والكيفي ، وقد تكونت العينة من (124) طالب (ة) فلسطيني مغترب وتم اجراء دراسة معمقة لحالتين واستخدمت الباحثة الأدوات التالية وهي: المقابلة العيادية والملاحظة العيادية ،ومقياس الاغتراب النفسي من اعداد (ايه محمد ربحان،2023) وقلق المستقبل من اعداد (سوسن عيد عطية فرغلي واخرون،2019)

حيث توصلت النتائج ان :

1. مستوى الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين مرتفع.
  2. مستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين مرتفع.
  3. وجود فروق غير دالة احصائيا في مستوى قلق المستقبل والاغتراب النفسي تبعا لمتغيري ( الجنس والمستوى التعليمي)
  4. وجود علاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين بعد احداث السابع من أكتوبر .
- وفي ظل النتائج حيث يعاني الطالب الفلسطيني في الآونة الاخيرة التي تزامن الحرب على قطاع غزة من قلق وتخوف شديد وضغوطات وتحديات كثيرة تواجهه .

### توصيات الدراسة:

من خلال الاستفادة من الاطار النظري والدراسات السابقة، وفي ضوء نتائج الدراسة التي توصلت اليها الدراسة: توصي الباحثة ب:

1. الاهتمام بالطلبة الجامعيين الفلسطينيين المغتربين ومساعدتهم، للتغلب على مشكلاتهم والصعوبات التي تواجههم ، الامر الذي يسهم للتخفيف من قلق المستقبل والاغتراب النفسي.
2. عمل لقاءات وندوات وورشات عمل تستهدف توعية الطلبة الفلسطينيين بمخاطر الاغتراب النفسي.
3. تعزيز دور الطالب الفلسطيني المغترب في الخارج ، لأهمية هذه الفئة التي سوف تكون الداعم للنهضة والرقى والنهوض بالوطن .
4. الباحثة بضرورة التكفل بالطلبة الفلسطينيين المغتربين في ظل الظروف الراهنة .

### دراسات مقترحة:

1. إجراء دراسات أكثر شمولاً للاغتراب النفسي وكذلك قلق المستقبل وما يتصل بهما من متغيرات (العمر، المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية)

2. دراسة العلاقة بين الاغتراب النفسي والانتماء الوطني لدى الطلبة الفلسطينيين المغتربين.

## المصادر و المراجع :

### القران الكريم

### أولاً: المراجع العربية

- بقيون سمير (2007): الطب النفسي، دار اليازوي العلمية للنشر والتوزيع.
- الترهوني صالحه علي (2023): الاغتراب النفسي لدى طلبة قسم التربية وعلم النفس بكلية التربية وعلاقته ببعض المتغيرات.
- حبيب ليث حازم (2014): الاغتراب النفسي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة نينوى، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 13، العدد2.
- حبيب ليث حازم (2014): الاغتراب النفسي لدى تلاميذ صفوف التربية الخاصة في محافظة نينوى.
- حمدان دعاء محمود محمد (2018): الأنماط الوالدية وعلاقتها بالصلاية النفسية والاعتراب النفسي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.
- حميدات هبة(2022): الهوية النفسية وعلاقتها بتقدير الذات والاعتراب النفسي.
- حواس ايناس محمد المحمدي (2021): الاغتراب النفسي وعلاقته بالادمان لدى الشباب، مجلة كلية التربية،الجزء2. جامعة طنطا
- الخالدي ع\*طالله فؤاد واخرون(2009): الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق، الطبعة الأولى.
- خيخي رابحة واخرون(2022): مستوى الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى المراهقين الايتام وغير الايتام.
- دبلة خولة(2015): دور التصدع الاسرى المعنوي في ظهور الاغتراب النفسي لدى المراهق، الطبعة الأولى.
- ريحان ايه محمد على (2023): الاغتراب النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية الاداب بورسعيد، العدد السادس والعشرون، الجزء الثاني.
- زعليق محمد (2020): الاغتراب الوظيفي وعلاقته بالاحترق النفسي و اثرهما على الأداء التربوي.
- زغير رشيد حميد (2016): كتاب علم النفس العيادي، دار أسامة للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.

