



عمادة الدراسات العليا

جامعة القدس

قلق المستقبل وعلاقته بالصلافة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في

مناطق التماس محافظة الخليل

نادر إبراهيم خليل خلف

رسالة ماجستير

القدس - فلسطين

1440هـ - 2019م

قلق المستقبل وعلاقته بالصلافة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في

مناطق التماس محافظة الخليل

إعداد:

نادر إبراهيم خليل خلف

بكالوريوس توجيه وإرشاد نفسي - جامعة الخليل/ فلسطين

المشرف: د. عمر الريماوي

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من عمادة الدراسات العليا / كلية العلوم التربوية/ جامعة القدس

1440 هـ - 2019 م



جامعة القدس

عمادة الدراسات العليا

الإرشاد النفسي والتربوي

إجازة الرسالة

قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية
في مناطق التماس محافظة الخليل

إعداد الطالب: نادر إبراهيم خليل خلاف

الرقم الجامعي: 21620174

المشرف: د. عمر الريماوي

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت بتاريخ: 2019/7/1 م، من أعضاء لجنة المناقشة المدرجة أسماؤهم
وتوقيعهم:

التوقيع:
التوقيع:
التوقيع:

1. رئيس لجنة المناقشة د. عمر الريماوي
2. ممتحناً داخلياً د. علا حسين
3. ممتحناً خارجياً د. فايز محاميد

القدس - فلسطين

1440هـ - 2019م

الإهداء

إلى أعز الناس والدي الحبيبين أمي وأبي سر وجودي، فمن حبهم صنعت لنفسي مجداً، وبحنانهما مضيت بالحياة إلى الأمام قدماً.

إلى إخوتي وأخواتي، إلى روح أخي محمد "أبو إبراهيم" الذي لم يغيب عن فكري للحظة واحدة في ثراه.

إلى زوجتي ورفيقة دربي التي سكنت روحي ماري، وأطفالي مداد وجودي (مرح وآدم وأدهم).

إلى أرواح شهداء الأمة، وأسرى الحرية الذي صنعوا من أرواحهم وأجسادهم طريقاً للحرية.

أهديكم هذا العمل المتواضع

الباحث

نادر إبراهيم خليل خلاف

إقرار:

أُقر أنا مقدم الرسالة إنها قدمت لجامعة القدس لنيل درجة الماجستير وأنها نتيجة أبحاثي الخاصة باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد وأن هذه الرسالة أو أي جزء منها لم يقدم لنيل أي درجة عليا لأي جامعة أو معهد.

الإسم: نادر ابراهيم خليل خلاف

التوقيع: 

التاريخ: 2019/7 /1

شكر وتقدير

الحمد لله حمد الشاكرين وأصلي وأسلم على نبيه أشرف الخلق وسيد المرسلين، سيدنا وشفيعنا محمد بن عبد الله وعلى آله وصحبه أجمعين.

بداية أحمد الله وأشكر فضله الذي من علي لإنجاز هذا العمل المتواضع ويسر لي طريقة من غير حول مني ولا قوة.

وأنتقدم بالشكر والعرفان إلى أستاذتي في جامعة القدس، وشكري الجزيل إلى مشرفي على هذه الرسالة الدكتور عمر الريماوي، الذي بدعمه ومساندته ومتابعته الحثيثة لي لما أنجزت هذا العمل.

كما وأنتقدم بالشكر إلى أصدقائي وأسرتي الثانية في العمل، وأشكر كل من ساعدني و شجعني ودعمني، ووقف إلى جانبي طيلة فترة دراستي.

كما أنتقدم بجزيل الشكر إلى أساتذتي أعضاء لجنة المناقشة الموقرين على وقتهم في قراءة رسالتي وإغنائها بمقترحاتهم وملاحظاتهم القيمة.

الملخص:

هدفت الدراسة التعرف إلى قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل، واستخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي، حيث أجريت الدراسة على عينة مكونة من (530) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل للعام الدراسي (2018/2019م)، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل والصلابة النفسية، أي أنه كلما ازداد مستوى قلق المستقبل قل من ذلك من مستوى الصلابة النفسية، والعكس صحيح، كما أظهرت الدراسة أن مستوى قلق المستقبل، ومستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل جاءت بدرجة متوسطة. كذلك توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لقلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس، لصالح الذكور، بينما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لقلق المستقبل تبعاً للمتغيرات التالية (الصف، الفرع، مكان السكن). وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة للصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل لمتغير الجنس على مجال الالتزام لصالح الإناث، بينما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات، (الصف الدراسي، والفرع، ومكان السكن). وفي ضوء نتائج الدراسة الحالية أوصى بعدة توصيات: التخفيف من مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل، وتعزيز الأمن النفسي من خلال إشعارهم بالاطمئنان والاستقرار النفسي في البيئة المحيطة بهم، اعطاء مزيداً من الاهتمام لبرامج الدعم النفسي والاجتماعي لتدعيم وتعزيز صمود الطلبة وذويهم في مناطق التماس. كلمات مفتاحية (قلق المستقبل، الصلابة النفسية، مناطق التماس في محافظة الخليل).

Future Anxiety and its Relation to the Psychological Resilience of Secondary School Students in Hot Zones in Hebron District.

Prepared by: Nader Ibrahim Khaleel khallaf

Supervisor: Dr. Omar Rimawi

Abstrac

The study aimed to identify anticipatory anxiety (a state where a person experiences increased levels of anxiety by thinking about an event or situation in the future) and its relation to psychological resilience. The study utilized the Descriptive Co relational Approach, and it was conducted on a random and cluster sample including (530) male and female of secondary school students in hot zones in Hebron District 2018-2019.

The study concluded that there is a statistically significant negative correlation between anticipatory anxiety and mental resilience levels. In other words, the higher the anticipatory anxiety level is, the lower the mental resilience level will be, and vice versa. The study also concluded that the levels of anticipatory anxiety and mental resilience of secondary school students in hot zones in Hebron District were moderate. Also, the study indicated that respondents included in the study had statistically significant variances in their responses to anticipatory anxiety. Such variances are mainly attributed to the variables of sex in favor of males. However, the study detected no statistically significant variances in their responses to anticipatory anxiety due to the variables of (school grade, stream and place of residence). The study also spotted statistically significant variances in the respondents' metal resilience mainly emerging from the variable of sex to the aspect of commitment in favor of females, but there were no statistically significant variances in metal resilience of due to the variables of school grade, stream and place of residence among the study's respondents.

In light of the study results, the researcher offered some recommendations including decreasing the level of anticipatory anxiety among secondary school students in hot zones in Hebron District, enhancing psychosocial sense of security by reassuring them that their communities and environments are stable and giving more attention to psychological and social support programs to support the steadfastness of students and their families in hot zone areas.

Keywords: (Future , Psychological Resilience, Hot Zones in Hebron District).

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة:

- مقدمة.
- مشكلة الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- أسئلة الدراسة.
- فرضيات الدراسة.
- حدود الدراسة.
- مصطلحات الدراسة.

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة:

1.1 المقدمة

يتعرض الإنسان الفلسطيني للعديد من العوامل التي تؤثر على شعوره بالأمن والأمان، وبالتالي شعوره بالاستقرار والقدرة على الاستمتاع بالحياة. ومن أهم هذه العوامل المؤثرة على حياة الفرد وجود الاحتلال الإسرائيلي الجاثم على أرضه لأكثر من نصف قرن من الزمن، وذلك بعد اقتلعه وتهجيريه من أرضه، وممارساته المختلفة التي تهدد الكيان والوجود للمواطن الفلسطيني. ونفتح الباب أمام تعرضه للأزمات والشعور بالخطر وبأشكال متعددة من المشاكل النفسية والاجتماعية والاقتصادية.

ويعد القلق جزءاً طبيعياً من حياة الإنسان يؤثر في سلوكه، وهو حقيقة من حقائق الوجود الانساني، وجانب دينامي في بناء الشخصية ومتغير من متغيرات السلوك (جابر، 2015).

والقلق شعور عام بالفزع والخوف من شر مرتقب كارثة توشك أن تحدث، وهو استجابة لتهديد غير محدد كثيراً ما يصدر عن الصراعات اللاشعورية ومشاعر يهيئ الجسم إمكانياته لمواجهة التهديد، فتتوتر العضلات، ويتسارع النفس ونبضات القلب (فراج، 2006).

ويعرف القلق العام بأنه " حالة نفسية ارتبطت بحالات الخوف والهم التي تؤذي الإنسان نفسياً وجسدياً ووظيفياً" وقد يراود القلق كل إنسان يقدم على مهمة أو تجربة حياتية جديدة. لذلك يعتبر القلق محركاً لطاقات كامنة، وأحياناً يسمى بالقلق الدافع إلى التقدم أو القلق الإيجابي (الدباغ، 1983).

وتشير زيدان (2017) إلى أن الانشغال بالمستقبل ليس عرضيا بل هو ثمرة حتمية لما يفكر فيه الأفراد لتنظيم حياتهم استنادا إلى أهدافهم المستمدة من فهمهم لمستقبلهم وتخطيطهم له، وأحيانا يشكل قلق المستقبل خطرا على صحة الأفراد وسلوكهم بل ويثير هواجس المستقبل، عندما يكون بدرجة عالية فيؤدي إلى اختلال في توازن حياة الفرد. مما يترك أثرا سلبيا سواء من الناحية النفسية أو الجسمية، وما يتبع ذلك من تأثيرات في مختلف جوانب حياة الفرد.

ويتميز قلق المستقبل بوجود الاستعداد له لدى الشخص، وكذلك بالشدة وعدم الواقعية ويؤدي إلى تشاؤم الفرد، مما يعزز وجوده وتأثيره حدوث تغيير في مجريات الأحداث أو ظهور ظروف جديدة في حياة الفرد (محمد، 2007).

وقد أكدت سعود (2004) أن قلق المستقبل لدى الطلاب والطالبات مرتفع ويشكل ظاهرة واضحة لمجتمع مليء بالتغيرات مشحون بعوامل مثيرة مجهولة المصير، تؤدي تفاعلاتها الاقتصادية والاجتماعية والصحية والبيئية وغيرها إلى نتائج تنعكس على سلوكيات الأفراد، حيث إن هذه الظاهرة تمس وجود الفرد والمجتمع، وبالتالي أصبح عدم الوثوق بالمستقبل سمة نفسية تمر بالعنصر البشري وخصوصا شريحة الشباب منه.

أن حياة الشباب تواجه عوائق بيئية وشخصية كبيرة ومتنوعة قد تدفعه في كثير من الأحيان إلى الشعور بالاضطراب والقلق كنتيجة لأحداث الماضي المؤلمة، أو إمكانات الحاضر المتواضعة، ومن ثم يتكون لديه الشعور بالقلق تجاه المستقبل، فالتناقضات الهائلة بين ما هو حسي وما هو معنوي وبين الأحلام الوردية والواقع المرير ذلك كله يضع الشباب في منعطف خطير من الصراعات النفسية، وظهور الاضطرابات الانفعالية والشخصية كالقلق المرتبط باختيار التخصص الدراسي، والمهنة أو الزواج أو الأمراض أو الرزق، أي كل المخاوف المتعلقة بالمستقبل. وأن

المواقف المثيرة للقلق تتعلق جميعا بالمستقبل والمجهول أو أشياء مرتقبة وشيكة الحدوث (دياب، 2001).

كما أن قلق المستقبل قد ينشأ عن أفكار خاطئة وغير عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله، وكذلك المواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائل الذي يفقده السيطرة على مشاعره وأفكار العقلانية. ومن ثم الشعور بعدم الأمن والاستقرار النفسي (فراج، 2006).

والطلبة هم من أكثر الفئات عرضة لتبني أفكار غير عقلانية، وذلك لطبيعة المرحلة العمرية من حيث توسيع شبكة العلاقات الاجتماعية عن ذي قبل، والاختلاط بالزملاء، والانفتاح الأكثر على العالم الخارجي بخبراته وأحداثه، وبطبيعة هذه العلاقات تكتسب العديد من الأفكار التي قد تكون غير منطقية وغير عقلانية (عبد القوي، وعبد، 2013).

ومن المعروف أن لكل مرحلة من مراحل النمو حاجات ومتطلبات نفسية ومادية لا بد من تلبيتها، وإشعار من هم في هذه المرحلة باهتمام المجتمع بتلبيتها، وهذه المرحلة العمرية من المراحل لها متطلبات وحاجاتها كونها مرحلة مراهقة، وغالبا ما تنشأ المشكلات بسبب عدم تلبية تلك الحاجات والمتطلبات (حمودة، وفاضلي، 2011). ومرحلة الثانوية العامة تصنف ضمن فترة مرحلة المراهقة المتوسطة، وتمتد هذه المرحلة من عمر (16-18) سنة. وما يميز هذه المرحلة بطئ في سرعة النمو الجنسي نسبيا مقارنة مع مرحلة المراهقة المبكرة، وتزداد التغيرات الجسمية والفيزيولوجية من زيادة الطول والوزن، وفي هذه المرحلة نجد المراهق يهتم بمظهره الجسمي، وصحته، وقوته الجسمية (بهدار، 1980). ويواجه المراهقين العديد من الضغوط، كالضغوط المدرسية ومتطلبات الدراسة، أو ضغوطات أسرية، أو ضغوطات اجتماعية، أو سياسية، أو اقتصادية. وفي جميع تلك الضغوط يكون الفرد مطالبا بإنجاز الكثير من المهمات التي تفوق قدراته، أو إمكانياته أو كلاهما

معاً، وقد تؤثر هذه الضغوط على العديد من المشكلات النفسية والسلوكية مثل: العزلة، والوحدة النفسية، والشعور بالعدوانية. حيث أشارت نتائج الدراسة الميدانية التي أجريت في غزة إلى وجود ارتفاع في أعراض القلق للمراهقين الفلسطينيين نتيجة تعرضهم المستمر للأحداث الضاغطة (قوته، 1999).

وقد أصبحت ضغوط الحياة ظاهرة ملموسة في كافة المجتمعات، وإن كان ذلك بدرجات متفاوتة، ويحدد هذا التفاوت نتيجة عدة عوامل من أهمها المجتمعات ودرجة تحضرها وما يفرضه ذلك من شدة التفاعل والاعتماد المتبادل بين المؤسسات والأفراد، وندرة الموارد، وشدة الصراع للفوز، ومن تلك الموارد والمزايا وسرعة معدل التغيير في تلك المجتمعات وما تفرضه على نمط الحياة فيها لدرجة دعت الكثيرين لتسمية العصر الحديث بعصر الضغوط (بخش، 2007)، مما يجعل الفرد في أي مرحلة من مراحل حياته يشعر بالعجز وعدم فهم التغيرات وبالتالي يزداد لديه الشعور بالإحباط والتوتر والقلق، ولما كانت أحداث الحياة وضغوطها السلبية تشير إلى تغيرات داخلية وخارجية، لذا تؤدي إلى استجابات انفعالية حادة ومستمرة للفرد. وبعبارة أخرى تمثل الأحداث الخارجية بما فيها ظروف العمل والخلافات الأسرية ضغوطاً مثل الأحداث الداخلية أو التغيرات العضوية كالإصابة بالمرض أو القلق (إبراهيم، 1998)، وتتأثر شخصية الإنسان وصحته النفسية بالعديد من المواقف والظروف الاجتماعية والاقتصادية والسياسية وكافة الظروف الضاغطة التي يقابلها في حياته، وتختلف استجابة الأفراد للأحداث الضاغطة والمؤلمة فمنهم من ينهار ولا يقوى على المواجهة وبالتالي يقع فريسة للمرض الجسدي والنفسي والآخرين يواجهون تلك الظروف الضاغطة بقوة وصلابة (راضي، 2008).

ومن العوامل النفسية التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية الصلابة النفسية أو ما يسمى أحياناً بالمقاومة النفسية أو المناعة النفسية أو المرونة

عند تلقي الصدمات (حمادة، 2002). تعتبر الصلابة النفسية واحدة من الجوانب الأساسية التي تلعب دوراً هاماً في جودة حياة الفرد. فمن يعانون من الانخفاض فيها يكونون عرضة للأضرار النفسية والصحية على المدى الطويل، بينما الذين لديهم ارتفاع فيها يكونون أكثر قدرة على مواجهة الضغوطات النفسية، إذ يشكل ذلك حماية وأماناً من تلك الضغوطات النفسية، كما أنها تعتبر القدرة على فهم الظروف الخارجية بدقة، واتخاذ القرار المرغوب فيه في الوقت المناسب (2007، Lamber). كما تعد من أهم متغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للأزمات والتي يحقق وجودها لدى الفرد أهمية كبرى في التحكم في الظروف المحيطة وتحقيق التحدي المطلوب، وتتكون من ثلاث محاور هي: الالتزام، والتحكم والتحدي (صلاح الدين وعبد الحميد، 2005). فتأثير الصلابة يتمثل في دور الوسيط بين التقييم المعرفي للفرد للتجارب الضاغطة وبين الاستعداد والتجهيز باستراتيجيات المواجهة والتحمل، فتلك الآلية يفترض أن تنخفض كمية الضغوط النفسية للتجارب التي يمر بها الفرد، كما تساعد الصلابة النفسية الفرد على التعامل مع الضغوط بفاعلية (عباس، 2010). وتعتبر الصلابة النفسية سمة مكتسبة منذ الصغر تساعد الأسرة بصفة رئيسية على تكوينها، كما تساعد مؤسسات التفاعل الاجتماعي الخارجية الأخرى، كالجيران والأقران والمدرسة والأصدقاء على إنمائها في المراحل العمرية المختلفة (حمزة، 2002). وهناك عدة خصائص للصلابة النفسية، وأولها الإحساس بالالتزام أو النية لدفع النفس للانخراط في مستجدات تحدث للفرد، والخاصية الأخرى الإيمان أو الاعتقاد بالسيطرة بأن الشخص نفسه هو سبب الحدث الذي حدث في حياته، وأن الشخص يستطيع أن يؤثر على بيئته، والخاصية الأخيرة هي الرغبة في إحداث التغير ومواجهة الأنشطة الجديدة التي تكون بمثابة فرص للنماء والتطوير (Taylor & Orlick).

ولقد انعكست الظروف السياسية للشعب الفلسطيني من ممارسات الاحتلال على الواقع الاجتماعي للمراهقين الفلسطينيين، حيث قيدت حريتهم في الحركة والتنقل من ظروف الاغلاق والحصار، وحرية التعبير عن مشاعرهم بشكل سليم، وأصبحت الظروف المحيطة بهم تشكل ضغوطا نفسية انعكست على مستويات مختلفة سلوكية ونفسية واجتماعية وفكرية، مما كان له الأثر المباشر على صحتهم وسلامتهم النفسية، خاصة في الظروف الصعبة التي يعيشونها في حياتهم اليومية (أبو هين، 1993).

وفي ضوء ما تقدم فإن الباحث سيهتم بدراسة قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الطلبة من مناطق التماس في محافظة الخليل، وبالرغم من الاهتمام في السنوات الأخيرة بدراسة قلق المستقبل وبدراسة الصلابة النفسية لدى الطلبة، إلا أنها لم تأخذ عينة مماثلة كطلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل، وهذا ما دفع الباحث بالاهتمام بإجراء هذه الدراسة.

1.2 مشكلة الدراسة

تكمن مشكلة الدراسة بأهمية موضوعها، بالمشاكل والصعوبات، التي تواجه طلبة المدارس وخاصة تلك المناطق الواقعة في المناطق الساخنة على خطوط المواجهة و التماس والاحتكاك المستمر مع قوات الاحتلال الإسرائيلي والمستوطنين، وما ينتج عن هذا الاحتكاك من تغيرات مستمرة على حياة الطلبة، والتي تهدد كيانهم، وتؤثر على مجريات حياتهم، وتفق قدراتهم على التوقع لهذه الأحداث. وفي بذل الجهود في سعيهم تجاه التعايش مع هذه الحياة. إنما يسعى الفرد لمواجهة القلق والتوتر الذي يعتريه. إضافة إلى التغلب على المتطلبات الحياتية والضغوط النفسية، من خلال لجوئه إلى العديد من العمليات النفسية، حفاظا على تكيفه وتوازنه النفسي والانفعالي. وتتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة من الباحث لدراسة قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة

الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل، وما يمكن أن تسفر عنه هذه الدراسة من نتائج والتي يمكن تحديد مشكلتها فيما يلي:

1. هل هناك علاقة ارتباطيه بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في

مناطق التماس محافظة الخليل؟

2. ما مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

3. هل يوجد فروق في المتوسطات الحسابية لقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق

التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الصف الدراسي، الفرع، مكان السكن)؟

4. ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

5. هل يوجد فروق في المتوسطات الحسابية للصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق

التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الصف الدراسي، الفرع، مكان السكن)؟

1.3 أهمية الدراسة

تتبع أهمية الدراسة وذلك من خلال الموضوع الذي تتناوله، من حيث دراسة موضوع قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية القاطنين في مناطق التماس محافظة الخليل. فإذا كانت جهود العلوم الإنسانية تسعى لتحقيق توافق الفرد في كل مراحل حياته فإن قطاع الطلبة الثانويين بصفته يمثل شريحة كبيرة في المجتمع الفلسطيني، فهو يتطلب بذل جهود بدرجة أكبر من الاهتمام، وذلك لما تمثله هذه الشريحة الكبيرة من قوة وأهمية.

ونظراً لخصوصية هذه المناطق ووقوعها على مناطق التماس المباشرة مع قوات جيش الاحتلال الاسرائيلي ومستوطنيه، وفي ظل عجز الطالب عن تحديد أهداف واضحة ومحددة للمستقبل، وانشغاله بتأمل حال من حوله نتيجة لفقدان الشعور بالأمن النفسي، والشعور بالتهديد المستمر على حياته ومستقبله الدراسي، والتشاؤم من المستقبل نتيجة لأفكاره السلبية عن الواقع الذي يعيشه،

والذي انعكس بدوره على قلقه بما يخص رؤيته للمستقبل، أصبح من الضروري معرفة العلاقة بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في هذه المناطق.

الأهمية التطبيقية :

* يفيد البحث فيما يسفر عنه من نتائج في مساعدة القائمين على برامج الصحة النفسية والاجتماعية في وضع البرامج والخطط في خفض قلق المستقبل لدى طلبة الثانوية والشباب في هذه المناطق. وبالتالي زيادة القدرة على احتواء آثار المخاطر والأزمات والتهديدات التي يتعرض لها الطلبة في تلك المناطق.

* ترجع أهمية البحث إلى الاستفادة في بناء الاستراتيجيات والبرامج الوقائية والإرشادية النفسية والاجتماعية المساعدة في خفض قلق المستقبل وتقوية صلابه الطلبة الثانويين في مناطق المواجهة.

1.4 أهداف الدراسة

1. التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في

مناطق التماس محافظة الخليل؟

2. التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة

الخليل؟

3. التعرف على الفروق في المتوسطات الحسابية لقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في

مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الصف الدراسي، الفرع، مكان السكن).

4. التعرف على الصلابه النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة

الخليل؟

5. التعرف على الفروق في المتوسطات الحسابية للصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الصف الدراسي، الفرع، مكان السكن).

1.5 أسئلة الدراسة

6. هل هناك علاقة ارتباطيه بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

7. ما مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

8. هل يوجد فروق في المتوسطات الحسابية لقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الصف الدراسي، الفرع، مكان السكن).

9. ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

10. هل يوجد فروق في المتوسطات الحسابية للصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الصف الدراسي، الفرع، مكان السكن).

1.6 فرضيات الدراسة

الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس.

الفرضية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

الفرضية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

الفرضية التاسعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة الثانوية العامة في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

1.7 حدود الدراسة

- **الحدود المكانية:** اقتصرَت الدراسة على طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل.
- **الحدود الزمانية:** أجريت الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2018/2019.
- **الحدود البشرية:** اقتصرَت الدراسة على طلبة المرحلة الثانوية الصفين الحادي عشر والثاني عشر.
- **الحدود المفاهيمية:** المفاهيم والمصطلحات الواردة في الدراسة (قلق المستقبل، الصلابة النفسية).
- **الحدود الإجرائية:** تتحدد نتائج الدراسة بأدواتها المستخدمة وخصائها السيكمترية والمعالجة الاحصائية المستخدمة.

1.8 مصطلحات الدراسة:

قلق المستقبل (Future Anxiety): يعرف زاليسكي (Zaleski, 1996) قلق المستقبل بأنه "تصور لحالة التوجس، والغموض، والخوف، والهلع والخشية من تغيرات غير مرغوبة في المستقبل الشخصي البعيد، وتكون هذه في أشد حالة ذعر من شيء مأساوي يحصل للشخص" (حمودة، وفاضلي، 2011).

في حين تعرفه صبري (2003) أنه "الخوف من شر مرتقب في المستقبل الناتج عن تكامل بين قلق الماضي والحاضر والمستقبل".

أما كرميان (2008) يرى أن قلق المستقبل "هو شعور انفعالي يتسم بالارتباك والضيق والغموض وتوقع السوء والخوف من المستقبل وشل القدرة على التفاعل الاجتماعي" (المشيخي، 2009).

كما ويعرفه المؤمني (2013) بأنه "ترقب الفرد للمستقبل بأحداثه القريبة أو البعيدة بشكل تسوده الريبة، وعدم الاطمئنان، وهو لا يأمل منه بشر أو سرور، فنظرته إليه تشاؤمية، وتفكيره في كل أحداثه الغيبية صفتها السلبية واللامبالاة، مما قد ينتج عنه أن يعيش الفرد على نحو دائم في ارتباك وضيق، وإحساس بالغموض، ويصحب ذلك فقدان الفرد للتفاعل مع كل من حوله، وينصرف للمتحور مع نفسه بشكل يسبب له بعض من الاضطرابات النفسية والجسمية" 104.

