البحث الثانى عشر :

الأمن النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمنطقة جازان

إعداد :

أ. هديل بنت يحي بن أحمد عريشي

باحثة ماجستير بقسم علم النفس كلية التربية

جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية

إشراف : د. إخلاص بنت عبد الرقيب سلام

أستاذ مشارك في الإرشاد النفسي كلية التربية

جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية

الأمن النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمنطقة جازان

أ. هديل بنت يحي بن أحمد عريشي
باحثة ماجستير بقسم علم النفس كلية التربية
جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية
إشراف : د. إخلاص بنت عبد الرقيب سلام
أستاذ مشارك في الإرشاد النفسي كلية التربية
جامعة جازان بالمملكة العربية السعودية

• **المستخلص**:
هدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى الأمن النفسي لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان، والتعرف على مستوى قلق المستقبل لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان، والتعرف على العلاقة الارتباطية بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى الطالبات في المرحلة الثانوية، والكشف عن إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان، وتكونت عينة البحث من (٥٠٠) طالبة من طالبات الصف الثاني الثانوي، تم اختيارهن بطريقة عشوائية بالمدارس الحكومية التابعة للإدارة العامة للتعليم بمنطقة جازان من مدارس التعليم العام، ومدارس نظام المقررات في مكاتب تعليم كل من : (وسط جازان، صامطة، وأحد المسارحة والحرث، والعارضة، أبو عريش، فرسان)، وعددهن (٧٠٢٨) طالبة، وإدارة تعليم محافظة صبيا في مكاتب كل من: (صبيا، ضمد، بيش، الداير، فيفا، هروب، العيدابي، الريث، الدرب)، وعددهن(٤٨٧٢) طالبة، وفقا لإحصائية الإدارة العامة للتعليم بمنطقة جازان وإدارة التعليم بصبيا)، ولتحقيق أهداف البحث؛ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الإنفعالية) من إعداد (شقير، ٢٠٠٥)، و مقياس قلق المستقبل من إعداد (الباحثة، ٢٠٢٠)، ومعامل الارتباط لبيرسون، وتحليل الانحدار البسيط، وتحليل الإنحدارالمتعدد، واختبار النسبة (ت)، واختبار النسبة (ف)، والمتوسطات والانحرافات المعيارية، والمتوسطات الموزون "المرجح"، واختبار مربع كاي ، وتوصلت الباحثة إلى النتائج التالية: يوجد مستوى مرتفع من الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان، لا يوجد مستوى مرتفع من قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان، ، توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان،يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان عند مستوى دلالة (٠,٠١ -٠,٠٥) وفي ضوء هذه النتائج قدمت الباحثة بعض التوصيات والبحوث المقترحة

الكلمات المفتاحية: الأمن النفسي - قلق المستقبل - طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان..

Psychological security and its relation to future anxiety of secondary high school students in the Jazan region

Hadeel Yahya Ahmed Arishi
Supervised: Dr. Ekhlas Abdulraqeeb Sallam Alshrgabi

Abstract

The aim of the current research is to identify the level of psychological security of female students in the secondary stage in the Jizan region, to identify the level of future anxiety of female students in the secondary stage in the Jizan region, to identify the relationship The correlation between

psychological security and future anxiety among female students in the secondary and to reveal the possibility of predicting future anxiety through psychological security of secondary school students, stage in the Jizan region The research sample consisted of (500) female students of the second grade of secondary school, who were randomly selected in government schools affiliated to the General Administration of Education in the Jazan region, In government schools affiliated to the Public Administration, education in the Jizan region, general education schools and curriculum schools in education offices, the number of secondary school students in Jizan reached (7028), a high school student in the following governorates (Central Jizan, Samtah Ahd al-Masarhah, Al-Harat, Al-Ardha, Abu Arish, Farasan) The number of female students reached (4872) students in the Sabya Administration in the following governorates (Sabya, Damad, Bish, Al-Dair, Fifa, Haroub, Al-Aydabi, Al-Rith, and Al-Darb) according to the statistics of the Public Administration and Education in Jizan and Sabya. the researcher used the relational descriptive approach, the researcher used the Psychological Securityg Scale (Emotional Reassurance) prepared by (Shuqair, 2005), the Future Anxiety Scale prepared (the researcher, 2020) Pearson correlation coefficient, simple regression analysis, multiple regression analysis, ratio (T) test, ratio (q) test, means and standard deviations, weighted means (weighted), chi-square test. The researcher reached the following results: There is high level of psychological security in Female secondary school students in the Jazan region, there is no high level of future anxiety among secondary school students in the Jazan region. There is a statistically significant negative correlation at a significance level (0.01) between psychological security and future anxiety among secondary school students in the Jazan region. Future anxiety can be predicted through the psychological security of high school students in the Jizan region at a significance level (0.01-0.05).In light of these results, the researcher presented some recommendations and suggestion.

Key words: psychological security, future anxiety, high school students in the Jizan region.

- **مقدمة**:

كان الأمن النفسي وما زال هدف للإنسان يسعى اليه عبر الأزمنة، ويعمل من اجله، ويجنب نفسه التعرض للخطر والإيذاء؛ وتعد الحاجة إلى الأمن النفسي من أهم الحاجات الأساسية التي تشبع حاجة الفرد، وتدفعه للقيام بأعمال تشعره بالأمان والسلامة، يندر فيها الشعور بالخطر والقلق، رغم ان الحياة لا تخلو من المشكلات والضغوط النفسية والأزمات وغيرها التي تؤثر على حياة الفرد في المستقبل، ولا يوجد فرد تخلو حياته من هذه المشكلات والاضطرابات التي تقلل من احساسه بالأمن النفسي، ويكتنفه الشعور القلق نحو المستقبل الذي يسعى اليه، التي تختلف درجته من فرد لآخر، خاصة أننا نعيش في حالة من التغيرات والأحداث والمواقف التي اصبح فيها القلق العام جزء من الفرد نفسه ومن البيئة التي يعيش فيها (عقل، ٢٠٠٩ :١٣).

كما يعد الأمن النفسي حاجة ومطلبًا أساسيًّا للإنسان يحقق له الاستقرار والطمأنينة في جميع مواقف حياته التي يتفاعل فيها مع نفسه وأسرته ومجتمعه، ونجد أن التغيرات السياسية، والاقتصادية، والاجتماعية التي مرّ بها مجتمعنا خلال السنوات الماضية، وما تبعها من أحداث ومخاوف أدت إلى حالة من فقدان الأمن لدى الأفراد؛ حيث أكد " ماسلو " على أن الشعور بالأمن يأتي من سيادة القانون والنظام والاستقرار، وتوفير بيئة خالية من الخطر والتهديد (الصواف، ٢٠١٨: ٦٢).

وحين تطلع المدرسة بدور كبير في تعزيز الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية؛ ذلك لأنه يعد من أولويات المدارس الثانوية في تعزيز الأمن النفسي للطالبات من خلال برامج ودورات للمعلمات لتعزيز الأمن النفسي لدى الطالبات (الدليمي، ٢٠١٨:٥١).

حيث تمر طالبات المرحلة الثانوية بالكثير من التغيرات الفسيولوجية والنفسية، وتعج بالكثير من المشكلات سواء على المستوى الدراسي أو المستوى الاجتماعي والعلاقات والتوافق السوي مع الأقران، وهذا ما توصلت إليها دراسة (القاسم) من وجود فروق في الأمن النفسي بين الذكور والإناث في المرحلة الثانوية في أبعاد تقبل الآخرين، والاستقرار النفسي لصالح الإناث (القاسم، ٢٠١٢).

كما ان شعور الفرد بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة، وتدني الاعتبار الذاتي، مرتبط بفقدان الشعور بالأمن النفسي وعدم الثقة بالنفس (المشيخي، ٢٠٠٩:٧)، وأكد (غزالي، ٢٠١٦:٩١) أن الإحساس بالتوتر، والشعور بالضيق، والخوف من مستقبل مجهول يتعلق بالعديد من جوانب الحياة.

ويعد قلق المستقبل صورة من صور القلق العام ينظر إليه على أنه خوف من المجهول المتوقع حدوثه في المستقبل، وهذا الخوف تكون جذوره في الماضي وممتدة للحاضر، ويتمثل في الأفكار السلبية نحو المستقبل، وتوقع الفشل الى جانب ضغوط الحياة المتوقعة، وفي نظرة الفرد للمستقبل، فانه قد يؤدي إلى اختلال في توازن الحياة؛ مما يكون له أثر كبير سواء من الناحية النفسية أو الجسمية، وما يتبع ذلك من تأثيرات في مختلف جوانب الحياة (المومني؛ نعيم، ٢٠١٣: ١٧٣).

ان طلبة المرحلة الثانوية هم عماد وأمل المستقبل الذين سيتحملون مسئولية المجتمع، وهم يفكرون ماذا يخبئ لهم المستقبل، وأثبتت العديد من الدراسات أن أغلبية الطلبة لديهم ترقب وخوف من المستقبل يكون نابعًا من عدم وجود وظيفة، أو عدم الالتحاق بالجامعة، أو عدم المقدرة على تكوين أسرة وفق الإمكانات المادية والمعنوية، وبالتالي يعد قلق المستقبل نوعًا من أنواع القلق الذي يشكل خطرًا على صحة الفرد وعدم الأمن النفسي، وتمثل مرحلة الثانوية مرحلة تقرير المصير للمستقبل، وما يصاحب هذه المرحلة من تفكر وقلق وخوف من المستقبل، وتختلف

هذه المشاعر والأحاسيس وفقا لخبرات الطالبات واستعدادهن لهذه المرحلة (الصواف، ٢٠٠٨: ٥).

إن كل أنواع القلق تقريبا تتضمن عنصر المستقبل، لكن المستقبل هذا يكون محددًا جدًا ربما لساعات أو لأيام على الأكثر، أما قلق المستقبل فإنه يشير إلى المستقبل المتمثل بمسافة زمنية أكبر، وبأنه يمكن تصور قلق المستقبل كحالة من التخوف والغموض، والخوف، والهلع والاكتراث للتغييرات غير المتوقعة في المستقبل الشخصي البعيد، أو يشير إلى توقع حدوث أمر سيء فيه (Matarneh:80 & Altrawneh, 2014).

ويعد الأمن النفسي من أهم جوانب الشخصية التي يبدأ تكوينها عند الفرد من بداية نشأته الأولى من خلال الخبرات التي يمر بها، وتعرض الفرد لأي مواقف مهددة ومقلقة في أي مرحلة من مراحل العمر تعرضه لضغوط نفسية واجتماعية لا طاقة له بها؛ لذا فالفرد الذي يتسم بالأمن المرتفع أقل تعرضا في مظاهر قلق المستقبل المعرفية والجسمية والسلوكية، وهذا ما تؤكده دراسة (هاني، ٢٠١٦) التي وجدت علاقة ارتباطية سالبة بين الأمن النفسي وقلق المستقبل.

وترى الباحثة أن الأمن النفسي من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، وتتضمن الحاجة إلى الأمن شعور الفرد بأن بيئته صديقة ومشبعة للحاجات الأساسية، وبأن الأخرين يحبونه ويتقبلونه داخل الجماعة، وتجنب الخطر، والشعور بالثقة والأمان والطمأنينة، وأن أي مصدر قد يسبب تعطيل إشباع هذه الحاجة الأولية سوف يؤدي إلى خلق حالة من القلق للفرد في حياته وشأن مستقبله.

- **مشكلة البحث**:

يعد الامن النفسي من الحاجات اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد ، وأهمية الشعور به لدى طالبات المرحلة الثانوية مرتبط بشعور التقبل داخل محيطهن، والشعور بالثقة ، والأمان والطمأنينة، وهذا ما توصلت الية دراسة (القرالة ،٢٠١٦: ٤) أن طلبة المرحلة الثانوية الذين يعانون من حالات قلق نحو مستقبلهم والتفكير الدائم في المستقبل لديهم اضطرابات سلوكية وانخفاض لمشاعر الأمن النفسي ، واشار (المطيري، ٢٠١٩: ٨٤) أن تزايد مستويات القلق المستقبل لدى الطلبة يؤدي إلى تزايد الشعور بعدم الطمأنينة والأمن النفسي لديهم بصوره واضحة، واكد (هاني، ٢٠١٦: ٣٨٦) أن أهمية الشعور بالأمن النفسي في مجتمع غير آمن يتسم بالحروب وعدم الاستقرار السياسي والصعوبات الاقتصادية ومشاكل البطالة لدى الفرد تكون النظرة السلبية لذاته ولمستقبله وللأخرين مما يشعره بفقدان الأمل والتشاؤم بتحقيق أهدافه المستقبلية الذي يسعى لها.

ومن هنا تتضح مشكلة البحث وأهمية الشعور بالأمن النفسي لطالبات المرحلة الثانوية؛ باعتبارهن من الشرائح الاجتماعية التي هي في حاجة إلى التوافق مع

متطلبات الحياة الأكاديمية والاجتماعية والاقتصادية، ولما تحتاجه هذه الشريحة في هذه المرحلة من قدرات نفسية وفكرية لمواجهة التوتر والقلق من المستقبل، فقلق المستقبل قد يؤثر على شخصياتهن كما يؤثر التردد في التخطيط والسعي نحو مستقبلهن العلمي والعملي وقد يعيق في المستقبل عند اتخاذ الطالبات بعض من القرارات المستقبلية الخاصة بهن.

وتتمثل مشكلة البحث في الاسئلة الاتية:

- ما مستوى الأمن النفسي لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان؟
- ما مستوى قلق المستقبل لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان؟
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان؟
- الكشف عن إمكانية التنبؤ بالقلق من خلال الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان؟

- **أهداف البحث**:

يهدف البحث إلى:

- التعرف على مستوى الأمن النفسي لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان.
- التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان.
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان.
- امكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.

- **أهمية البحث**:

تتبلور أهمية البحث الحالي في الآتي:

- **الأهمية النظرية**:

على المستوى النظري يمكن الاستفادة من نتائج هذا البحث فيما يلي:

- بروز أهمية المتغيرات وعلاقتها ببعضها البعض في مختلف جوانب الفرد الشخصية والنفسية والسلوكية.
- كما اهتمت الدراسة بشريحة هامة في المجتمع - طالبات المرحلة الثانوية - ؛ كونهن عماد المستقبل، والركيزة الأساسية التي يتشكل منها المجتمع وتطوره في الغد، وكونهن يعشن في مرحلة عمرية تشهد تغيرات نفسية وفسيولوجية خاصة بفئتهن العمرية.

- **الأهمية التطبيقية**:

على المستوى التطبيقي يمكن الاستفادة من نتائج هذا البحث فيما يلي:

- قد تفيد نتائج الدراسة المرشدين والأخصائيين النفسيين والمعلمين والمعلمات وقادة المدارس في وزارة التعليم في الكشف عن مستوى الأمن النفسي وقلق

المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية من خلال المقاييس والاختبارات، والتخطيط لبرامج التوجيه والإرشاد في المدارس، والتغلب على مخاوفهن، واستثمار طاقتهن وإمكانياتهن نحو الأفضل.