- السامرائي نبيه (2007): اعراض الامراض النفسية العصابية تربيوا ومهنيا، الطبعة الأولى.
- سامية دلال (2018): علاقة قلق المستقبل بالدافعية للتعلم وانعكاسها على التوافق الدراسي، أطروحة دكتوراه.
- السميري نجاح عواد وآخرون (2022): النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهقين، المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية.
- السيد فهمي على (2009): علم النفس الصحة.
- شاهين محمد أحمد وآخرون (2013): الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة جامعتي القدس والقدس المفتوحة في فلسطين.
- الشرييني لطفي (2010): المرجع الشامل في علاج القلق، تقديم حسين الجزائري، منظمة الصحة العالمية.
- شريت وآخرون (2003): كتاب الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق.
- الصيرفي محمد (2008): الضغط والقلق الإداري، مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع.
- طه مروة موسى عبد المغني وآخرون (2021): قلق المستقبل لدى المتأخرات زواجيا في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، المجلة الدولية لدراسة المرأة والطفل، العدد الثالث.
- العامري جعفر صادق عبيد (2016): الاغتراب النفسي لدى طلاب معهد اعداد المعلمين.
- عبد العاطي موسى ذكي (2021): قلق المستقبل لدى الأبناء، كلية التربية للطفولة المبكرة. جامعة المنصورة، المجلد الثامن، العدد الثاني.
- عبد الغفار عبد السلام (2007): مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية.
- عبدالباري نجوى حسن وآخرون (2021): الاغتراب النفسي وعلاقته بمستوى الطموح وقلق المستقبل لدى الطلبة المغتربين بالمدن الجامعية.
- العيسوي عبد الرحمن محمد (2001): الجديد في الصحة النفسية.
- الغامدي حامد بن أحمد ضيف الله (2013): فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في معالجة بعض اضطرابات القلق، الطبعة الأولى، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر.
- غانم محمد حسن (2007): مقدمة في علم الصحة النفسية، جامعة حلوان، كلية الآداب، قسم علم النفس، المكتبة المصرية، الطبعة الأولى.
- فايدة حسين (2004): علم النفس المرضي، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.

- قبقوب عيسى واخرون (2015): الاغتراب النفسي وتعاطي المخدرات لدى المراهق المتمدرس دراسة حالة ، مجلة العلوم النفسية والتربوية
- المالكي مشاري عبيد مكتوب واخرون(2023): التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لكل من الاغتراب النفسي وقلق المستقبل وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، مجلد8، العدد36.
- مشاري المالكي ومغاوري مرزوق(2024): التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لكل من الاغتراب النفسي وقلق المستقبل وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث.
- مزيان محمد ( 2002):منهجية البحث في علم النفس ، دار الغرب ، وهران ، الجزائر
- المقرود دراسة زين العابدين (2022):الاجتراب النفسي بين الطلاب الأجانب
- الهواري فرج (2021): الاغتراب وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب كليات التربية البدنية بليبيا .
- هبية حسام إسماعيل واخرون(2019): الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل، مجلة الارشاد النفسي العدد57، الجزء2.
- يوسف سليمان عبد الواحد (2012):قراءات في علم نفس الشخصية في سواها وانحرافها، ط1، القاهرة، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.

## ثانيا: المراجع الاجنبية

- Mariusz Duplaga(2021): The association between future anxiety, health literacy and the perception of the COVID-19, Academic Open Access Publishing.

- Jade Q(2015) : Episodic future thinking in generalized anxiety disorder, Journal of anxiety disorders .
- Kirstin Greaves–Lord(2010): Reduced autonomic flexibility as a predictor for future anxiety in girls from the general population: The TRAILS study, Volume 179, Issue 2.
- Joachim Stöber(2000): Prospective cognitions in anxiety and depression: Replication and methodological extension, <https://doi.org/10.1080/02699930050117693>.
- Eve Twivy(2020): Individual differences in affective flexibility predict future anxiety and worry.
- Mariusz Duplaga(2021): The association between future anxiety, health literacy and the perception of the COVID–19 pandemic: a cross–sectional study.