التعريف الإجرائي لقلق المستقبل : الدرجة الكلية التي يحصل عليها طبة المرحلة الثانوية على مقياس قلق المستقبل المعتمد في الدراسة.

الصلابة النفسية (Psychological Hardiness): عرفت كوبازا (Kobasa, 1979) الصلابة النفسية: بأنها "مجموعة من السمات التي تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد بكفاءته، وقدرته على استغلال مصادره وإمكانياته النفسية الذاتية والبيئة المتاحة كافة، كي يدرك الأحداث الحياتية الصعبة إدراكا غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو ايجابي". وأن الصلابة النفسية تتضمن ثلاثة أبعاد هي: (بعد الإلتزام، وبعد التحكم، وبعد التحدي).

وتعرف الصلابة النفسية بأنها: "عملية التكيف السليم والجيد في أوقات الشدة والضغوط والصدمات مع بقاء الأمل والثقة بالنفس، والقدرة على التحكم بالمشاعر والقدرة على حل المشكلات، وفهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم. وهي امتلاك الفرد لمجموعة سمات تساعد على مواجهة مصادر الضغوط، منها القدرة على الإلتزام، والقدرة على التحدي، والقدرة على التحكم في الأمور الحياتية اليومية للإنسان" (العبدلي، 2012).

مناطق التماس: هي المناطق والتجمعات السكانية الواقعة قرب خطوط المواجهة الملاصقة للخطوط الالتفافية، والبؤر الاستيطانية، والنقاط والأبراج العسكرية، أو معسكرات الجيش الإسرائيلي، والتي تعتبر نقاطا ساخنة تشكل احتكاك يومي مستمر مع المواطنين والطلبة في مناطق سكنهم و مدارسهم.

التعريف الإجرائي للصلابة النفسية: الدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب المرحلة الثانوية على مقياس الصلابة النفسية المعتمد في الدراسة.

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري

ثانياً: الدراسات السابقة.

- دراسات عربية.

- دراسات أجنبية.

ثالثاً: التعقيب على الدراسات السابقة.

الفصل الثاني:

الإطار النظري والدراسات السابقة:

2.1 المحور الأول: قلق المستقبل

ظهر مفهوم قلق المستقبل منذ منتصف القرن الماضي حين بدأت دراسات القلق تجاه المستقبل تحت مسميات عديدة ومختلفة، بعد أن أوشك الفاصل الزمني بين الحاضر والمستقبل أن يكون افتراضياً، فطرح تيليش (Tillich, 1999) عام (1952) مفهومه الخاص بالخوف من القدر المحتوم لشيء لا يمكن التنبؤ به سوف يحدث في المستقبل يمكن أن يمنعنا من تحقيق أكثر القيم والأهداف أهمية في حياتنا، وهو مفهوم محمل بمبدأ القدرية، وجبرية القضاء والقدر. ثم تلا ذلك ظهور كتاب توفلي (Toffle, 1974) باسم صدمة المستقبل (Shock future)، الذي تحدث فيه عن المتغيرات في عالم الغد، وأكد فيه أن صدمة المستقبل اضطراب ناتج من التغيرات السريعة في جميع مجالات الحياة، عندما لم تعد هذه الصدمة بعيدة أو غير منتظرة، بل أصبحت مرضاً حاداً يعاني منه الكثيرون، وإذا لم تتخذ إجراءات سريعة لمواجهته فسيجد ملايين الناس أنفسهم تحت وطأة العجز المتزايد عن التكيف مع بيئاتهم. ثم توالى المسميات لدى الباحثين بعد ذلك لتشمل دراسة الخوف من المستقبل والتوقعات السلبية والتشاؤم تجاهه، أو التوجه نحوه. وكانت دراسات زاليسكي (Zaleski, 1996) وما تلاها من أهم الدراسات الامبريقية التي رسخت مفهوم قلق المستقبل، وأعدت مقياساً لتقديره (أبو الهوى، ومحمود، 2011).

2.1.1 مفهوم القلق:

اشتق مفهوم القلق من الكلمة اللاتينية (Anxetes)، والتي تعني العقل المنقسم، وهو حالة نفسية عرفت في الماضي بحالات الكدر والضيق والهم والخوف والتي تؤذي الإنسان نفسيا وجسميا (حبيب، 1994).

ويعرف القلق بأنه "حالة انفعالية غير سارة وخبرة ذاتية تتسم بالخوف وتوقع الشر والإحساس بالكدر والألم والضيق يرافقها انشغال ذهني بالأحداث السلبية المحتملة". ويشتمل هذا التعريف على ثلاثة عناصر هامة للقلق، حيث يرتبط العنصر الأول بالأحداث السلبية، ويشير العنصر الثاني إلى أن هذه الأحداث السلبية لا يمكن التنبؤ بها، بينما يشير العنصر الثالث إلى أن القلق موجه في الغالب نحو المستقبل. مما يبرز دور التفكير ذو التوجه المستقبلي (Futuer-directed thinking) المتضمن في التفسيرات النظرية المعرفية للقلق، والتي تفترض أن ارتفاع توقع حصول الأحداث السلبية في المستقبل يلعب دورا سببيا في تطور العديد من الانفعالات السلبية (Mueller et al, 2010).

هناك تعريفات كثيرة لباحثين تصدوا لظاهرة قلق المستقبل تعكس خلفياتهم وتوجهاتهم النظرية والمدارس النفسية التي ينتمون إليها، ومن هذه التعريفات العربية والأجنبية على سبيل المثال لا الحصر ما يلي: وقد تناولته شقير (2005)، فتعرف قلق المستقبل بأنه "حالة من التشاؤم من المستقبل وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المتوقعة". بينما عرفه فراج (2006)، بأنه "حالة من التوتر والتشاؤم يشعر بها الإنسان الجامعي لندرة فرص العمل بعد الانتهاء من الدراسة و التخرج".

في حين عرفه كريم (1993)، بأنه "نوع من أنواع القلق العام المرتبط بتوقع الأحداث المستقبلية خلال فترة زمنية أكبر وعندما يفترض الإنسان مستقبله، فإنه يحتمل حاضره ويجعل ماضيه ذات معنى، فالماضي والحاضر يتدخلان في التنبؤ بالأحداث والأعمال المستقبلية".

وعرف المشيخي (2009)، قلق المستقبل بأنه "شعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل، والنظرة السلبية للحياة، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة، وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس".

ويعرف دياب (2001)، قلق المستقبل بأنه: "خوف أو مزيج من اليأس والأمل بالنسبة للمستقبل والأفكار الوسواسية، وقلق الموت واليأس بصورة غير مقبولة".

وعرف عشري (2004)، قلق المستقبل بأنه: "خبرة انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوف غامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدد من الصعوبات، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة، والشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق في التفكير فيها، والشعور بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام، مع الشعور بفقدان الأمن أو الطمأنينة نحو المستقبل".

ويشير رابابورت (1991, Rappaport)، إلى أن أكثر ما يثير القلق لدى الشباب هو المستقبل، بل أن الشباب عندما يشعر بعدم وضوح أو عدم تحديد المستقبل فإنه يستشعر إحباطا على ذاته وعلى مستقبله ووجوده (الخالدي، 2002). ويؤكد على أن المستقبل هو أكبر محفز للقلق لدى المراهقين، حيث يشير المستقبل إلى المساحة الخاصة بالتخطيط وتحديد الأهداف الشخصية وتنفيذها، وبهذا الإطار فإن للمستقبل معنى دافع إيجابي، ولكن يختل هذا المعنى الإيجابي عندما لا يكون الفرد متأكدا بشكل تام من إمكانية تحقيق تلك الأهداف. وبهذا الشكل ينعكس عدم وضوح المستقبل لدى المراهقين على شكل إحباط على ذواتهم ومستقبلهم ووجودهم، وينظر رابابورت لقلق

المستقبل كميل إلى تقليص الاهتمام بالحياة المستقبلية والأهداف والطموحات المتعلقة بها، مع ميل للبقاء في ظروف الحاضر (Mello & Worrel, 2006).

ويعرفه آخرون بأنه شعور بعدم الارتياح، يرافقه تفكير سلبي بالمستقبل ونظرة متشائمة للحياة، مع الإحساس بعدم القدرة على التعامل مع المواقف المتغيرة الضاغطة، والإحساس بعدم الأمن والخوف مما سيحمله من مشكلات ومعيقات. واليأس من تحقيق تلك الأهداف والطموحات والنجاح فيها (المشيخي، 2009، مسعود، 2006).

في حين يعتبره البعض اضطراباً نفسياً، ينتج عن الخوف من المتغيرات في المستقبل تصاحبه حالة من التوتر والسلبية والإحساس بالعجز عند مواجهة متطلبات الحياة (جبر، 2012). ومن هنا يتضح أن قلق المستقبل يعد أحد الأبعاد المهمة في تحقيق الصحة النفسية والاجتماعية للفرد، كما أنه يعد من الاضطرابات النفسية التي تؤثر على الأفراد في محاولات حياتهم المختلفة، فلا يستطيعون أن يحققوا ذواتهم أو يبدعوا، حيث يشعرون بالعجز والاضطراب، والقلق، والاكتئاب والتشاؤم، والأفكار الوسواسية، واليأس، أو عدم الشعور بالأمن الذاتي (معوض، 2005).

وقد يظهر قلق المستقبل نتيجة تعرض الشخص لمجموعة من التغيرات المعبرة عن عدم الثقة بالمستقبل ومن التفكير بأمور تسير بشكل خاطئ، وبالتالي يعد المستقبل مصدراً مهماً من مصادر القلق بوصفه مساحة لتحقيق الذات والإمكانات الكامنة. ومما لاشك فيه أن القلق ينشأ عندما يتغلب الجانب السلبي على الواقع، وحين يتعرض الفرد إلى ظروف حياتية سيئة تنسم بعدم الاطمئنان، والتشاؤم والخوف من المستقبل، مما تحصل تناقضات هائلة بين ما هو حسي و ما هو معنوي، وبين ما يحلمون به، وبين الواقع المتأزم المرير. ذلك كله يضعهم في منعطف خطير من الصراعات النفسية وظهور الاضطرابات الانفعالية والشخصية المتعلقة بالمستقبل (محمود، 2014).

إن الشعور بقلق المستقبل له تأثير كبير على الأفراد ويترك العديد من الآثار والنتائج التي تؤثر عليهم، ومن أهم هذه الآثار السلبية التي تترتب على قلق المستقبل، الشعور بالوحدة والجمود، ونقص الدافعية. ومنهم من وجد أن قلق المستقبل يمكن أن يؤدي إلى تدمير نفسية الفرد قبل أن يستطيع أن يحقق ذاته أو يبدع وإنما يضطرب وتظهر في صورة خرافات وانحرافات واختلال الثقة بالنفس (معوض، 1996).

إن القلق من المستقبل يجعل الفرد يحجم عن تحمل أي مسؤولية، يمكن أن تسند إليه كونه يشعر بالفشل في جانب كبير من حياته، كما يجعله في دوامة من الشكوك ويخشى من اتخاذ القرارات، سواء كانت هذه القرارات في الحاضر أو المستقبل لأنه يخاف من ارتكاب الأخطاء (إبراهيم، 2002).

ومن الواضح أن قلق المستقبل يتخذ صورة انخفاض مستوى الشعور بالأمن والطمأنينة، وهذه الصورة واضحة في عصرنا الحاضر، وقد عبر عنه توفلي بأنه صدمة المستقبل. والذي يعني تلك التغيرات السريعة والمتلاحقة في عالم التكنولوجيا وما يتبعها من تغيرات اجتماعية واقتصادية. والقلق من المستقبل وما يحمله من مفاجآت وتغيرات تتخطى قدرة الكائن اللأدمي على التكيف معها. وهذا ما يجعل التوتر النفسي لديه شديدا. ومن ثم تكون استجاباته متطرفة في التوقع بعيدا عن هذه التغيرات المتلاحقة (مسعود، 2006).

وقد اعتبر توفلير (Toffle, 1974) قلق المستقبل مرضا حقيقيا سببه التغيير، وقد وصفه بتعابير طبية نفسية. ورأى توماس (Thomas) أن قلق المستقبل هو الخوف من شر مرتقب نحو المستقبل (المشيخي، 2009). وقد اعتبرته شقير (2005)، بأنه اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشوه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات، وذلك من خلال استحضار لهذه الذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات، ودحض للايجابيات الخاصة

بالذات. والواقع يجعل صاحبه في حالة من التوتر وعدم الشعور بالأمن والارتياح، مما يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح، وتعميم الفشل وتوقع الكوارث.

في حين يعرفه سعود (2004)، على أنه جزء من القلق المعمم على المستقبل، يمتلك جذوره في الوقت الراهن ويتمثل في مجموعة من البنى كالتشاؤم، أو إدراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة، وفقدان السيطرة على الحاضر (الخفاف، 2014).

فالمستقبل والتخطيط له من الأمور التي تشغل بال الشباب، مما يجعلهم يتخوفون منه، ومما يخبئه لهم خاصة إذ لم يتمكنوا من تحقيق الأهداف، فالعمل يمثل ضرورة هامة من ضروريات الحياة، ليس لكسب لقمة العيش فقط (الجانب المادي)، بل وسيلة لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، والاستقرار (الجانب المعنوي)، فعدم الحصول عليه يصعب حياة الأفراد، ويشعرهم بعدم الأمن والطمأنينة على مستقبلهم، وخيبة الأمل والإحباط، واليأس من الحياة التي يعيشونها.

كما تبين من دراسة يونج وآخرون (Yang et al ; 1994) على عينة من (88) راشدا، تراوحت أعمارهم ما بين (18-40) سنة، وجود علاقة موجبة دالة بين اليأس والاكتئاب، والأفكار الانتحارية، والعجز عن حل المشكلات ومواجهة الضغوط (معمرية، 2010).

2.1.2 أسباب قلق المستقبل: (النعمي والجباري، 2010).

الأسباب الشخصية وتتمثل في :

- * عدم وجود القدرة الكافية للفرد للتكيف مع المشكلة التي يعاني منها، والإدراك الصحيح للأحداث.
- * عدم وجود المعلومات الكافية لبناء الأفكار، ومعرفة ما يخبئ المستقبل.
- * عدم القدرة على الفصل بين الأمنيات والتطلعات عن الواقع الذي فيه.

الأسباب الاجتماعية وتتمثل في:

أ. التفكك الأسري.

ب. عدم مساعدة الفرد في حل مشاكله من قبل الوالدين أو من يقوم مقامهم.

ت. الشعور بالعزلة، وعدم الانتماء للأسرة أو المجتمع.

ث. الشعور بعدم الأمان، والإحساس بالضيق.

2.1.3 آثار قلق المستقبل على الإنسان: (ذهبية، 2012).

1. استخدام بعض الحيل الدفاعية كالكوص، الإسقاط، التبرير، الكبت.

2. التوتر والانزعاج، ويصبح مضطرب في تفكيره.

3. الشعور بالعزلة، وعدم المقدرة على التغيير والتخطيط الصحيح للمستقبل ليعيش حياة بسيطة.

4. كثرة الانفعالات والاضطرابات، مما يجعل الفرد ضعيف الثقة بالنفس لا يستطيع تحقيق ذاته.

5. التشاؤم، وعدم الثقة بالنفس والآخرين.

6. يفقد السيطرة بسهولة، وبذلك يكون عرضة للانهايار العقلي والجسدي.

7. يعيش الشخص في حالة من الانعدام للأمان على صحته، معيشته، مكانته.

8. يتميز بالاعتماد على الغير، والعجز، والتفكير بطريقة غير عقلانية.

2.1.4 مستويات القلق: (عثمان، 2001).

تؤكد الحقائق التجريبية على وجود علاقة بين مستوى القلق، وبين مستوى الأداء بحيث يصل الأداء

إلى الذروة عندما يكون مستوى القلق في مستوى متوسط، ويتفق ذلك مع ما وضعه بازويتر

(Basaowiter) لمستويات القلق وهي:

1- **المستوى المنخفض**، وفي هذا المستوى من القلق تحدث حالة من التنبيه العام للفرد، وتزداد قدرته على مقاومة الخطر، ويكون في حالة تحفز وتأهب لمواجهة مصادر الخطر في البيئة التي يعيش فيها، ولهذا يكون القلق في هذا المستوى إشارة إنذار لخطر وشيك الوقوع.

2- **المستوى المتوسط**، في هذا المستوى من القلق يصبح الفرد أكثر قدرة على السيطرة، حيث يزداد السلوك في مرونته وتلقائيته، وتسيطر المرونة بوجه عام على تصرفات الفرد في مواقف الحياة، وتزداد لدى الفرد القدرة على الابتكار، ويزداد الجهد المبذول للمحافظة على السلوك المناسب في مواقف الحياة.

3- **المستوى العالي**، وهذا المستوى من القلق فيحدث اضمحلال وانحيار للتنظيم السلوكي للفرد، أو يحدث نكوص إلى أساليب أكثر عدائية كان الفرد يمارسها وهو في حالة الطفولة، وينخفض التآزر والتكامل انخفاضاً كبيراً في هذه الحالة، وبالتالي لم يعد الفرد قادراً على التمييز الصحيح بين المنبهات الضارة وغير الضارة، ويصبح عاجزاً عن الإجابة المتميزة بسبب تشتت فكره، وعشوائية سلوكه، وسرعة تهيجه. وكأن أجهزة الضبط المركزية لديه قد اختلفت.

2.1.5 التأثير السلبي لقلق المستقبل: (المشيخي، 2009).

1. الهروب من الماضي والتشاؤم وعدم الثقة في أحد، واستخدام آليات الدفاع، وتصلب الرأي والتعنت.

2. الشعور بالتوتر والانزعاج لأنفقه الأسباب، والأحلام المزعجة، واضطرابات النوم، واضطرابات التفكير، وعدم التركيز، وسوء الادراك الاجتماعي، والانطواء.

3. الشعور بالوحدة، وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة، وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل، والجمود وقلة المرونة، والاعتماد على الآخرين في تأمين المستقبل.

4. فقدان الإنسان لتمامه المعنوي وجعله عرضة للانهايار العقلي والبدني.
 5. التوقع داخل إطار الروتين والانتظار السلبي لما قد يحدث، واختيار أساليب للتعامل مع المواقف التي فيها مواجهة مع الحياة نتيجة لعدم الاقتناع بسهولة وفائدة المعلومات والمعارف المكتسبة.
 6. استخدام ميكانيزمات الدفاع مثل النكوص والإسقاط والتبرير والكبت.
 7. تدمير نفسية الفرد فلا يستطيع أن يحقق ذاته أو يبدع وإنما يضطرب وينعكس ذلك في صورة اضطرابات متعددة الأشكال والخرافات والانحرافات واختلال الثقة بالنفس.
 8. الالتزام بالنشاطات الوقائية، وذلك ليحمي الفرد نفسه، أكثر من اهتمامه بالانخراط في مهام حرة مفتوحة غير مضمونة النتائج.
 9. يعيش الإنسان في حالة انعدام للطمأنينة على صحته ورزقه.
 10. الاعتمادية والعجز واللاعقلانية.
- ويؤثر قلق المستقبل بشكل مباشر على مواقف الأفراد الذاتية تجاه المستقبل، أو تجاه ما سيحدث، وما يمكن أن يحدث، وقد يصبح المستقبل قلق ورعب نتيجة للإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل، وعدم ثقة الفرد في قدرته على التعامل مع هذه الأحداث، والنظر إليها بطريقة سلبية نتيجة لتداخل الأفكار، وربط الماضي بالحاضر والمستقبل، مما يسهم في القدرة على التكيف مع الأحداث التي تعترض مستقبله، مما يسبب زيادة القلق نحو المستقبل (المومني، ونعيم، 2013).
- إن الشخص الذي يستغرق في قلق المستقبل يكون لديه استعدادا لكثير من المشاكل منها: الشعور بالوحدة النفسية، وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة، وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل، وضعف الصلابة النفسية، وتدمير الفرد لنفسه، وضعف القدرة على تحقيق ذاته، وضعف الثقة

بالنفس، والشعور بالتوتر والحساسية المفرطة والاستغراق في أحلام اليقظة والانطواء والتوقع والانتظار السلبي لما قد يحدث، والهروب من مواجهة الآخرين، ويسود الحياة الشعور بالعجز والنقص والدونية، والأفكار اللاعقلانية تكون مهيمنة عليه، ويميل إلى استخدام ميكانيزمات دفاعية متنوعة فاشلة مولدة للمرض النفسي مثل : النكوص، والإسقاط، والتبرير، والكبت (Lisa,2005)

2.1.6 سبل التغلب على قلق المستقبل:

الحقيقة إن شخصية الفرد وإرادته التي تمكنه من حل المشكلات، وتجنب الأزمات ليست مجرد رغبة وأمنية، وإنما هي انعكاس تكوينه النفسي، وطبيعة تعامله مع آخرين. وكلما كان المرء ايجابيا وفاعلا، كلما توافرت له فرص النجاح، والقدرة على تجنب الأزمات، خصوصا إذا تدعمت هذه الايجابية والفعالية بإحساس متدفق بالرضا عن النفس. ولكن مع ضرورة مراعاة عدم تجاوز الخط الفاصل بين أن يكون الشخص ايجابيا، أو أن يكون عدوانيا، فالإيجابية ميزة وفضيلة محمودة، بينما العدوانية والسلبية تتدرجان تحت مسمى الرذيلة (Meng & Lowa,2012).

وإن الإحساس بالرضا عن النفس هو المقدمة لطرد شبح الأرق والقلق والتوتر، مهما تعقدت المشكلات، ومهما تعاظمت التحديات، وهو أيضا جدار الوقاية من أي استفزاز متعمد، ومن أي محاولة لإبعاد المرء عن مواصلة السير على الطريق الصحيح.

ومع تسليمنا بأنه ليس بمقدور أحد منا أن يتوقف عن التفكير فيما يدور حوله من أحداث، ويتجنب الشعور بالقلق، ولكن يمكن تقليل حجم التوتر الناتج عن الشعور بقلق المستقبل، والتخفيف من حدة المشكلات، وعدم التدرج التلقائي إلى مناطق الخطر الكامنة في الضغط العصبي ومنغصاته من خلال المواظبة والالتزام بمجموعة من التدريبات السلوكية، التي تساعد على حسن مواجهة الأمور وليس الهرب منها.

ويشير كريستن وآخرون (Kirstin, et al, 2010) أنه يمكن التعامل أو التغلب على قلق المستقبل من خلال إزالة الحساسية للمخاوف بطريقة منتظمة، ومواجهة القلق في الخيال كشكل من أشكال الاسترخاء، وإعادة التنظيم المعرفي.

2.1.7 أساليب الإرشاد النفسي للحد من قلق المستقبل: (الاقصري، 2002).

مما لا شك فيه أن لقلق المستقبل لدى الطلبة أثرا كبيرا على الصحة النفسية لديهم، وعلى إنتاجيتهم، وهنا من الضروري إيجاد الأساليب التي تحد من هذا القلق، أو تعالجه معالجة جذرية. ولعل من أبرز هذه الأساليب العلاجية هي :

- **تقليل الحساسية التدريجية:** وهي أحد أنواع العلاج السلوكي، وأهم عنصر في هذا النوع، هو الاسترخاء، وطريقة العلاج فيه تتطلب إكساب المصاب مهارة التنفس الصحيح والاسترخاء، فلو أن إنسانا يخاف من شيء ما ويقول إنه سيحدث ولو حدث هذا الشيء فإنه يترك آثارا سلبية عليه، وآلية العلاج في هذه الحالة تتطلب من المصاب أو المرشد أن يتخيل وقوع الشيء الذي كان يخاف من وقوعه، بعدها نجعله يتنفس بعمق شديد، ثم يقوم باسترخاء جميع عضلاته. بعدها يطلب منه استحضار صورة بصرية حية لمخاوفه التي تقلقه من المستقبل، والاحتفاظ بهذه الصورة لمدة (15) ثانية فقط. وبتكرار ما سبق أكثر من مرة، مؤكدا على مواجهة تلك المخاوف حتى لو حدثت.

- **العلاج بالغمر (Flooding):** وهو أسلوب علاجي لمواجهة فعلية للمخاوف في الخيار دون الاستعانة بالتنفس والاسترخاء، فالمسترشد المصاب بالقلق من المستقبل يتخيل الحد الأقصى من المخاوف أمامه، ويتخيل فيه المخاوف لمدة طويلة حتى يتكيف معها تماما

- **العلاج المعرفي (إعادة البناء المعرفي):** هذا النوع من العلاج قائم على استبدال الأفكار بأخرى ايجابية، وبدل توقع السلبيات فلنتوقع وقوع الايجابيات، وهذه الإعادة في التنظيم والاستبدال الايجابي

عوضاً عن السلبي المقلق، فهذه هي طريقة التفكير والتنظيم المعرفي السوي الذي لابد أن يتوقع النجاح تماماً كما يتوقع الفشل (البيرقدار، 2011).

2.1.8 الاتجاهات النظرية التي فسرت قلق المستقبل:

النظرية التحليلية : (الحجاوي، 2004).

يعد فرويد رائد مدرسة التحليل النفسي، من أوائل من تحدثوا عن قلق المستقبل في علم النفس. ويرى البعض أن هذا المفهوم لم يشيع استخدامه إلا عندما شاع كتاب فرويد، إذ يعود الفضل إليه في توجيه علماء النفس إلى الدور المهم الذي يؤديه القلق في حياة الإنسان.