- إمكانية الاستفادة في تطبيق وتصميم برامج إرشادية تهدف لتنمية مشاعر الأمن النفسي وتقليل مستوى القلق المستقبل.

- **مصطلحات البحث**:
- **الأمن النفسي**

عرف بأنه: "هو حالة نفسية يشعر الفرد من خلالها بالطمأنينة والأمان والراحة النفسية والاستقرار، وإشباع معظم حاجاته ومطالبه، وعدم الشعور بالخوف أو الخطر، والقدرة على المواجهة دون حدوث أي اضطراب أو خلل"(بسيوني؛ الصبان، ٢٠١١: ١٥١).

وتُعرّفه الباحثة إجرائيًا بأنه: الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الأمن النفسي المستخدم في هذا البحث.

- **قلق المستقبل**

عرفت شقير: بانه خلل أو اضطراب نفسي المنشأ، ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويش وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه إلى تدمير الذات، والعجز الواضح، وتعميم الفشل، وتوقع الكوارث، وتؤدى به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية، وقلق من الموت واليأس (شقير، ٢٠٠٥: ٥).

وتُعرّفه الباحثة إجرائيًا بأنه: الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس قلق المستقبل المستخدم في هذا البحث.

- **طالبات المرحلة الثانوية**:

هن الطالبات المنتظمات بالدراسة في المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية (بنات) التابعة لإدارة التعليم بمنطقة جازان للعام الدراسي ١٤٤١/١٤٤٢هـ.

- **حدود البحث**:

- الحدود الموضوعية: تتحدّد بالموضوع الذي يتناوله البحث الحالي، وهو: "الأمن النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان".
- الحدود البشرية: طالبات الصف الثاني الثانوي.
- الحدود المكانية: المدارس الحكومية (بنات) التابعة لإدارة تعليم مكتب جازان/ إدارة تعليم مكتب صبيا.
- الحدود الزمنية: يتم تطبيق هذا البحث في الفصلين الدراسيين الأول والثاني لعام ١٤٤٢هـ.

- **الإطار النظري:**
- **الأمن النفسي:**
- **مفهوم الأمن النفسي:**
- **في اللغة:**

يعد مفهوم الأمن من المفاهيم اللغوية ذات الثراء في المعني، فقد جاءت كلمة: (أمن) في معاجم اللغة بعدة معان نذكر منها: الأمن ضد الخوف، يقال: أمن أمنا وأمنه: إذا طمأن ولم يخف، فهوَ آمن، والمأمن: (الأمن) طمأنينة النفس، وزوال الخوف عنها (المعجم الوسيط، ١٩٩٨ :١٤٤).

- **اصطلاحًا:**

اختلفت مفاهيم الأمن النفسي باختلاف الباحثين، واختلاف زاوية نظر كل منهم لهذا المفهوم الهام، ولم يخل الأمر من بعض التداخل مع المفاهيم النفسية الأخرى كالطمأنينة الانفعالية، والأمن الذاتي، والأمن الانفعالي.

عُرف العيسوي بأنه: "أن يكون الإنسان فيه متحررًا من مشاعر الخوف والهلع والفزع والرهبة وتوقع الخطر والأذى، وأن يكون مطمئنًا على نفسه في حاضره وغده، وأن يكون متمتعاً بالتكيف النفسي، والشعور بالرضا عن ذاته وعن المجتمع، وأن يكون على علاقة في وئام وانسجام مع المجتمع" (العيسوي، ٢٠٠١: ٢٢٤).

ويعرف كذلك بأنه: "هو شعور الفرد بالسعادة والطمأنينة والراحة النفسية داخليًا وخارجيًا، ورضاه عن نفسه وتقبلها، والقناعة بما كتب الله، وقدرته على إشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية بنفسه، وقدرة الفرد على التكيف والتوافق مع الحياة التي يعيشها، وقدرته على حل مشكلاته، وعدم شعوره بالألم والحزن" (عقل، ٢٠٠٩: ٢٣).

وتعرف الباحثة الأمن النفسي: أن حالة يشعر فيها الفرد بالاطمئنان والصحة النفسية والاستقرار النفسي، والشعور بالانتماء والتوافق مع الآخرين، مما يدفع الفرد لإشباع حاجاته ومتطلباته دون الشعور بتوتر واضطراب.

- **أنواع الأمن النفسي:**

أوضح عربي (٢٠٠١: ١٨) أنواع الأمن النفسي كما يلي:

- **الأمن الشعوري**

هو إحساس الفرد والجماعة بإشباع دوافعهم النفسية والعضوية التي تدور حولها احتياجاتهم الأساسية، وفي مقدمتها دافع الأمن بمظهره المادي والنفسي، وهو ما يمكن أن يؤدي إلى السكينة والهدوء والاستقرار الداخلي.

- **الأمن الإجرائي:**

هو الجهد المنظم الذي يصدر عن الجماعة لإشباع دوافع الأفراد ورد العدوان عنهم، ويتجاوز هذا المعنى للإجراء الأمني، ويمتد إلى كافة المجالات؛ لتقويم السلوك الفردي والاجتماعي ليحتوي على كل ما من شأنه تعميق معني الانضباط العام على المستوى الجماهيري والإداري، ويتسع للاتجاهات التربوية والأنماط الثقافية، ووسائل التأثير من الصحافة والإعلام.

وترى الباحثة أن هناك أمنًا نفسيًّا داخليًّا ينبعث من النفس، وآمنًا خارجيًّا مصدره البيئة المحيطة بالفرد، وهو وسيلة حماية الإنسان من كل ما يهدد حياته بالخطر، كما أن تأثير الأمن الداخلي والخارجي متبادلان، فالأمن الداخلي أعظم تأثير من الأمن الخارجي، فكون الفرد في بيئة آمنه لا يكفي إحساسه بالأمن النفسي، بل لابد من وجود أمن داخلي يجعله يتقبل ما يحيط به من مهددات ومواقف تزيد من إحساسه بالأمن النفسي.

- **مؤشرات الأمن النفسي**:

وضع ماسلو أربعة عشر مؤشرا تدل على إحساس الأفراد بالأمن النفسي، وهي كالتالي:

- الشعور بحب الآخرين وقبولهم.
- تقبل الذات والتسامح معها، وتفهم الاندفاعات الشخصية.
- مشاعر الأمان، وندرة مشاعر الخوف والقلق.
- الميل للسعادة والقناعة.
- الشعور بالعالم كوطن، والانتماء للجماعة.
- الاتجاه نحو توقع حدوث الخير والتفاؤل.
- إدراك العالم والحياة بدفء، والعيش بالأخوة والصداقة.
- مشاعر الصداقة والثقة بالآخرين، والتسامح وقلة العدوانية مع الآخرين.
- إدراك البشر بصفاتهم الخيرة، وبصفتهم ودودين، وخيرين.
- الاهتمامات الاجتماعية، وروح التعاون واللطف مع الآخرين.
- مشاعر الهدوء والراحة والاسترخاء والاستقرار الانفعالي.
- الخلو النسبي من الاضطرابات العصبية أو الذهنية، والقدرة على مواجهة الواقع.
- الرغبة بامتلاك القوة والكفاية في مواجهة المشكلات بدلًا من السيطرة على الآخرين.
- الميل للانطلاق من خارج الذات، والقدرة على التفاعل مع العالم دون التمركز حول الذات.

إن وجدت هذه المؤشرات في الأشخاص والمجتمعات فسيتحقق الأمان والطمأنينة، والتقدم والتطور العلمي، وستختفي مظاهر الحقد والكراهية (الطهراوي، ٢٠٠٧: ١٠ -١١).

وترى الباحثة أن هذه المؤشرات إن وجدت في الفرد والبيئة التي ينتمي إليها فسيحقق السعادة، ومشاعر الأمان، والتقدم العملي والاقتصادي الذي يعود بمنفعة للفرد، وتوافر لدى الفرد عناصر الامن النفسي والشعور بالأمن النفسي لديه وتكون حياته ذات هدف يسعى لتحقيقه، وستقل مشاعر الخوف والقلق، والعيش في مجتمع تحفه مشاعر الخير والتعاون والثقة مع الآخرين وتحقيق الفرد لذاته، والسعي للطموح للمستقبل.

• **أبعاد ومكونات الأمن النفسي**:

يتكون الأمن النفسي من عدة مكونات، وهي:

- الأمن الاجتماعي:
- الأمن الجسمي:
- الأمن الفكري والعقدي:
- الأمن السياسي والاقتصادي:

وللأمن النفسي لدى ماسلو ثلاثة أبعاد، تتمثل في شعور الفرد بالأمن النفسي:

- أن الآخرين يتقبلونه، ويحبونه، ويعاملونه في دفء ومودة.
- الانتماء والإحساس بأن له مكانًا في الجماعة.
- الشعور بالسلامة، وندرة الشعور بالخطر والقلق والتهديد (سلطان، ٢٠٠٢: ١٣٣).

وحددت شقير (٢٠٠٥: ٨) في مقياس الأمن النفسي أربعة أبعاد رئيسة هي:

- الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل.
- الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد.
- الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بالحالة المزاجية للفرد.
- الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بالعلاقات الاجتماعية، والتفاعل الاجتماعي للفرد.

اعتمدت الباحثة أبعاد مقياس الأمن النفسي السابقة شقير (٢٠٠٥) في البحث الحالي.

• **بيئات الأمن النفسي المختلفة**:

١- **الأمن النفسي في البيئة الأسرية**:

دور الأسرة في تحقيق الأمن النفسي لأفرادها من أهم أدوراها، وهو دور لا يقل أهمية عن الدور الأساسي للأسرة، وهو التربية والرعاية التي تقدمها لأفرادها، والأمن النفسي في البيئة الأسرية شرط أساسي لانتظام حياة الأفراد، واستقرار مشاعرهم الاجتماعية، الذي توفره الأسرة في جو يسوده الحب والمودة والأمان؛ لتلبية احتياجاتهم البيولوجية والنفسية والصحية (حسين، ٢٠٠٤: ١٥١).

وتؤكد الباحثة أهمية الجو العاطفي للأسرة وتأثيره على شعور الأبناء بالأمن النفسي، فالجو الأسري الذي يسوده التوافق والاحترام والتفاهم يعكس أثره على تكيف الأبناء، وعلى تنشئتهم نحو الاتجاهات الإيجابية، كما ينعكس ذلك على علاقتهم وسلوكهم بشكل عام.

٢- **الأمن النفسي في البيئة الاجتماعية**:

الحاجة إلى الشعور بالأمن النفسي بالبيئة الاجتماعية تستوجب الاستقرار الاجتماعي والأمن الأسري، ولا شك أن الحاجة إلى الأمن الجسمي، والصحة الجسمية، والشعور بالأمن الداخلي تجنب الخطر والمخاطرة، فالفرد الآمن يشعر بإشباع حاجاته، ويشعر بالاطمئنان، والثقة بالنفس، أما الفرد غير الآمن فهو في

خوف دائم من فقدان القبول الاجتماعي، والرضا مع الأشخاص الآخرين، وان عدم القبول أو عدم الرضا للفرد يراه تهديداً خطيراً لذاته، وفقدان ثقته بنفسه (زهران، ٢٠٠٥: ٣٣).

٣- الأمن النفسي في بيئة العمل:

أظهرت البحوث والدراسات أن سلوك الإنسان العامل يتأثر بمشاعر الخصوصية، والإحساس بالمكانة والأهمية، ومشاعر عدم التميز، وتتأثر هذه المشاعر إلى حد كبير بترتيب بيئة العمل وتنظيمها، ومساحة مكان العمل (ريجو، ٢٠١٣: ١٣).

ومن أهم اتجاهات منظمات الصحة العالمية هي ضبط العوامل المؤثرة في بيئة العمل للفرد، وتتولى الحكومات العناية بظروف العمل للأفراد، وبذل الجهود لتحسينها، وتوفير البيئة الآمنة للعمل (العناني، ٢٠١١: ٢٠١).

- **خصائص الأمن النفسي**:

من أهم خصائص الأمن النفسي ما يلي:

- خصائص نفسية:
- خصائص معرفية فلسفية:
- خصائص اجتماعية:
- خصائص كمية:
- خصائص إنسانية (العازمي،٢٠١٣: ٢٣).

وترى الباحثة أن الخصائص المكونة للأمن النفسي مترابطة وتراكمية تتكون من خلال مراحل حياة الأفراد المختلفة. فهي عملية نفسية داخلية قابلة للقياس في ضوء ما يتم إنجازه لذاته وبيئته، وترى الباحثة أن أنماط الشخصية ومفهوم الذات له تأثير على تمكين الأمن النفسي للفرد، وأنها فلسفة تعتمد على توافق الفرد في الحياة، فالفرد الذي يستطيع مواجهة الأزمات والمواقف والتأقلم مع الظروف المحيطة به يسيطر على حياته ومستقبله، ويستطيع العيش بأمان يؤثر ويتأثر بالجماعة المحيطة به، فالتنشئة الاجتماعية أساس تكوين شخصية الفرد خاصة فترة الطفولة المبكرة حتى المراهقة، ويظهر على شكل سلوك أو طاقة، يسعى الفرد به نحو تحقيق الأمن النفسي.

- **مهددات الأمن النفسي**:

- الخطر أو التهديد بالخطر.
- الأمراض الخطيرة.
- الإعاقة الجسمية (زهران، ٢٠٠٥: ٣٠٠).

- **النظريات المفسرة للأمن النفسي**:

١- الأمن النفسي عند سوليفان (نظرية العلاقات الإنسانية)١٩٣٠م:

يرى سوليفان أن الفرد نتاج عملية التفاعل مع الغير، ويتأثر بالروابط والعلاقات الشخصية، ولا ينكر العوامل الوراثية والفسيولوجية. وربط سوليفان

بين العوامل البيولوجية الوراثية، والعوامل النفسية والاجتماعية في تكوين الشخصية، ويسعى الفرد في حياته إلى تحقيق هدفين هما: التوصل إلى إشباع الحاجات، والتوصل إلى تحقيق الشعور بالأمن، وعند إخفاقه في إشباع حاجاته فإنه يعاني من القلق وانعدام مشاعر الأمن النفسي، فإذا أشبع الفرد حاجاته حسب ما يقبله المجتمع يشعر بالأمن، والشعور بأنه مقبول في الجماعة (الداهري، ٢٠٠٥: ١٢٠).

٢- نظرية أبراهام ماسلو (النظرية الإنسانية)١٩٤٣م:

النظرية الهرمية لماسلو: فسرت هذه النظرية الحاجة للأمن بأنها من الحاجات التي يسعى إليها الأفراد؛ لإشباعها بشكل مرضٍ لإدراكهم؛ بأنها متغير مهم يؤثر على نمط حياتهم المعيشية، وأثبت علميًّا أن الحاجة للأمن تنعكس على الأمن النفسي للأفراد وبالتالي بأدائه الوظيفي. وصنف ماسلو الحاجات ضمن خمس مجموعات (الهيتي، ٢٠٠٥: ٢٦١).