## الملاحق :

ملحق رقم(1) إجابة على مقياس الاغتراب النفسي وقلق المستقبل للحالة الأولى.

عزيزي الطالب/

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

تقوم الطالبة بإجراء دراسة للحصول على درجة الماجستير في علم النفس العيادي، قسم علم النفس، جامعة وهران 2 محمد بن احمد.

يرجى التكرم بالاستجابة على هذه الأدوات بعد قراءة كل فقرة بعناية، بوضع علامة (/) في المربع المناسب مقابل كل فقرة.

. لا توجد إجابات خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن مشاعرك ورأيك الخاص.

. لا داعي لكتابة الاسم، حيث إن السرية مضمونة، وسيتم استخدام معلومات الاستبانة لغرض البحث العلمي فقط.

أشرك على تعاونك وأقدر مشاركتك في هذه الدراسة.

وشكرا لحسن تعاونكم.

الطالبة: شيماء خليل أيوب كرسوع

أولاً: البيانات الشخصية

الجنس: ذكر

المستوى التعليمي: ليسانس



أولاً: مقياس الاغتراب النفسي

الرقم	العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
1	اشعر انني وحيدة في هذا الكون		/	
2	اكره الاختلاط بالآخرين.		/	
3	اشعر انني لا افهم ذاتي .		/	
4	اشعر انني منبوذ من الآخرين.		/	
5	اياس وتهبط همتي مما يقلل من شأنني ل نفسي		/	
6	اشعر بالعجز عن اتخاذ قرار تجاه بعض المواقف الصعبة.		/	
7	اشعر بالخوف من المستقبل وانه لا حول لي ولا قوة.		/	
8	اشعر بالضيق والحزن لعجزني عن معالجة بعض المواقف بنفسي		/	
9	أؤمن بالمثل القائل: الغاية تبرر الوسيلة.		/	
10	تمضي الحياة بشكل محزن ومؤسف مما يجعلني اشعر بان ليس لها قيمة.	/		
11	أؤمن بالمثل القائل: من خاف سلم.	/		
12	اكذب طالما ان الكذب يحقق مصالحني	/		
13	اعظم ما يسر الانسان في حياته عندما يكون بمفرده بعيدا عن الناس .	/		
14	اشعر بان حياتي بلا عقيمة بلا هدف او معنى	/		
15	أشاءم طوال الوقت بدون سبب واضح لشعوري بان وجودي ليس له قيمة كبيرة .		/	
16	اشعر بالفراغ والياس في الحياة وانه من الصعب إمكانية تحسينها مستقبلاً.		/	
17	اكره الاعتماد على تفكيري بمفردي لشعوري بان تفكيري مشوش .		/	
18	اعارض اراء الآخرين لاقتناعي بصحة راي الشخصي.	/		
19	لا التزم بواجباتي تجاه نفسي وتجاه الآخرين.	/		
20	اشك في مشاعر الحب التي يظهرها لي أصدقائي		/	
21	أفضل ان يعيش الفرد بعيدا عن الناس منعا للمشاكل		/	
22	اعتقد انه لا توجد روابط حقيقية بين معظم الناس		/	