ويعرف فرويد القلق العصابي على أنه "شعور غامض غير سار بالتوقع والخوف والتوتر، مصحوب عادةً ببعض الإحساسات الجسمية، ويأتي على شكل نوبات تتكرر لدى نفس الفرد" ولا ترجع نشأة هذا النوع من القلق إلى مصدر خارجي، فينشأ القلق العصابي كميكانيزم داخلي غير مدرك عندما تهدد الهوية "Id" بالتغلب على دفاعات الأنا "Ego Defense mechanism" وإشباع تلك المحفزات الغريزية التي لا تتوافق مع المجتمع على إشباعها، والتي جاهدت الأنا "Ego" في سبيل كبتها. فالقلق إشارة إنذار تطلق "للأنا" لتحفزها على العمل بكبت تلك الرغبات، وغالباً ما تلجأ الأنا في سبيل ذلك إلى الحيل الدفاعية، كالتبرير، والإسقاط، والنكوص، وغيرها من الحيل الدفاعية. غير أن استخدامها لا يؤدي إلا راحة مؤقتة. والقلق العصابي يمكن أن يظهر في صورة قلق عام، لا يرتبط بموضوع محدد، يشعر فيه الفرد بحالة من الخوف العام المحدد (فهمي، 1995).

وبالرغم من انفصال ينوج "Jung" عن فرويد إلا أنه ذهب إلى أبعد مما قال به فرويد، فقد أشار لأهمية العوامل الاجتماعية، انطلاقاً من نظريته في اللاشعور الجمعي المؤكد لتأثير الخبرات اللاشعورية من الأجيال السابقة، كأساس لتكوين الشخصية، وأيضاً كأساس للقلق.

ومع تبعية أدلر "Adlar" أيضا لفرويد في بداية عمله بالتحليل النفسي، فقد طور نظريته الخاصة حيث ربط القلق بمشاعر العجز والنقص، مبرزاً أهمية العوامل الاجتماعية في تأكيد ذلك، وخاصة الأسرية منها (كالتدليل الزائد للطفل، أو نبذه، والترتيب الميلادي) يمكن أن تزيد من مشاعر العجز، وحدة القلق لدى الفرد (حوالة، 1991).

ويعتبر القلق من وجهة نظر علماء النفس التحليليين عبارة عن إنذار بأن شيء ما يهدد الأمن، ويؤدي لعدم توازن، وخلل في الاستقرار النفسي والطمأنينة، فهو يعمل كجرس إنذار عند تعرض الإنسان لخطر ما، فقد يعمل الإنذار في عدة مواقف يواجهها الإنسان، وهذه المواقف لابد لها أن تشترك بعدد من الخصائص، كأن تكون المواقف تتعلق بانتظار شيء مرتقب، أو تتعلق بالمستقبل وتهدهده، وأن تكون المواقف تشتمل على التوجس، والخوف، والتهديد، وأن يكون التهديد حقيقياً، وأحياناً قد لا يكون هذا التهديد حقيقياً، وترى النظرية التحليلية أن القلق ثلاثة أنواع ترتبط بثلاثة مكونات افتراضية للشخصية، فهناك القلق العصابي ومصدره الهوى، والقلق الواقعي ومصدره الأنا، والقلق الأخلاقي ومصدره الأنا الأعلى، وهي مصدر القلق في جميع الأوقات، ويحدث ذلك عندما تحاول الأفكار والرغبات المكبوتة الخروج وتجاوز اللاشعور للوصول إلى الشعور، فهناك يظهر القلق كمنبه سريع ينبه الأنا بذلك الأمر. والقلق هو ما يقود الفرد لاستخدام الدفاعات، فاستخدام الفرد للدفاعات هي طريقة لتجنب الخطر، وذلك عن طريق كبت الغرائز الداخلية في اللاشعور، كي لا تظهر وتنتقل إلى الشعور، حتى يبتعد الفرد عن الخطر (الحجاوي، 2004).

القلق في النظرية السلوكية:

تنظر المدرسة السلوكية إلى القلق على أنه متعلم من البيئة التي يعيش في وسطها الفرد، تحت شروط التدعيم الإيجابي والتدعيم السلبي، وهي وجهة نظر مباينة للتحليلية. فالسلوكيون لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية، ولا يتصورون الديناميات النفسية، أو القوى الفاعلة في الشخصية على صورة

منظمات ثلاث "الهو"، "الأنا"، "الأنا الأعلى" كما فعل التحليليون. بل إنهم يفسرون القلق في ضوء الإشراف الكلاسيكي، وهو ارتباط جديد بالمثير الأصلي، ويصبح المثير الجديد قادرا على استدعاء الاستجابة الخاصة بالمثير الأصلي. وهذا يعني أن مثيرا محايدا يمكن أن ترتبط بمثير آخر من طبيعته، أي يثير الخوف، وبذلك يكتسب المثير المحايد صفة المثير الأصلي المخيف، ويصبح قادرا على استدعاء استجابة الخوف على أنه من طبيعته الأصلية لا يثير مثل هذا الشعور. وعندما ينسى الفرد هذه العلاقة نجده يشعر بالخوف عندما يتعرض لنفس الموضوع الذي يقوم بدور المثير الشرطي، ولما كان هذا الموضوع لا يثير الخوف بطبيعته، فإن الفرد يستشعر هذا الخوف المبهم الذي هو القلق (المشيخي، 2009).

يركز السلوكيون على عملية التعلم، ويؤكدون بأن الإنسان يتعلم القلق والخوف والسلوك المرضي كما يتعلم السلوك السوي. ويركز الأوائل من السلوكيين أمثال (واطسن Watson) على أن عمليات التعلم تتم عن طريق اقتران المثير الشرطي والمثير الطبيعي، ومن ثم يستجيب الفرد لظاهرة الخوف أو القلق، ويصبح الخوف من المؤثر الشرطي دافعا مكتسبا، وعن طريق مبدأ التعميم في تعلم القلق، والخوف يلاحظ أن المثيرات الشبيهة لتلك التي تعلم الكائن الحي أن يخاف أو يقلق منها والأكثر شبيها بها هي الأكثر إثارة للقلق أو الخوف (الخالدي، 2002).

ولا تختلف نظرية سكينر (Skinner) كثيرا عن مسار تفسير الاشتراط الكلاسيكي، إذ يرى أن السلوك إجمالا بما في ذلك السلوك غير السوي والمرضي، كنتيجة لمرور الفرد بخبرات مثيرة للقلق، عززت البذرة وجعلت منها مثيرا قويا، ومستمرا لمثل هذه الاضطرابات (Monter, 1987).

وقد تطور الفكر السلوكي بظهور نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا "Bnadura" الذي أكد أهمية التفاعل المتبادل بين المثيرات وخاصة الاجتماعية منها، والسلوك والعوامل الشخصية العقلية المعرفية، والانفعالية الوجدانية، وبذلك يرى أن ظهور القلق مرتبط بحدوث مثيرات غير مرغوب

فيها، شريطة أن يكون لدى الفرد استعداد نفسي لظهوره متمثلاً بالمفهوم السالب للفرد عن قدراته. وعليه فإن القلق وان عبر عن استجابات بمثيرات خارجية مؤلمة، فإن هذا الارتباط يبقى ارتباطاً من جانب آخر بالسّمات الشخصية العقلية منها والوجدانية. ولعل من أهمها مشاعر الكفاية التي تعمل بوصفها معزراً ذاتياً للقلق (Monter. 1987).

النظرية الوجودية:

الوجوديون هم أكثر من تحدثوا عن المستقبل وما يصاحبه من قلق، حيث يرى الوجوديين أن الإنسان يعيش في المستقبل الخاص به وهو المسؤول عن قراراته واختياراته، والتي قد تصيبه بالقلق، مما يؤثر على مستقبله، واعتبروه كجزء من الذات وليس اضطراب (صالح وشامخ، 2011).

كما أن الوجوديون نظروا للقلق على أنه شرط للحياة، ينتج بسبب الكفاح من أجل الحياة والبقاء، وهو الدافع لتنمية الذات والبقاء والانجاز. كما أنه يعني الاستعداد للتطور والنمو على الصعيد الشخصي للفرد، لذا قام الوجوديون بالتفريق بين القلق العصبي، والقلق الطبيعي، فالقلق الطبيعي هو الذي يساعد الفرد على التطور والتقدم (Corey, 2017).

النظرية الإنسانية:

علماء الاتجاه الإنساني قاموا بتفسير القلق على أنه في الأساس هو خوف وتوجس من المستقبل، وما قد يحمله من خبرات تهدد الفرد، فتوقعات الفرد لما يحمله له المستقبل من أحداث، والتي قد تكون سيئة أحياناً، يحدث لدى الفرد حالة تتسم بالقلق، فالقلق هو نتاج التفكير في المستقبل، والقلق حالة من الانزعاج وعدم الراحة، ويتضمن مشاعر التوجس والخوف، وهذه المشاعر تصيب الجسد بالتغيرات والاختلافات (بوزيان، وبقصة، 2012).

أن القلق هو الخوف من المستقبل، وما يحمله من أحداث قد تهدد وجود الإنسان، أو تهدد إنسانية الفرد، فالقلق ينشأ مما يتوقع الإنسان من أنه قد يحدث. وترى أن الإنسان هو الكائن الوحيد الذي يدرك أن نهايته حتمية، وأن الموت قد يحدث في أية لحظة، وأن توقع الموت أو الفناء هو مثار للقلق. وترى أن الفرد خلال مسيرة الحياة يواجه مواقف تثير القلق، لأنها تثير خوف الفرد من عدم تحقق النجاح وبالتالي خطر مواجهة الفشل، وما ينطوي عليه من مخاطر. وتضيف (ثورن) أن كل فرد لديه سجل تراكمي بعدد مرات الفشل، وعدد مرات النجاح التي حققها، وإذا كان الفشل هو الراجح، يكون الفرد عرضة للقلق، وأن مجرد فشل الفرد في اختياره أسلوب حياته، وتحقيق أهدافه، وخوفه من عدم تحقيق ذلك، يثير القلق عند الإنسان (الكحيمي، 2011).

النظرية المعرفية :

القلق في النظرية المعرفية هو الأفكار اللامنطقية والسلبية التي تسيطر على الفرد بسبب تفسيره السلبي للأحداث والخبرات التي يعيشها، مما يسبب له حالة من القلق والتوتر، الذي قد يتطور ليصبح اضطرابا في المستقبل، مما يجعله شخصا قلقا، وركز المعرفيون على أن القلق ينتج عن النظرة والطريقة التي يرى ويفسر الفرد من خلالها الأحداث والخبرات، حيث يقوم الفرد بترتيب هذه الأحداث والخبرات بطريقة يستطيع أن يفهمها من خلالها، وعندما يفشل الفرد في ترتيب وتفسير هذه الأحداث والخبرات، يصبح عرضة للتوتر، ويدخل في حالة من الشعور بالقلق وما يميز القلق عن الخوف، أن القلق عبارة عن عملية انفعالية، بينما الخوف عبارة عن عملية معرفية، فالخوف يشتمل على تحفيز التفكير لتقييم التهديدات. بينما القلق يشتمل على الاستجابات الانفعالية، لذلك نجد بأنهما مختلفان عن بعضهما بشكل عام، وهذا يعود للأحداث والخبرات التي لم تحدث أو حدثت أو قد تحدث في المستقبل (باترسون، 1990). ويعد جورج كيلي من علماء النفس الذين أعطوا المعرفة الإنسانية وزنا في تفسير الشخصية في حالتي السواء والمرض، فيرى أن أي حدث

قابل لمختلف التغيرات، وهذا يعني أن تعرض الإنسان لقلق يمكن تفسيره بأكثر من طريقة، حتى للحالة الواحدة. كما يرى أن العمليات التي يقوم بها الشخص وجها نفسيا بالطرق التي يتوقع منها الأحداث، وعلى اعتبار أن عملية القلق ليست إلا عملية توقع وخوف من المستقبل(انجلر، 2001). ويرى دوبسون (Dobson, 1989) أن القلق انفعال يظهر مع تنشيط الخوف الذي يعد تفكيراً معبراً عن تقويم لخطر محتمل، وأن أعراض القلق والمخاوف تبدو معقولة للمريض الذي تسود تفكيره موضوعات الخطر، التي قد تعبر عن نفسها من خلال تكرار للتفكير المتصل بها، وانخفاض القدرة على التفكير المتعلق فيها، وتقويمها بموضوعية. هذا يؤدي إلى تعميم المثيرات المحدثة للقلق، إلى الحد الذي يؤدي إلى إدراك أي مثير أو موقف كمهدد. فانتباه الفرد يبدوا مرتبط بتصور أو مفهوم الخطر، مع انشغال البال الدائم بالمثيرات الخطرة، وبسبب تثبيت أو توقف معظم انتباه الفرد على المفاهيم أو المثيرات المتصلة بالخطر، فإنه يفقد كثيراً من القدرة على أن ينتقل فكره إلى عمليات أخرى داخلية، إلى مثيرات أخرى خارجية، فموضوع الخطر مبالغ فيه، مع الميل إلى تهويل المآسي والأخطار الافتراضية، وجعلها مساوية للأخطار الحقيقية (صالح، وشامخ، 2011).

2.2 المحور الثاني: الصلابة النفسية (Psychological Hardiness):

نشأ مفهوم الصلابة النفسية على يد الأمريكية سوزان كوبازا أثناء تحضيرها لرسالة الدكتوراه، تحت إشراف أستاذها مادي بجامعة شيكاغو، والتي انتهت منها عام (1977) (مخير، 2012). لذا يجب إلقاء الضوء على نشأة مفهوم الصلابة النفسية وكيفية تكوينه، حيث أن معظم الباحثين قد أعطوا أهمية كبيرة للعوامل الخارجية في تكوين هذه السمة ونموها وارتقاءها عبر مراحل العمر المختلفة، بداية من الأسرة وحتى الأقران، فقد تحدث عنها أريكسون (1983)، موضحاً الدور الأساسي الذي يلعبه الوالدان في تكوين هذه السمة، فمن خلال إشباعهما للحاجات الأساسية للطفل منذ الصغر، بالإضافة لإشباعهما للحاجات الثانوية، فالحاجة إلى الحب والحنان، والشعور بالدفء

يشعر الطفل بالأمن والقيمة الذاتية، وزيادة الثقة بالنفس وبالأخرين في مراحل العمرية التالية (مخيمر، 1996).

إذ تعتبر الصلابة النفسية من المتغيرات المهمة في مجال العمل، لاسيما وأن العاملين يواجهون صعوبات كثيرة أثناء تأدية عملهم. ووجد كل من مادي وكوبازا أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة، يكونوا أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط، بحيث تفيد في خفض تهديد الأحداث الضاغطة من رؤيتها من منظور أوسع، وتحليل مركباتها الجزئية ووضع الحلول المناسبة لها. وعلى العكس من ذلك يعتمد الأفراد ذو الصلابة المنخفضة إلى أسلوب المواجهة التراجعي. أو الذي يتضمن نكوصا وفيه يقومون بالتجنب أو الابتعاد عن المواقف التي يمكن أن تولد ضغطا (راضي، 2008).

وقد اتجه علماء النفس حديثا إلى البحث في المتغيرات التي تركز على المقاومة والصمود النفسي، كمتغيرات الصلابة النفسية، والمرونة الايجابية والسعادة، وجودة الحياة، لما لها من تأثير في التخلص من مظاهر القلق والاكتئاب، والشعور بالإحباط وخفض الضغوط الحياتية.

ويعد متغير الصلابة النفسية من المفاهيم النفسية الايجابية الحديثة نسبيا، وهي من الخصائص المهمة للفرد كي يواجه ضغوط الحياة المتتالية. ولقد بدأت الدراسات في السنوات القليلة الماضية تتجاوز مجرد دراسة الأحداث الضاغطة وأشكال المعاناة النفسية إلى الاهتمام والتركيز على المتغيرات الداعمة لقدرة الفرد على المواجهة الفاعلة، أو عوامل المقاومة، أي المتغيرات النفسية والبيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة، والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها (مخيمر، 1996).

والصلابة النفسية هي مصدر من مصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة، والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية، حيث يتقبل الفرد التغيرات والضغوط التي

يتعرض له، وينظر له على أنها نوع من التحدي وليس تهديداً، فيركز جهوده على الأعمال التي تؤدي غرضاً معيناً وتعود عليه بالفائدة (راضي، 2008).

فالأفراد المرتفعون في الصلابة، يميلون إلى أخذ المواقف الضاغطة والخبرات غير المرغوب فيها كسمات طبيعية للحياة، بدلاً من النظر إليها على أنها مواقف مهددة، أو يعتبرونها فرصاً للتحدي. كما يشعر هؤلاء الأفراد بالالتزام بعملهم وحياتهم، ويؤمنون بقدرتهم على ضبط حياتهم، وتقييم المواقف الضاغطة كفرص قوية محتملة للغير (Eid.Jonsen, Bartone & Nissestad, 2007).

وتقدم الصلابة النفسية الشجاعة والدافعية باستخدام الدعم الاجتماعي والرعاية الصحية وذلك من خلال المواجهة، فالذي يتعامل به الناس مع القضايا يعتبر مدى واسعاً من القضايا المجابهة التحويلية، بحيث يتم تحويل التهديدات إلى فرص من خلال التقييمات الواعدة للقضايا. فالأفراد يعوضون علاقاتهم مع الأقارب من خلال الدعم الاجتماعي، وكذلك التشجيعات التي يتلقونها من الأقارب، إلى أن يشعر الأفراد كما لو أن الأحداث الضاغطة أصبحت أقل تهديداً (Maddy et al, 2006).

وتعتقد كوبازا (Kobaza, 1979)، أن الصلابة النفسية تعكس استجابة الأفراد لأحداث الحياة شخصياً، وهنا توصلت إلى ثلاثة عوامل هي: (Ahmad, & Dariush , Alireza, 2013).

1- **الالتزام (Commitment):** فالأشخاص المرتفعون في الصلابة النفسية، لديهم شعور أفضل في الوظائف، ويشعرون أن لديهم ضبط أفضل، وسيطرة أفضل على حياتهم، ويعتقدون بإمكانية تأثيرهم في الأحداث والعواقب غير المرغوب فيها

2- **الضبط (Control):** فالأشخاص الذين لديهم شعور بالضبط والسيطرة على الأحداث، لديهم تأثير إيجابي وقوي على أحداث حياتهم، ويعتقدون بأن المبادرات ربما تساعدهم على إيجاد

الحلول للمشكلات الشخصية والمهنية لتحويل المواقف الضاغطة إلى فرص لتعلم دروس جديدة.

3- **التحدي (Challenge):** يعتقد الأشخاص المنخرطون في التحدي (وهو عكس الخطر أو الخوف)، بأن أحداث الحياة الموجبة أو السالبة فرص لتعزيز الروح وزيادة الصحة، وهذا يؤدي إلى النمو الشخصي والمهني المستدام

كما يمكن أن تخفف الآثار السلبية للأحداث الضاغطة على سلامة الأداء النفسي للفرد، لذا سلط الضوء على أهمية التركيز على دراسة المتغيرات المخففة (Buffering) أو المعدلة (Moderating) والتي تشير إلى وجود متغيرات نفسية واجتماعية، تؤثر في كيفية رؤية الفرد للأحداث الضاغطة، وكيفية إدراكه وتفسيره لها، كما تؤثر أيضا في كيفية تقييم الفرد لمدى قدرته على مواجهة الأحداث. ومن أهم متغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للضغوط والصدمات والاحباطات، وهو متغير الصلابة النفسية، الذي درسته سوزان كوبازا (Kobassa) في رسالتها للدكتوراه، وفي أبحاثها التي استكملت فيها الأبعاد المختلفة للصلابة النفسية والمتغيرات المرتبطة بها (مخيمر، 2012).

2.2.1 مفهوم الصلابة النفسية:

اشتقت كوبازا (Kobasa 1979) مفهوم الصلابة النفسية من الفلسفة الوجودية، حيث أن الهدف النهائي لحياة الإنسان هو خلق معنى للشخصية من خلال اتخاذ القرار، والسعي المستمر نحو الإمكانيات المتاحة. هذا النهج يصف الأشخاص الذين مازالوا في صحة جيدة على الرغم من التعامل مع ضغوطات الحياة بدرجة عالية، وأظهروا مجموعة متميزة من السلوك والمعتقدات،

والاتجاهات السلوكية التي تجعلهم منفردين وذو بنية شخصية مختلفة عن الأشخاص الذين يصبحون فريسة للأمراض بفعل الحياة الضاغطة.

وتشير كوبازا" أن إدراك وتقييم جميع جوانب أحداث الحياة الضاغطة تساعد الشخصية الصلبة على إيجاد فرص للتدريب على اتخاذ القرار، والتأكيد على أولويات الحياة، ووضع أهداف جديدة، وتقدير الأنشطة المعقدة كالقدرات الهامة للأفراد. والقدرة على تقييم أي حدث في إطار خطة الحياة العامة، حيث أن شعورهم بالهدف والمشاركة في الحياة يخفف من الفوضى المحتملة لأي حدث. وأن أساليب المواجهة للشخصية الصلبة، تعكس إيمانهم بفاعليتهم وقدراتهم، على الاستفادة من الموارد البشرية والبيئية المتاحة، وقدرتهم على تحويل الأحداث الضاغطة إلى إمكانيات وفرص لنمو الشخصية (Pocetti, & Kobasa, 1983).

ويواجه الفرد في مراحل حياته العديد من المواقف والأحداث والأزمات التي يعيشها، من حيث شدتها وتأثيرها على الإنسان والفرد، وخلق الأحداث المحيطة به، فيعيش الإنسان المعاصر زمنا كثرت فيه وتعددت الضغوط، ويمتاز هذا العصر بالتغيرات السريعة في جميع المجالات، مما جعل الفرد يواجه الكثير من التحديات في طريق تحديد أهدافه، وتلبية احتياجاته وصولا للتوافق النفسي والشخصي والاجتماعي، ومن خلال تفاعل الإنسان مع البيئة تجده في حاجة دائمة إلى عملية موائمة مستمرة بين مكوناته الذاتية والظروف الخاصة، وهذا ما يطلق عليه أساليب مواجهة الضغوط النفسية، والتي يسعى الفرد من خلالها إلى تحقيق التوازن بين ذاته وظروفه الخارجية سواء بتغيير ما بداخله، مثل أساليبه في التعامل مع البيئة، أو تعبئة طاقاته أو تغيير أفكاره، أو تعديل أهدافه وطموحاته، أو تغيير البيئة (حسن، 2010).

لا شك أن الأوضاع السياسية والاجتماعية والاقتصادية، التي يعيشها الفلسطينيون تؤدي إلى حدوث بعض الاضطرابات النفسية، نتيجة المعاناة المستمرة التي يمر بها الشعب الفلسطيني، والتي باتت تشكل المظاهر البارزة للحياة اليومية من أعمال القتل والاعتقال والإبعاد، ومصادرة الأراضي، وهدم المنازل، والاحتكاك وغيرها من الاعتداءات وأشكال التعسف من قبل الاحتلال الإسرائيلي (سليمان، 2011).

وهذه التغيرات وما يصاحبها من تحولات سريعة في المجتمع الفلسطيني، لها تأثير كبير على الإنسانية بصفة عامة، وعلى الفرد ونفسيته بصفة خاصة. حيث أشارت العديد من البحوث والدراسات السابقة إلى وجود ارتفاع نسبة الإصابة بالاضطرابات النفسية نتيجة تعرض الشباب لهذه التغيرات والضغوط التي يتعرض لها المواطن الفلسطيني (أبو زايد، 2002).

كما يؤكد عسلي، والبنا (2011) على انتشار العديد من الاضطرابات النفسية بين أوساط الشباب وتزايد نسبة القلق لديهم نتيجة الظروف الصعبة التي يعيشها الشاب الفلسطيني.

وتمثل الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد على التعامل الجيد مع الضغوط، والاحتفاظ بالصحة الجسمية والنفسية. حيث يتصف ذو الشخصية الصلبة بالتفاؤل والهدوء الانفعالي، والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط، لذلك فإنهم يحققون النجاح في مواجهة الضغوط، ويستطيعون تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديدا (دخان، ونبل، 2007).

وقد أشار هانتون إلى أن الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يستخدم التقييم واستراتيجيات المواجهة الفاعلة، وهذا يشير إلى أن لدى ذلك الفرد مستوى عالي من الثقة النفسية، وهكذا فإن ذلك الفرد بقدر الموقف الضاغط بأنه أقل تهديدا، ثم يعيد بناءه إلى شيء أكثر إيجابية (عباس، 2010).

وللصلابة دورا مهما وفعال في منع حدوث التأثيرات السلبية المتوقعة التي تحدثها ظروف الحياة الضاغطة، على قابلية الفرد بصورة عامة، فضعف تحقيق الصلابة النفسية لدى الفرد يجعله أكثر

عرضة للانفعالات السلبية، وأكثر استجابة للمواقف غير السارة، وعدم قدرة الفرد على التفاعل مع الآخرين، وتحمل المسؤولية إلا من خلال المساعدة، إضافة إلى تعرضه للإصابة بالأمراض النفسية والجسمية، وصعوبة التوافق مع العالم الخارجي، وهذا ما يجعله يواجه صعوبات كثيرة في حياته (قاسم، 2009).

وتعمل الصلابة النفسية على تعديل إدراك الفرد للأحداث الضاغطة، وتجعلها تبدو أقل وطأة، وتتمثل بثلاث أبعاد وهي: البعد الأول الالتزام: وهي نوع من أنواع التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين. والبعد الثاني التحكم: ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أضرار ويتحمل مسؤولية الشخصية عما يحدث له، ويتضمن القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار من بدائل، والمواجهة الفعالة للضغوط، والبعد الثالث التحدي: وهو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته، هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له، مما يساعد على المبادأة واستكشاف البيئة، ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية المساعدة على مواجهة الضغوط بفعالية (منصور، وزريق، 2014).