وصنف ماسلو الحاجات الخمس إلى:

- الحاجات الفسيولوجية.
- الحاجات الأمنية.
- الحاجة إلى الانتماء (الحاجة الاجتماعية).
- حاجات التقدير.
- حاجات تحقيق الذات (سلطان، ٢٠٠٢: ١٣٢).

٣- الأمن النفسي عند جوردن ألبروت (نظرية السمات)١٩٦١م:

اهتم ألبروت بدراسة الأصحاء بدلا من العصابيين، واعتبر ألبورت أن الأمن الانفعالي من مميزات الشخصية السليمة الناضجة للفرد، فالأسوياء من الراشدين يتميزون بسماحة كافية تلزمهم التقبل، وتجمل الصراعات والاحباطات التي لا يمكن تجنبها في الحياة، ولديهم صورة موجبة عن أنفسهم، ويقابل هذا ما يحدث عند الأشخاص العصابيين الذين تمتلئ أنفسهم بالإشفاق على الذات، ويتميزون بصورة سلبية عن أنفسهم، ويشير ألبرت أن ما يضفي الشعور بالأمن على الإنسان الناضج هو قدرته على مواجهة مشاكله بطرق فعالة دون الشعور بالإحباط، وتقبل الذات، ولديه الثقة بالنفس، ويمكن للفرد تأجيل إشباع حاجاته، وتحمل إحباطات حياته اليومية دون لوم الآخرين على أخطائهم، أو ممارسة سلوك غير مرغوب(أبو عمرة، ٢٠١٢: ٣١).

٤- الأمن النفسي عند ألفرد آدلر ١٩١٢م:

يرى آدلر أن عدم الشعور بالأمن ينشأ عن شعور الفرد بالدونية والتحقير الناتجين عن إحساسه بالقصور العضوي أو المعنوي، مما يدفعه إلى القيام بتعويض ذلك ببذل المزيد من الجهد الذي قد يكون إيجابيا نافعًا للمجتمع، أو سلبيًّا كالعنف والتطرف، وقد أطلق على هذه الظاهرة: (التعويض النفسي الزائد)؛ لذا فقد ارتبط مفهوم الأمن النفسي لدى آدلر بقدرة الفرد على تحقيق التكيف والسعادة في ميادين العمل والحب والمجتمع، والإنسان في نظر "آدلر"

كائن اجتماعي بطبعه، يسعى دوما لإشباع حاجاته النفسية والاجتماعية، وتطوير أسلوب حياة خاص يجعله قادرا على التفاعل مع الآخرين، وبالتالي تحقيق الحاجة إلى الأمن النفسي والانتماء والحب ومشاعر الصداقة مع الآخرين، وتجاوز مشاعر الوحدة والاغتراب والوحشة(الطهراوي، ٢٠٠٧: ٩٨٩).

ويتضح للباحثة من خلال عرض النظريات السابقة أن حاجة الفرد للأمن النفسي ضرورية من أجل تحقيق الصحة النفسية، و التوافق النفسي السوي ومشاعر الرضا والاطمئنان، وفي هذا الصدد تكامل بين النظريات في تفسيرها للأمن النفسي، ففي نظرية سوليفان للعلاقات الإنسانية أن الفرد نتاج التفاعل الاجتماعي مع الغير، وبعض المشكلات النفسية ناتجة عن صعوبة الشعور بالأمن، ومشاعر الأمن عند سوليفان شعور الفرد بالقبول والانتماء داخل الجماعة، أما النظرية الإنسانية لماسلو أن شعور الفرد بالأمن النفسي من خلال إشباع الحاجات الفسيولوجية، ثم الحاجات التي تليها مما يحقق مشاعر الأمن والاطمئنان للفرد، وركزت نظرية السمات عند ألبروت على أن الأمن الانفعالي من مميزات الشخصية السليمة الناضجة للفرد، فالإنسان الناضج هو القادر على مواجهة مشاكله بطرق فعالة دون الشعور بالإحباط، وفي نظرية أدلر أن مدى قدرة الفرد على تحقيق التكيف والسعادة التي يتلقاها مع الآخرين وميادين العمل، ويتم ذلك من خلال قدرة الفرد على تجاوز الشعور بالدونية.

تؤيد الباحثة النظرية الإنسانية لماسلو للأمن النفسي من خلال إشباع الحاجات الفسيولوجية، وحاجة الأمن، وحاجة الحب، وحاجة التقدير، وحاجة تحقيق الذات، فمن خلال تحقيق هذه الحاجات لدى طالبات المرحلة الثانوية من خلال الأسرة والمعلمات والبيئات التي تنتمي إليها الطالبات في مساعدتهن على الشعور بالأمن النفسي، وقد تساعد ذلك من تقبل واحترام من الآخرين، والثقة بالنفس، وتحقيق الذات من خلال المهارات والقدرات التي يمتلكنها.

- **علامات عدم الشعور بالأمن النفسي**:

ان من علامات فقدان الشعور بالأمن النفسي أن يكون الفرد متوجسا هيابا من كل من الأشخاص، ومن المنافسة والمغامرة والابتكار، والجهر بالرأي وتحمل المسؤولية، ويبدو ذلك في صور شتى منها: الخجل والتردد والشك والارتياب والانطواء والحرص الشديد والذعر من تكرار الفشل (عبد الله، شريت، ٢٠٠٦: ٩٤).

ويمكن حصر الآثار المترتبة على انعدام الشعور بالأمن النفسي بما يلي:

- يتمثل بعضها في فقدان الثقة، والشك، واللامبالاة، والعدوان، والكراهية.
- يعيش بعض الناس خوفا مزمنا من قدر يفاجئها، أو مرض يقعدها، تعيش خوفا وهلعًا على الرزق، على المال، على الذرية، على المنصب، وتصاب بالوسواس والهواجس تخاف من الموت فتهيب من السير في الحياة (خويطر، ٢٠١٠: ٣٦)

ترى الباحثة أن الفرد الذي لديه شعور منخفض بالأمن لن يكون متوافقًا مع ذاته وبيئته، ولن ينجز أعماله بالشكل السليم والصحيح، ويكون عرضة للأمراض

والاضطرابات النفسية، وكذلك يؤثر انعدام الأمن النفسي على إنتاجية الفرد، وخاصة الطلاب نحو تحصيلهم الدراسي، وضعف السعي نحو تحقيق الأهداف التي يسعون لتحقيقها.

ويرى الشهري (٢٠٠٩) أن فقدان الشعور بالأمن النفسي مصدر للاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية للفرد، وأن بعض الأعراض المتميزة في جوانبها السلبية التي أوضحها ماسلو، والتي تعد أساسا لمشاعر عدم الأمن النفسي كما يراها في ذلك، وهي تعد بمثابة الأعراض الأولية لعدم الطمأنينة النفسي، وهي:

- شعور الفرد بأنه منبوذ، وغير محبوب من قبلهم، أي والشعور بالنبذ والاحتقار من الآخرين.
- شعور الفرد بالوحدة والعزلة عن الجماعة.
- شعوره الدائم بالخطر.

وإن عدم الشعور بالأمن النفسي يسبب للفرد حالة من القلق، وزيادة الهموم، والتفكير والشعور بعدم الارتياح، وإبداء القلق الزائد تجاه مواقف الحياة اليومية، فقدان الأمن النفسي، والإحساس بالعديد من المشكلات النفسية والثقافية والسلوكية والخوف والقلق والتوتر، وقد يقود فقدان الأمن إلى الأفكار الانتحارية والإحساس بالأسى والحزن (الشهري، ٢٠٠٩: ٢٩).

- **أساليب تحقيق الأمن النفسي**:

يحتاج الأمن النفسي إلى أساليب هامة؛ من أجل الوصول إلى الهدف العام، وهو تحقيق درجة الرفاهية، والطمأنينة لدى الفرد.

ويلجأ الأفراد لتحقيق الأمن النفسي إلى علميات الأمن النفسي، وهي أنشطة يستخدمها الجهاز التنفسي؛ لخفض الضغط النفسي للفرد والكرب والتوتر أو التخلص منها، وتحقيق التقدير للذات، والشعور بالأمان، ويجد الفرد أمنه النفسي في انضمامه إلى جماعة تشعره بالأمن (زهران، ٢٠٠٥: ٣٠١).

ترى الباحثة ان اول الجماعات التي تشعر الفرد بالأمن هي الأسرة التي تقوم بعملية التنشئة الاجتماعية للأبناء، من خلال أساليب المعاملة الوالدية التي يتبعها الوالدان في تنشئة أبنائهم، وتعد أساليب المعاملة هي أحدى الجوانب المهمة في حياة الأبناء ومالها من دور فعال في توجيههم من خلال التنشئة الاجتماعية، فإذا تتيح هذه المعاملة الجو الذي يسوده الأمن والطمأنينة والاستقرار النفسي استطاعوا أن يكتسبوا من هذه الخبرات ما يساعدهم على تكوين القدرة لدى الأبناء على التكيف مع أنفسهم والمجتمع، أما إذا مروا بخبرات نابعة من مواقف الحرمان فقد يؤدي ذلك إلى تكوين شخصية تعاني من عدم الطمأنينة، وشخصية مضطربة وقلقلة.

ولتحقيق الأمن النفسي يتعين على الفرد ما يلي:

- إشباع الحاجات الأولية للفرد.
- الثقة بالنفس وبالآخرين.

- العمل على كسب رضا الناس وحبهم.
- الاعتراف بالنقص وعدم الكمال.
- تقدير الذات.
- معرفة حقيقة الواقع (أبوعمرة،٢٠١٢: ٢٥).

وترى الباحثة أن الأسرة تلعب دورًا هاما في شعور الفرد بالأمن والاستقرار النفسي، الامر الذي يساعدهم على زيادة الثقة بالنفس، والتكيف الاجتماعي مع الآخرين جراء ما يشعرون به من اطمئنان نفسي، ويساعد ذلك أيضًا في تطوير الفرد لذاته، واكتسابه المهارات والخبرات التي تساعدهم في مواجهة وحل الصعوبات التي قد يوجهونها، وأن العدل بين جميع طبقات الأفراد أساس الأمان، كما ترى الباحثة أيضا أن من الأساليب الهامة التي تلعب دورًا فعالا في تحقيق الأمن النفسي هي وسائل الإعلام التي تساعد الأفراد في معرفة الحقائق في حالات الأزمات والحروب؛ مما يجعل الفرد أكثر تأهبًا للمواجهة في أي ظرف.

- **قياس الأمن النفسي**:

اطلعت الباحثة على مجموعة من البحوث والدراسات العربية والأجنبية التي قامت بإعداد وبناء مقاييس الأمن النفسي، منها: مقياس الأمن النفسي لماسلو، وقيام ماسلو بإعداد مقياس الشعور بالأمن النفسي، (Maslow Security-Insecurity Inventory)، والذي عربه دواني وديراني عام (١٩٨٣). ويتكون المقياس من (٧٥) فقرة، وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس بعدم الشعور بالأمن النفسي، بينما تدل الدرجة المنخفضة على الشعور بالأمن النفسي لدى المستجوب، وأعد شقير (٢٠٠٥) مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) تكون من (٥٤) عبارة، واعتمدت الباحثة مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) إعداد شقير (٢٠٠٥) في الدراسة الحالية لمناسبة المقياس ومفرداته وأبعاده للمشاركات في البحث.

٢- قلق المستقبل:

- **مفهوم قلق المستقبل**:

تعرف الجمعية الأمريكية السيكولوجية قلق المستقبل بأنه: خوف أو توتر أو ضيق ينتج من توقع خطر ما يكون مصدره مجهول أو غير واضح إلى درجة كبيرة، ويصاحب كل من القلق والخوف متغيرات تسهم في تنمية الإحساس والشعور بالخطر (بلكيلاني، ٢٠٠٨: ٢٤).

وعرف بأنه: "شعور انفعالي غير سار ينتج من الأفكار اللاعقلانية، ومن البيئة الأسرية التي يسودها الرفض الوالدي، ما تدفع صاحبها إلى حالة من الارتباك والتوجس، والتشاؤم، وتوقع الكوارث، وفقدان الشعور بالأمن، والخوف من المشكلات الأسرية، والاجتماعية، والاقتصادية، والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل" (العنزي، ٢٠١٠: ٦٠). وعرف حنتول قلق المستقبل بأنه: "حالة من التوتر والشعور بالخوف، وعدم الارتياح، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة،

والنظرة التشاؤمية مع الإحساس بالإحباط المستمر عن التفكير بالمستقبل والخوف الدائم من المرض" (حنتول، ٢٠١٢: ٥١).

وعرفه غزالي (٢٠١٦:٢٩) بأنه: "حالة عدم الارتياح والتوتر والشعور بالضيق، والخوف من مستقبل مجهول يتعلق بالعديد من جوانب الحياة".

وتعرف الباحثة قلق المستقبل: انه حالة من التوتر وعدم الاستقرار النفسي وسوء التوافق النفسي والاجتماعي مع الآخرين، مما يدفع الفرد لتعميم الفشل والتشاؤم من المستقبل، وتوقع المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية.

ويتضح للباحثة من خلال تعريفات قلق المستقبل أن قلق المستقبل للفرد ناتج عن الأفكار اللاعقلانية، وتواقع الكوارث، وفقدان الشعور بالأمن، والقلق والخوف من المشكلات الأسرية والاقتصادية والاجتماعية المتوقع حدوثها في المستقبل.

- **أسباب قلق المستقبل**:

يعد المستقبل مصدرًا من مصادر القلق؛ باعتباره مساحة لتحقيق الرغبات والطموحات وتحقيق الذات، وأن ظاهرة قلق المستقبل أصبحت واضحة في مجتمع مليء بالتغيرات وعوامل مجهولة المصير للفرد، وترتبط هذه الظاهرة بمجموعة من التغيرات التي تتضافر وتتوسع التي تمكن الفرد من الإحساس بقلق المستقبل (سعود، ٢٠١١: ٥٧).

وأوضحت مسعود (٢٠٠٦: ٤) أن هناك عدة أسباب لقلق المستقبل، وهي:

- تدني مستوى القيم الروحية والأخلاقية للفرد.
- العوامل الأسرية المفككة، وعدم الإحساس بالأمن.
- العوامل الاجتماعية والاقتصادية.
- نقص القدرة على التكهن بالمستقبل، وعدم وجود معلومات كافية للفرد لبناء الأفكار عن المستقبل.
- الشعور بعدم الانتماء والاستقرار داخل الأسرة والمدرسة أو المجتمع بشكل عام.
- تبني الأفكار اللاعقلانية والنظرة السوداوية.
- العزو الخارجي للفشل.
- استعداد الفرد الشخصي للتفاعل مع الخوف والخبرات الشخصية المتراكمة.
- الضغوط النفسية، وعدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها.
- الشك في قدرة المحيطين وقدرة القائمين على الرعاية في عدم قدرتهم على حل مشاكله.

ووضحت القاضي (٢٠٠٩: ٣١) أهم الأسباب التي تؤدي إلى قلق المستقبل وهي:

- تعد ضغوط الحياة أهم أحد العوامل المسببة لقلق المستقبل خاصة في المجتمعات
- التي تمر بتغيرات سياسية واجتماعية واقتصادية.
- الشعور بالتوتر والتشاؤم، وتوقع السوء والضيق من المستقبل.