/		اشعر بأنني وحيد بين افراد اسرتي رغم انني أعيش معهم	23
	/	لا اهتم بما اتعلمه في الجامعة كثيرا لان الحياة تجارب يتعلم منها الانسان.	24
	/	اصبح الانسان في هذا العصر مجرد اله.	25
/		. انا غير راضي عن علاقتي بوالدي واخواتي لانهم لا يقدروني بدرجة كبيرة.	26
	/	لا التزم كثيرا بالأعراف الاجتماعية والعادات	27
	/	من حق كل فرد تغيير القواعد والمعايير في سبيل تحقيق أهدافه باي وسيلة.	28
	/	النظام السائد في المجتمع هو ان البقاء للأقوى.	29
	/	اشعر بوجود فجوة بين ما هو قائم وبين ما أتوقعه في الحياة.	30
	/	الموت افضل من الحياة بلا هدف لذلك اشعر ان الحياة لا تستحق ان يحييها الانسان	31
	/	اعتقد ان سلوك الانسان يجب ان تقره عادات المجتمع التي يعيش فيها وتقاليدته لأنه يعيش حياة اجتماعية معقدة تحكمها المصالح.	32
/		اغضب عندما أجد غيري يشعر بالسعادة او الحظ السعيد.	33
	/	اسخر من المجتمع وقيمه السائدة فيه ولا اتمسك بالكثير من قواعده وقيمه	34
/		أفضل العنف على المسالمة وهاجم من يعارضني.	35
	/	الالتزام بالمنهج الدراسي ودون حرية اختيار الموضوعات يبعدنا عن المجتمع.	36
/		الثقافة التي يكتسبها الشباب لا تحل مشكلاتهم ولا تحقق رغباتهم.	37
/		لا يستطيع الطالب ان يعبر عن رايه او يعارض معلمه في الراي لاعتقاده بضعف معلوماته.	38
/		اشعر ان الاخرين يستغلونني لأنني أكثر منهم علم وثقافة.	39
/		العلم والثقافة ليس كل شي في الحياة.	40
/		أفضل المال عن العلم فالمال اقصر طريق للمجد	41
/		اعتقد ان النجاح والتفوق يعتمد كثيرا على الصدفة ولذلك فان التفوق الدراسي ليس معيار للنجاح في الحياة.	42

		/	ليس هناك فرق بين الجاهل والمتقف طالما ان كل منها راض عن حياته.	43
	/		العولمة مفهوم غامض لا معنى له، والمعلومات والثقافة عقيمة وليس لها قيمة في حياة الانسان	44
		/	يوجد تباعد بين ما يتعلمه الفرد في الجامعة وبين أمور الحياة من حوله.	45
	/		رجال الأعمال والاثرياء لا يعرفون القراءة والكتابة	46
	/		عندما أجهل شي لا اعترف بذلك ولا أحاول البحث عن حقيقة هذا الشيء	47

### ثانيا: مقياس قلق المستقبل

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا
1	اشعر بصداع عندما أفكر في المستقبل.			/
2	اعتقد ان ضغوط الحياة تجعل من الصعب تحقيق امالي في المستقبل.			/
3	انا غير متقائل بقدرتي على تحقيق اهدافي في المستقبل.			/
4	اشعر بأنني غير قادر على الاهتمام بمن حولي.			/
5	. اشعر انني لن أستطيع الحصول على وظيفة في المستقبل.			/
6	اشعر بضيق التنفس عندما أفكر بالمستقبل.			/
7	اعتقد انني غير قادر على مواجهة المشاكل التي تواجهني في المستقبل			/
8	ينتابني شعور الخوف عند توقع حدوث كوارث بالمستقبل.			/
9	اشعر بالخوف من ان يكون للناس راي سلبي في شخصيتي.			/
10	ينتابني شعور بان مهنتي في المستقبل لن تحقق لي المكانة المادية التي اتمناها.		/	
11	اشعر بسرعة ضربات قلبي عندما أفكر في الغد			/
12	اعتقد ان المستقبل غامض وغير واضح.	/		
13	اشعر بالثقة في النفس تجاه اهدافي في المستقبل.	/		