ويعد الطالب وما يتعلق به من متغيرات كالسنة الدراسية التي يمر بها والتخصص الدراسي له، وجنسه، ركنانا أساسيا في العملية التربوية، فقد تزايد الاهتمام بالطالب ووضعه الدراسي، والعوامل والضغوط التي قد تؤثر فيه بفاعليته، حيث أنه كغيره يتأثر بما يجري من حوله من متغيرات، ويتعرض لمشكلات وضغوط حياتية مختلفة، يمكن أن تعيق أدائه ودوره المنشود والمتوقع، وعندما يتسلح الطالب بالصلابة النفسية فإنها ستكون معينا على مواجهة ظروف الحياة المتغيرة، مما يساعده على الاحتفاظ بصحته وأدائه عند الحد الأعلى (الجهني، 2011).

وقد أولى علماء النفس موضوع الحاجات النفسية اهتماما كبيرا ويتجلى ذلك في دراسات علم نفس التطوري لمطالب النمو وحاجاته النفسية لها دور أساسي في تحقيق حالة نفسية مستقرة، يشعر من

خلالها الفرد بالأمن والطمأنينة، والتوازن بين قوى نفسه الداخلية، أو بين مصالح الفرد ومصالح الجماعة من حوله (مرسي، 1997).

فالأمن من أهم مقومات الحياة التي يتطلع إليه الإنسان في كل زمان ومكان من مهده إلى لحدده، فإذا ما وجد ما يهدده في نفسه وماله وعرضه ودينه، هرع إلى مكان آمن بنشد فيه الأمان والأمن والاطمئنان، وإذا كان الأمن هام للإنسان بصفة عامة، فهو أكثر أهمية للأطفال في أي مجتمع، فقد أصبح معلوم ارتباط نمو الطفل على نحو طبيعي من الناحيتين النفسية والجسمية بإحساسه بالأمن والاستقرار، وارتباطه بمن حوله من أفراد أسرته وخاصة والديه. (عبد المجيد، 2004).

وترى كوبرزا أن الأحداث الضاغطة، تستثير الجهاز العصبي الذاتي، لأن تكرار مثل هذه الأحداث يؤدي إلى الإرهاق، وما يصاحبه من اضطرابات نفسية وجسمية، وهنا يأتي دور الصلابة النفسية، حيث تعمل على تعديل إدراك الفرد للأحداث، وتؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة. وفي هذا الصدد أكدت نتائج دراسة كل من البهاص (2009)، دخان، ونبيل (2006)، على وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية، وتحمل الصعاب المتراكمة والضغوط التي مر بها الفرد، كما أن ارتفاع درجة الصلابة النفسية تؤثر لدى الفرد في تفعيل قدرته على التعامل مع الإجهاد في حياته، وأن الصلابة النفسية، يمكن أن تكون أسلوب حياة باستخدام مكوناتها الفرعية (التحكم والالتزام والتحدي).

أذ أن الصلابة النفسية تمثل عاملاً مهماً وحيوياً في الشخصية، يجب التأكيد عليه في البحوث المستقبلية حتى يتطور مستوى الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة في مهمات خاصة في شتى مجالات الحياة، (محمود، 2012).

2.2.2 أهمية الصلابة:

تكمن أهمية الصلابة النفسية في كونها تعمل على مقاومة الضغوط والشدائد التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية، حيث تقف سداً منيعاً وجداراً لحمايته من هذه الضغوط والمواقف التي تواجهه في مختلف جوانب الحياة لتحويلها إلى مواقف خبرات مفيدة، وتجعل منه فرداً قادراً على مجابهة التحديات والصعوبات وأكثر اقتداراً وسيطرة لتفادي آثارها السلبية. كما ويعتبر مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة التي حظيت باهتمام الباحثين باعتباره من العوامل النفسية المهمة التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية. (عليوي، 2012).

ويتفق فولكمان ولازاروس (Folkman & Lazarous, 1984) مع كوبازا في أن الخصائص النفسية كالصلابة تؤثر في تقييم الفرد المعرفي للحدث الضاغط نفسه وما يترتب عليه من تهديد لأمن الفرد النفسي وتقديره لذاته، كما تؤثر في تقييمه لأساليب المواجهة التي يواجه بها الحدث الضاغط. وقد أوجه العلماء في الآونة الأخيرة إلى البحث عن المتغيرات الواقية التي يمكن أن تقي أو تعدل من الآثار السلبية لأحداث الحياة الضاغطة، وتشير كوبازا إلى أن المتغيرات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن تخفف أو تقي من آثار الحياة الضاغطة قد تتعلق بعدة عوامل، ومن أهمها تلك العوامل التي تتعلق بالخصائص الشخصية للفرد كتقدير الذات، والكفاية الشخصية، والتفاؤل والصلابة النفسية (عليوي، 2012).

أثار نموذج كوبازا للصلابة النفسية اهتماماً بحثياً كبيراً بالعالم كله، حيث إهتمت كثيراً بالأشخاص الذين يتعرضون للضغوط ويحتفظون بصحتهم النفسية والجسمية ورأت كوبازا أن السبب في عدم تأثر هؤلاء الأشخاص بالضغوط هي العوامل الوسيطة بين التعرض للضغوط ونواتجها، وقدمت

كوبازا نموذجها الأول عن العلاقة بين الضغوط والأمراض في سنة (1979) م، ويشير النموذج الأول لكوبازا بين إدراك الضغوط والتعرض لها وبين نواتجها، حيث أن المتغيرات الوسيطة من وجهة نظر كوبازا تؤثر في إدراك الضغوط وفي نواتج الضغوط (صيدم، 2012).

2.2.3 مظاهر الصلابة النفسية:

إذا كان تعرضنا للضغوط أمر حتمي لا مفر منه، حيث إن واقع الحياة محفوف بالعقبات والأزمات وأشكال الفشل والنكسات والظروف غير المواتية، وإذا كنا لا نستطيع أن نتجنب خبرات الإحباط والفقد، أو نهرب من متطلبات التغير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل النمو، فإننا نستطيع أن نهتم بدراسة وتقوية مصادر المقاومة (Stress – Resistance)، أي تلك العوامل والمتغيرات النفسية والبيئية التي يمكن أن تحيد أو تعادل ما للأحداث الضاغطة من آثار سلبية على سلامة الأداء النفسي للفرد، وهي تمثل نقاط قوة لدى الفرد وتساعد على أن يظل محتفظاً بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط، ومن أهم المتغيرات النفسية التي تساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية في مواجهة الضغوط هو متغير "الصلابة النفسية" (العسود، 2011).

ومن المفاهيم ذات العلاقة بالصلابة النفسية الضغوط النفسية والضغط النفسي من أكثر المفاهيم غموضاً، وهناك صعوبة في تحديد تعريف دراسته بشكل دقيق، وذلك لارتباطه بعدة مفاهيم متقاربة من حيث المعنى، وارتباطه كذلك باتجاهات نظرية مختلفة. إذا ما زال هذا المصطلح غامضاً ويحتاج إلى مزيد من البحث والدقة والتحديد، حيث أننا نتعرض يومياً لمصادر متنوعة من الضغوط الخارجية بما فيها ضغوط العمل والدراسة والضغوط الأسرية، ومعالجة المشكلات الصحية والأمور المالية، وقد نتعرض لها على نحو متوقع أو غير متوقع. ويؤكد لازاروس (Lazarus, 1966)

وجود تداخل بين مفهوم الضغط النفسي والقلق الذي يعتبر نتيجة للضغط النفسي، نتيجة لعملية تقييم المواقف المهددة والتي يتميز بها فرد عن الآخر(صيدم، 2012).

وقد تعددت التعريفات التي أطلقها العلماء والباحثون حول الضغط النفسي ولكنها تتمحور حول أبعاد ونماذج محددة، فمنها من يستند إلى أن الضغوط النفسية عبارة عن مثير، ومنها ما يعتبر أنه استجابة، ومنها ما يستند إلى التفاعل ما بين المثير والفرد، وهناك علماء ركزوا على نموذجين عند تعريف الضغط النفسي وهما النموذج الفسيولوجي والنموذج النفسي.

والضغط النفسي كما يعرفه سيللي (Seley, 1983) بأنه: (الاستجابة غير المحددة للجسم تجاه أي وظيفة تتطلب منه ذلك سواء أكانت سبباً أو نتيجة لظروف مؤلمة أو غير سارة).

2.2.4 سمات الأشخاص ذوي الصلابة النفسية:

أشار كل من (حمادة، 2002، والسيد 2007، منصور وزريق، 2014)، إلى أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية لديهم سمات معينة:

- * ملتزمون بالعمل الذي عليهم أدائه بدلاً من شعورهم بالغربة.
- * لديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلاً من شعورهم بفقدان القوة.
- * ينظرون إلى التغيير على أنه تحد بدلاً من شعورهم بالتهديد.
- * جيدون في إدراكهم وتقويمهم أحداث الحياة الضاغطة الفرصة لممارستهم اتخاذ القرار الجيد.
- * القدرة على الصمود والمقاومة، لديهم انجاز مرتفع، ذو وجهة داخلية للضبط، أكثر اقتداراً ويميلون للقيادة والسيطرة، وذو دافعية أفضل (القحطاني، 2017).

2.2.5 الاتجاهات النظرية التي فسرت الصلابة النفسية:

نموذج لازاروس (1961 Lazarus): يعد نموذج لازاروس من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية، حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاث عوامل رئيسية: وهي (البيئة الداخلية للفرد، والأسلوب الإدراكي المعرفي، والشعور بالتهديد والإحباط). والذي أشارت إليه دراسة هولاهان وموسى (1985)، والتي استهدفت الكشف عن العوامل التي تؤثر في الصلابة النفسية، فأسفرت الدراسة عن أن البيئة الأسرية التي تتسم بالدفء والحب تجعل الفرد أكثر صلابة (حنفي، 2012).

نظرية كوبازا Kobasa (1983): قدمت نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية، تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوما حديثا في هذا الجانب، واحتمالات الإصابة بالأمراض، واعتمدت هذه النظرية على الأسس النظرية والتجريبية، كما بين ميستون أن الأسس النظرية تمثلت في آراء بعض العلماء مثل فرانكل وماسلو وروجرز، والتي أشارت أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته لاستغلال إمكانياته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة (الشمري، 2015).

رأت كوبازا أن السبب في عدم تأثر الأشخاص بالضغط، هو من العوامل الوسيطة بين التعرض للضغط ونواتجها، وقدمت نموذجها الأول عن العلاقة بين الأمراض والضغط في سنة (1979). ويوضح نموذج كوبازا وجود علاقة مباشرة بين إدراك الضغط والتعرض لها وبين نواتجها (الصحة، الجسمية، والنفسية، والمرض النفسي والجسمي)، ووجود علاقة غير مباشرة بين إدراك الضغط والتعرض لها وبين نواتجها، وفي سنة (1983) قدمت "كوبازا" و "مادي" نموذج عن العلاقة بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة، حيث أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير

وقائي يقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغوط، وتزيد أيضا من العمل على استخدام الفرد لمصادره الشخصية والاجتماعية المناسبة تجاه الظروف الصاغطة (مخير، 2012).

نموذج فنك Funk المعدل لنظرية كوبازا للصلابة النفسية (1992): ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات، أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية كوبازا وحاول تعديل جديد لها، وهذا النموذج قدمه فنك (1992) وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها، بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال، والصحة العقلية، وذلك على عينة قوامها (169) جنديا. واعتمد الباحث على المواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة شهور، وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية توصلت نتائج دراسة فنك إلى ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد، فارتباط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد، واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال، خاصة إستراتيجية ضبط الانفعال، حيث ارتبط التحكم ايجابيا بالصحة العقلية من إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام إستراتيجية حل المشكلات للتعايش، (راضي، 2008).

2.3. الدراسات السابقة:

2.3.1. الدراسات المتعلقة بقلق المستقبل:

2.3.2 الدراسات العربية المتعلقة بقلق المستقبل:

دراسة بنيس (2018) هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج إرشادي مؤسس على نظريات الإرشاد والعلاج النفسي متمثل في نظرية باندورا ونظرية أرون بيك واختبار مدى فعاليتهم في تنمية الذات المدركة وخفض قلق المستقبل إزاء المخاطر الإقليمية لدى عينة من طالبات جامعة الملك خالد وقد بلغ عدد أفراد الدراسة (100) طالبة تراوحت أعمارهم من (18-22) عاما، وقد أشارت النتائج الإحصائية إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية الذات المدركة وخفض قلق المستقبل إزاء المخاطر الإقليمية لدى أفراد المجموعة التجريبية واستمرار التحسن بعد انتهاء تطبيق البرنامج.

وفي دراسة قام بها وريكات (2018) هدفت الدراسة التعرف إلى أنماط التعلق وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الأطفال في دور رعاية الأيتام في محافظة العاصمة عمان. تم اختيار عينة مسحية متاحة مكونة من (30) طفلا بواقع (15) ذكورا و(15) إناثا من مجتمع الدراسة الأصلي والبالغ عددهم (52) طفلا والذين تراوحت أعمارهم بين (16-18) عاما والذين يعيشون في دور الرعاية الاجتماعية في محافظة العاصمة (عمان). أشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين نمط التعلق التجنبي مع قلق المستقبل، بينما لم تشير النتائج إلى وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين نمط التعلق الآمن وقلق المستقبل كما تبين النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أنماط التعلق الآمن (أمن القلق التجنبي)، بينما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس قلق المستقبل حيث أظهر الذكور مستوى أعلى من قلق المستقبل.

ودرس حمودة (2018) طبيعة العلاقة بين مستوى قلق المستقبل والاتجاه نحو الهجرة السرية لدى الشباب العاطلين عن العمل. ولتحقيق هذا الهدف تكونت العينة من (30) شاب بطل (العاطلين عن العمل) من كلا الجنسين تراوحت أعمارهم بين (20 - 30) سنة. وأسفر التحليل على النتائج التالية: نسبة تبلغ 46.67 % من الشباب البطل تراوحت درجة قلقهم من المستقبل بين المستوى المرتفع والمرتفع جدا. ونسبة تبلغ 76.67% من الشباب البطل لديهم اتجاهات إيجابية نحو الهجرة السرية تراوحت بين المستوى المرتفع جدا والمرتفع. كما أسفرت النتائج على وجود علاقة بين درجة قلق المستقبل بأبعاده الخمسة والاتجاه نحو الهجرة السرية لدى الشباب البطل.

وفي دراسة قام بها الخياط (2018) هدفت إلى دراسة العلاقة بين قلق المستقبل ومعنى الحياة لدى طالبات جامعة أم القرى، تكونت عينة الدراسة من (464) طالبة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، واعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي (الارتباطي - المقارن)، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل بجميع أبعاده ومعنى الحياة بجميع أبعاده لدى طالبات جامعة أم القرى، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات التخصصات الأدبية وتخصصات الطالبات العلمية في قلق المستقبل سواء الدرجة الكلية أو أبعاده المختلفة عدا بعد التفكير السلبي تجاه المستقبل والفروق في صالح طالبات التخصصات الأدبية، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في معنى الحياة تعزى إلى اختلاف التخصصات (أدبية - علمية)، والفروق في صالح طالبات التخصصات العلمية، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل ومعنى الحياة تعزى إلى المستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى طالبات جامعة أم القرى.

وفي دراسة متولي (2017) هدفت الدراسة إلى اختبار فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين التوافق النفسي وخفض أعراض قلق المستقبل والاكئاب لدى عينة من طالبات كلية التربية

بالزلفى، تكونت عينة البحث من (36) طالبة في المدى العمري من (19-22)، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى البرنامج الإرشادي أدى إلى زيادة التوافق النفسي وخفض أعراض قلق المستقبل والاكتئاب لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

ودرس خزري (2017) علاقة قلق المستقبل باحتمالية الانتحار لدى فئة من الشباب العاطلين عن العمل، من خلال دراسة الارتباط بين قلق المستقبل بأبعاده الخمسة: القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبلية، قلق الصحة وقلق الموت، القلق الذهني، اليأس من المستقبل، والخوف والقلق من الفشل في المستقبل واحتمالية الانتحار. ولتحقيق هذا الهدف، تكونت العينة من (30) شاب من بطل الجنسين تراوحت أعمارهم بين (20-36) سنة، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين درجة قلق المستقبل بأبعاده الخمس ومستوى احتمالية الانتحار.

وفي دراسة الزيتاوي (2016) هدفت الدراسة إلى التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي معرفي في التخفيف من مستوى قلق المستقبل وتعديل السلوك الاجتماعي لدى عينة من المراهقين في محافظة إربد. تألفت عينة الدراسة من (28) طالبا في المرحلة الثانوية، تم اختيارهم بناء على نتائجهم على مقياس قلق المستقبل (ذوي المستوى المرتفع من قلق المستقبل) وتوزيعهم عشوائيا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة في كل منهم (14) طالبا. أظهرت النتائج وجود أثر دال للبرنامج الإرشادي في تقليل مستوى قلق المستقبل وتعديل السلوك الاجتماعي في القياس البعدي، واحتفظ البرنامج كذلك بأثره الإيجابي في تقليل مستوى قلق المستقبل فقط في فترة المتابعة، بينما لم يستمر تأثيره الإيجابي في تعديل السلوك الاجتماعي خلال فترة المتابعة.

دراسة العتيبي (2016) هدفت الدراسة إلى التعرف إلى أثر قلق المستقبل والمستوى الاجتماعي والاقتصادي بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، حيث تكونت عينة الدراسة من عينة

تقنين الأدوات: بلغ عددهم (51) طالبا من الذكور من طلاب الصف الثالث ثانوي بقسميه الطبيعي والشرعي، (36) طالبا من التخصص الطبيعي و (25) طالبا من التخصص الشرعي بمتوسط عمري (18-20)، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات. كما بينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين المجموعات في قلق المستقبل حسب التخصص. كما لا يوجد فروق في التحصيل الدراسي حسب المستوى الاجتماعي الاقتصادي.

دراسة محمد وجبريل (2016) هدف هذا البحث إلى معرفة السمة العامة لتقدير الذات ومستوى قلق المستقبل لدى طلاب جامعة ولاية الخرطوم، واختار الباحثان عينة عشوائية تكونت من (230) طالبا وطالبة. توصل الباحثان إلى النتائج التالية: أن السمة العامة لتقدير الذات لدى طلاب جامعات ولاية الخرطوم تتسم بالإيجابية بدرجة كبيرة، وأن قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الخرطوم يتسم بدرجة فوق المتوسط، توجد فروق دالة في تقدير الذات تبعا لمتغير النوع لصالح الطلاب الذكور، بينما لا توجد فروق في قلق المستقبل تبعا لمتغير النوع. توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائية بين تقدير الذات وقلق المستقبل لدى طلاب جامعة ولاية الخرطوم.

ودرس الشهاوي (2015) العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة. والتعرف على الفرق بين الطلاب الواقعيين في الإربعاء الأعلى والأدنى للاغتراب النفسي في قلق المستقبل، وتكونت العينة من (300) طالب وطالبة بجامعة المنصورة، بمتوسط عمري قدره (21,5) عاما، وقد توصلت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة إحصائية دالة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل. كما يوجد فرق إحصائي دال بين متوسطي درجات الطلاب الواقعيين في الأرباع الأعلى، والأدنى للاغتراب النفسي في قلق المستقبل في اتجاه الطلاب الواقعيين في الإربعاء الأعلى.

دراسة الطلاع (2014) هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى قلق المستقبل وفاعلية الذات لدى المهجرين من سوريا إلى قطاع غزة، والعلاقة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات لديهم، ومعرفة

الفروق في قلق المستقبل وفاعلية الذات تبعا لمتغيرات (العمر- الجنس - عدد الأبناء - الحالة الاجتماعية)، وأجريت الدراسة على عينة من (90) مهجرا من سوريا إلى قطاع غزة. وتبين من نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين درجات كل من قلق المستقبل وفاعلية الذات لدى المهجرين من سوريا إلى قطاع غزة، كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغيرات (العمر- الجنس- عدد الأبناء - الحالة الاجتماعية)، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق في فاعلية الذات تبعا للمتغيرات الديمغرافية المستخدمة في الدراسة.

دراسة بلان (2011) هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والتوافق النفسي لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب وطالبة وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين قلق المستقبل والتوافق النفسي لدى عينة البحث. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس لصالح عينة الإناث. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص الدراسي لصالح طلبة الفرع الأدبي. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

2.3.2 الدراسات الأجنبية المتعلقة بقلق المستقبل:

دراسة رايون (Rialon, 2011) هدفت الدراسة إلى التعرف على قلق المستقبل لدى الأشخاص الذين مروا بتجارب صادمة في حياتهم. وتكونت عينة الدراسة من (132) فرداً، مقسمين إلى ثلاث مجموعات، المجموعة الأولى مكونة من (30) فرداً من الذين تعرضوا لتجارب صادمة في حياتهم ويعانون من كرب ما بعد الصدمة، أما المجموعة الثانية تكونت من (62) فرداً تعرضوا لأحداث صادمة ولكن لا يعانون من كرب ما بعد الصدمة. أما المجموعة الثالثة فقد تكونت من (40) فرداً عاديين ولم يتعرضوا لتجارب صادمة في حياتهم، وتراوحت أعمار أفراد العينة (16-27) سنة، وقد استخدم الباحث مقياس الاتجاه نحو المستقبل، وتوصلت نتائج إلى أن درجات الأفراد الذين يعانون من كرب ما بعد الصدمة كانت توقعات المستقبل تحمل نظرة تشاؤمية وتوقع بضعف العلاقات الاجتماعية مستقبلاً.

دراسة آري (Ari, 2011) هدفت إلى الكشف عن قلق المستقبل والهوية النفسية وأنماط التعاطف لدى طلبة المدارس الثانوية العليا في تركيا، وتكونت عينة الدراسة من (1525) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود اختلافات بين بعدي الاستكشاف والالتزام في ضوء مستوى الحميمية والقلق من المستقبل، فكلما تميزت الشخصية بالحميمية تدنت السلوكيات السلبية وازدادت مستويات استكشاف البيئة المحيطة والالتزام مع انخفاض المخاوف والقلق من المستقبل المتمثلة بضعف العلاقة مع الآخرين وعدم القدرة على العيش في البيئة الاجتماعية المحيطة. كما بينت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث في مجال الالتزام، ولصالح الذكور في مجال الاستكشاف، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تدني المخاوف والقلق من المستقبل لدى الذكور مقارنة بالإناث خاصة في المجالين الإقتصادي، والتعليم وفرص التعليم الأفضل.

دراسة كريستن وآخرون (Kirstin, et al,2010) هدفت الدراسة الى معرفة انخفاض المرونة الذاتية كمؤشر لقلق المستقبل لدى الفتيات المراهقات، وتكونت عينة الدراسة من (965) فتاة، وأظهرت النتائج انخفاض المرونة الذاتية لدى المراهقات تعد مؤشرا جيد للتنبؤ بقلق المستقبل لديهن، وتقترح عمل دراسات إكلينيكية وبرامج التدخل في المستقبل التي تهدف إلى تطبيع العمل الذاتي.

دراسة أوبرين وجيم (Obrin & Jim, 2010) هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التفكير بشكل واضح وعلاقتها بالذات المحتملة، وتكونت عينة الدراسة من (648) طالبا. وأظهرت النتائج أن التفكير الواضح له علاقة ارتباطيه موجبة بظهور خصائص إيجابية مثل التفاؤل وقدرة عالية على تقبل النتائج المستقبلية السلبية وصولا للذات المنشودة، في حين أن التفكير الغامض يتولد عنه مشاعر متعلقة بالقلق والخوف والاستغراق المتمركز حول الذات.

دراسة هانس، ريك وريجارد (Hans, & Rik. & Richard, 2008) هدفت إلى معرفة الانفعالات الموجهة للمستقبل ومدى قدرة الفرد على وضع المفاهيم لدفع سلوكه للأفضل، تكونت العينة من (472) طالبا، وأظهرت النتائج وجود نوعين من الانفعالات الموجهة للمستقبل (المتوقعة والتوقعية) وكل منهما إذا توجه بشكل إيجابي للمستقبل كان دافعا للسلوكيات السعيدة، وأظهرت قدرة الفرد على وضع أهداف واضحة من شأنها أن تدفع السلوك للإنجاز.

دراسة ايماموجلو وآخرون (Imamoglu, Olcay & Guler, Ayca, 2007) هدفت إلى الكشف عن الطريقة التي ينظر بها الطلاب الجامعيين الأتراك إلى المستقبل وعلاقة هذه النظرة المستقبلية بالذات، حيث بلغت عينة الدراسة (295) طالب وطالبة جامعيين من بينهم (170) من الطلاب الذكور، و (125) من الطالبات الإناث، واستخدم الباحثان مقياس التوجه نحو زمن المستقبل، ومقياس التوقعات المستقبلية والتقارير الذاتي. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة

موجبة بين التوجه الايجابي للمستقبل والتوقعات المستقبلية الموجبة، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الثقة والوعي الذاتي.