- يظهر قلق المستقبل نتيجة توتر الفرد الناشئ عن مسؤولية اتخاذ القرار، والأفكار التلقائية العابرة، والتفسيرات الخاطئة للأحداث باعتبارها نوعا من الصراع العقلي.
- عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الفرد.
- الشعور بعدم الأمان والخوف.
- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع.
- عدم التقبل للواقع.
- يرجع قلق المستقبل إلى أحاديث الفرد الذاتية، وإلى أفكاره الهادمة للذات.

وأشارت شقير (٢٠٠٥: ٥) إلى أسباب قلق المستقبل: أن قلق المستقبل قد ينشأ من أفكار خاطئة ولاعقلانية لدى الشخص، تجعله يؤول الواقع من حوله والمواقف والتفاعلات بشكل خاطئ؛ مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائم الذي يفقده السيطرة على مشاعره وأفكاره العقلانية والواقعية، ومن ثم عدم الأمن النفسي.

- **مظاهر قلق المستقبل**:

حدد الداهري لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر هي:

- مظاهر معرفية: هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص
- وتفكيره، وتكون متذبذبة؛ لتجعل منه متشائمًا من حياته وقرب أجله، وأن الحياة أصبحت نهايتها قريبه، أو التخوف من فقدان وظائفه الجسدية أو العقلية.
- مظاهر سلوكية: مظاهر نابعة من أعماق الأفراد تتخذ أشكالًا مختلفة تتمثل في سلوك الأفراد، مثل: تجنب المواقف المحرجة مع الآخرين، وكذلك المواقف المثيرة للقلق.
- مظاهر جسدية: ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يظهر على الأفراد من ردود أفعال بيولوجية وفسيولوجية مثل: ضيق التنفس، جفاف الحلق، إغماء، برودة الأطراف، توتر، عسر الهضم، فالقلق لا يجعل الشخص يفقد اتصاله بالواقع، بل يمكنه ممارسة أنشطته اليومية، أما في الحالات الحادة كأن يقضي معظم وقته للتغلب على مخاوفه، ولكن دون فائدة (الداهري، ٢٠٠٥: ٣٢٨).

- **النظريات المفسرة لقلق المستقبل**:

١-نظرية التحليل النفسي عند فرويد١٨٨١م:

من أوائل من تناولوا القلق معتبرا انه نتاج الصراع بين مكونات الجهاز النفسي ،و يرى فرويد أن القلق باعتباره إشارة إنذار بخطر قادم يمكن أن يهدد شخصية الفرد، ويكدر صفوها، فمشاعر القلق عندما يشعر بها الفرد، وتعني أن دوافع اللهو والأفكار غير المقبولة، والتي عملت الأنا بالتعاون مع الأنا الأعلى على كبتها، وهي دوافع وأفكار لا تستسلم للكبت؛ بل تجاهد لتظهر مرة أخرى في مجال الشعور، وتقترب من منطقة الشعور والوعي، وتوشك أن تنجح في اختراق الدفاعات، وتقوم

مشاعر القلق بوظيفة الإنذار للقوى المكدرة، والممثلة في الأنا والانا الأعلى، فتحشد مزيدًا من القوى الدفاعية لتحول دون ظهور المكبوتات، والنجاح في الإفلات من أسر اللاشعور، فإن المكبوتات إذا كانت قوية لهذه القوه أثرها السلبي على الصحة النفسية؛ لأنها تنجح في اختراق الدفاعات والتعبير عن نفسها في سلوك سوي أو عصابي (الزعلان، ٢٠١٥: ٢٠).

فأصل القلق لدى الإنسان يرجع إلى الصدمة الأولى في حياته، من خلال انفصاله عن أمه أثناء عملية الميلاد، هذه الخبرة التي ينشأ عنها القلق الأول تتضمن مشاعر وإحساسات جسمية مؤلمة، وهي العامل الرئيس في القلق، وبالتالي يكون رد فعل الفرد ليس الخوف، فحين ينشأ القلق ويبدأ الفرد في النمو ويصبح تعلقه بأمه كبيرا؛ نظرا للثقة الموجودة بينهما، كونها المصدر الرئيس الذي يسهر على إطعامه وتنظيفه ومراقبته من الإصابة بالأذى، وبالتالي مصدر إشباع كل رغباته، وتحقيق حاجاته الضرورية، وزيادة شوق لأمه؛ من حيث كونها مصدر الإشباع (قيس، ٢٠١٧: ٢٩).

٢- النظرية السلوكية عند جون واطسون١٩١٣م:

إن القلق في النظرية السلوكية هو السلوك المتعلم للفرد من البيئة التي يعيش فيها تحت شروط التدعيم الإيجابي أو التدعيم السلبي، ووجهة نظر السلوكية تختلف عن وجهة نظر التحليل النفسي، فالسلوكيون لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية للفرد، بل يفسرون القلق بأنه مكتسب من خلال الاشتراطات أو العمليات التعليمية في ضوء الاشتراط الكلاسيكي، هو ارتباط منبه جديد بالمنبه الأصلي، ويصبح المثير الجديد قادرًا على استدعاء الاستجابة الخاصة بالمنبه الأصلي (جبر، ٢٠١٢: ٢٨).

وترى الباحثة أن النظرية السلوكية تنظر لسلوك الفرد على أنه عبارة عن مثير واستجابة، والقلق نتيجة اقتران مثير يؤدي إلى استجابات الخوف والقلق وعدم الشعور بالأمن، ويتم هذا الاقتران في الماضي، والأمر الذي سيؤثر على الفرد في المستقبل.

٣- النظرية الإنسانية ١٩٤٣م:

قلق المستقبل عند كارول روجز: حيث فسر قلق المستقبل بأنه حين يكون الإنسان غير قادر على إعطاء استجابات تقوده للنجاح، وإرضاء الحاجات الاجتماعية لديه مع علاقته مع الآخرين من حوله، تنشأ حينها صراعات تؤدي بدورها الى إثارة مشاعر القلق للفرد، لاسيما قلق المستقبل فتنشأ لديه مشاعر الرضا عن الذات، وتصور للفرد أن الذات مسؤولة عن تلك الصراعات، وهذا الشعور الجديد الذي يقوم بدوره إلى نشوء مشاعر عدم الأمن النفسي الذي يهدد الذات نفسها، ويستمر الصراع، وتزيد شدة القلق بتمركز السلوك لدى الفرد أكثر فأكثر في خفض القلق من خلال الميكانيزمات الدفاعية، وحينها تزيد ردود الفعل ذات طبيعة الدفاعية، وتتحول مسؤولية تكون الصراع نحو الآخرين المحطين بالشخص الذي يتفاعل معهم (بولعسل، ٢٠١٤: ٤١).

قلق المستقبل عند ديرك ثورن: يرى ثرون أن قلق الفرد يكمن في خوفه من المستقبل، وأن القلق ليس منتشأ من خبرات الفرد في الماضي، فإن الشخص هو الكائن الوحيد الذي يدرك تمام نهايته الحتمية، وأن الموت قد يحدث له في أي لحظة في حياته، وأن توقع حدوث الموت فجأة يعد التنبيه الأساسي للقلق من المستقبل. ويرى ثورن أن القلق يزداد إذا فقد الفرد بعضًا من طاقاته وقدراته، نتيجة الاعتلال بصحته أو إصابة الفرد بمرض لا شفاء منه أو تقدم السن، بأن ذلك انخفاض عدد الفرص المتاحة للنجاح في المستقبل، فالقلق عند ثرون هو الخوف من المستقبل وما يحمله المستقبل من أحداث ومواقف قد تهدد الشخص، فالقلق ينشأ مما يتوقعه الأشخاص من حدوثه وليس ناشئا من الماضي (الحمداني، ٢٠١١: ١٦٨).

٤- النظرية المعرفية عند جان بياجيه ١٩٥٩م:

لقلق المستقبل مكونات معرفية هامة وارتباطات عضوية قليلة، فهو إدراكي معرفي أكثر منه انفعالي عاطفي، ويؤكد هذا الكلام زاليسكي بقوله: إن الجانب المعرفي يعد مقدمة أساسية لقلق المستقبل، بالتالي فقد أرجع رواد النظرية المعرفية القلق إلى التشويه المعرفي، وتحريف التفكير عن الذات وعن المستقبل، وكيفية إدراك الشخص وتفسير الأحداث، فأفكار الفرد هي التي تحدد ردود أفعاله في ضوء محتوى التفكير، ويتضمن القلق حديثا سلبيا مع الذات، وتفسير الفرد للواقع بشكل سلبي، وإدراك المعلومات عن الذات والمستقبل على أنها مصدر للقلق، والضعف المسيطر للفرد، وانخفاض في فاعلية الذات التي ظهرت في نظرية باندورا كمنحنى معرفي للقلق (شلهوب، ٢٠١٦: ٤٠).

وترى الباحثة أن النظريات المفسرة لقلق المستقبل ركزت كل واحدة منها على بعد معين، فـ نظرية التحليل النفسي لوجهة نظر "فرويد" ترجع قلق المستقبل لخبرات الطفولة، وربطها بالواقع، وتعميم القلق في المواقف المشابهة لتلك التي مر به سابقا. أما النظرية السلوكية ترجع قلق المستقبل على أنه مثير يؤدي إلى استجابات مواقف الخوف والقلق التي تؤثر على الفرد في المستقبل، وتؤيد الباحثة النظرية السلوكية في تفسيرها لقلق المستقبل.

وترى الباحثة أن النظرية الإنسانية عند "روجز" الذي يرى قلق المستقبل أن الفرد غير قادر على إقامة علاقته مع الآخرين، وإعطاء استجابات تقوده للنجاح في المستقبل، ووضح "ثرون" أن قلق المستقبل لا ينشأ لخبرات الماضي، فالقلق ينشأ من الخوف من المستقبل والفشل في المستقبل، كما ترى أن النظرية المعرفية ترجع قلق المستقبل حديثا سلبيا مع الذات، وتفسير الفرد للواقع بشكل سلبي وإدراك المعلومات عن الذات والمستقبل على أنها مصدر للقلق.

- **آلية التعامل مع قلق المستقبل:**

قامت الباحثة بالاطلاع على عدة طرق لمواجهة الخوف والقلق من المستقبل ومنها بعض الفنيات:

• **الطريقة الأولى: إزالة الحساسية المسببة للمخاوف بطريقة منتظمة:**

هي فنية من فنيات العلاج السلوكي، فعلى سبيل المثال: لو أن شخصًا يخاف من شيء معين يقول إنه سيحدث، ولو حدث سيؤدي ذلك إلى أثار وخيمة، فيتخيل أن هذا الشيء الذي يخشاه قد حدث فعلا، ثم يقوم باسترخاء لعضلاته عن طريق علاج القلق بالاسترخاء. ولقد ثبت أن أغلب المصابين بالقلق والخوف من المستقبل قد يعجزون عن الاسترخاء بطريقة فعالة في مواقف القلق، ويكونون بحاجة إلى ساعات طويلة من التدريب؛ حتى يتمكنون من إخضاع عضلاتهم للاسترخاء العميق عند المواقف التي تستدعى ذلك، وبعد الاسترخاء العميق يلزم الأفراد استحضار صورة بصرية حية للمخاوف التي تقلقهم في المستقبل، والاحتفاظ بهذه الصورة لمدة ١٥ ثانية فقط وتكرار ما سبق عدة مرات مؤكدًا على مواجهة تلك المخاوف وكذا لموقف القلق لو حدث له، إلى أن يتمكن من تخيل الأشياء التي كانت تثير مخاوفه وقلقه دون أن يشعر بالقلق، بل يتخيلها.

ويمكن كشف أن طريقة إزالة الحساسية المنظمة في التخلص من المخاوف والقلق هي وسيلة تركز على المواجهة التدريجية لتلك المواقف المسببة للمخاوف والقلق، يصحبها استرخاء عميق للعضلات، وتكون المواجهة أولا في الخيال، حتى يتم إزالة تلك المخاوف تمامًا من الخيال؛ حتى يتمكن الفرد بعد ذلك من مواجهة المخاوف على أرض الواقع (الاقصري، ٢٠٠٢: ١٦٤).

• **الطريقة الثانية الإغراق:**

وهي أسلوب مواجهة الفرد الفعلية للمخاوف في الخيال دون الاستعانة باسترخاء العضلات، فالشخص المصاب بالقلق والخوف من المستقبل يجب أن يتخيل الحد الأقصى للمخاوف التي أمامه، ويتخيل أن تلك المخاوف ومواقف القلق قد حدثت فعلا في حدها الأقصى، ويكثف ويكرر التخيل المبالغ فيه للمخاوف فترات طويلة ومكثفة؛ حتى يتكيف معها تمامًا، ويستمر الفرد في هذا التصور إلى أن يشعر أن تكرار مشاهدة الحد الأقصى من المواقف المخيفة والمقلقة أمام عينيه ولا تثيره ولا تقلقه؛ لأنه اعتاد على تصورها، وهكذا نجد أن الأفراد بهذا الأسلوب قد يتعلمون ذهنيًا كيف يواجهون أسوا تقديرات الخوف والقلق والتعامل معها في الخيال، ويكون الفرد مؤهلا لها إذا حدثت له في الواقع (حسين، ٢٠١٢: ١٢٤).

• **الطريقة الثالثة: طريقة إعادة التنظيم المعرفي:**

حققت هذه الطريقة عدة نجاحات بعد أن لوحظ أن الأفراد الذين يعانون من القلق والخوف من المستقبل يشغلون أنفسهم دائمًا بالتفكير السلبي، وهو ما يؤدي إلى حالة من القلق والخوف، وعلى هذا الأساس فإن هذه الطريقة قائمة على استبدال الأفكار السلبية إلى أفكار إيجابية، وعند تفكير الفرد السلبي في الاشياء التي تثير القلق والمخاوف، أي تعمل بموجب فكرة توقع الإيجابيات بدل السلبيات، وهذه الإعادة في تنظيم التفكير واستبدال النتائج الإيجابية المتوقعة لتحل محل نتائج التفكير السلبية المقلقة هي التنظيم المعرفي للإنسان السوي الذي لابد أن

يتوقع النجاح كما يتوقع الفشل، فالهدف الأساسي من طريقة إعادة التنظيم المعرفي هو تعديل أنماط التفكير السلبي، وإحلال محلها الأفكار الإيجابية والمتفائلة(القاضي،٢٠٠٩: ١٢٤).

وترى الباحثة أنه بقوة الارادة والثقة بالنفس، ووضع أهداف واقعية والقدرة على تغيير سلبيات الذات، ومواجهة الأفكار الخاطئة، والتفكير الموضوعي لمعالجة الخوف والقلق، واستخدام فنيات تعتمد على المناقشة والإقناع والحوار البناء والتدريب المتكرر والمتدرج لمواقف القلق تساعد الفرد في فهم مشكلته؛ حتى يستطيع أن يكشف المعنى الموجود في حياته واليات التعامل مع القلق.