	/		14	ينتابني شعور بأنني غير قادر على تحقيق مكانة اجتماعية في المستقبل.
	/		15	اشعر بعدم الرضا عن مستوى معيشتي لذلك اشعر بالقلق من المستقبل.
	/		16	ينتابني شعور بالام في معدتي عندما اتخيل ما سيواجهني من صعاب في المستقبل
	/		17	اعتقد انني لن أستطيع النجاح في المستقبل
	/		18	ينتابني شعور بعدم الاطمئنان تجاه المستقبل.
	/		19	اشعر بأنني غير قادر على إقامة صداقة لفترة طويلة
	/		20	انخفاض الدخل وغلاء المعيشة يجعلني اقلق من المستقبل.
	/		21	اشعر بتقلصات في الأمعاء عند التفكير في الغد.
	/		22	أفكر بان الحياة في المستقبل سوف تكون سوداء.
	/		23	اشعر بالقلق والتوتر عند التفكير في حدوث حروب بالمستقبل.
	/		24	ينتابني شعور بأنني غير قادر على تكوين اسرة في المستقبل.
	/		25	زيادة البطالة في المجتمع يجعل حياتي صعبة وبالتالي عدم التفكير في الزواج.
	/		26	حينما أفكر في الغد اشعر برجفة تشمل جسمي كله.
	/		27	أفكر في انني سأفشل في تحقيق طموحي.
	/		28	انا متشائم من المستقبل الذي ينتظرني.
	/		29	اشعر بان والديا غير قادرين على مساعدتي في المستقبل.
	/		30	أفكر في الطريقة التي احصل بها على المال في الغد
	/		31	اشعر بالام في صدري عند التفكير في المستقبل.
	/		32	اعتقد انني لا يمكنني تغيير واقعي للأفضل.
	/		33	اقلق واتوتر عند الحديث عن حياتي المستقبلية.

/			34	ينتابني شعور بان علاقتي باهلي في المستقبل لن تكون مستقرة.
/			35	أرى في المستقبل مشكلة مادية كبيرة.
/			36	ينتابني شعور بانقباض في صدري عندما اتخيل مستقبلي.
/			37	اعتقد ان الغد لن يكون مشرقا
/			38	ينتابني إحساس بالقلق بأنني لن أستطيع تحقيق ذاتي في المستقبل.
		/	39	أتوقع ان البطالة والجريمة سوف تزدادان في المجتمع مستقبلا.
		/	40	أفكر فيما سيحدث في المستقبل من تغيرات مادية.
/			41	لا اشعر بأنني لن أستطيع النوم بشكل متواصل عند التفكير في المستقبل
		/	42	اعتقد بأنني شخص لا حول ولا قوة.
		/	43	ينتابني شعور بان الفوضى والحروب سوف تسود العالم كله
	/		44	أخشى من التغيرات الاجتماعية وتأثيرها على مستقبلي.
/			45	اشعر بالقلق عندما اقضي وقت طويل في تخيل مستقبلي الاقتصادي
/			46	اشعر بالتعب والارهاق عندما أفكر بمستقبلي
		/	47	اعتقد ان عدم التفكير في المستقبل هو الأسلوب الأمثل للتكيف مع الحياة.
/			48	اشعر بالغضب الشديد عندما أفكر بالغد
/			49	اشعر بتدهور القيم والمبادئ والمثل العليا في المستقبل.
/			50	اظن نني لن امتلك السكن ابدًا لان ليس معي المال الكافي.
/			51	أتوقع حدوث حادثة تصيبني بالعجز في المستقبل.
		/	52	اعتقد ان التفكير في الغد يجلب المشاكل

/			ينتابني شعور بان أوقات حزني أكثر من أوقات فرحي	53
/			ينتابني شعور بأنني لن أستطيع الاندماج مع الآخرين في المستقبل.	54
/			ينتابني شعور بأنني سأكون فقيرا في المستقبل	55
/			ينتابني شعور بالغثيان عند التفكير بالمستقبل	56
/			اعتقد ان حياتي بلا معنى ولا هدف ولا مستقبل	57
	/		اشعر بالقلق عندما أفكر في انني ربما أفضل في تحقيق طموحي	58
	/		اشعر بأنني سوف أفقد أحد افراد عائلتي مستقبلا	59
/			اشعر بأنني لن أستطيع الحفاظ على وظيفتي مستقبلا.	60

نلاحظ من خلال الجدول ( ) الخاص بمقياس قلق المستقبل الخاص لدى الحالة الأولى انها تحصلت على درجة 85 وهي درجة منخفضة وتدل على وجود مستوى منخفض في قلق المستقبل.

ودرجة الاغتراب النفسي الذي تحصلت 85 درجة وهي درجة متوسطة وتدل على وجود مستوى متوسط في الاغتراب

ملحق رقم(2) إجابة على مقياس الاغتراب النفسي وقلق المستقبل للحالة الثانية.