دراسة إيزنك وبان وسانوس (Eysenck, Payne & Santos, 2006) هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير القلق والاكتئاب على الماضي والحاضر والمستقبل، ومعرفة التوقيت للأحداث السلبية من حيث فروعها، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من المراهقين تتراوح أعمارهم من (13-17). ومجموعة من الراشدين في سن (18-29). ومجموعة في سن الثلاثينات، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الشعور بالاكتئاب يرتبط أكثر بتلك الأحداث التي وقعت في الماضي عن تلك الأحداث التي من المتوقع حدوثها في المستقبل وعلى العكس عن ذلك القلق مرتبط بتلك التي من المتوقع حدوثها في المستقبل عن تلك التي حدثت في الماضي.

2.3.3 الدراسات المتعلقة بالصلابة النفسية:

2.3.4 الدراسات العربية المتعلقة بالصلابة النفسية:

دراسة القحطاني (2017) هدفت الدراسة إلى التحقق من الفروق في الصلابة النفسية بين طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، على عينة مكونة من (1248) طالبا، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الثالث الثانوي ومتوسطات طلاب الأول الثانوي في الصلابة النفسية لصالح طلاب الثالث ثانوي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الثاني ثانوي، ومتوسطات درجات طلاب الأول ثانوي في الصلابة النفسية في الدرجة الكلية وبعدي الالتزام والتحدي، لصالح طلاب الثاني ثانوي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الثالث الثانوي، ومتوسطات درجات طلاب الثاني الثانوي في الصلابة النفسية في الدرجة الكلية وبعد التحكم، لصالح طلاب الثالث الثانوي بالصلابة النفسية.

دراسة زيدان (2017) هدفت الدراسة إلى الكشف عن التنبؤ بالأنشطة الإبداعية من خلال ما تسهم به كل من الصلابة النفسية ومستوى الطموح لدى طلاب مدرسة السويس الثانوية الصناعية المتقدمة، وتكونت عينة الدراسة من (196) طالب بمتوسط عمر زمني قدره (18,44) سنة، ومما أسفرت عنه الدراسة. - يمكن التنبؤ بالأنشطة الإبداعية من خلال ما تسهم به الدرجة الكلية لمستوى الطموح، ويمكن التنبؤ بالأنشطة الإبداعية من خلال ما يسهم به البعد الثاني لمقياس الصلابة النفسية (ضبط النفس). وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب ذوي الأنشطة الإبداعية المرتفعة على الدرجة الكلية للصلابة النفسية، توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب ذوي الأنشطة الإبداعية المرتفعة على الدرجة الكلية لمستوى الطموح. وجود اختلافات في ديناميات الشخصية بين الحالات الأكثر ارتفاعاً والأكثر انخفاضاً على قائمة الأنشطة الإبداعية لدى طلاب مدرسة السويس الثانوية الصناعية المتقدمة كما يوضحها.

دراسة اخرس (2016) هدفت الدراسة الحالية إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة إكلينيكية، وشملت العينة (200) مريضاً نفسياً، منهم (100) شخصاً مشخصين ضمن الأمراض العصابية نصفهم من الذكور، بمتوسط عمري (32.5) سنة، أظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال بين درجات الصلابة النفسية وأبعادها وقلق المستقبل. وتبين وجود فروق دالة في الصلابة النفسية بين من لديهم قلق مستقبلي منخفض وقلق مستقبلي مرتفع، لصالح ذوي القلق المنخفض. ووجود فروق دالة في الصلابة النفسية بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود فروق دالة في الصلابة النفسية بين المشخصين عصابياً والمشخصين ذهانياً، لصالح الأفراد المشخصين عصابياً، كما تبين وجود تفاعل بين الحالة المرضية ومستوى القلق ووجود تفاعل بين الحالة المرضية ومستوى القلق والنوع.

وفي دراسة أجراها الزواهرة (2015) هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل. أجريت الدراسة على عينة قوامها (400) طالبا وطالبة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل. كما تبين وجود فروق في الصلابة النفسية تعزى إلى التخصص لصالح التخصصات العلمية، وقلق المستقبل لصالح التخصصات الأدبية، ووجود فروق في الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لصالح الفرقة الرابعة.

دراسة الصياد والقطراوي (2015) هدفت الدراسة إلى معرفة مستويات كل من الصلابة النفسية وإدراك أساليب الحرب النفسية الإسرائيلية لدى سكان المناطق الحدودية لقطاع غزة، والعلاقة بينهما. ولتحقيق هذا الهدف تم إجراء الدراسة على عينة قوامها (270) أسرة ممثلة برب الأسرة، وأظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية لدى سكان المناطق الحدودية لقطاع غزة يقع عند مستوى جيد بوزن نسبي (5.75%). وأن مستوى إدراك أساليب الحرب النفسية لديهم يقع عند وزن نسبي (2.78%). وتبين وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وبين إدراك أساليب الحرب النفسية بشكل عام لدى هؤلاء السكان. وتدل النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح المتزوجين، وتعزى للمؤهل العلمي لصالح حملة شهادات الدراسات العليا، وتعزى لطلبة المهنة لصالح الموظف، وتعزى للمحافظة لصالح محافظتي غزة وخانيونس. وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك أساليب الحرب النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح غير المتزوجين، وتعزى لمتغير طبيعة العمل بكل أبعاده، ويعزى لمتغير المحافظة لصالح محافظات شمال غزة وخانيونس. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك أساليب الحرب النفسية تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

دراسة العوض (2014) هدفت الدراسة التعرف على العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل، ومعرفة الفروق بين متوسط درجات طلبة أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية وقلق المستقبل تبعاً لمتغيري الجنس والكمية. وتكونت عينة البحث من (622) طالبا وطالبة من طلبة جامعة دمشق. وأشارت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (5,05) بين درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية لصالح الذكور. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية لصالح الكميات التطبيقية. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس قلق المستقبل لصالح الإناث.

دراسة أبو اسحاق والنواجحة (2013) هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التفاوض-التشاؤم وبين الصلابة النفسية، لدى عينة مكونة من (200) أسير محرر، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين التفاوض والصلابة النفسية لدى الأسرى المحررين، بينما اتضح عدم أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التفاوض-التشاؤم، تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، والانتماء السياسي، والمؤهل العلمي، باستثناء متغير عدد سنوات الاعتقال فقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى الأسرى المحررين لصالح الفئة من (6-10) سنوات.

دراسة العبدلي (2012) هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب من طلاب التعليم الثانوي بمدينة مكة

المكرمة، وأظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين، ووجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط والصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) لدى الطلاب المتفوقين والعاديين. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والعاديين في درجات أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية للصلابة النفسية لصالح المتفوقين.

دراسة عودة (2010) هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وبين أساليب التكيف مع الضغوط، ومستوى المساندة الاجتماعية، ومستوى الصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، تكونت العينة الفعلية للدراسة من (600) طفلاً وطفلة من أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة. وقد توصلت الدراسة إلى أن الوزن النسبي للخبرة الصادمة (62.14)، والوزن النسبي لأساليب التكيف مع الضغوط (71.14)، وبلغ الوزن النسبي للمساندة الاجتماعية (85.79)، وكان الوزن النسبي للصلابة النفسية (76.04)، كما أظهرت وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وكل من استخدام أساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية. كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق في الخبرة الصادمة، وأساليب التكيف مع الضغوط والصلابة النفسية تعزى لمتغير النوع، بينما وجد فروقاً في المساندة الاجتماعية لصالح الإناث. كما دلت النتائج على عدم وجود فروق في أساليب التكيف مع الضغوط والصلابة النفسية تعزى لمتغير مكان الإقامة، بينما وجد فروق في الخبرة الصادمة، والمساندة الاجتماعية. كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروقاً في الخبرة الصادمة وأساليب التكيف مع الضغوط، والصلابة النفسية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، في حين وجد أن هناك فروقاً في المساندة الاجتماعية لصالح الأطفال الذين درس والديهم في المرحلة الثانوية.

2.3.5 الدراسات الأجنبية المتعلقة بالصلابة النفسية:

دراسة أحمدى (Ahmadi, et al, 2013) هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين متغيري الصلابة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة آزاد الإسلامية، في إيران، على عينة مكونة من (53) طالبا، حيث أظهرت الدراسة وجود علاقة بين الصلابة النفسية بعناصرها الثلاث والتحصيل الدراسي.

دراسة ثوو وآخرون (Tho, et al, 2011) هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية، وجودة الحياة الدراسية، أجريت الدراسة على عينة قوامها (1024) طالبا بإدارة الأعمال بفيتنام، وتوصلت الدراسة إلى وجود تأثير ايجابي ودال إحصائيا لكل من: الصلابة النفسية، ودافعية التعلم على جودة الحياة الدارسية المدركة لصالح الطلاب مرتفعي القيمة الوظيفية، لتعلم إدارة الأعمال، كما تقترح النتائج إمكانية تعزيز الجامعات لجودة الحياة الدراسية والأداء الأكاديمي عن طريق تقديم برامج لتقوية الصلابة النفسية للطلاب لزيادة دافعتهم للتعلم.

دراسة جرين وجرانت، ورينساردت (Green, Grant, & Rynsaardt, 2007) هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التدريب الميداني، والصلابة النفسية، والشعور بالأمل لدى طالبات المرحلة الثانوية، وبلغت الدراسة (56) طالبة من مدارس المرحلة الثانوية، ثم تطبيق عدد من المقاييس وهي مقياس الشعور بالأمل، ومقياس الاكتئاب، ومقياس الصلابة النفسية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين التدريب الميداني والشعور بالأمل والصلابة النفسية لدى الطالبات المتدربات بالمرحلة الثانوية. ووجود علاقة ارتباطية سالبة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية لدى طالبات التدريب الميداني بالمرحلة الثانوية.

دراسة دولان وأدлер (Dolan, & Adler, 2006) هدفت الدراسة إلى التعرف على الصلابة النفسية في المجال العسكري، والتي أجريت على عينة من الجنود الأمريكيين في (كوسوفو)، حيث بلغت عينة الدراسة (629) جنديا. فقد توصلت إلى وجود ارتباط للصلابة النفسية بالصحة النفسية، بينما لم تشير النتائج عن ارتباطها بالصحة الجسدية، وارتباطها بانخفاض معدل الإصابة بالاكنتاب، وتعمل أيضا كمخفف لأثر الضغوط على الصحة الجسدية، أكدت النتائج على أهمية التدريب على الصلابة النفسية وتطبيقاتها على الوظائف الأخرى.

دراسة ايبا وديبرا (Iba, Debra, 2007) حيث تناولت الدراسة العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق الحديث أمام الجمهور مشكلات وتدريبات، وتكونت عينة الدراسة من (150) طالب وطالبة ممن سجلوا لدراسة مقرر في التواصل بالخطابة، وجدت الدراسة علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين الصلابة النفسية وقلق التواصل أثناء الاجتماعات وفي مجال العمل الجماعي، وفي التفاعل مع الآخرين.

دراسة باربارا وآخرون (Barbra, Bert, & Juliann, 2002) هدفت الدراسة إلى اكتشاف العلاقة بين الصلابة النفسية والتكيف مع أحداث الحياة في مرحلة الرشد، واستكشاف أثر الصلابة النفسية على الشخصية العصبية والانبساطية. وتألّفت عينة الدراسة من (315) شخصا، واستخدمت مقياس الصلابة النفسية ومقياس أحداث الحياة. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين العوامل الاجتماعية والديمغرافية، وكذلك التفاعل بين الصلابة النفسية، وأحداث الحياة، وتشير النتائج أيضا إلى فقدان الوظيفة، وكانت تجربة أكثر أحداث الحياة إجهادا، وأن الأشخاص الأكثر صلابة يستخدمون آليات التكيف واستراتيجيات المواجهة مثل : حل المشكلة، وإعادة التقييم الإيجابي في الرضا عن الحياة.

2.3.7 تعقيب على الدراسات السابقة:

حرص الباحث على أصالة الدراسة التي يقوم بها بدافع من الشعور بالمسؤولية، ولأهمية موضوعها كعامل مهم في تحقيق التنمية البشرية، إذ قدم الباحث في هذا الفصل عدداً من الدراسات السابقة المحلية والعربية والأجنبية المتعلقة بموضوع الدراسة الحالية، وكان ذلك حصيلة المتابعة والمثابرة في البحث في المكتبات المحلية والعربية، والعالمية. ولاحظ الباحث أن عدد الدراسات المتعلقة بمفهوم قلق المستقبل كان كبيراً، وبالمقابل كان عدد الدراسات المتعلقة بمفهوم الصلابة النفسية أقل بكثير؛ وكان من الملاحظ أن الدراسات الأجنبية المتعلقة بالصلابة النفسية قليلة بها بالرغم من أن غالبيتها تناولت موضوع الصلابة النفسية في موضوعات تتناول حياة الراشدين، حيث إن استطلاع الأدبيات المتعلقة بمفهوم قلق المستقبل يؤكد أن موضوع قلق المستقبل يجعل الفرد يحجم عن تحمل أي مسؤولية يمكن أن تسند إليه كونه يشعر بالفشل في جانب كبير من حياته كما يجعل الفرد في دوامة من الشكوك ويخشى من اتخاذ القرارات سواء في الحاضر أو المستقبل لأنه يخاف من ارتكاب الأخطاء. وبذلك لم تتعرض أي من الدراسات السابقة لموضوع قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس نتيجة لوجود الأبراج العسكرية والمعسكرات والبؤر الاستيطانية والطرق الالتفافية التي يسلكها الجيش والمستوطنون وما يتعرض له الطلبة من انتهاكات يومية - حسب علم الباحث - لتكون الدراسة الحالية الأولى في موضوعها.

قدمت الدراسات السابقة للباحث مساعدة كبيرة في دراستها، فيما يتعلق بتحديد مشكلة الدراسة، وأهدافها وأهميتها، ومجمل الإطار النظري، وبناء أداة الدراسة، وقد قام الباحث بمناقشة تلك

الدراسات من خلال ثلاثة محاور:

1. مجال وحجم العينة: تنوعت الدراسات المتعلقة بقلق المستقبل بين المجال الطلاب الجامعيين

وطلاب المدارس، والمراهقين، والأطفال، واللاعبين، والراشدين، والأمراض المزمنة

والمختلفة، عند اختيار عينة الدراسة، ووجد الباحث تبايناً واضحاً في حجم العينات المستخدمة في الدراسات السابقة، إذ بلغ أصغر حجم عينة (30) فرداً في دراسة (حمودة، 2018)، بينما كان أكبر حجم عينة عشوائية في دراسة (الخياط، 2018) (464) طالباً وطالبة.

2. أدوات الدراسة: استخدمت غالبية الدراسات المتعلقة بقلق المستقبل عدة مقاييس منها من إعداد الباحث أو من إعداد باحثين آخرين، وفيما يتعلق بدراسات الصلابة النفسية، فاستخدمت مقاييس عدة في الدراسة الواحدة، كانت من إعداد الباحث نفسه أو من إعداد باحثين آخرين.

3. النتائج: أكدت نتائج جميع الدراسات التي تناولت قلق المستقبل كعامل مستقل أن هناك علاقة إيجابية بينها وبين المتغيرات التابعة له، إضافة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين الصلابة النفسية والدوافع الذاتية للشخص.

ويمكن الإشارة إلى بعض أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة، كما يأتي:

أ) أوجه التشابه بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

1. استخدام قلق المستقبل بشكل أساسي في الدراسة الحالية، كما هو في غالبية الدراسات السابقة.

2. استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وهذا ما تم استخدامه في معظم الدراسات السابقة.

3. استخدام مقياسين في الدراسة الحالية؛ الأول: يتعلق بقلق المستقبل، والثاني: يتعلق بالصلابة النفسية.

ب) أوجه الاختلاف بين الدّراسة الحالية والدراسات السابقة:

1. تركيز الدّراسة الحالية على أهمية قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية.
2. أهم ما يميز الدّراسة الحالية هو تطبيقها على عينة من المجتمع الفلسطيني(محافظة الخليل). لتكون الأولى فلسطينيا بعد اطلاع الباحث، والتي تتناول موضوع قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية. وهي الدراسة الأولى التي طبقت على طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل.
3. شمل مجتمع العينة جميع الطلبة في المدارس الثانوية العامة في محافظة الخليل، واستخدمت العينة العشوائية العنقودية.

الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات

تمهيد.

منهج الدراسة.

مجتمع الدراسة.

عينة الدراسة.

أداة الدراسة.

صدق الأداة.

ثبات الدراسة.

إجراءات الدراسة.

المعالجة الإحصائية

الفصل الثالث:

الطريقة والإجراءات:

3.1 تمهيد

يتناول هذا الفصل وصفاً مفصلاً التي اتبعتها الباحثة في تنفيذ الدراسة، ومن ذلك تعريف منهج الدراسة، ووصف مجتمع الدراسة، وتحديد عينة الدراسة، وإعداد أداة الدراسة (الاستبانة)، والتأكد من صدقها وثباتها، وبيان إجراءات الدراسة، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج، وفيما يلي وصف لهذه الإجراءات.

3.2 منهج الدراسة

من أجل تحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي. ويعرف بأنه المنهج الذي يدرس ظاهرة أو حدثاً أو قضية موجودة حالياً يمكن الحصول منها على معلومات تجيب عن أسئلة البحث دون تدخل من الباحث فيها. والتي يحاول الباحث من خلاله وصف الظاهرة موضوع الدراسة.

3.3 مجتمع الدراسة

تألف مجتمع الدراسة من جميع طلبة المدارس الثانوية في الصفين الحادي عشر والثاني عشر بمختلف الفروع والبالغ عددهم (2020) طالبا وطالبة في المناطق المصنفة بمناطق التماس في محافظة الخليل.

3.4 عينة الدراسة

اشتملت عينة الدراسة على (530) طالبة وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية، لمناسبتها لخصائص مجتمع الدراسة. والجداول (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة.

3.5 وصف متغيرات أفراد عينة الدراسة

جدول (3.1): توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة.

النسبة	العدد	الجنس
41.3	219	ذكر
58.7	311	أنثى
النسبة	العدد	الصف
47.5	252	حادي عشر
52.5	278	ثاني عشر
النسبة	العدد	الفرع
36.2	192	علمي
46.0	244	علوم إنسانية
7.0	37	ادارة وريادة
9.2	49	زراعي
1.5	8	تكنولوجي
النسبة	العدد	السكن
25.5	135	مدينة
41.3	219	قرية
33.2	176	مخيم

3.6 أدوات الدراسة

تم جمع البيانات والمعلومات من خلال أداتين دراسيتين، الأولى تتعلق بمقياس قلق المستقبل (المشيخي، 2009)، والذي تكون من (23) فقرة بصورته النهائية، وهي موزعة على أربع مجالات

رئيسية هي (التفكير السلبي تجاه الحياة) وله (7 فقرات)، وبعد (النظرة السلبية للحياة) وله (7 فقرات) وبعد (القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة) وله (6 فقرات)، وبعد (المظاهر النفسية للقلق) وله (3 فقرات) انظر الملحق رقم (1).

أما الأداة الثانية فتتعلق بمقياس الصلابة النفسية (مخير، 2012) حيث تكونت الأداة بصورتها النهائية من (35 فقرة موزعة على ثلاث مجالات رئيسية هي مجال (الالتزام) وله (13 فقرة)، ومجال (التحكم) وله (11 فقرة)، ومجال (التحدي) وله (11 فقرة)، (انظر الملحق رقم (1).

3.7 صدق الأداة

تم التحقق من صدق أدوات الدراسة بعرضها على المشرف ومجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة، وقد بلغ عددهم (12) محكماً، حيث وزع الباحث الاستبانة على عدد من المحكمين. حيث طلب منهم إبداء الرأي في فقرات الاستبانة من حيث: مدى وضوح لغة الفقرات وسلامتها لغوياً، ومدى شمول الفقرات للجانب المدروس، وإضافة أي معلومات أو تعديلات أو فقرات يرونها مناسبة، ووفق هذه الملاحظات تم إخراج الاستبانة بصورتها النهائية ملحق رقم (1). من ناحية أخرى تم التحقق من صدق الأداة أيضاً بحساب معامل ارتباط بيرسون لفقرات الاستبانة مع الدرجة الكلية للأداة، واتضح وجود دلالة إحصائية في جميع فقرات الاستبانة ويدل على أن هناك الاتساق داخلي بين الفقرات. والجداول التالية تبين ذلك:

جدول (3.2): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات

مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل.

الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية
1	0.559**	0.000	9	0.570**	0.000	17	0.155**	0.003
2	0.458**	0.000	10	0.536**	0.000	18	0.124*	0.019
3	0.613**	0.000	11	0.524**	0.000	19	0.539**	0.000
4	0.541**	0.000	12	0.475**	0.000	20	0.415**	0.000
5	0.659**	0.000	13	0.560**	0.000	21	0.565**	0.000
6	0.594**	0.000	14	0.296**	0.000	22	0.459**	0.000
7	0.611**	0.000	15	0.446**	0.000	23	0.523**	0.000
8	0.683**	0.000	16	0.403**	0.000			

** دالة احصائية عند 0.01 * دالة احصائية عند 0.050

جدول (3.3): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات

مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل.

الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية
1	0.444**	0.00	13	0.462**	0.000	25	0.310**	0.00
2	0.248**	0.00	14	0.331**	0.000	26	0.540**	0.00
3	0.469**	0.00	15	0.283**	0.000	27	0.309**	0.00
4	0.210**	0.00	16	0.321**	0.000	28	0.240**	0.00
5	0.179**	0.01	17	0.175**	0.001	29	0.282**	0.00
6	0.444**	0.00	18	0.462**	0.000	30	0.310**	0.00
7	0.248**	0.00	19	0.331**	0.000	31	0.540**	0.00
8	0.469**	0.00	20	0.283**	0.000	32	0.309**	0.00
9	0.210**	0.00	21	0.321**	0.000	33	0.240**	0.00
10	0.179**	0.01	22	0.175**	0.001	34	0.282**	0.00
11	0.169**	0.01	23	0.155**	0.001	35	0.272**	0.00
12	0.559**	0.00	24	0.263**	0.000			

** دالة احصائية عند 0.01 * دالة احصائية عند 0.050

3.8 ثبات أداتي الدراسة

قام الباحث بالتحقق من ثبات الأداة، من خلال حساب ثبات الاتساق الداخلي، باستخدام معامل كرونباخ ألفا، وكانت النتيجة تشير إلى تمتع هذه الأدوات بثبات يفي بأغراض الدراسة. والجدول التالي تبين معامل الثبات لقلق المستقبل، والصلابة النفسية.

جدول (3.4): نتائج معامل الثبات لقلق المستقبل، والصلابة النفسية

المقاييس	كرونباخ ألفا	عدد الفقرات
مقياس قلق المستقبل	0.91	23
مقياس الصلابة النفسية	0.82	35

يلاحظ أن قيم معاملات الاتساق الداخلي مقبولة وبالتالي الأداتين تحققان أغراض الدراسة.

3.9 إجراءات الدراسة

بعد التأكد من صدق أدوات الدراسة وثباتها وإخراجها بصورتها النهائية، تمت مخاطبة مديريات التربية والتعليم في محافظة الخليل بكتاب تسهيل المهمة لتطبيق الدراسة والسماح للباحث بالتطبيق على الطلبة خلال الفصل الدراسي الثاني (2018/2019) والبالغ عددهم (530 طالب وطالبة)، وبعد وصول الردود الإيجابية على المخاطبات قام الباحث بإجراء زيارات شخصية للمدارس وتوزيع أداتي الدراسة على أفراد الدراسة وطلب من كل واحدة منهم القيام بتعبئة أداتي الدراسة بمجالاتها المختلفة، وقد تطلب التطبيق فترة من الزمن لصعوبة الوصول إلى تلك المدارس، حيث قام الباحث بالتنسيق مع بعض الأشخاص الذين يعرفهم لتسهيل عملية الوصول إلى تلك المناطق و التطبيق أثناء الدوام والتي تطلبت حوالي نصف ساعة من كل طالبة للإجابة عن أداتي الدراسة، وبعد ذلك قام الباحث بتصنيف الاستبيانات حسب متغيرات الدراسة تمهيدا لإدخالها للحاسوب الآلي ومعالجتها إحصائيا.

3.10 المعالجة الإحصائية

تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة بعد أن قام الباحث بجمعها من خلال أفراد عينة الدراسة، وتم إدخالها إلى جهاز الحاسوب لتحليلها على برنامج الرزم الإحصائية الخاص بالعلوم الاجتماعية (SPSS)، حيث تم تحويل الإجابات اللفظية إلى أرقام حتى نستطيع القيام بالإجراءات الإحصائية المختلفة وأعطيتم الإجابة أوافق بشدة (خمس درجات) والإجابة أوافق (أربع درجات) والإجابة محايد (ثلاث درجات) والإجابة غير موافق (درجتان) والإجابة غير موافق بشدة (درجة واحدة). وتم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

1. استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل مجال من مجالات أداتي الدراسة.
2. معامل ارتباط بيرسون لفحص العلاقة بين مستوى قلق المستقبل وعلاقته بالصلاية النفسية لدى طلبة الثانوية العامة في مناطق التماس ومعاملات الارتباط الداخلية بين الفقرات والدرجة الكلية لأداتي الدراسة لاستخراج الصدق الداخلي لكافة الفقرات.
3. اختبار (ت) (t- test) لفحص الفرضيات.
4. اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لفحص الفرضيات.
5. معادلة الثبات كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) لفحص ثبات أداتي الدراسة. وذلك باستخدام الرزم الإحصائية (SPSS) (Statistical Package For Social Sciences). وحتى يتم تحديد درجة تقدير نتائج الطلبة تم الاعتماد على المتوسطات الحسابية حيث قدر المتوسط الحسابي (2.33 فأقل) بأنها درجة منخفضة، والمتوسط الحسابي (2.34-3.67) بأنه درجة متوسطة، والمتوسط الحسابي (3.67 فأعلى) بأنه درجة عالية.