- **قياس قلق المستقبل**:

قامت الباحثة بالاطلاع على مجموعة من البحوث والدراسات العربية والأجنبية ببناء وإعداد مقاييس لقلق المستقبل، أعد الخالدي(٢٠٠٢) مقياس قلق المستقبل الذي يتكون من ٤٨ عبارة، منها ٢٤عبارة سالبة، و٢٤عبارة سالبة في المجال الشخصي والاجتماعي والاقتصادي والصحي والأسري، وقام شقير(٢٠٠٥) بإعداد مقياس قلق المستقبل، ويتكون المقياس من ٢٨ عبارة، ويشمل الأبعاد التالية: القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية - قلق الصحة والموت - وقلق التفكير في المستقبل– اليأس من المستقبل– الخوف من الفشل في المستقبل، وأعد القاضي(٢٠٠٩) مقياس قلق المستقبل الذي يتكون من ٣٥ عبارة. وأعد الغريري، صالح (٢٠١٢) مقياسا لقلق المستقبل الذي يتكون من ٢٠ عبارة، وقام المشيخي بإعداد مقياس قلق المستقبل (٢٠٠٩) الذي يتكون من ٤٩ الذي يتوزع على الأبعاد التالية: التفكير السلبي– النظرة السلبية للحياة - القلق من الاحداث الضاغطة - مظاهر النفسية لقلق المستقبل– المظاهر الجسمية لقلق المستقبل.

وبعد اطلاع الباحثة على المقاييس والاستفادة منها، قامت بإعداد مقياس قلق المستقبل، ويتكون المقياس في صورته الأولية من (٤٢) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد وهي: البعد الشخصي - البعد الاجتماعي - البعد الأسري - البعد الصحي.

- **ثانياً: الدراسات والبحوث السابقة**:

توصلت الدراسة الحالية إلى العديد من الدراسات ذات العلاقة بموضوع الدراسة، وتم تقسيمها إلى ثلاثة محاور: دراسات تناولت المتغير الأول الأمن النفسي، ودراسات تناولت المتغير الثاني قلق المستقبل، ودراسات تناولت الأمن النفسي بقلق المستقبل.

- **المحور الأول: الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت الأمن النفسي**:

تناولت دراسة عفيفي (٢٠١٩) بعنوان التسامح وكل علاقته بالوعي بالذات والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة، بهدف التعرف على العلاقات بين التسامح وكل من الوعي بالذات والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة ،وتمثلت عينة الدراسة من (٢٥٠) طالباً وطالبة بكلية التربية بجامعة حلوان؛ للكشف عن الفروق في التسامح والوعي بالذات والأمن النفسي، استخدمت الباحثة مقياس الأمن النفسي لما سلو، ومقياس التسامح والوعي بالذات من إعداد الباحثة، واستخدمت

المنهج الوصفي، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين التسامح ببعديه والوعي بالذات والتسامح والأمن النفسي ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من : التسامح ببعديه(مع الذات ، ومع الاخرين) والوعي بالآخرين والأمن النفسي لصالح الإناث، وفروق ذات دلالة إحصائية في الوعي بالذات الخاصة لصالح الذكور.

تناولت دراسة الدليمي (٢٠١٨) بعنوان دور المدرسة في تعزيز الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية، بهدف أهمية تعزيز الأمن النفسي لدى طالبات، تمثلت عينة الدراسة من طالبات المرحلة الثانوية بمنطقة الخرج، واستخدمت الباحثة الاستبانة لجمع المعلومات، والمنهج الوصفي التحليلي، وأسفرت النتائج التي توصلت إليها تعزيز الأمن النفسي أن الطالبات من أولويات المدارس الثانوية، ضرورة تبني المدارس برامج إرشاد نفسي مناسب لتعزيز الأمن النفسي للطالبات، وضرورة تضمن الخطة التدريبية للمعلمات برامج ودورات تعزيز الأمن النفسي.

وتناولت دراسة إبراهيم (٢٠١٦) بعنوان مستوى الأمن النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز والتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، وهدفت الدراسة الكشف عن مستوى الأمن النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز والتوافق الاجتماعي، وتمثلت عينة الدراسة من (١٨٨) طالبا استخدم فيها الباحث مقياس الأمن النفسي لماسلو(١٩٨٣) ، ومقياس الدافع الإنجاز والتوافق الاجتماعي من إعداد البا ، والمنهج الوصفي، وأسفرت النتائج عن أن المستوى مرتفع من الأمن النفسي ومستوى دافعية الإنجاز ومستوى التوافق الاجتماعي، لا توجد علاقة دالة بين الأمن النفسي ودافعية الإنجاز، لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة في الأمن النفسي والدافعية للإنجاز.

وتناولت دراسة الغامدي (٢٠١٦) بعنوان الأمن النفسي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في مدينة الدمام؛ بهدف التعرف على مستوى الأمن النفسي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية، وتمثلت عينة الدراسة من (٦٠) طالبًا وطالبة، واستخدم الباحث مقياس الأمن النفسي لماسلو (١٩٨٣)، والمنهج الوصفي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من الأمن النفسي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية، وعدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات في مستوى الأمن النفسي.

تناولت دراسة أبو عمرة (٢٠١٢) بعنوان العلاقة بين الأمن النفسي والطموح والتحصيل الدراسي لدى طلبة الثانوية العامة بمدينة غزة، بهدف التعرف على علاقة الأمن النفسي والطموح والتحصيل الدراسي لدى طلبة الثانوية العامة بمدينة غزة بين أقرانهم، تمثلت عينة الدراسة من (٢٨٦) طالبا وطالبة، وتم اختيار العينة بالطريقة القصدية لأبناء الشهداء، وبالطريقة العشوائية لأبناء العاديين، استخدم مقياس الأمن النفسي، ومقياس الطموح من إعداد الباحث، والمنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت نتائج الدراسة عند عدم وجود فروق ذات دلالة

إحصائية بين أفراد العينة وأبناء الشهداء في مقياس الأمن النفسي، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي بين أفراد العينة وأبناء الشهداء في مقياس الأمن النفسي، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي بين أفراد العينة وأبناء الشهداء في مقياس الطموح، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي بين أفراد العينة وأبناء الشهداء في مقياس التحصيل الدراسي.

وتناولت كذلك دراسة القاسم (٢٠١٢) بعنوان الأمن النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلاب المرحلة الثانوية بولاية الجزيرة (مدينة ود مدني)، بهدف معرفة العلاقة بين الأمن النفسي والتحصيل الدراسي، وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت العينة من (٢٩٩) طالبا وطالبة، استخدمت الباحثة مقياس الأمن النفسي من إعداد: (شادية التل، وعصام أبو بكر١٩٩٤)، ومقياس تقدير الوضع الاقتصادي والاجتماعي إعداد: (نظمي عودة ١٩٩١)، والمنهج الوصفي الارتباطي، وأسفرت النتائج: يتسم مستوى الأمن النفسي لطلاب المرحلة الثانوية بالارتفاع بدرجة دالة إحصائيًا، وجود فروق دلالة إحصائية في الأمن النفسي بين الذكور والإناث في المرحلة الثانوية في أبعاد تقبل الآخرين والاستقرار النفسي لصالح الإناث، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي وسط طلاب المرحلة الثانوية بمدينة ود مدني ولاية الجزيرة تعزى لمتغير الصف الدراسي (ثاني/ ثالث)، لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الأمن النفسي والتحصيل الدراسي لطلاب المرحلة الثانوية، لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الأمن النفسي والمستوى الاقتصادي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

هدفت دراسة زنج وونج (Zhang & Wang ,2011) بعنوان معرفة مستوى الأمن النفسي لدى عينة طلبة الجامعة، والبالغ عددهم (٣٤٥ طالبا وطالبة)، تم استخدام الاستبيان لجمع المعلومات، والمنهج الوصفي؛ حيث أشارت النتائج أن الطالبة يتمتعون بمستوى جيد من الأمن النفسي، ووجد أن مستويات الأمن النفسي تأثرت بخلفيتهم الثقافية المختلفة.

- **المحور الثاني: الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت قلق المستقبل:**

هدفت دراسة حويان (Hwayan, 2020) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته بمهارات اتخاذ القرارات المهنية؛ بهدف الكشف عن قلق المستقبل في مستوى مهارات اتخاذ القرارات المهنية لدى عينة من اللاجئين السوريين، وتمثلت العينة من (٢٢٧) طالبًا وطالبة من الطلاب اللاجئين السوريين في المرحبة الثانوية في مدارس الأردن (١٣٤ طالبًا، و٩١ طالبة)، ولتحقيق هدف الدراسة؛ تم استخدام مقياس قلق المستقبل، ومقياس مهارات اتخاذ القرارات المهنية، والمنهج المسحي الوصفي. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المستقبل لدى هذه الفئة من الطلاب مرتفع، بينما جاء مستوى مهارات اتخاذ القرارات المهنية بدرجة متوسطة، كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلال إحصائية في مستوى قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس، حيث

كان القلق عند الذكور أعلى منه عند الإناث، كما كانت الإناث أكثر امتلاكا لمهارات اتخاذ القرارات المهنية.

تناولت دراسة أبو قوره، كوثر قطب؛ البسيوني، نورا صبري؛ زايد، أمل محمد (٢٠١٩) بعنوان أساليب التنشئة الوالدية وعلاقتها بقلق المستقبل لدي طالبات المرحلة الثانوية؛ بهدف التعرف على نوع العلاقة الارتباطية بين أساليب التنشئة الوالدية وقلق المستقبل لدي طالبات المرحلة الثانوية، وتمثلت العينة البحث من (٣١٤) طالبة من طالبات الصف الأول الثانوي بمحافظة كفر الشيخ، وتراوحت أعمارهن ما بين (١٥، ١٦) سنة، واستخدمت أدوات مقياس الاتجاهات الوالدية في التنشئة، إعداد / محمد بيومي خليل (٢٠٠٠)، ومقياس قلق المستقبل، إعداد/ شقير(٢٠٠٥)، والمنهج الوصفي، وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أساليب التنشئة الوالدية السالبة بأبعادها الفرعية وقلق المستقبل بأبعاده الفرعية لدي طالبات المرحلة الثانوية.

تناولت دراسة زغيبي (٢٠١٩) بعنوان قلق المستقبل لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل وعلاقته ببعض المتغيرات؛ بهدف الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل وعلاقته ببعض المتغيرات، وتمثلت العينة من (٢٠٠) طالب وطالبة منها: (٨٤) طالبا و(١١٦) طالبة/ واستخدم مقياس قلق المستقبل من إعداد الباحث، والمنهج الوصفي التحليلي، وأسفرت النتائج أن مستوى القلق كان مرتفعا لدى أفراد العينة، وجود فرق دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الكلية بين الذكور والإناث لصالح الذكور ولصالح التخصصات الأدبية، وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل بين مستويات التحصيل لصالح ذوي المستوى المنخفض.

تناولت دراسة الحربي (٢٠١٤) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية، بهدف التعرف على علاقة قلق المستقبل لكل من تقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض، تمثلت عينه الدراسة (٥٢٠) طالبة من عشرة مدارس. وتم استخدام مقياس مستوى الطموح لدى الشباب إعداد: أمال (عبد السميع مليجي)، مقياس قلق المستقبل من إعداد شقير (٢٠٠٥)، مقياس تقدير الذات إعداد: مجدي الدسوقي (٢٠٠٤)، والمنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت نتائج الدراسة: وجود علاقة دالة سالبة بين الدرجة الكلية لقلق المستقبل وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة بمدينة الرياض، وجود علاقة إحصائية دالة موجبة بين الدرجة الكلية لقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة بمدينة الرياض.

وتناولت دراسة المومني؛ ونعيم (٢٠١٣) بعنوان قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة جليل في ضوء بعض المتغيرات؛ بهدف الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة جليل في ضوء بعض المتغيرات، حيث تمثلت عدد العينة (٤٣٩) طالبا وطالبة، واستخدم الباحثان مقياس قلق

المستقبل من إعداد الباحثين، و المنهج الوصفي وأظهرت النتائج أن مستوى القلق كان مرتفعًا في المجال الاقتصادي والمجال الأسري، عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى القلق وتعزي إلى اختلاف متغيرات التخصص أو المستوى الدراسي، وجود فروق دالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل تعزي للنوع الاجتماعي لصالح الذكور.

وتناولت دراسة الحربي (٢٠١٣) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته بتوكيد الذات والتخصص والتحصيل الدراسي لدى طلاب المدارس الثانوية العامة بالمدينة المنورة، بهدف التعرف على علاقة قلق المستقبل وتوكيد الذات والتخصص والتحصيل الدراسي لدى طلاب المدارس الثانوية العامة ،وتمثلت عينة الدراسة (٣٠٦) طلاب، وتم استخدام مقياس توكيد الذات، ومقياس قلق المستقبل من إعداد الباحث، والمنهج الوصفي، توصلت النتائج إلى أن طلاب المرحلة الثانوية يقعون ضمن المستوى المتوسط لقلق المستقبل وتوكيد الذات، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين قلق المستقبل وتوكيد الذات، إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال توكيد الذات، ووجود أثر ذات دلالة إحصائية لقلق المستقبل تعزى لصالح توكيد الذات والتخصص، وعدم وجود أثر ذات دلالة إحصائية لقلق المستقبل يعزى للتحصيل.

تناولت دراسة الغامدي (٢٠١٣) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من الطلبة من تخصصات جامعية، بهدف التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل والتوافق النفسي والتحقق من إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال التوافق النفسي، وتمثلت العينة من (١٦٢) طالبا، منهم (٥٤) طالبا من كلية الآداب والعلوم الإنسانية بجامعة الملك عبد العزيز، و(٥٤) طالبا من كلية العلوم بجامعة الملك سعود، و(٥٤) طالبا من الكلية التقنية بالدمام، واستخدم الباحث مقياس قلق المستقبل من إعداد: (المشيخي٢٠٠٩)، ومقياس التوافق النفسي من إعداد: (شقير٢٠٠٥). والمنهج الوصفي، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في التوافق النفسي، إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال التوافق النفسي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي التوافق النفسي ومتوسطات درجات الطلاب منخفضي التوافق النفسي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب كلية الآداب والعلوم الإنسانية وطلاب كلية العلوم وطلاب الكلية التقنية في قلق المستقبل عدا المحور الثاني: النظرة السلبية للحياة لصالح الكلية التقنية.

وتناولت دراسة القرشي (٢٠١٢) بعنوان الدافع للإنجاز وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طالب جامعة أم القرى، تهدف الدراسة من التحقق من وجود علاقة بين الدافع الإنجاز وقلق المستقبل ، تمثلت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالبٍ (١٥٠) طالبا من الكليات العلمية و (١٥٠) طالبًا من الكليات النظرية بجامعة أم القرى، تم استخدام مقياس الدافع الإنجاز من إعداد: (موسى١٩٨١)، مقياس قلق

المستقبل من إعداد: (شقير٢٠٠٥)، والمنهج الوصفي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى قلق المستقبل لدى طلاب جامعة مرتفع، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات قلق المستقبل تبعا لكل من متغيري التخصص والمستوى الدراسي، بالإضافة إلى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الدافع للإنجاز، فكلما زاد الدافع الإنجاز زاد معه القلق تجاه المستقبل.