عزيزي الطالب/

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

تقوم الطالبة بإجراء دراسة للحصول على درجة الماجستير في علم النفس العيادي، قسم علم النفس، جامعة وهران 2 محمد بن احمد.

يرجى التكرم بالاستجابة على هذه الأدوات بعد قراءة كل فقرة بعناية، بوضع علامة (/) في المربع المناسب مقابل كل فقرة.

. لا توجد إجابات خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن مشاعرك ورأيك الخاص.

. لا داعي لكتابة الاسم، حيث إن السرية مضمونة، وسيتم استخدام معلومات الاستبانة لغرض البحث العلمي فقط.

أشكرك على تعاونك وأقدر مشاركتك في هذه الدراسة.

وشكرا لحسن تعاونكم.

الطالبة: شيما خليل أيوب كرسوع

أولاً: البيانات الشخصية

الجنس: انثى

المستوى التعليمي: ليسانس

أولاً: مقياس الاغتراب النفسي

الرقم	العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
1	اشعر انني وحيدة في هذا الكون		/	
2	اكره الاختلاط بالآخرين.	/		
3	اشعر انني لا افهم ذاتي .		/	
4	اشعر انني منبوذ من الآخرين.		/	
5	ايأس وتهبط همتي مما يقلل من شأنني ل نفسي		/	
6	اشعر بالعجز عن اتخاذ قرار تجاه بعض المواقف الصعبة.		/	
7	اشعر بالخوف من المستقبل وانه لا حول لي ولا قوة.		/	
8	اشعر بالضيق والحزن لعجزني عن معالجة بعض المواقف بنفسي		/	
9	أؤمن بالمثل القائل: الغاية تبرر الوسيلة.	/		
10	تمضي الحياة بشكل محزن ومؤسف مما يجعلني اشعر بان ليس لها قيمة.		/	
11	أؤمن بالمثل القائل: من خاف سلم.		/	

/		اكذب طالما ان الكذب يحقق مصالح	12
	/	اعظم ما يسر الانسان في حياته عندما يكون بمفرده بعيدا عن الناس .	13
/		اشعر بان حياتي بلا عقيمة بلا هدف او معنى	14
	/	أتشاءم طوال الوقت بدون سبب واضح لشعوري بان وجودي ليس له قيمة كبيرة .	15
/		اشعر بالفراغ والياس في الحياة وانه من الصعب إمكانية تحسينها مستقبلا.	16
/		اكره الاعتماد على تفكيري بمفرد لشعوري بان تفكيري مشوش .	17
	/	اعارض اراء الاخرين لاقتناعي بصحة راي الشخصي.	18
	/	لا التزم بواجباتي تجاه نفسي وتجاه الاخرين.	19
	/	اشك في مشاعر الحب التي يظهرها لي أصدقائي	20
	/	أفضل ان يعيش الفرد بعيدا عن الناس منعا للمشاكل	21
	/	اعتقد انه لا توجد روابط حقيقية بين معظم الناس	22
/		اشعر بأنني وحيد بين افراد اسرتي رغم انني أعيش معهم	23
	/	لا اهتم بما اتعلمه في الجامعة كثيرا لان الحياة تجارب يتعلم منها الانسان.	24
	/	اصبح الانسان في هذا العصر مجرد اله.	25
/		. انا غير راضي عن علاقتي بوالدي واخواتي لانهم لا يقدروني بدرجة كبيرة.	26
/		لا التزم كثيرا بالأعراف الاجتماعية والعادات	27
	/	من حق كل فرد تغيير القواعد والمعايير في سبيل تحقيق أهدافه باي وسيلة.	28
	/	النظام السائد في المجتمع هو ان البقاء للأقوى.	29
	/	اشعر بوجود فجوة بين ما هو قائم وبين ما أتوقعه في الحياة.	30
	/	الموت افضل من الحياة بلا هدف لذلك اشعر ان الحياة لا تستحق ان يحييها الانسان	31
	/	اعتقد ان سلوك الانسان يجب ان تقره عادات المجتمع التي يعيش فيها وتقاليدته لأنه يعيش حياة اجتماعية معقدة تحكمها المصالح.	32