الفصل الرابع: نتائج الدراسة

- نتائج أسئلة الدراسة
- نتائج فرضيات الدراسة

الفصل الرابع:

نتائج الدراسة:

4.1 تمهيد:

تضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة، التي توصل إليها الباحث عن موضوع الدراسة وهو قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل، وفيما يلي وصفاً للنتائج التي توصل إليها الباحث:

4.2 نتائج أسئلة الدراسة

4.2.1 نتيجة السؤال الأول:

لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

للإجابة على السؤال تم حساب معامل ارتباط بيرسون والدلالة الاحصائية بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل، والمبينة في الجدول (4.1) الآتي:

جدول (4.1):معامل ارتباط بيرسون والدلالة الاحصائية للعلاقة بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل

المؤشرات الإحصائية	الصلابة النفسية	الالتزام	التحكم	التحدي	لمجالات
الإرتباط	-0.309	-0.202	-0.086	-0.339	قلق المستقبل
الدلالة	.000	.000	.050	.000	
الإرتباط	-0.291	-0.210	-0.077	-0.311	التفكير السلبي تجاه الحياة
الدلالة	.000	.000	.078	.000	
الإرتباط	-0.319	-0.231	-0.113	-0.329	النظرة السلبية للحياة
الدلالة	.000	.000	.009	.000	
الإرتباط	-0.212	-0.094	.019	-0.278	القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة
الدلالة	.000	.032	.671	.000	
الإرتباط	-0.285	-0.181	-0.099	-0.310	المظاهر النفسية للقلق
الدلالة	.000	.000	.023	.000	

** داله احصائية عند 0.01 * داله احصائية عند 0.050

يلاحظ من خلال الجدول (4.1) وجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة بين قلق المستقبل ومستوى الصلابة النفسية للدرجة الكلية حيث بلغ معامل الارتباط (-0.309) عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بمعنى كلما زاد مستوى قلق المستقبل، كلما قل مستوى الصلابة النفسية.

4.2.2 نتيجة السؤال الثاني:

ما مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد الدراسة للدرجة الكلية والتي تعبر عن مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل والجدول (4.2) يوضح النتائج.

جدول رقم (4.2) مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة

الخليل.

رقم الفقرة	الفقرة مؤشرات قلق المستقبل	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
18	أعتقد بأنني غير مؤثر على الأحداث التي تقع لي.	2.08	1.195	منخفضة
15	أشعر بعدم القدرة على اتخاذ القرارات	2.11	1.116	منخفضة
14	نظرتي للحياة نظرة تشاؤمية	2.14	1.334	منخفضة
23	لا أتوقع السعادة في الأيام القادمة	2.16	1.336	منخفضة
6	أشعر بعدم القدرة على تحمل الصعوبات التي تواجهني	2.26	1.172	منخفضة
8	أشعر بأن الأيام القادمة تعيسة	2.27	1.311	منخفضة
19	أشعر بأن المستقبل لا يحمل أي صورة مشرقة	2.33	1.302	منخفضة
5	أشعر بأن طموحاتي لن تتحقق	2.35	1.195	متوسطة
13	أشعر بعدم الأمان كلما فكرت بالمستقبل	2.36	1.214	متوسطة
1	أشعر بخيبة الأمل كلما فكرت بالمستقبل	2.47	1.275	متوسطة
4	أشعر بعدم الاستقرار	2.52	1.330	متوسطة
12	أجد صعوبة في التخطيط	2.53	1.196	متوسطة
16	مشاكل الحياة المستقبلية تفرض نفسها على تفكيري	2.56	1.319	متوسطة
9	أشعر بخوف من التغيرات السريعة في حياتي	2.73	1.275	متوسطة
7	تفكيري المستمر في المستقبل هو مصدر قلقي	2.74	1.351	متوسطة
22	يسيطر علي الشعور بالخوف من المستقبل	2.75	1.303	متوسطة
2	أخشى الفشل في حياتي	2.76	1.363	متوسطة
11	أخشى أن تتغير حياتي إلى الأسوأ في المستقبل	2.76	1.393	متوسطة
10	أشعر بالقلق من عدم المقدرة على تحقيق أهدافي	2.81	1.259	متوسطة
20	أخشى من وقوع بعض المصائب في المستقبل	2.97	1.287	متوسطة
17	أخشى من عدم توفر فرص عمل بعد التخرج	3.31	1.460	متوسطة
3	أشعر بقلق نتيجة ما يحدث في مجتمعي	3.50	1.242	متوسطة
21	يشغلني التفكير في مستقبلي الدراسي	3.71	1.328	عالية
	الدرجة الكلية	2.61	0.756	متوسطة

تبين نتائج الجدول (4.2) أن مستوى قلق المستقبل للدرجة الكلية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل جاءت بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي (2.61) وانحراف معياري (0.75)

جدول رقم (4.3) مستوى مجالات قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل.

المجالات	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	التقدير
القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	530	2.89	0.75	متوسط
التفكير السلبي تجاه الحياة	530	2.57	0.89	متوسط
النظرة السلبية للحياة	530	2.48	0.87	متوسط
المظاهر النفسية للقلق	530	2.45	0.90	متوسط

تبين نتائج الجدول (4.3) أن أعلى تقدير لمجال (القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة) بمتوسط حسابي قدره (2.89) وانحراف معياري قدره (0.75) في حين بلغ أدنى تقدير لمجال (المظاهر النفسية للقلق) بمتوسط حسابي قدره (2.45) وانحراف معياري قدره (0.90).

4.2.3 نتيجة السؤال الثالث:

هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الصف الدراسي، الفرع، مكان السكن).

للإجابة على السؤال الثالث تم تحويل السؤال الثالث إلى الفرضيات الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس.

لفحص الفرضية الأولى تم حساب اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية وكافة المجالات لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس والتي تظهر في الجدول رقم (4.4).

الجدول رقم (4.4): نتائج اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس

المجالات	الجنس	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	ت	الدلالة
التفكير السلبي تجاه الحياة	ذكر	219	2.76	0.86	4.240	0.000
	أنثى	311	2.43	0.89		
النظرة السلبية للحياة	ذكر	219	2.67	0.89	4.088	0.000
	أنثى	311	2.35	0.84		
القلق من الأحداث الحياتية الصاعقة	ذكر	219	2.94	0.76	1.192	0.234
	أنثى	311	2.86	0.74		
المظاهر النفسية للقلق	ذكر	219	2.60	0.92	3.103	0.002
	أنثى	311	2.35	0.88		
قلق المستقبل	ذكر	219	2.76	0.73	3.813	0.000
	أنثى	311	2.50	0.74		

يتبين من نتائج الجدول رقم (4.4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى قلق المستقبل ومجالاته للدرجة الكلية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل، لصالح الذكور.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

لفحص الفرضية الثانية تم حساب اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية وكافة المجالات لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي والتي تظهر في الجدول رقم (4.5).

الجدول رقم (4.5): نتائج اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

المجالات	الصف	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	ت	الدلالة
التفكير السلبي تجاه الحياة	حادي عشر	252	2.57	0.89	0.028	0.978
	ثاني عشر	278	2.57	0.90		
النظرة السلبية للحياة	حادي عشر	252	2.53	0.91	1.245	0.214
	ثاني عشر	278	2.44	0.83		
القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	حادي عشر	252	2.90	0.79	0.100	0.920
	ثاني عشر	278	2.89	0.71		
المظاهر النفسية للقلق	حادي عشر	252	2.50	0.94	1.112	0.267
	ثاني عشر	278	2.41	0.86		
قلق المستقبل	حادي عشر	252	2.63	0.77	.606	0.545
	ثاني عشر	278	2.59	0.73		

يتبين من نتائج الجدول رقم (4.5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

لفحص الفرضية الثالثة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع والتي تظهر في الجدول رقم (4.6).

الجدول رقم (4.6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

الفرع	مستويات المتغير	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	المجال
التفكير السلبي تجاه الحياة	علمي	192	2.60	0.94	التفكير السلبي تجاه الحياة
	علوم إنسانية	244	2.60	0.87	
	إدارة وريادية	37	2.52	0.74	
	زراعي	49	2.41	0.93	
	تكنولوجي	8	2.43	1.25	
	المجموع	530	2.57	0.90	
النظرة السلبية للحياة	علمي	192	2.57	0.91	النظرة السلبية للحياة
	علوم إنسانية	244	2.45	0.84	
	إدارة وريادة	37	2.50	0.89	
	زراعي	49	2.42	0.92	
	تكنولوجي	8	2.21	0.92	
	المجموع	530	2.49	0.88	
القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	علمي	192	2.96	0.83	القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة
	علوم انسانية	244	2.89	0.72	
	ادارة وريادة	37	2.93	0.53	
	زراعي	49	2.69	0.72	
	تكنولوجي	8	2.65	0.86	
	المجموع	530	2.90	0.75	
المظاهر النفسية للقلق	علمي	192	2.53	0.94	المظاهر النفسية للقلق
	علوم إنسانية	244	2.44	0.90	
	إدارة وريادة	37	2.41	0.95	
	زراعي	49	2.28	0.87	
	تكنولوجي	8	2.42	0.61	
	المجموع	530	2.46	0.91	

المجال	مستويات المتغير	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري
قلق المستقبل	علمي	192	2.67	0.81
	علوم إنسانية	244	2.60	0.70
	إدارة وريادة	37	2.61	0.66
	زراعي	49	2.47	0.77
	تكنولوجي	8	2.42	0.92
	المجموع	530	2.61	0.75

يلاحظ من الجدول رقم (4.6) وجود فروق ظاهرية في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة

المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع، ولمعرفة دلالة الفروق تم

استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) كما يظهر في الجدول رقم (4.7):

جدول (4.7): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة في مستوى قلق المستقبل

ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

المجالات	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات حرية	متوسط المربعات	F	الدلالة
التفكير السلبي تجاه الحياة	بين المجموعات	1.846	4	.462	.570	0.685
	داخل المجموعات	418.970	525	.810		
	المجموع	420.816	529			
النظرة السلبية للحياة	بين المجموعات	2.421	4	.605	.784	0.536
	داخل المجموعات	405.433	525	.772		
	المجموع	407.854	529			
القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	بين المجموعات	3.399	4	.850	1.505	0.199
	داخل المجموعات	295.916	525	.565		
	المجموع	299.315	529			
المظاهر النفسية للقلق	بين المجموعات	2.637	4	.659	.799	0.526
	داخل المجموعات	433.087	525	.825		
	المجموع	435.724	529			
قلق المستقبل	بين المجموعات	2.000	4	.500	.886	0.472
	داخل المجموعات	291.284	525	.565		
	المجموع	293.284	529			

يتبين لنا من نتائج الجدول السابق رقم(4.7) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

لفحص الفرضية الرابعة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن والتي تظهر في الجدول رقم(4.8).

الجدول رقم(4.8): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

المجالات	مستويات المتغير	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري
التفكير السلبي تجاه الحياة	مدينة	135	2.60	0.92
	قرية	219	2.57	0.88
	مخيم	176	2.54	0.91
	المجموع	530	2.57	0.90
النظرة السلبية للحياة	مدينة	135	2.56	0.93
	قرية	219	2.53	0.81
	مخيم	176	2.39	0.91
	المجموع	530	2.49	0.88
القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	مدينة	135	2.80	0.75
	قرية	219	2.95	0.75
	مخيم	176	2.91	0.75
	المجموع	530	2.90	0.75
المظاهر النفسية للقلق	مدينة	135	2.50	0.91
	قرية	219	2.47	0.87
	مخيم	176	2.40	0.95
	المجموع	530	2.46	0.91

المجالات	مستويات المتغير	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري
قلق المستقبل	مدينة	135	2.63	0.79
	قرية	219	2.64	0.73
	مخيم	176	2.57	0.75
	المجموع	530	2.61	0.75

يلاحظ من الجدول رقم (4.8) وجود فروق ظاهرية في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة

المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن، ولمعرفة دلالة الفروق

تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) كما يظهر في الجدول رقم (4.9):

جدول (4.9): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة في مستوى قلق المستقبل

ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

المجالات	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات حرية	متوسط المربعات	F	الدالة
التفكير السلبي تجاه الحياة	بين المجموعات	.259	2	0.129	0.160	0.853
	داخل المجموعات	420.558	527	0.810		
	المجموع	420.816	529			
النظرة السلبية للحياة	بين المجموعات	2.737	2	1.369	1.781	0.170
	داخل المجموعات	405.117	527	0.769		
	المجموع	407.854	529			
القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	بين المجموعات	2.076	2	1.038	1.837	0.160
	داخل المجموعات	297.238	527	0.565		
	المجموع	299.315	529			
المظاهر النفسية للقلق	بين المجموعات	0.800	2	0.400	0.484	0.616
	داخل المجموعات	434.925	527	0.825		
	المجموع	435.724	529			
قلق المستقبل	بين المجموعات	0.580	2	0.290	0.513	0.599
	داخل المجموعات	292.704	527	0.565		
	المجموع	293.284	529			

يتبين من نتائج الجدول رقم (4.9) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل

ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

4.2.3 نتيجة السؤال الرابع:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟
للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد الدراسة للدرجة الكلية والتي تعبر عن مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل والجدول رقم (4.10) يوضح النتائج.

جدول رقم (4.10) مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل.

رقم الفقرة	الفقرة مؤشرات الصلابة النفسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقييم
24	الحياة فرص تتطلب الالتزام بالشجاعة.	1.56	0.861	منخفضة
21	أعتقد أن الحياة التي لا تتطوي على تغيير هي حياة مملة.	2.29	1.215	منخفضة
19	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى ما لا سيطرة لهم عليها.	2.83	1.151	متوسطة
16	أعتقد أن كل ما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.	3.00	1.187	متوسطة
32	أشعر بالخوف لما قد يحدث على حياتي.	3.01	1.214	متوسطة
12	أهتم بالقضايا الاجتماعية وأشارك فيها.	3.22	1.172	متوسطة
15	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في قدرة الشخص نفسه.	3.30	1.267	متوسطة
18	أعتقد بأنني غير مؤثر على الأحداث التي تقع لي.	3.32	1.164	متوسطة
10	أهتم بما يجري من حولي من قضايا وأحداث.	3.38	1.228	متوسطة
33	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.	3.41	1.022	متوسطة
13	أغير مبادئ إذا دعت الظروف لذلك.	3.43	1.266	متوسطة
17	أعتقد أن الفشل يعود إلى سوء التخطيط.	3.43	1.265	متوسطة
14	أخذ قراراتتي بنفسني ولا اعتمد على مصدر خارجي.	3.44	1.197	متوسطة
8	اهتمامي بنفسني لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر	3.51	1.175	متوسطة

رقم الفقرة	الفقرة مؤشرات الصلابة النفسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقييم
7	أميل إلى عدم مواجهة الآخرين	3.53	1.291	متوسطة
31	لدي قدرة على حل أي مشكلة تواجهني.	3.54	1.019	متوسطة
9	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم مجتمعي.	3.58	1.190	متوسطة
28	أبادر المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.	3.60	1.078	متوسطة
30	أستطيع مواجهة مشكلات الحياة المختلفة.	3.63	1.041	متوسطة
35	أبادر في مواجهة المشكلات على حلها.	3.72	1.125	عالية
5	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع.	3.77	1.172	عالية
11	أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم.	3.77	1.080	عالية
27	أضع خطتي المستقبلية عندما أكون متأكداً من تنفيذها.	3.85	1.080	عالية
22	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة.	3.86	1.093	عالية
25	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي.	3.97	1.040	عالية
29	لدي الجهد والقدرة على النجاح في أمور حياتي.	3.98	1.014	عالية
26	متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة مشكلاته.	4.00	1.024	عالية
34	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي.	4.03	1.012	عالية
6	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.	4.06	1.032	عالية
20	أؤمن بأن الهروب من المشكلة لا يؤدي إلى حلها.	4.10	1.267	عالية
3	لدي مبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها.	4.14	0.976	عالية
4	يوجد لدي من الأهداف ما يدعوني للتمسك بها.	4.16	1.068	عالية
1	قيمة الحياة تكمن في التزام الفرد بالقيم والاخلاق.	4.27	1.030	عالية
2	أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله.	4.29	1.051	عالية
23	التغير في الحياة تتطلب النجاح في المواجهة.	4.37	0.884	عالية
	الدرجة الكلية	3.57	0.42	متوسطة

تبين نتائج الجدول (4.10) أن مستوى الصلابة النفسية للدرجة الكلية لدى طلبة المرحلة الثانوية في

مناطق التماس محافظة الخليل جاءت بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.58) وانحراف معياري

(0.42).

جدول رقم (4.11) المستوى الكلي لمجالات الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في

مناطق التماس محافظة الخليل).

المجالات	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	التقدير
الالتزام	530	3.78	0.58	متوسط
التحدي	530	3.70	0.63	متوسط
التحكم	530	3.23	0.37	متوسط

تبين نتائج الجدول (4.9) أعلى تقدير لمجال (الالتزام) بمتوسط حسابي قدره (3.78) وانحراف معياري قدره (0.58) في حين بلغ أدنى تقدير لمجال (التحكم) بمتوسط حسابي قدره (3.23) وانحراف معياري قدره (0.90).

4.2.5 نتيجة السؤال الخامس:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، الصف الدراسي، الفرع، مكان السكن).

للإجابة على السؤال الثالث تم تحويل السؤال الثالث إلى الفرضيات الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس.

لفحص الفرضية الأولى تم حساب اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية وكافة المجالات لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس والتي تظهر في الجدول رقم (4.12).

الجدول رقم(4.12): نتائج اختبار “ت” لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية مستوى الصلابة النفسية ومجالاتها لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس.

المجالات	الجنس	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	ت	الدالة
الالتزام	ذكر	219	3.69	0.63	3.098	.002
	أنثى	311	3.84	0.53		
التحكم	ذكر	219	3.21	0.41	0.851	.395
	أنثى	311	3.24	0.35		
التحدي	ذكر	219	3.66	0.71	1.405	0.161
	أنثى	311	3.74	0.57		
الصلابة النفسية	ذكر	219	4.69	0.68	1.949	0.052
	أنثى	311	3.74	0.57		

يتبين من نتائج الجدول رقم(4.12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس باستثناء مجال(الالتزام) حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية(0.002) وهي قيمة دالة إحصائية. وكانت لصالح الاناث.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

لفحص الفرضية الثانية تم حساب اختبار “ت” لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية وكافة المجالات لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي والتي تظهر في الجدول رقم(4.13).

الجدول رقم(4.13): نتائج اختبار “ت” لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

المجالات	الصف	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري	ت	الدلالة
الالتزام	حادي عشر	252	3.76	0.59	0.747	0.455
	ثاني عشر	278	3.80	0.57		
التحكم	حادي عشر	252	3.20	0.36	1.48	0.138
	ثاني عشر	278	3.25	0.38		
التحدي	حادي عشر	252	3.73	0.63	0.689	0.491
	ثاني عشر	278	3.69	0.63		
الصلابة النفسية	حادي عشر	252	4.75	0.59	0.060	0.952
	ثاني عشر	278	4.75	0.62		

يتبين من نتائج الجدول رقم(4.13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

لفحص الفرضية الثالثة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع والتي تظهر في الجدول رقم(4.14).

الجدول رقم(4.14): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة
لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل
تبعاً لمتغير الفرع تبعاً لمتغير الفرع.

المجالات	مستويات المتغير	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري
الالتزام	علمي	192	3.80	0.59
	علوم إنسانية	244	3.74	0.59
	إدارة وريادة	37	3.79	0.40
	زراعي	49	3.89	0.57
	تكنولوجي	8	3.75	0.63
	المجموع	530	3.78	0.58
التحكم	علمي	192	3.18	0.36
	علوم إنسانية	244	3.26	0.39
	إدارة وريادة	37	3.16	0.35
	زراعي	49	3.32	0.33
	تكنولوجي	8	3.13	0.33
	المجموع	530	3.23	0.37
التحدي	علمي	192	3.71	0.63
	علوم إنسانية	244	3.69	0.64
	إدارة وريادة	37	3.61	0.52
	زراعي	49	3.89	0.67
	تكنولوجي	8	3.52	0.42
	المجموع	530	3.71	0.63
الصلابة النفسية	علمي	192	4.74	0.60
	علوم إنسانية	244	4.73	0.62
	إدارة وريادة	37	4.69	0.45
	زراعي	49	4.93	0.64
	تكنولوجي	8	4.59	0.50
	المجموع	530	4.75	0.60

يلاحظ من الجدول رقم (4.14) وجود فروق ظاهرية في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع، ولمعرفة دلالة الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) كما يظهر في الجدول رقم (4.15):

جدول (4.15): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

المجالات	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات حرية	متوسط المربعات	F	الدلالة
الالتزام	بين المجموعات	1.126	4	0.281	0.846	0.497
	داخل المجموعات	172.661	525	0.333		
	المجموع	173.786	529			
التحكم	بين المجموعات	1.393	4	0.348	2.528	0.061
	داخل المجموعات	72.061	525	0.138		
	المجموع	73.455	529			
التحدي	بين المجموعات	2.282	4	0.571	1.441	0.219
	داخل المجموعات	206.342	525	0.396		
	المجموع	208.625	529			
الصلابة النفسية	بين المجموعات	2.059	4	0.515	1.415	0.228
	داخل المجموعات	186.560	525	0.364		
	المجموع	188.618	529			

يتبين لنا من نتائج الجدول رقم (4.15) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

لفحص الفرضية الرابعة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن والتي تظهر في الجدول رقم (4.16).

الجدول رقم (4.16): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

المجالات	مستويات المتغير	العدد	متوسط حسابي	انحراف معياري
الالتزام	مدينة	135	3.67	0.56
	قرية	219	3.73	0.57
	مخيم	176	3.93	0.57
	المجموع	530	3.78	0.58
التحكم	مدينة	135	3.17	0.37
	قرية	219	3.23	0.37
	مخيم	176	3.27	0.38
	المجموع	530	3.23	0.37
التحدي	مدينة	135	3.69	0.63
	قرية	219	3.64	0.64
	مخيم	176	3.80	0.61
	المجموع	530	3.71	0.63
الصلابة النفسية	مدينة	135	4.68	0.59
	قرية	219	4.69	0.62
	مخيم	176	4.87	0.58
	المجموع	530	4.75	0.60

يلاحظ من الجدول رقم (4.16) وجود فروق ظاهرية في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن، ولمعرفة دلالة

الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) كما يظهر في الجدول رقم (4.17):

جدول (4.17): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

الدالة	F	متوسط المربعات	درجات حرية	مجموع المربعات	مصادر التباين	المجالات
0.21	9.119	2.939	2	5.878	بين المجموعات	الالتزام
		.322	527	167.908	داخل المجموعات	
			529	173.786	المجموع	
0.10	2.926	.405	2	.810	بين المجموعات	التحكم
		.138	527	72.645	داخل المجموعات	
			529	73.455	المجموع	
0.059	3.272	1.289	2	2.578	بين المجموعات	التحدي
		.394	527	206.047	داخل المجموعات	
			529	208.625	المجموع	
0.062	5.334	1.914	2	3.828	بين المجموعات	الصلابة النفسية
		.359	527	184.790	داخل المجموعات	
			529	188.618	المجموع	

يتبين لنا من نتائج الجدول السابق رقم (4.17) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

الفصل الخامس: مناقشة النتائج والتوصيات

مناقشة النتائج

التوصيات

مناقشة النتائج والتوصيات:

5.1 مناقشة نتائج الدراسة

يتضمن هذا الفصل مناقشة النتائج، التي أسفرت عنها الدراسة، حول قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل وعدد من التوصيات بناء على ما توصلت عنه نتائج الدراسة من معطيات.

5.1.1 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

هل هناك علاقة ارتباطيه بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه سلبية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل ومستوى الصلابة النفسية ومجالتهما كافة حيث بلغ معامل ارتباط بين قلق المستقبل ومستوى الصلابة النفسية (-0.309). وهي علاقة دالة إحصائياً، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة اخرس (2016) التي توصلت إلى وجود ارتباط سالب دال بين درجات الصلابة النفسية وأبعادها وقلق المستقبل، كما اتفقت مع دراسة الخياط (2018) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) بين قلق المستقبل بجميع أبعاده ومعنى الحياة بجميع أبعاده لدى طالبات جامعة أم القرى، واتفقت أيضاً مع دراسة العوض (2014) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه عكسية

ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (5,05) بين درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل.

واختلفت مع دراسة حمودة (2017) التي اسفرت نتائجها عن وجود علاقة موجبة بين درجة قلق المستقبل بأبعاده الخمس ومستوى احتمالية الانتحار، كما اختلفت مع دراسة محمد وجبريل (2016) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير الذات وقلق المستقبل لدى طلاب جامعة ولاية الخرطوم.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن الصلابة النفسية عبارة عن قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية والتعامل مع الإحباط، والأخطاء والصدمات النفسية، والمشاكل اليومية لتطوير أهداف محددة وواقعية لحل المشاكل والتفاعل بسلاسة مع الآخرين ومعاملة الآخرين باحترام، وحيث إن الطلبة الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يكون قلقهم المستقبلي أقل، حيث أنهم يكون لديهم القدرة على استخدام قدراتهم ومواردهم الشخصية والبيئية لحل المشكلات والضغوط التي قد تواجههم اتجاه مهماتهم المستقبلية، وهذا يقلل إحساسهم بالقلق من المستقبل، كما أن الصلابة النفسية تعطي الطالب القدرة على تقويم الأحداث للقلق كأحداث أقل تهديداً، وتجعل الطالب ملتزماً تجاه نفسه، ويضع لنفسه أهدافاً يسعى لتحقيقها.