هدفت دراسة الدوسري (٢٠١١) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته بمفهوم الذات وبعض المتغيرات الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الإحساء، بهدف الكشف عن علاقة قلق المستقبل، وكل من مفهوم الذات وبعض المتغيرات الأكاديمية (التحصيل الدراسي والتخصص العلمي) لدى طالبات المرحلة الثانوية ، وتمثلت عينة الدراسة من (٣٠٦) طالبات بالصفوف الدراسية الثلاثة، وطبقت عليهم أدوات الدراسة في مقياس قلق المستقبل لطالبات المرحلة الثانوية إعداد الباحثة، ومقياس مفهوم الذات (إعداد الصيرفي ١٩٨٨)، والمنهج الوصفي، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سالبة بين قلق المستقبل ومفهوم الذات لدي طلبات المرحلة الثانوية عينة الدراسة في الدرجات الكلية لكل منهما، وبين أبعاد مقياس قلق المستقبل والدرجة الكلية لمفهوم الذات كل على حدة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طالبات العلمي، أدبي على مقياس قلق المستقبل ككل وأبعاده، وبين متوسطي درجات طالبات الصفين الأول والثالث الثانوي على مقياس قلق المستقبل ككل وأبعاده، حيث أشارت النتائج إلى وجود فروق في هذا البعد لصالح متوسط درجات طالبات الصف الأول الثانوي، في حين وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات على مقياس قلق المستقبل ككل وأبعاده لصالح غير المتفوقات.

- **المحور الثالث: الدراسات والبحوث التي تناولت العلاقة بين الأمن النفسي وقلق المستقبل:**

هدفت دراسة المطيري (٢٠١٩) بعنوان الامن النفسي وقلق المستقبل لدى المراهقين والمراهقات - دراسة مقارنة تنبؤية بهدف التعرف على الأمن النفسي لدى المراهقين والمراهقات، وتمثلت عينة الدراسة من طلاب وطالبات الصف الثاني ثانوي في مدارس شرق الرياض وبلغ عددهم (١٠٥٣)، وكان عدد الطلاب (٤٥٦) طالبا وعدد الطالبات (٥٩٧) طالبة، واستخدمت الباحثة مقياس الأمن النفسي، ومقياس قلق المستقبل من إعداد الباحثة، والمنهج الوصفي (المقارن – التنبؤي) وقد أسفرت نتائج وجود علاقة طردية بين متغيري الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى كل من المراهقين والمراهقات.

تناولت دراسة القرالة (٢٠١٦) بعنوان معرفة العلاقة بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في تربية قصبة الكرك، بهدف التعرف على علاقة الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتمثلت عينة الدراسة من (٣٧٦) طالبا وطالبة، استخدام مقياس الأمن النفسي لماسلو (١٩٨٣)، ومقياس قلق المستقبل من إعداد هياجية موسى (٢٠١٤)، والمنهج الوصفي التحليلي. توصلت النتائج إلى وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية عند مستوى

(٠،٠٥) بين الأمن النفسي وقلق المستقبل وأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوية في تربية قصبة الكرك.

تناولت دراسة هاني (٢٠١٦) بعنوان الأمن النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين طلبة المدارس من سكاني منطقتي رابعة العدوية ومنطقة النهضة ، بهدف معرفة درجة شعورهم بالأمن النفسي وقلق المستقبل الناتج عن الأحداث المضطربة بتلك المناطق، وتمثلت عينه الدراسة من (٣٨٢) طالبا وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (١٢ -١٤)، واستخدام مقياس الأمن النفسي ومقياس قلق المستقبل من إعداد الباحث، والمنهج الوصفي، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشعور بالأمن النفسي ومظاهر قلق المستقبل عند مستوى (٠،٠١).

- **فروض البحث**:

يمكن صياغة فروض البحث على النحو التالي:

- يوجد مستوى متوسط من الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.
- يوجد مستوى مرتفع من قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.
- يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.

- **منهج البحث وإجراءاته**
- **منهج البحث**:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي؛ لمعرفة طبيعة العلاقة بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية.

ويقوم المنهج الوصفي الارتباطي: بوصف ما هو كائن، وتفسيره، والاهتمام بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع. (عبد الحميد، جابر؛ خيري، أحمد، ٢٠١١: ١٣٤).

- **مجتمع البحث الأصلي**:

تكون المجتمع الأصلي للبحث من جميع الطالبات المنتظمات في الصف الثاني ثانوي بالمدارس الحكومية التابعة للإدارة العامة للتعليم بمنطقةٍ جازان، من مدارس التعليم العام ومدارس نظام المقررات في مكاتب تعليم كل من: (وسط جازان، صامطة، وأحد المسارحة والحرث، والعارضة، أبو عريش، فرسان)، وعددهن (٧٠٢٨) طالبة، وإدارة التعليم بصبيا لكل من: (صبيا، ضمد، بِيش، الداير، فيفا، هروب، العيدابي، الريث، الدرب)، وعددهن (٤٨٧٢) طالبة، وفقا لإحصائية الإدارة العامة للتعليم بمنطقة جازان وإدارة تعليم بمحافظة صبيا ملحق (٥).

• **عينة البحث**:

تكونت عينة البحث الأساسي من (٥٠٠) طالبة من طالبات الصف الثاني الثانوي، تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة.

جدول (١): توزيع المشاركات في عينة البحث الأساسي.

الرقم	مكتب التعليم بمحافظة	عدد الطالبات
1	وسط جازان	107
2	صامطة	85
3	أحد المسارحة والحرث	35
4	العارضة	42
5	أبو عريش	19
6	فرسان	17
7	صبيا	35
8	ضمد	17
9	بيش	8
10	الدايز	22
11	فيفا	7
12	هروب	50
13	العيدابي	26
14	الريث	23
15	الدرب	7
المجموع		500 طالبة

• **الأدوات المستخدمة في البحث**:

لتحقيق أهداف البحث، والإجابة عن تساؤلاته، واختبار صحة فرضياته؛ استخدمت الباحثة عددًا من الأدوات، وهي:

- مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) من إعداد: (شقير، ٢٠٠٥).
- مقياس قلق المستقبل من إعداد: (الباحثة، ٢٠٢٠).

• **أولًا: مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) من إعداد: (شقير، ٢٠٠٥)**:

يشمل المقياس في مجمله على (٥٤) مفردة كما هو موضح في ملحق رقم: (٤) بحيث تدور هذه المفردات حول أبعاد أساسية هي:

- البعد الأول: الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨).
- البعد الثاني: الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد (٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦، ٣٧).
- البعد الثالث: الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بالحالة المزاجية للفرد (٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١، ٤٢، ٤٣، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٧).
- البعد الرابع: الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد (١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٤٨، ٤٩، ٥٠، ٥١، ٥٢، ٥٣، ٥٤).
- بعض هذه المفردات إيجابية والبعض الآخر ذات صياغة سالبة، وأمام كل مفردة (٤) بدائل اختيارية للإجابة وهي: (موافق بشدة، موافق، غير موافق، غير موافق

بشدة) على الدرجات (٣، ٢، ١، صفر) للمفردات الإيجابية، والعكس للمفردات السلبية تقدر الدرجات (صفر،١،٢،٣)، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين: (صفر -١٦٢).

- **الخصائص السيكومترية لمقياس الأمن النفسي**:
- **أولا**: **الصدق**

اعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على ما يلي:

- **صدق المقارنة الطرفية**:

لحساب صدق المقارنة الطرفية لمقياس الأمن النفسي؛ قامت الباحثة بمقارنة الثلث الأعلى في درجات المقياس بالثلث الأدنى في ضوء درجات المحك خارجي، وهو مقياس قلق المستقبل، واستخدمت لهذه المقارنة اختبار (ت) لحساب الفرق بين المتوسطين، حيث تبين أن مقياس الأمن النفسي ميز بين المجموعتين في المحك الخارجي، حيث إن قيمة (ت) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١)؛ ولذلك يتصف المقياس بالصدق.

- **صدق المحك الخارجي**

قامت الباحثة بحساب صدق مقياس الأمن النفسي من خلال حساب معامل ارتباط أداء أفراد العينة الاستطلاعية ن = ١٥٠، على المقياس وأدائهم على مقياس قلق المستقبل، حيث تبين أن قيمة معامل الارتباط دالة عند مستوي ٠.٠١ حيث بلغت قيمتها (٧٥٣. - ❖❖)، وهي قيمة مقبولة؛ مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

- **صدق المفردات**:

- حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، حيث تبين أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠.٥٧٥،٠.٨٧٦). وهي جميعها دالة إحصائيا
- حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة، والبعد الذي تنتمي إليه تلك المفردة، حيث تبين
- أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٢١٤،٠,٦٩٧)، وأن هذه القيم دالة إحصائيا وهي مقبولة، وبذلك تم التحقق من صدق المقياس.
- حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية، حيث تبين أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠.١٦٢،٠.٦٢١)، وهي قيم دالة إحصائيا ، وبذلك تم التحقق من صدق المقياس.

- **ثانيا**: **الثبات**

١- **معامل ثبات ألفا كرونباخ**:

استخدمت الباحثة لحساب الثبات على عينة استطلاعية = (١٥٠) معامل ألفا كرونباخ، حيث تبين أن قيمة معامل ألفا لكرونباخ بالنسبة لأبعاد المقياس المستخدم تراوحت بين (٠.٧١٨ ،٠.٨١٥)، وبلغت قيمتها للمقياس ككل (٠.٩١٧)، وهي قيم مقبولة؛ مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس

٢- **معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة**:

استخدمت الباحثة لحساب الثبات على العينة الاستطلاعية معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة، حيث تبين أن قيم معاملات الثبات تراوحت بين (٠.٩١٤،٠.٩١٧)، وأن جميع هذه المعاملات مقبولة؛ مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

٣- **طريقة التجزئة النصفية**:

حيث تبين أن معاملات الثبات للاختبار تراوحت ما بين (٠.٨٢٠، ٠.٩٤٧)، وهي معاملات ثبات عالية ودالة إحصائيًا تدعو للثقة في صحة النتائج.

بعد حساب الخصائص السيكومترية للمقياس، وما ترتب عليها من عدم حذف أي من المفردات، وصلاحيته للاستخدام لدى طالبات المرحلة الثانوية أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٥٤) مفردة موزعة على أربعة أبعاد، كما هو موضح في ملحق رقم (٤).

- **ثانيًا: مقياس قلق المستقبل من إعداد: (الباحثة، ٢٠٢٠)**:

لتحقيق أهداف البحث؛ أعدت الباحثة مقياس قلق المستقبل باستخدام الخطوات التالية:

- قامت الباحثة بالاطلاع على بعض الدراسات والأبحاث السابقة: المحلية، والعربية، والمقاييس المستخدمة التي تناولت موضوع قلق المستقبل، مثل مقياس: (الخالدي، ٢٠٠٢)، و(القاضي، ٢٠٠٩)، و(شقير، ٢٠٠٥)، و(المشيخي، ٢٠٠٩)، و(الغريري وصالح، ٢٠١٢).
- فحصت الباحثة أبعاد المقاييس السابقة، وقامت بحساب الأهمية النسبية لتكرار كل بعد، ومن ثم اختيار أربعة أبعاد للمقياس الحالي.
- تحديد عدد المفردات بناء على الأهمية النسبية، ومن ثم صياغة المفردات بما يتلاءم مع الهدف من الدراسة، وبما يتناسب مع المستوى العمري للطالبات،

وقد صيغت المفردات على شكل مقياس في صورته الأولية من (٤٢) مفردة، كما هو موضح في ملحق (٢)، مكون من أربعة أبعاد كما يلي:

- البعد الأول: البعد الشخصي: يتمثل في الأفكار، ومعتقدات الفرد السلبية عن شخصيته وذاته، والتوتر، والنظرة التشاؤمية نحو مستقبله. (١،٢،٣،٤،٥،٦،٧،٨،٩،١٠،١١،١٢)
- البعد الثاني: البعد الاجتماعي: يتمثل في علاقة الفرد مع الآخرين، والمواقف والأحداث الاجتماعية التي تتطلب من المواجهة وتؤثر في المستقبل. (١٣،١٤،١٥،١٦،١٧،١٨،١٩،٢٠،٢١،٢٢)
- البعد الثالث: البعد الأسري: يتمثل في علاقة الفرد بأسرته والمشكلات الأسرية والمخاوف من تكوين أسرة ومسؤوليات الحياة المستقبلية. (٢٣،٢٤، ٢٥،٢٦،٢٧،٢٨،٢٩،٣٠،٣١،٣٢).

- البعد الرابع: البعد الصحي: يتمثل في المظاهر والأعراض الصحية، أو ردود الفعل الفسيولوجية التي تطرأ على الفرد في المواقف التي يدرك أنها تؤثر في مستقبله. (٣٣،٣٤،٣٥،٣٦،٣٧،٣٨،٣٩،٤٠،٤١،٤٢).

ولكل فقرة سلم التدرج الثلاثي (تنطبق - أحيانا - لا تنطبق)، وأعطيت الأوزان (٣، ٢، ١) للفقرات السلبية، بينما الأوزان (١، ٢، ٣) للفقرات الإيجابية، جميع فقرات المقياس سالبة ما عاد (٤ ،٩، ١٢، ١٦، ١٩، ٢٣، ٣١) فقرات موجبة، وتتراوح درجات المقياس الكلية ما بين (٤٢ -١٢٦).

- **حساب الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل**:
- **أولا: الصدق**

١- صدق المحكمين:

عرضت الباحثة الصورة الأولية لمقياس قلق المستقبل، والمكون من (٤٢) مفردة على (١٠) أعضاء من المحكمين ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس والإرشاد النفسي في جامعة جازان وبعض الجامعات السعودية، كما هو موضح في ملحق (١)؛ بهدف أخذ ملاحظاتهم وآرائهم حول مناسبة المفردات للمقياس، ومدى مناسبتها لموضوع الدراسة، ومدى سلامة صياغتها لغويا، ومدى ملائمة المفردات للعينة المستهدفة، وإضافة وحذف ما يرونه مناسبًا.

حيث تبين أن جميع مفردات المقياس حظيت بنسبة اتفاق المحكمين (١٠٠٪)، عدا مفردة حظيت بنسبة اتفاق (٨٠٪)، وبناء على ما سبق حذفت الباحثة المفردة التي حظيت على نسبة اتفاق (٨٠٪)، فحذفت المفردة رقم (٤٢)، وبذلك أصبح المقياس في صورته النهائية مكونًا من (٤١) مفردة، كما هو موضح في ملحق (٤).