/			اغضب عندما أجد غيري يشعر بالسعادة او الحظ السعيد.	33
/			اسخر من المجتمع وقيمه السائدة فيه ولا اتمسك بالكثير من قواعده وقيمه	34
/			أفضل العنف على المسالمة وهاجم من يعارضني.	35
	/		الالتزام بالمنهج الدراسي ودون حرية اختيار الموضوعات يبعثنا عن المجتمع.	36
/			الثقافة التي يكتسبها الشباب لا تحل مشكلاتهم ولا تحقق رغباتهم.	37
/			لا يستطيع الطالب ان يعبر عن رايه او يعارض معلمه في الراي لاعتقاده بضعف معلوماته.	38
	/		اشعر ان الاخرين يستغلونني لأنني أكثر منهم علم وثقافة.	39
		/	العلم والثقافة ليس كل شي في الحياة.	40
	/		أفضل المال عن العلم فالمال اقصر طريق للمجد	41
		/	اعتقد ان النجاح والتفوق يعتمد كثيرا على الصدفة ولذلك فان التفوق الدراسي ليس معيار للنجاح في الحياة.	42
	/		ليس هناك فرق بين الجاهل والمتقف طالما ان كل منها راض عن حياته.	43
/			العولمة مفهوم غامض لا معنى له، والمعلومات والثقافة عقيمة وليس لها قيمة في حياة الانسان	44
	/		يوجد تباعد بين ما يتعلمه الفرد في الجامعة وبين أمور الحياة من حوله.	45
/			رجال الأعمال والاثرياء لا يعرفون القراءة والكتابة	46
	/		عندما أجهل شي لا اعترف بذلك ولا أحاول البحث عن حقيقة هذا الشيء	47

### ثانيا: مقياس قلق المستقبل

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا
1	اشعر بصداع عندما أفكر في المستقبل.			/

/			اعتقد ان ضغوط الحياة تجعل من الصعب تحقيق امالي في المستقبل.	2
	/		انا غير متقائل بقدرتي على تحقيق اهدافي في المستقبل.	3
	/		اشعر بأنني غير قادر على الاهتمام بمن حولي.	4
	/		. اشعر انني لن أستطيع الحصول على وظيفة في المستقبل.	5
/			اشعر بضيق التنفس عندما أفكر بالمستقبل.	6
/			اعتقد انني غير قادر على مواجهة المشاكل التي تواجهني في المستقبل	7
	/		ينتابني شعور الخوف عند توقع حدوث كوارث بالمستقبل.	8
	/		اشعر بالخوف من ان يكون للناس راي سلبي في شخصيتي.	9
	/		ينتابني شعور بان مهنتي في المستقبل لن تحقق لي المكانة المادية التي اتمناها.	10
/			اشعر بسرعة ضربات قلبي عندما أفكر في الغد	11
	/		اعتقد ان المستقبل غامض وغير واضح.	12
		/	اشعر بالثقة في النفس تجاه اهدافي في المستقبل.	13
/			ينتابني شعور بأنني غير قادر على تحقيق مكانة اجتماعية في المستقبل.	14
	/		اشعر بعدم الرضا عن مستوى معيشتي لذلك اشعر بالقلق من المستقبل.	15
/			ينتابني شعور بالام في معدتي عندما اتخيل ما سيواجهني من صعاب في المستقبل	16
/			اعتقد انني لن أستطيع النجاح في المستقبل	17
	/		ينتابني شعور بعدم الاطمئنان تجاه المستقبل.	18
	/		اشعر بأنني غير قادر على إقامة صداقة لفترة طويلة	19
		/	انخفاض الدخل وغلاء المعيشة يجعلني اقلق من المستقبل.	20