5.1.2 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

ما مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

توصلت الدراسة إلى أن مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل جاءت بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي (2.61) وانحراف معياري (0.75).

واختلفت هذه النتيجة مع دراسة محمد وجبريل (2016) التي توصلت إلى أن قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الخرطوم جاء بدرجة فوق المتوسط، كذلك اختلفت مع دراسة الطلاع (2014) التي أظهرت ارتفاع درجة قلق المستقبل وفاعلية الذات لدى أفراد العينة.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن فئة الطلبة بشكل عام اناثا وذكور يفكرون بمستقبلهم الجامعي والعمل الذي يحتل مكانة هامة في حياتهم؛ من حيث أنه الطريق نحو الاستقلال المادي والشخصي عن الأسرة، والاعتماد على النفس، وهو الأساس الذي يبحث عنه كل شاب وشابة لما يوفر من شعور بالأمن والثقة بالنفس، لكن فيما يخص فئة الطلبة القاطنين في مناطق التماس في محافظة الخليل فإنه يمكن تفسير المستوى المتوسط لقلقهم نحو المستقبل، أنه وتبعاً للظروف الأمنية السيئة التي يعيشونها بدرجة أكبر من زملائهم الآخرين في المدارس التي لا تقع على التماس، فإنهم أصبحوا يشعرون بقلق على مستقبلهم الأكاديمي.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس.

توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل ولصالح أصحاب المتوسطات الحسابية الأعلى حيث أن كافة قيم الدلالات الإحصائية أعلى من ($\alpha \leq 0.05$) مما يؤكد على عدم وجود دلالات إحصائية بين أفراد الدراسة حسب متغير الجنس باستثناء مجال (القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة)، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.23) وهي قيمة غير دالة.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة الطلاع (2014) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة على مقياس قلق المستقبل تبعاً لمتغير الجنس، أيضاً اتفقت مع دراسة العوض (2014) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن الذكور يعلمون جيداً أنهم سيتحملون مسؤولية بناء الأسرة والإنفاق عليها، ولابد من وجود الوظيفة المناسبة بدخل ثابت حتى يستطيعوا أن يثبتوا وجودهم في مجال عملهم، فالغموض الذي يحيط بالمستقبل وانتشار البطالة بشكل كبير بين فئة الشباب خرجي الجامعات، كل ذلك أدى إلى وجود قلق نحو المستقبل لدى الذكور أكثر من الإناث.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي حيث أن كافة قيم الدلالات الإحصائية أعلى من ($\alpha \leq 0.05$) مما يؤكد على عدم وجود دلالات إحصائية بين أفراد الدراسة حسب متغير الصف الدراسي.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس يعيشون نفس الظروف الأمنية والتعليمية، وهم يعلمون أن فرص التوظيف والعمل بعد التخرج وإنهاء المرحلة الجامعية ليست كبيرة، هذا بدوره جعلهم يشعرون بحيرة نحو مستقبلهم، بالتالي لم تظهر فروق دالة إحصائية مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع. ذلك أن كافة قيم الدلالات الإحصائية أعلى من ($\alpha \leq 0.05$).

وافقت هذه النتيجة مع دراسة العتيبي (2016) التي بينت عدم وجود فروق بين المجموعات في قلق المستقبل حسب التخصص، واختلفت هذه النتيجة مع دراسة الخياط (2018) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تعزى إلى اختلاف التخصصات (أدبية - علمية)، والفروق في صالح طالبات التخصصات العلمية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل يمتلكون مستوى من القلق وذلك بسبب الظروف الحالية التي يمر بها الشعب الفلسطيني من ارتفاع نسبة البطالة مما يجعلهم يفكرون في أنهم قد يتخرجون من كليات مختلفة وحالهم حال ممن سبقوهم لأن البطالة مشكلة حالية لا يمكن التغاضي عنها أو عدم التفكير بها من قبل الكثير من الطلاب ومن جميع التخصصات الدراسية، فضلاً عن الظروف الأمنية وغيرها مما يمر به الشعب الفلسطيني عامة وشعبنا في نقاط التماس خاصة في الوقت الحاضر مما زاد من قلق الطلبة في التفكير بمستقبلهم.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن. ذلك أن كافة قيم الدلالات الإحصائية أعلى من ($\alpha \leq 0.05$).

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن الطلبة في نقاط التماس في محافظة الخليل بغض النظر عن مكان سكناهم، فهم يعيشون نفس الظروف الأمنية الصعبة بسبب الاحتلال الإسرائيلي وقطعان مستوطنيه الذين يضيقون الحياة على أهلنا في نقاط التماس من أجل تهجيرهم قسراً وإبعادهم عن أرضهم، الأمر الذي يجعل طلبة المرحلة الثانوية يشعرون بنفس مستوى القلق نحو المستقبل.

5.1.4 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل؟

توصلت الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل جاءت بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.58) وانحراف معياري (0.42). واتفقت هذه النتيجة مع دراسة الصياد و القطراوي (2015) التي أظهرت أن مستوى الصلابة النفسية لدى سكان المناطق الحدودية لقطاع غزة يقع عند مستوى جيد.

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن جل اهتمام الطلبة في مناطق التماس كغيرهم من الطلبة هو التحصيل والنجاح، ولكن الطلبة في مناطق التماس بسبب الظروف التي يعيشونها من خلال

الاحتكاك اليومي مع المستوطنين وقوات الاحتلال الإسرائيلي جعل الصلابة النفسية لديهم بمستوى متوسط.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس باستثناء مجال (الالتزام) حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.002) وهي قيمة دالة إحصائية. حيث أن كافة قيم الدلالات الإحصائية أعلى من ($\alpha \leq 0.05$) مما يؤكد على عدم وجود دلالات إحصائية بين أفراد الدراسة حسب متغير الجنس.

واختلفت هذه النتيجة مع دراسة العوض (2014) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية لصالح الذكور. ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن الذكور والإناث من طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس يعيشون نفس ظروف الحياة الصعبة سواءً الاقتصادية أو الأمنية، فهم يواجهون ضغوطاً نفسية يومية، لذا فإن مستوى الصلابة النفسية لديهم متقاربة وبالمستوى المتوسط.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس. حيث أن كافة قيم الدلالات الإحصائية أعلى من $(\alpha \leq 0.05)$ مما يؤكد على عدم وجود دلالات إحصائية بين أفراد الدراسة حسب متغير الصف الدراسي.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس بغض النظر عن صفهم الدراسي فهم يعيشون نفس الظروف الاقتصادية والأمنية والاجتماعية والتعليمية، وهذا يجعل مستوى الصلابة النفسية لديهم متقاربة، وهذا يظهر بسبب قلة المساندة والدعم الاجتماعي لأهلنا في مناطق التماس في محافظة الخليل.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \leq 0.05)$ في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع باستثناء مجال (التحكم) حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.04) . ذلك أن كافة قيم الدلالات الإحصائية الأخرى أعلى من $(\alpha \leq 0.05)$.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الطلبة وبغض النظر عن الفرع الذي ينتمون إليه فإنهم يتعرضون لضغوط نفسية سواءً من خلال المشكلات التعليمية التي تواجههم أو من خلال المضايقات التي يتعرضون لها من قبل الاحتلال الإسرائيلي، كل ذلك أدى إلى عدم وجود فروق بين طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل باختلاف الفرع الذي ينتمون إليه.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة الثانوية العامة في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن أبناء المخيم وبحكم الظروف الذي يعيشونها والتي جعلتهم يواجهون المشكلات والضغوط النفسية التي يتعرضون لها الأمر الذي ولد عندهم صلابة نفسية أعلى من أبناء القرية والمدينة.

2.5 توصيات الدراسة

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية من معطيات، صاغ الباحث عددا من التوصيات الآتية:

- 1- اجراء مزيدا من الدراسات المقارنة لمعرفة الآثار النفسية والإجتماعية الناتجة عن قلق المستقبل للطلبة القاطنين في مناطق الاحتكك والتماس ومقارنتهم مع الطلبة غير القاطنين في هذه المناطق.
- 2- إجراء دراسات تجريبية حول فاعلية تنفيذ برامج ارشادية تستند على تقنيات علاجية في علم النفس من شأنها في التقليل من قلق المستقبل للطلبة قاطنين مناطق التماس.
- 3- الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في وضع البرامج الارشادية والوقائية في تقليل قلق المستقبل للطلبة وتقوية الصلابة النفسية لديهم.
- 6- ضرورة ابراز الجانب الايجابي للصلابة النفسية كسلوك حياة لدى الطلبة في مواجهة ضغوطات وتحديات الحياة من خلال المناهج التربوية.
- 7- اعطاء مزيدا من الاهتمام لبرامج الدعم النفسي والاجتماعي لتدعيم وتعزيز صمود الطلبة وذويهم في مناطق التماس.

المصادر والمراجع

المراجع العربية

- إبراهيم، حلمي (1998). التربية الرياضية والترويح للمعوقين، القاهرة. دار الفكر العربي.
- إبراهيم، عبد المجيد (2002). مشكلات طلبة جامعة الامارات العربية المتحدة، المستقبل الزواجي والأكاديمي. مجلة جامعة الامارات، 18 (1)، 39-99.
- إبراهيم، محمود (2006). فاعلية الارشاد العقلاني في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم التقني، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أسيوط.
- إبراهيم، عبدالستار. (1998): الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه. عالم المعرفة، الكويت.
- أبو اسحاق، سامي، والنواجحة، محمد (2013). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالصلابة النفسية لدى عينة من الأسرى المحررين في محافظات غزة. مجلة البحوث والدراسات الفلسطينية، 21 (1)، 115-144.
- أبو العلا، محمد (2010). قلق المستقبل وعلاقته بهوية الانا لدى عينة من الطلاب الجامعيين، المؤتمر الدولي الأول، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية، القاهرة.
- أبو الهوى، إبراهيم (2011). قلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة ووجهة الضبط لدى عينة من المراهقين بصريا والمبصرين. مجلة كلية التربية- جامعة عين شمس، 3 (11)، 722-789.
- أبو زايد، أحمد (2002). التوافق النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لأبناء شهداء وأسرى الانتفاضة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، البرنامج المشترك جامعة عين شمس وجامعة الاقصى.
- أبوهين، فضل (١٩٩٢). الصحة النفسية لدى الأطفال المتأثرين بالعنف في فلسطين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، القاهرة.

- أخرس، نائل محمد(2016). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة اكلينيكية من العصابين والذهانيين. *المجلة التربوية الدولية*، 5(3)، 192-215.
- الأقصري، يوسف (2002). *كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل*. القاهرة، دار الطائف للنشر والتوزيع.
- انجلر، باريرا (2001). *مدخل الى نظريات الشخصية*، ترجمة فهد الدليمي_ الطائف، مطبوعات نادي الطائف الأدبي.
- باترسون، س، خ (1990). *نظريات الارشاد والعلاج النفسي*، ترجمة حامد الفقي. دار القلم: الكويت.
- بالكيلاني، إبراهيم محمد (2008). *تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجاليات العربية المقيمة بمدينة أوسلو بالنرويج*. رسالة ماجستير غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة الدنمارك.
- بخش، أميرة. (2007). *أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالقلق والاكتئاب لدى عينة من أمهات الأطفال المعاقين عقلياً والعاديين بالمملكة العربية السعودية*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- بعوني، شهرزاد (2017). *قلق المستقبل لدى الشباب البطال وعلاقته بالاتجاه نحو الهجرة السرية*. *مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية*، عدد 13، 76-92.
- بلان، كمال يوسف (2011). *العلاقة بين قلق المستقبل والاكتئاب لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي في منطقة ريف دمشق*. رسالة ماجستير غير منشورة: سوريا.
- بنيس، نجوى السيد محمود (2018). *برنامج ارشادي لتنمية الذات المدركة في خفض قلق المستقبل ازاء المخاطر الإقليمية لدى طالبات جامعة الملك خالد، مجلة كلية التربية- جامعة بنها*، 29(14)، 1-48.
- بهدار، سعدية محمد علي (1980). *سيكولوجية المراهقة*. دار البحوث العلمية، الكويت.
- البهاص، سيد أحمد (2009). *الصحة النفسية وجودة الحياة*. القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- بوزيان، آسيا، وبوقصة، وردة (2012). *قلق المستقبل لدى طلبة التخرج*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة قاصدي مرباح، ورقلة: الجزائر.

- البيرقدار، تنهيد عادل(2011). الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية. مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية.33(3)162-145.
- جبر، أحمد محمود (2012). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، غزة: فلسطين.
- الحجاوي، عبد الكريم (2004). موسوعة الطب النفسي. عمان : دار أسامة للنشر.
- الجهني، عبد الرحمن بن عيد (2011). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاضطرابات السلوكية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعتي عبد العزيز والطائف، مجلة البحوث التربوية النوعية، عدد22، 340-372.
- حبيب، صموئيل (1994). القلق حالة وجدانية تبني أو تهدم. دار الثقافة: مصر.
- حسن، عبد الحميد (2010). الصلابة النفسية والشعور بالأمل والضغوطات النفسية كمنبئات للنجاح الأكاديمي لطلاب جامعة السلطان قابوس. مجلة العلوم التربوية، 36(137)-51-104.
- حماد، وحيدة. (2011). أحداث الحياة الضاغطة لدى ربة الأسرى وعلاقتها بإدارة بعض الموارد الأسرية، المؤتمر السنوي السادس عشر، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة.
- حمادة، لولوه (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة. مجلة الدراسات النفسية، 12(2)، 183-159.
- حمزة، جيهان أحمد(2002). دور الصلابو النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في ادراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- حمودة، آيت؛ وفاضي، أحمد (2011). أهمية التوافق النفسي والمساندة الأسرية في ادارة قلق المستقبل لدى فئة الشباب البطال. مجلة عالم التربية، 2(1)، 84-65.
- حمودة، آيت (2018). قلق المستقبل لدى الشباب البطال وعلاقته بالاتجاه نحو الهجرة السرية، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، 2(6)، 284-297.

حوالة، محمد السيد (1991). **القلق الأخلاقي وعلاقته بالقيم والمفاهيم الدينية لدى شرائح من الشباب المصري الجامعي**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس: مصر.

جابر، شادي (2015). **دليل الدعم النفسي الاجتماعي وإدارة الحالة للأسر المعرضة للخطر**. دليل إجرائي، وزارة التنمية الاجتماعية الفلسطينية، ص5.

الخالدي، آمال إبراهيم (2002). **أثر برنامج إرشادي في توكيد الذات وخفض قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية للبنات**. رسالة ماجستير غير منشورة.

الخالدي، عطا (1404). **الدليل في الإرشاد النفسي**، جامعة الملك سعود: الرياض.

خزري، غنية (2017). **علاقة قلق المستقبل باحتمالية الانتحار لدى الشباب البطال، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، 12، 72-88**.

الخفاف، إيمان عفا (2014). **الذكاء الانفعالي**. ط1، دار المناهج للنشر والتوزيع، مصر.

الخياط، عبير محمود (2018). **قلق المستقبل ومعنى الحياة لدى طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات**. **المجلة العربية للآداب والدراسات، عدد4، 81-116**.

الدباغ، فخري (1983). **أصول الطب النفسي**. بغداد، دار الطليعة للطباعة والنشر.

دخان، عبد المنعم، نبيل، كامل (2007). **الضغوطات النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم**. **مجلة الجامعة الإسلامية، 14(2)، 369-398**.

دياب، عاشور (2001). **فاعلية الإرشاد الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى غينة من طلاب الجامعة**. **مجلة التربية وعلم النفس، 15(11)، 436-465**.

ذهبية، حسين (2012). **قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر.

راضي، زينب (2008). **الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات**. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

الزار، فيصل خير (1984). **الأمراض العصابية والذهانية والاضطرابات السلوكية**، دار القلم: بيروت.

الزاكي، أحمد عبد الفتاح (2003). **استراتيجية تربوية لمواجهة التحديات الداخلية للأمن القومي**. رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية بدمياط، جامعة المنصورة.

الزواهره، محمد خلف (2015). العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، 3(10)، 1-34.

الزيتاوي، عبد الله محمود (2016). فاعلية برنامج ارشادي معرفي في التخفيف من مستوى قلق المستقبل وتعديل السلوك الاجتماعي لدى عينة من المراهقين في محافظة اربد. *مجلة المنارة للبحوث والدراسات*، 22(2)، 219-257.

زيدان، أحمد (2017). الصلابة النفسية ومستوى الطموح كمنبئات بالأنشطة الابداعية لدى طلاب المدارس الثانوية دراسة سيكومترية اكلينيكية. *مجلة دراسات نفسية*، عدد 22، 96-44. زيدان، سها (2017). *هواجس المستقبل عند الشباب، دراسة ميدانية على طلاب جامعة دمشق*. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة دمشق.

سعود، ناهدة شريف (2004). *قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم*. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة دمشق: سوريا

سليمان، حاتم (2011). معنى الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب التعليم الثانوي العام. *مجلة البحث العلمي في التربية*، 680-657.

السيد، محمد (2007). فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي في تخفيف قلق المستقبل عينة من المراهقين من ذوي كف البصر، *مجلة كلية التربية*، (1)، 313-353.

شقير، زينب (2002). *الشخصية السوية والمضطربة*. مكتبة النهضة المصرية، ط2، القاهرة

شقير، زينب (2005). *مقياس قلق المستقبل*. ط1 مكتبة أنجلة المصرية: القاهرة

الشمري، بن عودة (2015). *الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضى الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل*. رسالة ماجستير غير منشورة، السعودية: جامعة أم القرى.

الشمري، بشرى (2012). *قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية التي يعرض لها مدرسي الجامعة*. *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، عدد 35، 189-219.

الشهاوي، مريم أحمد (2015). *الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة طلاب الجامعة*. *مجلة دراسات عربية*، 14(4)، 635-664.

صالح، صالح، وشامخ، بسمة (2011). *التحدث مع الذات وبعض الاضطرابات النفسية والسلوكية*. ط1 دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان

صالح، عايدة (2004). اضطراب قلق ما بعد الصدمة وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلاب الثانوية العامة بمحافظة غزة. *مجلة كلية التربية، بني سويف، جامعة القاهرة،* (1) 125-125.

صلاح الدين، نهال، وعبد الحميد هدى (2005). العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وإدراك النجاح للاعبين الأنشطة الرياضية ذوي الإعاقة. *مجلة البحوث التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة المنوفية،* 3(20)، 253-207.

صبري، إيمان (2003). التفكير الخرافي لدى المراهقين وعلاقتها بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز. *المجلة المصرية للدراسات النفسية،* 13(18)، 99-53.

الصيد، عبد العاطي، والقطراوي، رياض (2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بألييب الحرب النفسية بين الماهية والقياس لدى سكان المناطق الحدودية في قطاع غزة. *مجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية الانسانية- الجزائر،* 13(13)، 65-52.

صيدم، بن رشيد. (2012): *فاعلية برنامج إرشادي نفسي لتنمية الصلابة النفسية لدى مدمني لمخدرات. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض.*

الطاع، عبد الرؤوف (2014). قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات لدى المهجرين من سوريا الى قطاع غزة. *مجلة البحث العلمي في التربية،* 15(3)، 512-479.

عباس، مدحت (2010). الصلابة النفسية كمنبئات بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية. *مجلة كلية التربية،* 1(1)، 233-168.

عبد الرحيم، محمد السيد (2007). فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي في تخفيف قلق المستقبل عينة من المراهقين ذوي كف البصر. *مجلة كلية التربية،* 1(1)، 353-313.

عبد العزيز، مفتاح (2001). *علم النفس العلاجي، اتجاهات حديثة.* دار قباء القاهرة

عبد المجيد، محمد السيد (2004). *إساءة المعاملة والأمن النفسي لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية.*

مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسية المصرية. 14(2)، 274-237.

عبد المجيد، مرسى (2004). *الارشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني.* دار الفكر، الرياض: السعودية.

عبد المعطي، حسن (2006). *الاعاقة الجسمية.* الرياض، مكتبة زهراء الشرق.

العبدلي، بن محمد (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة، السعودية: جامعة أم القرى.

العتيبي، بن عبد الله (2016). أثر قلق المستقبل على التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية بأسيوط، (32) 4، 1-33.

عثمان، فاروق (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية. ط1، دار الفكر، القاهرة.

عسلي، حمد، والبنا، أنور (2011). فاعلية برنامج ارشادي في البرمجة اللغوية العصبية في خفض قلق المستقبل لدى طالبات جامعة الأقصى المنتسبين للتنظيمات بمحافظة غزة. مجلة جامعة النجاح للأبحاث، 25(5)، 1120-1185.

العسود، فضيلة. (2011). مستوى الأمن النفسي والصلابة النفسية والعلاقة بينهما لدى النساء الفلسطينيات زوجات الأسرى في السجون الإسرائيلية في محافظة الخليل، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس، فلسطين.

عشري، محمود (2004). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية. دراسة حضارية مقارنة بين طلاب كليات التربية بمصر وسلطنة عمان. المؤتمر السنوي الحادي عشر، مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس. 140-178.

عليوي، محمد. (2012) العلاقة بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين من ذوي الإعاقة الحركية في الضفة الغربية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

عودة، محمد (2010). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

العوض، مهدي (2014). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. مجلة جامعة البعث، (36) 25، 71-103.

فراج، محمد أنور (2006). قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من ذوي المستويات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المختلفة. مجلة كلية التربية بجامعة الإسكندرية، 16(2)، 129-55.

فهيم، مصطفى (1995). الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف. 3، القاهرة. قاسم، إنتصار (2009). القلق الاجتماعي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم الإنسانية، 15(1)، 1-48.

قاسم، عادل، وعلي، فريد (2012). التوافق مع الحياة الجامعة وعلاقته باحتمالية التسرب الدراسي لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة الارشاد النفسي، مجلد 1 عدد، 273-327. القحطاني، بن ترك آل شري (2017). الصلابة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، مجلة الشمال للعلوم الإنسانية، 2(2)، 203-237.

الكحيمي، وجدان (2011). الصحة النفسية للطفل والمراهق. الرياض، مكتبة الرشد للنشر والتوزيع.

كرميان، صلاح (2008). سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في استراليا. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب الدولية، الأكاديمية الدولية في الدنمارك.

كريم، عادل (1993). الاضطراب النفسي وتحديات المستقبل لدى الشباب. علم الاجتماع ومستوى الإنسان العربي، الإسكندرية: دار المعرفة. كفاي، علاء الدين (2009). الصحة النفسية والارشاد النفسي. دار النشر الدولية الرياض: السعودية.

متولي، رجوات (2017). برنامج ارشاد معرفي سلوكي في تحسين التوافق وخفض أعراض قلق المستقبل والاكنتاب لدى عينة من طالبات كلية التربية بالزلفى. المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، 87(1)، 159-205.

محمد عبد القوي، عبدة، رانيا (2013). فاعلية برنامج ارشادي عقلائي انفعالي لخفض الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية وتحسين مستوى الرضى عن الحياة لطالبات جامعة تبوك. مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، 29(1)، 1-30.

محمد علي، تقوى، جبريل، ياسر(2016).تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلاب جامعة ولاية الخرطوم. مجلة العلوم التربوية -جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا،17(4)،-101
114.

محمد، عبد العاطي (2003). انتعاش العنصرية بسبب الخوف من المستقبل، الكويت
www.alwatan.com

محمود بدر، إبراهيم (2003). مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامع: دراسة مقارنة بين عينات مصرية وسعودية. المجلة العربية للدراسات النفسية، العدد13، 82-34.

محمود، إيمان عبد الوهاب (2012). قلق المستقبل وعلاقته بضغوط الحياة لدى طلاب الجامعة. مجلة دراسات عربية في علم النفس مصر،1(34)، 361-330.

محمود، ضحى عادل (2014). قلق المستقبل وعلاقته بالحقوق الانسانية لطالبات قسم رياض الأطفال. مجلة كلية الآداب، جامعة بغداد، عدد108، 442-407.

محمود، هويدة حنفي (2012). الصلابة النفسية وإدارة الذات وعلاقتها بالصحة النفسية والنجاح الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب الدبلومات المهنية بكلية التربية. مجلة دراسات عربية في علم النفس، 11(3)، 618-541.

مخيمر، عماد(2012). مقياس الصلابة النفسية، مكتبة الانجلو المصرية: القاهرة.

مخيمر، عماد (1996). ادراك القبول/ الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطالب الجامعة، مجلة دراسات نفسية،6(24)، 141-122.

مرسي، أبو بكر (1997). أزمة الهوية والإكتئاب النفسي لدى الشباب الجامعي. مجلة دراسات نفسية، 70 (3)، 352-323.

مسعود، سناء (2006). بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة طنطا: مصر.

المشيخي، غالب (2009). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلبة جامعة الطائف، رسالة دكتوراه، جامعة أم القرى: السعودية.

معمرية، بشير(2010). تقنين قائمة آرون بيك الثانية للإكتئاب على عينات من الجنسين في البيئة الجزائرية صورة الراشدين BDI-11. مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، مجلد 52، 92-105.