٢- صدق المقارنة الطرفية:

لحساب صدق المقارنة الطرفية لمقياس قلق المستقبل؛ قامت الباحثة بمقارنة الثلث الأعلى في درجات المقياس بالثلث الأدنى في ضوء درجات المحك الخارجي، وهو مقياس الأمن النفسي، واستخدم لهذه المقارنة اختبار (ت) لحساب الفرق بين المتوسطين، حيث تبين أن قيمة (ت) دالة إحصائيًا عند مستوي (٠.٠١)؛ ولذلك يتصف المقياس بالصدق مما يؤكد صلاحيته للاستخدام في الدراسة الحالية ويوثق في نتائجه.

٣- صدق المفردات:

- حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، حيث تبين أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.٨١٠،٠.٨٩٢)، وجميعها قيم دالة إحصائيا ، وبذلك تم التحقق من صدق المقياس.
- حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة، والبعد الذي تنتمي إليه تلك المفردة، حيث تبين أن قيم معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,١٨٧، ٠,٧٠٧)، وأن هذه القيم جميعها دالة إحصائيا ومقبولة، وبذلك تم التحقق من صدق المقياس.

◄◄ حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية حيث تبين أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.١٨١،٠.٦٥٧)، وهذه القيم جميعها دالة إحصائيا ومقبولة وبذلك تم التحقق من صدق المقياس.

- **ثانيا: الثبات**

استخدمت الباحثة لحساب الثبات الطرق التالية:

١- معامل ثبات ألفا كرونباخ:

استخدمت الباحثة لحساب الثبات على العينة الاستطلاعية معامل ألفا كرونباخ، حيث تبين أن قيمة معامل ألفا لكرونباخ بالنسبة لأبعاد المقياس المستخدم تراوحت ما بين (٠.٥٦٠ ،٠.٨٠٠)، وبلغت قيمتها للمقياس ككل (٠.٩٠٠)، وهي قيم مقبولة؛ مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس للدراسة الحالية.

٢- معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة:

استخدم الباحث لحساب الثبات على العينة الاستطلاعية معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة، حيث تبين أن قيم معاملات الثبات تراوحت ما بين (٠,٨٩٤،٠,٩٠٠)، وأن جميع هذه المعاملات مقبولة؛ مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

٣-التجزئة النصفية:

حيث تبين أن معاملات الثبات للاختبار تراوحت ما بين (٠.٨٠٤، ٠.٩١٥)، وهي معاملات ثبات عالية ودالة إحصائيًا تدعو للثقة في صحة النتائج ومناسبة المقياس للاستخدام.

بعد حساب الخصائص السيكومترية للمقياس، ومن هنا تأكّدت الباحثة من صدق المقياس وثباته، وصلاحيته للاستخدام لدى طالبات المرحلة الثانوية، وأصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٤١) مفردة موزعة على أربعة أبعاد، كما هو موضح في ملحق (٣).

• نتائج البحث ومناقشتها

- **أولا: عرض وتفسير نتائج الفرض الأول: ينص الفرض الأول على أنه: يوجد مستوى متوسط من الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.**

جدول (٢): درجة استجابات أفراد العينة على مدى أهمية الابعاد الاستبانة للأمن النفسي ككل

م	الابعاد	عدد العبارات	المتوسط الإجمالي لعبارات المحور	الترتيب	مستوى الموافقة
1	الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل	14	1.96	1	موافق
2	الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة	18	1.86	2	موافق
3	الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد	10	1.61	4	موافق
4	الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية	12	1.74	3	موافق
	إجمالي الاستبانة	54	1.82		موافق

تبين من الجدول (٢):

أن درجة استجابات أفراد العينة في كل بُعد من أبعاد الاستبانة كانت: (موافق) تبعا لمقياس (ليكرت) الرباعي، حيث تراوحت نسبة المتوسط الإجمالي لعبارات الابعاد ما بين (١,٩٦: ١,٦١)، وجاء ترتيب الابعاد في ضوء درجة أهمية الاستجابات على النحو التالي:

- الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل.
- الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة.
- الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية.
- الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد.

يتبين أن ارتفاع مستوى الأمن بالأبعاد السابقة على الترتيب، حيث حظي بُعد الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل على أعلى متوسط موزون، ثم الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة، ثم الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية، ثم الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد، والمدى الذي انحصر فيه أعلى متوسط موزون لم يتجاوز الدرجة ٢.٢٥، حيث ينحصر مدى الدرجات ما بين (٠.٧٥)، وحتى (٣) كما يتضح من الجدول الآتي:

جدول (٣): مستوى ومدى الموافقة لكل استجابة

قوة العبارة	المدى
غير موافق بشدة	من 0 وحتى (0+0.75) أي 0.75
غير موافق	من 0.75 وحتى (0.75+0.75) أي 1.5
موافق	من 1.5 وحتى (1.5+0.75) أي 2.25
موافق بشدة	من 2.25 وحتى (2.25+0.75) أي 3

وتبين على ذلك أنه يمكن الحكم بارتفاع مستوى الأمن النفسي لدى عينة البحث، ويؤكد ذلك المتوسطات الحسابية الكلية للأمن النفسي وأبعاده، كما يتضح بالجدول الآتي جدول (٤):

جدول (٤): متوسط الدرجة الكلية للأمن النفسي

الابعاد	أقل درجة	أعلى درجة	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري	التباين	الالتواء		التفلطح	
			المتوسط	خطأ المعياري للمتوسط			الالتواء	خطأ المعياري للالتواء	التفلطح	خطأ المعياري للتفلطح
البعد الأول	7.00	42.00	27.5429	.37927	7.09551	50.346	-.203-	.130	-.316-	.260
البعد الثاني	16.00	53.00	33.7143	.34315	6.41976	41.213	.179	.130	.329	.260
البعد الثالث	.00	30.00	16.0571	.38271	7.15983	51.263	-.184-	.130	-.471-	.260
البعد الرابع	3.00	36.00	20.8514	.33297	6.22921	38.803	-.360-	.130	-.029-	.260
الدرجة الكلية	39.00	152.00	98.1657	1.23904	23.18027	537.325	-.089-	.130	-.359-	.260

تبين من الجدول السابق (٤):

أن متوسط الدرجة الكلية للأمن النفسي قد تجاوزت القيمة (٩٨,١٦)، وهي تعد وفقا لمعد المقياس الحد الأدنى للشعور بالأمن النفسي المرتفع، والذي يبدأ من الدرجة (٩٧) وحتى الدرجة (١٣١).

- **ثانيا: عرض وتفسير نتائج الفرض الثاني: ينص الفرض الثاني على أنه: يوجد مستوى مرتفع من قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.**

وللتحقق من هذا الفرض؛ قامت الباحثة بحساب المتوسط الموزون " المرجح " للأبعاد، ثم عبارات مقياس قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.

وسوف يتم عرض النتائج طبقاً للترتيب التالي:

- **نتائج البحث طبقاً لمدى أهمية عبارات الاستبانة مجملة، وكل بُعد من أبعاد الاستبانة قلق المستقبل:**

أوضحت نتائج البحث الحالي أن درجة استجابات أفراد عينة الدراسة على أبعاد الاستبانة كانت أحيانا بالنسبة لكل الأبعاد، على الرغم مما قد يوجد من تفاوت بسيط بينها، حيث تراوح الوزن النسبي لإجمالي عبارات الأبعاد ما بين ١,٨٥ إلى ١,٧٤، كما يتضح من الجدول (٥)

جدول (٥): درجة استجابات أفراد العينة على مدى أهمية أبعاد الاستبانة قلق المستقبل ككل

م	الابعاد	عدد العبارات	المتوسط الإجمالي لعبارات المحور	الترتيب	مستوي الموافقة
1	البعد الشخصي	13	1.74	3	أحيانا
2	البعد الاجتماعي	10	1.79	2	أحيانا
3	البعد الأسري	9	1.85	1	أحيانا
4	البعد الصحي	9	1.79	2	أحيانا
إجمالي الاستبانة		41	1.78	أحيانا	

تبين من الجدول (٥):

أن درجة استجابات أفراد العينة في كل بُعد من أبعاد الاستبانة كانت (متوسطة) تبعا لمقياس (ليكرت) الثلاثي، حيث تراوحت نسبة المتوسط الإجمالي لعبارات الابعاد ما بين (١,٨٥: ١,٧٤).

جدول (٦): مستوي ومدى الموافقة لكل استجابة

قوة العبارة	المدى
لا تنطبق	من 1 وحتى (1+0.66) اي 1.66
أحيانا	من 1.66 وحتى (1.66+0.66) اي 2.32
تنطبق	من 2.32 وحتى (2.32+0.66) اي 2.98

يتبين من الجدول (٦):

أنه يمكن ترتيب أبعاد مقياس قلق المستقبل في ضوء درجة أهمية الاستجابات على النحو التالي:

- البعد الأسري.
- البعد الاجتماعي، البعد الصحي.
- البعد الشخصي.

وبما أن استجابات الطالبات قد تمركزت حول " أحيانا"، أي: بين الدرجة (١,٨٥ : ١,٧٤)، فهذا يدل على أنه يوجد قلق مستقبل لدى الطالبات بدرجة متوسطة، ويؤكد ذلك المتوسطات الحسابية الكلية لقلق المستقبل وأبعاده، كما يتضح بالجدول الآتي (٧):

جدول (٧): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والالتواء والتفلطح لمقياس قلق المستقبل

الابعاد	أقل درجة	أعلى درجة	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري	التباين	الالتواء		التفلطح	
			المتوسط	الخطأ المعياري للمتوسط			الالتواء	الخطأ المعياري للالتواء	التفلطح	الخطأ المعياري للتفلطح
الشخصي	13.00	38.00	22.5771	.29128	5.44928	29.695	.360	.130	-.622-	.260
الاجتماعي	10.00	28.00	17.8571	.21159	3.95854	15.670	.385	.130	-.516-	.260
الأسري	9.00	26.00	16.6543	.19937	3.72983	13.912	.063	.130	-.534-	.260
الصحي	9.00	27.00	16.0886	.25825	4.83133	23.342	.459	.130	-.535-	.260
الدرجة الكلية	43.00	111.00	73.1771	.82230	15.38382	236.662	.274	.130	-.524-	.260

تبين من الجدول (٧):

أن متوسط درجات الطالبات على مقياس قلق المستقبل قد بلغ (٧٣.١٧)، وهو يقع في المدى المتوسط وفقا لمعدة المقياس، حيث يبدأ المستوى المتوسط بالدرجة: (٤٢)، وصولا إلى الدرجة: (٨٢).

- **ثالثاً: عرض وتفسير نتائج الفرض الثالث: ينص الفرض الثالث على أنه: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى الطالبات في المرحلة الثانوية في منطقة جازان.**

وللتحقق من هذا الفرض؛ قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب الارتباط بين أبعاد قلق المستقبل والدرجة الكلية للأمن النفسي، كما هو موضح في جدول (٨).

جدول (٨): معاملات الارتباط بين الأمن النفسي والدرجة الكلية لقلق المستقبل وأبعاده

المقياس	الدرجة الكلية الأمن النفسي	المتوسط	الانحراف المعياري
	معامل الارتباط		
البعد الشخصي	-.676**	22.5	5.44
البعد الاجتماعي	-.623**	17.8	3.95
البعد الأسري	-.548**	16.6	3.72
البعد الصحي	-.579**	16.0	4.83
الدرجة الكلية لقلق المستقبل	-.714**	73.1	15.38

تبين من الجدول (٨) أن:

هناك علاقة ارتباطية عكسية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الأمن النفسي والدرجة الكلية لقلق المستقبل وأبعاده: (البعد الشخصي– البعد الاجتماعي– البعد الأسري– البعد الصحي) عند مستوى دلالة (٠,٠١) لدى طالبات المرحلة

الثانوية في منطقة جازان، وبالتالي تقبُّل الفرض البديل، وهذا يعنى أنه كلما زاد الأمن النفسي لدى الطالبات كلما أدى ذلك إلى خفض القلق لديهن.

كما قامت الباحثة بالكشف عن العلاقة بين أبعاد الأمن النفسي والدرجة الكلية لقلق المستقبل لدى طالبات منطقة جازان، كما هو موضح في جدول (٩).

جدول (٩): معاملات الارتباط بين قلق المستقبل والدرجة الكلية للأمن النفسي وأبعاده

المقياس	الدرجة الكلية لقلق المستقبل معامل الارتباط	المتوسط	الانحراف المعياري
الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل	-.626**	27.5	7.09
الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة	-.556**	33.7	6.41
الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد	-.713**	16.0	7.15
الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية	-.553**	20.8	6.22
الدرجة الكلية للأمن النفسي	-.714**	98.1	23.18

تبين من الجدول (٩):

أن هناك علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والدرجة الكلية للأمن النفسي وأبعاده عند مستوى دلالة (٠,٠١) لدى طالبات الصف الثاني الثانوي، وبالتالي يمكن قبول الفرض البديل.

واتفقت نتائج البحث الحالي مع دراسة هاني (٢٠١٦) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشعور بالأمن النفسي ومظاهر قلق المستقبل لدى المراهقين، وشعور بالأمن النفسي يساعده على التصدي للمشكلات المرتبطة بالمستقبل، والتغلب عليها من خلال حياتهم المستقبلية والتخطيط لها، والتخلص من الأفكار السلبية وتعديلها إلى التفكير الإيجابي بالمستقبل، فاذا استطاع الفرد التغلب على الجوانب المرتبطة بالمستقبل فسيشعر بالأمن النفسي، واتفقت دراسة القرالة (٢٠١٦) مع النتائج الحالية حيث توصلت إلى وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الأمن النفسي وقلق المستقبل وأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوية الناتج عن الأحداث المضطربة بتلك المناطق.