	/		اشعر بتقلصات في الأمعاء عند التفكير في الغد.	21
/			أفكر بان الحياة في المستقبل سوف تكون سوداء.	22
	/		اشعر بالقلق والتوتر عند التفكير في حدوث حروب بالمستقبل.	23
	/		ينتابني شعور بأنني غير قادر على تكوين اسرة في المستقبل.	24
	/		زيادة البطالة في المجتمع يجعل حياتي صعبة وبالتالي عدم التفكير في الزواج.	25
	/		حينما أفكر في الغد اشعر برجفة تشمل جسمي كله.	26
/			أفكر في انني سأفشل في تحقيق طموحي.	27
/			انا متشائم من المستقبل الذي ينتظرني.	28
	/		اشعر بان والديا غير قادرين على مساعدتي في المستقبل.	29
		/	أفكر في الطريقة التي احصل بها على المال في الغد	30
/			اشعر بالام في صدري عند التفكير في المستقبل.	31
/			اعتقد انني لا يمكنني تغيير واقعي للأفضل.	32
/			اقلق واتوتر عند الحديث عن حياتي المستقبلية.	33
/			ينتابني شعور بان علاقتي باهلي في المستقبل لن تكون مستقرة.	34
	/		أرى في المستقبل مشكلة مادية كبيرة.	35
/			ينتابني شعور بانقباض في صدري عندما اتخيل مستقبلي.	36
/			اعتقد ان الغد لن يكون مشرقا	37
/			ينتابني إحساس بالقلق بأنني لن أستطيع تحقيق ذاتي في المستقبل.	38
	/		أتوقع ان البطالة والجريمة سوف تزدادان في المجتمع مستقبلا.	39
		/	أفكر فيما سيحدث في المستقبل من تغيرات مادية.	40

/			41 لا اشعر بأنني لن أستطيع النوم بشكل متواصل عند التفكير في المستقبل
/			42 اعتقد بأنني شخص لا حول ولا قوة.
	/		43 ينتابني شعور بان الفوضى والحروب سوف تسود العالم كله
	/		44 أخشى من التغيرات الاجتماعية وتأثيرها على مستقبلي.
/			45 اشعر بالقلق عندما اقضي وقت طويل في تخيل مستقبلي الاقتصادي
/			46 اشعر بالتعب والارهاق عندما أفكر بمستقبلي
	/		47 اعتقد ان عدم التفكير في المستقبل هو الأسلوب الأمثل للتكيف مع الحياة.
/			48 اشعر بالغضب الشديد عندما أفكر بالغد
/			49 اشعر بتدهور القيم والمبادئ والمثل العليا في المستقبل.
/			50 اظن نني لن امثلك السكن ابدا لان ليس معي المال الكافي.
/			51 أتوقع حدوث حادثة تصيبني بالعجز في المستقبل.
/			52 اعتقد ان التفكير في الغد يجلب المشاكل
	/		53 ينتابني شعور بان أوقات حزني أكثر من أوقات فرحي
	/		54 ينتابني شعور بأنني لن أستطيع الاندماج مع الاخرين في المستقبل.
/			55 ينتابني شعور بأنني سأكون فقيرا في المستقبل
/			56 ينتابني شعور بالغثيان عند التفكير بالمستقبل
/			57 اعتقد ان حياتي بلا معنى ولا هدف ولا مستقبل
	/		58 اشعر بالقلق عندما أفكر في انني ربما أفضل في تحقيق طموحي
/			59 اشعر بأنني سوف أفقد أحد افراد عائلتي مستقبلا
/			60 اشعر بأنني لن أستطيع الحفاظ على وظيفتي مستقبلا.

نلاحظ من خلال الجدول ( ) الخاص بمقياس قلق المستقبل الخاص لدى الحالة الثانية انها تحصلت على درجة 90 وهي درجة منخفضة وتدل على وجود مستوى منخفض في قلق المستقبل.

ودرجة الاغتراب النفسي الذي تحصلت 89 درجة وهي درجة متوسطة وتدل على وجود مستوى متوسط في الاغتراب النفسي

ملحق رقم(3): أسئلة المقابلة الفردية.

1.تحدث عن نفسك

2. رايك في احداث السابع من أكتوبر وماذا تمثل لك؟

3. ما الذي تغير في حياتك بعد الاحداث.

4. كيف كنت ترى المستقبل قبل الاحداث وكيف نظرتك بعد الاحداث؟

5. كيف ترى نفسك في الغربة ودولة اجنبية؟