معوض، عبد التواب (2005). مقياس قلق المستقبل. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
معوض، عبد التواب (1996). أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني لدى عينة من طالبات الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا.
المقاطي، دلال مفرح (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بكل من الضغوط النفسية والمشكلات السلوكية لدى عينة من المراهقات بمدارس المرحلة الثانوية بجدة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية- جامعة الملك سعود: الرياض.
منصور، طلعت، وزريق، إبراهيم (2014). فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الصلابة النفسية لدى طلبة كلية الشرطة. مجلة الارشاد النفسي، عدد39، 73-77.
المومني، محمد، ومازن محمود (2013). قلق المستقبل لدى طالبات كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، (9)2، 173-185.
نصر، ملكة.(2012). درجة الضغوط النفسية والمهنية واستراتيجيات التغلب عليها لدى العاملين في جهاز الشرطة الفلسطينية في محافظتي بيت لحم والخليل، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس، فلسطين.

النعمي، صاوي صالح، والجباري، جنار عبد القادر (2010). قلق المستقبل لدى المدرسات المتأخرات عن الزواج في مركز محافظة كركوك. مجلة التربية والعلم، (17)3، 271-296.

وريكات، هادي عواد (2018). أنماط التعلق وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الأطفال في دور رعاية الأيتام. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 26(2)، 1-24.
يوسف، كريستن (2012). الفروق بين مفهوم الذات العدوانية والقلق وبعض سمات الشخصية لدى العانسات مقارنة بالمتزوجات. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المنوفية.

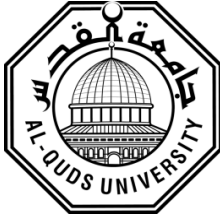
- Ahmad, H., Dariush, P., Alireza, A. (2013). The relationship between hardiness and burnout among the teachers of the universities and higher educational institutes case study. **European Online Journal of Natural and Social Sciences**, 2(3), 500-506.
- Ari, R. (2011). Analysis of ego identity process of adolescents in terms of attachment styles and gender. **Procedia Social and Behavioral Sciences**, 2(10), 744-750.
- Barbra, C; Bert, H., & Juliann, H., (2002). Psychological Hardiness and Adjustment Life Events in Adulthood. **Journal of Adult Development**, Vol. (10), No. (4), 273-248.
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Nelson Education.
- Corweley. Bjr. H. & Hobdy. J. (2003). Psychological hardiness and Adjustment To Life Events in adulthood. **Journal Of Adult Development**, 10 (4).
- Dobson, K. S. (1989). A meta-analysis of the efficacy of cognitive therapy for depression. *Journal of consulting and clinical psychology*, 57(3), 414.
- Dolan, A., & Adler, A. (2006). Military hardiness as a buffer of psychological health on return from deployment. *Military Medicine*, 171(2), 93-98.
- Eid, J., Jonsen, H., Bartone, T. & Nissestad, G. (2007). Growing transformational leader: exploring the role of Personality hardiness. **Leadership & Organization Development Journal**, 29(1), 4-23.
- Eysenck, M., Payne, S., & Santos, R. (2006). Anxiety and depression: past, present and future events: *Cognition Emotion* 20(2).
- Folkman, R. & Lazarus, S. (1984): **Coping and adaptation in gender**. W. Daily (eds) Behaviour, New York, The Guilford Press.

- Green, L., Grant, A. & Rynsaardt, J. (2007). Evidence-based life coaching for senior high School Student: Building hardiness and hope. **International Coaching Psychological Review**, 2 (1), 24-32.
- Hans, B; Rik. P & Richard, P. (2008). Future-oriented emotions: conceptualization and behavioral effects. **Journal of social Psychology**, 685-696.
- Iba, L. (2007). **Hardiness and public speaking anxiety**: problems And practices Dissertation prepared for the degree of Doctor Of philosophy University of North Texas.
- Imamoglu, E, Olcaly & Guler. Ayce. (2007). Self- related differences in future time orientation; **Journal of Applied Developmental Psychological**. Vol. 28(55), Pp.sis.
- Kirstin. G., & Joka. T, andrea.D, Froke,S,Arie. V. R Frank.o & Ania.H(2010). **Reduced autonomic flexibility as a predictor for future in girls from the g, psychiatry Research**, 179(2), 178-193
- Kobasa , S, (1982): " Commitment and Coping in Stress Resistance Among Lawyers " , **Journal of Personality and Social Psychology** , vol. 42 , No. 4 , pp.707-717
- Kobasa, S,C. (1979). Stressful life event personality, and health: An inquiry into hardiness. **Journal of personality and social psycholog**, 37, 1-11.
- Kobasa, S., & Puccetti, M. (1983). Personality and social resources in stress resistance. *Journal of personality and social psychology*, 45(4), 839.
- Lambert, V. A. (2007). Predictors of physical and mental health in hospital nurses within the Peoples Republic of China, **Journal of International Nursing**. 45(1),85-91.

- Lambert, V. A., Lambert, C. E., & Yamase, H. (2003). Psychological hardiness, workplace stress and related stress reduction strategies. *Nursing & Health Sciences*, 5(2), 181-184.
- Lazares, Flokman. (1961). **Stress, Appraisal, and coping**. New York: Springer.
- Lazarus, R, S, (1961): **Adjustment and Personality**, New York: McGrwa Hill Book company.
- Lazarus, R., (1966): Coping and Mediator of Emotion. **Journal of Personality and Social Psychology**. VOL. 54, (NO3).
- Lisa, G. (2005). **The Psychology of Futuer Oriented Thinking**: From Achivement to Proactive cor, Motivaion and Emotion, 29(4), 203-235.
- Maddi, S., Harvey, R. Khoshaba, D. Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of personality*, 74(2), 575-598.
- Mello, Z., & Worrell, F. (2006). The relationship of time perspective to age, gender, and academic achievement among academically talented adolescents. *Journal for the Education of the Gifted*, 29(3), 271-289.
- Meng. Z & Iowa. S(2012). **Keep aneye on future feeling**: Interpersonal affective fore casting and self- regulation,.
- Monte, C.F. (1987). **Bineath the mask: An introduction to Theories of personality**. New York: Holt, Rinehart and winson, Inc.
- Mueller, E. M., Nguyen, J., Ray, W. J., & Borkovec, T. D. (2010). Future-oriented decision-making in Generalized Anxiety Disorder is evident across different versions of the Iowa Gambling Task. **Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry**, 41(2), 165-171.

- Obrin. M & jim. AH (2010). **Thinking I. cterly versus frequently a bout the future self: Exploring this distinctior**, self and Identity, 3 (3), 298-321.
- Rappaport, H. (1991). Measuring defensiveness against future anxiety: Telepression. *Current Psychology*, 10(1-2), 65-77.
- Rialon,(2011). Analysis of identity process of adolescent intems of attachment styles and gender. **Social and Behavioral Sciences**,. 2, 10, 744-750.
- Selye. H (1983): **The stress concept: past, present and future**, In Cooper (end's) stress research: Issues for the 80's, New York: Wiley.
- Spiridory, Kamtsios & Evangelia,Karagiannopulou, (2013) Scientific **Periodical of Pre- School Education, Athina Universty**,vol. (6), 249-266.
- Taylor. Sh., & Orlick,T.(1990). **An andysis of a relaxation strss control program in an alternative elementary school Dissertation Abstract Interational**, 35-50, 1402.
- Tho D., N., Clifford, J., Shultz L., & Daniel, W., (2011). Psychological haediness in learning and quality of college life of business students: Evidence from Vietnam. **Springer Science Business Media B.v Published 20 Novimbar**.
- Tillich, P. (1999). **The Essential Tillich**. University of Chicago Press.
- Toffle, C. (1974). **Future Shock**, New York: Random House press.
- Vitasari, P., wha hab, M,N.,Otman.A., Awang, M,G(2012). A. research for identitying study anxiety sounces among university students. **International Education studies**. 3,(2).
- Zaleski. Z; (1996). **Future anxiety: concept measurement and prelimianary research**, Persnality and Srdividual differences; Vol: 21(2), p. 165-174.

الملاحق



الملحق رقم (1): أداة الدراسة

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة القدس

تحية طيبة وبعد،،،

يقوم الباحث بإجراء دراسة حول "قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل"، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي. لذا أرجو من حضرتكم التكرم بتعبئة الإستبانة بصدق وموضوعية، علماً أنه سيتم الحفاظ على سرية المعلومات التي تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير.

الباحث : نادر إبراهيم خلاف

القسم الأول: معلومات عامة

الرجاء وضع إشارة (/) داخل الدائرة حول رمز الإجابة التي تنطبق عليك.

الجنس: () ذكر () أنثى

الصف: () حادي عشر () ثاني عشر

الفرع: () علمي () علوم انسانية () ادارة وريادة () زراعي () تكنولوجي

السكن: () مدينه () قرية () مخيم

مقياس قلق المستقبل

الرقم	الفقرة مؤشرات قلق المستقبل	بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	بشكل قليل جدا
1	أشعر بخيبة الأمل كلما فكرت بالمستقبل					
2	أخشى الفشل في حياتي					
3	أشعر بقلق نتيجة ما يحدث في مجتمعي					
4	أشعر بعدم الاستقرار					
5	أشعر بأن طموحاتي لن تتحقق					
6	أشعر بعدم القدرة على تحمل الصعوبات التي تواجهني					
7	تفكيري المستمر في المستقبل هو مصدر قلقي					
8	أشعر بأن الأيام القادمة تعيسة					
9	أشعر بخوف من التغيرات السريعة في حياتي					
10	أشعر بالقلق من عدم المقدرة على تحقيق أهدافي					
11	أخشى أن تتغير حياتي إلى الأسوأ في المستقبل					
12	أجد صعوبة في التخطيط					
13	أشعر بعدم الأمان كلما فكرت بالمستقبل					
14	نظرتي للحياة نظرة تشاؤمية					
15	أشعر بعدم القدرة على اتخاذ القرارات					
16	مشاكل الحياة المستقبلية تفرض نفسها على تفكيري					
17	أخشى من عدم توفر فرص عمل بعد التخرج					
18	أعتقد بآني غير مؤثر على الأحداث التي تقع لي.					
19	أشعر بأن المستقبل لا يحمل أي صورة مشرقة					
20	أخشى من وقوع بعض المصائب في المستقبل					
21	يشغلني التفكير في مستقبلي الدراسي					
22	يسيطر علي الشعور بالخوف من المستقبل					
23	لا أتوقع السعادة في الأيام القادمة					

مقياس الصلابة النفسية

الرقم	الفقرة	بشكل كبير جدا	بشكل كبير	بشكل متوسط	بشكل قليل	بشكل قليل جدا
1	قيمة الحياة تكمن في التزام الفرد بالقيم والاخلاق.					
2	أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله.					
3	لدي مبادئ معينة ألنزم بها وأحافظ عليها.					
4	يوجد لدي من الأهداف ما يدعوني للتمسك بها.					
5	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع.					
6	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.					
7	أميل إلى عدم مواجهة الآخرين					
8	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر					
9	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم مجتمعي.					
10	أهتم بما يجري من حولي من قضايا وأحداث.					
11	أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم.					
12	أهتم بالقضايا الاجتماعية وأشارك فيها.					
13	أغير مبادئ إذا دعت الظروف لذلك.					
14	اتخذ قراراتي بنفسي ولا اعتمد على مصدر خارجي.					
15	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في قدرة الشخص نفسه.					
16	أعتقد أن كل ما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.					
17	أعتقد أن الفشل يعود إلى سوء التخطيط.					
18	أعتقد بأنني غير مؤثر على الأحداث التي تقع لي.					
19	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوة ما لا سيطرة لهم عليها.					
20	أؤمن بأن الهروب من المشكلة لا يؤدي إلى حلها.					

					أعتقد أن الحياة التي لا تتطوّر على تغيير هي حياة مملة.	21
					أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة.	22
					التغيير في الحياة تتطلب النجاح في المواجهة.	23
					الحياة فرص تتطلب الالتزام بالشجاعة.	24
					مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي.	25
					متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة مشكلاته.	26
					أضع خطتي المستقبلية عندما أكون متأكداً من تنفيذها.	27
					أبادر المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.	28
					لدي الجهد والقدرة على النجاح في أمور حياتي.	29
					أستطيع مواجهة مشكلات الحياة المختلفة.	30
					لدي قدرة على حل أي مشكلة تواجهني.	31
					أشعر بالخوف لما قد يحدث على حياتي.	32
					أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.	33
					أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي.	34
					أبادر في مواجهة المشكلات على حلها.	35

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير

ملحق (2): قائمة بأسماء المحكمين لمقياس قلق المستقبل والصلابة النفسية

م	الاسم	جهة العمل
1	أ.د. عفيف زيدان	جامعة القدس
2	د. محسن عدس	جامعة القدس
3	د. إياد الحلاق	جامعة القدس
4	د. علا حسين	جامعة القدس
5	د. خالد كتلو	جامعة القدس المفتوحة - الخليل
6	د. نافذ مسالمة	جامعة القدس المفتوحة - دورا
7	د. محمد عجوة	جامعة الخليل
8	د. حاتم عابدين	جامعة الخليل
9	د. إبراهيم المصري	جامعة الخليل
10	د. محمد عرجان	الجامعة الأهلية
11	د. إيناس الزين	جامعة الاستقلال
12	د. إياد العزة	وزارة الصحة الفلسطينية

ملحق رقم (3) كتب تسهيل المهمة:

Al-Quds University Faculty of Educational Sciences Dean's Office	بسم الله الرحمن الرحيم 	جامعة القدس كلية العلوم التربوية مكتب العميد
الرقم: ب د ع / 18/12/216 التاريخ: 2/2/2018		
حضرة اادة سراد الربيع و تسليم في محافظة الخليل .		
الموضوع: تسهيل مهمة		
تحية طيبة وبعد،،،		
يقوم الطالب : نادر ابراهيم خلاص ، ورقمه الجامعي (20172016) من تخصص ماجستير		
الارشاد النفسي والتربوي، بدراسة تتعلق برسالة ماجستير، بعنوان		
"التعلم المستقبلي وعلاقته بالصلاحيات النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في		
مناطق التماس في محافظة الخليل ."		
لذا يرجى من حضرتكم تسهيل مهمة الطالب المذكور أعلاه والتعاون معه للحصول على		
المعلومات المطلوبة، ولتطبيق الدراسة.		
شاكرين لكم حسن تعاونكم		
والله الموفق		
 د. سمير شكير		
منسق برنامج الارشاد النفسي والتربوي		
كلية العلوم التربوية		
		
Telfax 02-2794913 - Jerusalem P.O. Box 20002		
تلفاكس 02-2794913 - القدس م.ب 20002		



الرقم: ت.خ / 30 / 60 / 62445

التاريخ: 20 جمادى الثانية، 1440

الموافق: الإثنين، 25 شباط، 2019

حضرات السادة مديري ومديرات المدارس الحكومية المحترمين

الموضوع: استبانة بحث

نهدىكم أطيب التحيات، ويرجى مساعدة الطالب/ة " نادر إبراهيم خلافا" من جامعة القدس لاستكمال الحصول على درجة الماجستير في تعبئة استبانة بحث بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلاية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل"، وذلك بما لا يؤثر على سير العملية التعليمية والعملية.

مع الاحترام

أ. عاطف جبرين الجمل
مدير التربية والتعليم العالي



م. ب. م. / التعليم العام



التاريخ: 2019/02/26م

الرقم: ج خ/4/2866

حضرات مديري ومديرات المدارس المحترمين

المبحث: الدراسة الميدانية

بعد التحية،،،

لا مانع من تسهيل مهمة الطالب/ة " نادر ابراهيم خلاف " استكمالاً لرسالة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي، والدراسة بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل " على ان لا يؤثر ذلك على سير العملية التعليمية.

،،،، مع الاحترام،،،،

مدير التربية والتعليم العالي

أ. خالد أبو شرار



قسم التعليم العام

م.ر/م.ق

الرقم: 63272/1/3

التاريخ: 2019/03/03

حضرات مديري المدارس ومديراتها المحترمين

الموضوع : تسهيل مهمة

تهديكم مديرية التربية والتعليم/يطا أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه، أرجو تسهيل مهمة الدارس نادر ابراهيم خلاف من جامعة القدس، من أجل الحصول على معلومات في أطروحة نيل درجة الماجستير والتي تحمل عنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل"، حيث تشتمل هذه الدراسة على استبانة.

مع الاحترام

أ. ياسر صالح
مدير التربية والتعليم العالي



الرقم: ت.ش.خ/ 2644/1/30
التاريخ: 2019/02/27م
الموافق: 1440/06/22هـ

حضرة مدير مدرسة العروب الثانوية الزراعية المختلطة المحترم.

الموضوع: تسهيل مهمة /توزيع استبيان)

نُهديكم أطيب التحيات و بخصوص الموضوع أعلاه، أرجو السماح للدارس : (نادر ابراهيم خلاف) من جامعة القدس بتوزيع استبيان بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل"، على أن لا يؤثر ذلك على سير العملية التعليمية.

مع الاحترام

محمد جديع الفروخ
مدير التربية والتعليم العالي - شمال الخليل



أ.ع/ع (التعليم العام)

الرقم: ت.ش.خ / 2644/1/30

التاريخ: 2019/02/27م

الموافق: 1440/06/22هـ

حضرة مديرة مدرسة العروب الثانوية للبنات المحترمة.

الموضوع: تسهيل مهمة / (توزيع استبيان)

نُهديكم أطيب التحيات و بخصوص الموضوع أعلاه، أرجو السماح للدارس: (نادر ابراهيم خلاف) من جامعة القدس بتوزيع استبيان بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل"، على أن لا يؤثر ذلك على سير العملية التعليمية.

مع الاحترام

محمد جديع الفروخ
مدير التربية والتعليم العالي



أ.ع.أ.ع (التعليم العام)

الرقم: ت.ش.خ/ 2644/1/30

التاريخ: 2019/02/27م

الموافق: 1440/06/22هـ

حضرة مدير مدرسة العروب الثانوية للبنين المحترم.

الموضوع: تسهيل مهمة / (توزيع استبيان)

نُهديكم أطيب التحيات و بخصوص الموضوع أعلاه، أرجو السماح للدارس : (نادر ابراهيم خلاف) من جامعة القدس بتوزيع استبيان بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلاية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل"، على أن لا يؤثر ذلك على سير العملية التعليمية.

مع الاحترام

دولة فلسطين
وزارة التربية والتعليم العالي
مديرية التربية والتعليم العالي - شمال الخليل
مدير التربية والتعليم العالي
محمد جديع الفروخ

أ.ع/أ.ع (التعليم العام)

الرقم: ت.ش.خ / 2644/1/30
التاريخ: 2019/02/27م
الموافق: 1440/06/22هـ

حضرة مديرة مدرسة عمر بن عبد العزيز الثانوية للبنات المحترمة.

الموضوع: تسهيل مهمة / (توزيع استبيان)

نُهديكم أطيب التحيات و بخصوص الموضوع أعلاه، أرجو السماح للدارس : (نادر ابراهيم خلاف) من جامعة القدس بتوزيع استبيان بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل"، على أن لا يؤثر ذلك على سير العملية التعليمية.

مع الاحترام

محمد جديع الفروخ .
مدير التربية والتعليم العالي



أ.ع./ع (التعليم العام)

الرقم: ت.ش.خ / 2644/1/30
التاريخ: 2019/02/27م
الموافق: 1440/06/22هـ

حضرة مدير مدرسة بيت أمر الثانوية للبنين المحترم.

الموضوع: تسهيل مهمة / (توزيع استبيان)

نُهديكم أطيب التحيات و بخصوص الموضوع أعلاه، أرجو السماح للدارس : (نادر ابراهيم خلاف) من جامعة القدس بتوزيع استبيان بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلافة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل"، على أن لا يؤثر ذلك على سير العملية التعليمية.

مع الاحترام

محمد جديع الفروخ

مدير التربية والتعليم العالي



أ.ع.أ (التعليم العام)

الرقم: ت.ش.خ / 2644/1/30

التاريخ: 2019/02/27م

الموافق: 1440/06/22هـ

حضرة مديرة مدرسة بيت أمر الثانوية للبنات المحترمة.

الموضوع: تسهيل مهمة / (توزيع استبيان)

نُهديكم أطيب التحيات و بخصوص الموضوع أعلاه، أرجو السماح للدارس : (نادر ابراهيم خلاف) من جامعة القدس بتوزيع استبيان بعنوان " قلق المستقبل وعلاقته بالصلاية النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مناطق التماس في محافظة الخليل"، على أن لا يؤثر ذلك على سير العملية التعليمية.

مع الاحترام

دولة فلسطين
وزارة التربية والتعليم العالي
مديرية التربية والتعليم العالي / شمال الخليل
مدير التربية والتعليم العالي
م.ع.أ.ع / (التعليم العام)
م.ع.أ.ع / (التعليم العام)

فهرس الجداول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
3.1	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة	64
3.2	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل	66
3.3	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل	66
3.4	نتائج معامل الثبات لقلق المستقبل، والصلابة النفسية	67
4.1	معامل ارتباط بيرسون والدلالة الاحصائية للعلاقة بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل	71
4.2	مستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل	72
4.3	مستوى مجالات قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل	73
4.4	نتائج اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس	74
4.5	نتائج اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي	75
4.6	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع	76
4.7	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع	77
4.8	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى	78

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
	قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن	
4.9	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة في مستوى قلق المستقبل ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن	79
4.10	مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل	80
4.11	مستوى الكلي لمجالات الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل	82
4.12	نتائج اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الجنس	83
4.13	نتائج اختبار "ت" لاستجابة أفراد الدراسة على الدرجة الكلية مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الصف الدراسي	84
4.14	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع تبعاً لمتغير الفرع	85
4.15	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير الفرع	86
4.16	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة لمستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن	87
4.17	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة في مستوى الصلابة النفسية ومجالاته لدى طلبة المرحلة الثانوية في مناطق التماس محافظة الخليل تبعاً لمتغير مكان السكن	88

فهرس المحتويات:

أ.....	إقرار:
ب.....	شكر وتقدير
ج.....	الملخص:
د.....	Abstrac
2.....	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة:
2.....	1.1 المقدمة
7.....	1.2 مشكلة الدراسة
8.....	1.3 أهمية الدراسة
9.....	1.4 أهداف الدراسة
10.....	1.5 أسئلة الدراسة
10.....	1.6 فرضيات الدراسة
12.....	1.7 حدود الدراسة
12.....	1.8 مصطلحات الدراسة:
16.....	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة:
16.....	2.1 المحور الأول: قلق المستقبل
17.....	2.1.1 مفهوم القلق:
21.....	2.1.2 أسباب قلق المستقبل:
22.....	2.1.3 آثار قلق المستقبل على الإنسان:
22.....	2.1.4 مستويات القلق:
23.....	2.1.5 التأثير السلبي لقلق المستقبل:.
25.....	2.1.6 سبل التغلب على قلق المستقبل:
26.....	2.1.7 أساليب الإرشاد النفسي للحد من قلق المستقبل:.
27.....	2.1.8 الاتجاهات النظرية التي فسرت قلق المستقبل:
32.....	2.2 المحور الثاني: الصلابة النفسية :

2.2.1 مفهوم الصلابة النفسية:	35
2.2.2 أهمية الصلابة:	40
2.2.3 مظاهر الصلابة النفسية:	41
2.2.4 سمات الأشخاص ذوي الصلابة النفسية:	42
2.2.5 الاتجاهات النظرية التي فسرت الصلابة النفسية:	43
2.3 الدراسات السابقة:	45
2.3.1 الدراسات المتعلقة بقلق المستقبل:	45
2.3.2 الدراسات العربية المتعلقة بقلق المستقبل:	45
2.3.2 الدراسات الأجنبية المتعلقة بقلق المستقبل:	50
2.3.3 الدراسات المتعلقة بالصلابة النفسية:	52
2.3.4 الدراسات العربية المتعلقة بالصلابة النفسية:	52
2.3.5 الدراسات الأجنبية المتعلقة بالصلابة النفسية:	57
2.3.7 تعقيب على الدراسات السابقة:	59
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات:	63
3.1 تمهيد	63
3.2 منهج الدراسة	63
3.3 مجتمع الدراسة	63
3.4 عينة الدراسة	64
3.5 وصف متغيرات أفراد عينة الدراسة	64
3.6 أدوات الدراسة	64
3.7 صدق الأداة	65
3.8 ثبات أداتي الدراسة	67
3.9 إجراءات الدراسة	67
3.10 المعالجة الإحصائية	68
الفصل الرابع: نتائج الدراسة:	70
4.1 تمهيد:	70

70.....	4.2 نتائج أسئلة الدراسة.....
70.....	4.2.1 نتيجة السؤال الأول:
71.....	4.2.2 نتيجة السؤال الثاني:
73.....	4.2.3 نتيجة السؤال الثالث:
80.....	4.2.3 نتيجة السؤال الرابع:
82.....	4.2.5 نتيجة السؤال الخامس:
90.....	الفصل الخامس: مناقشة النتائج والتوصيات:
90.....	5.1 مناقشة نتائج الدراسة.....
90.....	5.1.1 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:
91.....	5.1.2 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:
95.....	5.1.4 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:
99.....	2.5 توصيات الدراسة.....
100.....	المصادر والمراجع.....
114.....	الملاحق.....
115.....	الملحق رقم (1): أداة الدراسة.....
119.....	ملحق (2): قائمة بأسماء المحكمين لمقياس قلق المستقبل والصلابة النفسية.....
120.....	ملحق رقم (3) كتب تسهيل المهمة:
130.....	فهرس الجداول:.....