واتفقت نتائج البحث الحالي مع بعض الدراسات الأخرى التي تناولت متغيرات إيجابية كالأمن النفسي مع قلق المستقبل، حيث توصلت دراسة الدوسري(٢٠١١) إلى وجود علاقة سالبة بين قلق المستقبل ومفهوم الذات لدي طلبات المرحلة الثانوية الذي يتمحور حول العزلة، وعدم القدرة على التفاعل، وإخفاء الاتجاهات الإيجابية نحو الذات ونحو الآخرين، ويسهم ذلك في المشكلات النفسية والسلوكية والاجتماعية التي يمكن أن يعيشها الفرد، وتتفق أيضا مع ما توصلت إليه دراسة الغامدي(٢٠١٣) على وجود علاقة ارتباطية سالبة بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في التوافق النفسي، وسوء توافق في عجزهم في الانسجام بينهم وبين بيئتهم ، سواء كانت الأسرة أو المدرسة، في حين أن التوافق النفسي أمر ضروري يجب توفره لدى أي طالب؛ من أجل تحقيق تحصيل دراسي جيد، ورفع درجة الانتماء لديهم، وهذا ما يخفض من حدة شعوره بالقلق تجاه المستقبل، كما اتفقت مع ما توصلت له نتائج دراسة الحربي(٢٠١٣) على وجود

علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين قلق المستقبل وتوكيد الذات لدى طلاب المدارس الثانوية العامة بالمدينة المنورة، حيث ساهم ارتفاع توكيد الذات لدى الطالبات بانخفاض مشاعرهن نحو قلق المستقبل،

واختلفت نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة المطيري (٢٠١٩) لوجود علاقة طرية بين الأمن النفسي وقلق المستقبل أي تزايد مستويات القلق لدى المراهقين والمراهقات تؤدي إلى تزايد الشعور بعدم الطمأنينة والأمن النفسي لديهم، دراسة الحربي (٢٠١٤) التي توصلت إلى وجود علاقة إحصائية دالة موجبة بين قلق المستقبل وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الثانوية، وانخفاض تقدير الذات لدى الفرد وارتفاع القلق من المستقبل لديه والعكس صحيح .ويؤدى تقدير الذات الإيجابي دورا مهمًّا في دعم الشعور بالأمن النفسي والإحساس بالكفاءة، والقدرة على مواجهة تحديات الحياة، في حين أشارت دراسة أبو قوره، كوثر قطب؛ البسيوني، نورا صبري؛ زايد، أمل محمد (٢٠١٩) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أساليب التنشئة الوالدية بأبعادها الفرعية وقلق المستقبل بأبعاده الفرعية، حيث إنه في ظل أساليب التنشئة الوالدية السالبة تتكون لدى الطالبات قيم غير سوية، حيث يتمثلون هذه القيم من والديهم، والتي تجعلهن أكثر تشاؤمًا وقلقا من المستقبل، فيما توصلت دراسة عفيفي(٢٠١٩) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التسامح والأمن النفسي، فشعور الفرد بمشاعر القبول والحب والتقدير من المحيطين به ينعكس ذلك على علاقته مع الآخرين في المجتمع، فحين يشبع الفرد حاجته في الأمن يسعى للتواصل والتناغم ما بينه وبين الآخرين، ويتحقق التسامح والسكون النفسي،

وفسرت الباحثة نتيجة البحث الحالي، والتي دلت على وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى طالبات الصف الثاني الثانوي بحيث إنه كلما زاد الأمن النفسي لدى الطالبات كلما أدى ذلك إلى خفض قلق المستقبل لديهن، وأن مستوى الأمن مرتفع بما نصت عليه نتيجة الفرض الأول، وتبين أن مستوى الأمن النفسي لدى الطالبات وكان متوسطهن الحسابي: (٩٨.١٦)، ودل ذلك على مستوى عالٍ من الأمن، حيث ساعد ذلك في النظرة الإيجابية للطالبات للمستقبل، وثقتهنً بذواتهن، وساعدت علاقتهن مع الصديقات والأهل والمحيطين بهن إلى زيادة ثقتهن بأنفسهن، وتبادل مشاعر السعادة والرضا بالإنجاز فيما بينهن، وتشجيعهن نحو تحقيق أهداف مستقبلية يسعين إليها، والسعي لمستقبل مشرق وواعد، وقد ساعد ذلك في ارتفاع مستوى الأمن النفسي؛ حيث ساهمت أبعاد الأمن النفسي في انخفاض قلق المستقبل لدى الطالبات، فمشاعر الأمن والاستقرار ساهمت في أن يكون الطالبات في المستوى المتوسط لقلق المستقبل، وهذا يدل على أن طالبات الصف الثاني الثانوي اللاتي يتسمن بالأمن النفسي المرتفع تنخفض لديهن مظاهر قلق المستقبل، بفضل أن لديهن نظرة تفاؤلية مرتبطة بالمستقبل.

- **رابعاً: عرض وتفسير نتائج الفرض الرابع: ينص الفرض الرابع على أنه: "يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان".**

وللتحقق من هذا الفرض؛ قامت الباحثة باستخدام تحليل الانحدار البسيط، والجدول (١٠) يوضح ذلك:

جدول (١٠): دلالة التنبؤ بالأمن النفسي في قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية

النموذج النهائي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
قلق المستقبل	الانحدار البواقي المجموع	42162.799 40432.219 82595.017	1 348 349	42162.799 116.185	362.895	0.01

تبين من الجدول (١٠):

أن قيمة "ف" لمعرفة دلالة التنبؤ الأمن النفسي في قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان تعد دالة إحصائيًا.

والجدول (١١) يوضح نتائج تحليل الانحدار البسيط لمعرفة المتغيرات المنبئة (الأمن النفسي) في قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان كالتالي:

جدول (١١): نتائج تحليل الانحدار البسيط

المتغير المحك	المتغيرات المنبئة	معاملات الانحدار غير المعيارية B	الخطأ المعياري لمعاملات النموذج	معاملات الانحدار المعيارية Beta	قيمة (ت) المحسوبة لمعاملات النموذج	مستوى الدلالة	Durbin-Watson	VIF	Tolerance	معاملات الارتباط والتفسير
قلق المستقبل	الأمن النفسي	-.474	.025	-.714	19.050-	0.01	1.825	1.000	1.000	معامل الارتباط (ر)=0.714 معامل التحديد (ر٢)=0.510

تبين من الجدول (١١):

أن قيمة (ف) لمعرفة إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل بلغت: (٣٦٢.٨٩٥)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١)، وكما بلغت قيمة معامل الارتباط: (٠.٧١٤)، بلغ معامل التحديد (٠.٥١٠)، وبينما بلغت قيمة (ت) للأمن النفسي: (١٩.٠٥٠ -)، للدلالة على فاعلية متغير الأمن النفسي في التنبؤ بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠.٠١)، بالإضافة إلى توافر اشتراطات تحليل الانحدار؛ حيث لم تتجاوز اختبارات (Durbin-Watson - VIF - Tolerance) المدى المسموح.

وفيما يلي معادلة الانحدار:

الدرجة الكلية للقلق المستقبل = ١١٩.٧٢٤+ (٤٧٤. -) ❖ الأمن النفسي)

ويلاحظ أنه كلما ارتفعت درجات الأمن النفسي انخفضت درجات قلق المستقبل لدي طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان.

وبالنظر إلى النتائج التي أسفر عنها التحليل الإحصائي في الجدول رقم: (٣٧) يلاحظ تحقق الفرض الرابع؛ مما يدل على فاعلية القرار بقبول الفرض البديل، الذي ينص على: "يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان".

وتتفق نتائج البحث الحالي مع بعض الدراسات التي تناولت مفاهيم إيجابية كالأمن النفسي مع قلق المستقبل مثل دراسة الحربي (٢٠١٣)، والتي توصلت إلى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال توكيد الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، واتفقت مع دراسة الغامدي (٢٠١٣) في إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال التوافق النفسي، وكذلك ما توصلت له دراسة القرشي (٢٠١٢) من إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال الدافع للإنجاز، فكلما زاد الدافع للإنجاز زاد معه القلق تجاه المستقبل

وتفسر الباحثة النتيجة في ضوء ارتفاع مستوى الأمن النفسي لدى الطالبات، حيث كان متوسطهم الحسابي (٩٨.١٦)، ويدل ذلك على مستوى عال من الأمن، فكلما ارتفعت درجات الأمن النفسي انخفضت درجات قلق المستقبلً لدي طالبات الصف الثاني ثانوي، ويدل ذلك على أن مستوى القلق لدى الطالبات متوسط.

كما قامت الباحثة باستخدام تحليل الانحدار المتعدد؛ للتحقق من القدرة التنبؤية لأبعاد الأمن النفسي في قلق المستقبل لدى الطالبات، وللتحقق من هذا الفرض؛ قامت الباحثة باستخدام تحليل الانحدار المتعدد.

جدول (١٢): دلالة التنبؤ بأبعاد الأمن النفسي في قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية

النموذج النهائي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
أبعاد قلق المستقبل	الانحدار البواقي المجموع	44756.681 37838.336 82595.017	4 345 349	11189.170 109.676	102.020	0.01

تبين من الجدول (١٢):

أن قيمة "ف" لمعرفة دلالة التنبؤ بأبعاد الأمن النفسي في قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان تعد دالة إحصائيًا.

والجدول: (١٣) يوضح نتائج تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة المتغيرات المنبئة (أبعاد الأمن النفسي) في قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان

جدول (١٣): نتائج تحليل الانحدار المتعدد

المتغير المحك	المتغيرات المنبئة	معاملات الانحدار غير المعيارية B	الخطأ المعياري لمعاملات النموذج	معاملات الانحدار المعيارية Beta	قيمة (ت) المحسوبة لمعاملات النموذج	مستوى الدلالة	Durbin-Watson	VIF	Tolerance	معاملات الارتباط المتعدد والتفسير
قلق المستقبل	الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل	-.362	.125	-.167	-2.897	0.01	1.870	.400	2.502	معامل الارتباط المتعدد (رم) = 0.736 ، معامل التحديد المتعدد (ر٢م) = 0.542
	الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة	-.274	.129	-.114	-2.128	0.01		.461	2.169	
	الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد	-1.049	.130	-.488	-8.056	0.01		.361	2.769	
	الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية	-.114	.135	-.046	-.849	.397		.447	2.238	

تبين من الجدول (١٣):

أن قيمة (ف) لمعرفة إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل بلغت: (١٠٢.٠٢٠)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١)، وكما بلغت قيمة معامل الارتباط المتعدد: (٠.٧٣٦)، بلغ معامل التحديد: (٠.٥٤٢)، إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠.٠١)،، وبينما بلغت قيمة (ت) لأبعاد الأمن النفسي: (٢.٨٩٧ -، ٢.١٢٨ - ،٨.٠٥٦. - ، ٨٤٩. -) على التوالي، للدلالة على فاعلية هذه الأبعاد في التنبؤ بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠.٠١)، ما عدا البعد الرابع: (الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية قيمة " ت" غير دالة إحصائيًا، بالإضافة إلى توافر اشتراطات تحليل الانحدار؛ حيث لم تتجاوز اختبارات (Tolerance- VIF - Durbin-Watson) المدى المسموح.

وفيما يلي معادلة الانحدار المتعدد:

الدرجة الكلية للقلق المستقبل = ١١١.٦١١+ (٣٦٢. - ❖ الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل) + (٢٧٤. - ❖ الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة) + (١.٠٤٩. - ❖ الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد).

ويلاحظ أنه كلما ارتفعت درجات كل من أبعاد الأمن النفسي قلت درجات قلق المستقبل لدي طالبات المرحلة الثانوية في منطقة جازان، وبالنظر إلى النتائج التي أسفر عنها التحليل الإحصائي باستخدام تحليل الانحدار البسيط والمتعدد يلاحظ تحقق الفرض الرابع؛ مما يدل على فاعلية القرار بقبول الفرض البديل، الذي ينص على: يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال أبعاد الأمن النفسي لدى طالبات منطقة جازان، وتفسر الباحثة أن الأمن النفسي يؤثر في قلق المستقبل؛ حيث إن الأمن المرتبط بتكون الفرد ورؤيته للمستقبل، والأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة، والأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية تسهم في التنبؤ بقلق المستقبل.

وترى الباحثة أن تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل يحمل نوعا من التفاؤل والنظرة الإيجابية للمستقبل؛ مما يجعل الفرد يتوقع الخير وتوقع تغيير حياته للأفضل في المستقبل، وبالتالي يسهم في خفض قلق المستقبل، وهذا ما توصل اليه البحث الحالي، حيث تتفق مع أشار إليه الشهري(٢٠٠٩: ٢٨) كون شعور بالأمن النفسي أحد الحاجات المهمة لشخصية الفرد حيث تمتد جذوره إلى طفولة المرء، ، ويعد الأمن النفسي من الحاجات ذات المرتبة العليا للإنسان يتحقق بعد تحقق الحاجات الدنيا، وبما أشار إليه الهيتي(٢٠٠٥ :٢٦١) في تفسيره لنظرية ماسلو أن الحاجة للأمن من الحاجات التي يسعى إليها الأفراد إلى إشباعها بشكل مرضٍ؛ لإدراكهم بأنها متغير مهم يؤثر على نمط حياتهم المعيشية، وثبت علميًا أنَ الحاجة للأمن تنعكس على الأمن النفسي للأفراد وبالتالي على أدائه الوظيفي.

وتفسر الباحثة القدرة التنبؤية للبعد الثاني المتعلق بالحياة العامة والعملية، والذي يدل على سعي الفرد نحو التقدم نحو الأفضل، والعمل على تحقيق الأهداف، حيث إن مشاعر الأمن من خلال الممارسة للعبادات الدينية تزيد من استقرار النفسي، وتوقع الخير من المحيطين به، وبالتالي تسهم في خفض قلق المستقبل، وهذا ما توصلت الدراسة إليه، وتتفق مع ما أشار إليه الشريف (٢٠٠٣ :١٣) من أن اكتمال الشخصية الإسلامية أمر يجعل الفرد مطمئنا، وكثير التفاؤل، ويشعر بالأمن والاطمئنان في بيئته، ويتفق أيضا مع ما ذكره بوقري(٢٠٠٩: ١١١) من أن الفرد يضع لنفسه أهدافا محددة يسعى إلى تحقيقها في المستقبل.

وفسرت الباحثة القدرة التنبؤية للبعد الثالث بقلق المستقبل، وهو البعد الأكثر إسهاما في قلق المستقبل لدى الطالبات، وهو الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية، حيث يشعر الفرد بالرضا والقناعة في حياته، وكتم غضبه والتعبير عن مشاعر الفرح والسعادة بينه وبين الآخرين، والإحساس بالاطمئنان من حين لآخر يساعده على الاستقرار في حياته، وقد ساهم ذلك في خفض قلق المستقبل، ويتفق هذا التفسير مع ما أشار إليه العيسوي(٢٠٠١: ٢٢٤) بأن الإنسان يسعى دوما إلى أن يكون متحررًا من مشاعر الخوف والهلع والفزع والرهبة وتوقع الخطر والأذى، وأن يكون مطمئنًا على نفسه في حاضره وغده، وأن يكون متمتعًا

بالتكيف النفسي والشعور بالرضا عن ذاته وعن المجتمع، وأن يكون على علاقة وئام وانسجام مع المجتمع.

كما فسرت الباحثة عدم دلالة القدرة التنبؤية للبعد الرابع بقلق المستقبل؛ حيث إنه يرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد والاحتكاك بالآخرين ومشاعر الجفاء، وعدم الاهتمام المتبادل بينهم، وتفضيل الفرد بالعزلة عن التكيف مع الآخرين والتواصل والانسجام فيما بينهم، وتتفق نتائج البحث الحالي مع ما توصل إليه الداهري(٢٠٠٥: ١٢٠)، فهو يرى أن الفرد نتاج لعملية تفاعل مع الغير، وأن الشخصية الإنسانية تنبع من قوى الشخصية والاجتماعية للفرد التي تؤثر فيه، وأن الفرد يسعى في حياته إلى تحقيق هدفين هما: التوصل إلى الإشباع للحاجات، والتوصل إلى تحقيق الشعور بالأمن، وعند إخفاقه في إشباع حاجاته فيعاني من قلق وانعدام مشاعر الأمن، والشعور بالأمن عند الفرد يقوم على الشعور بالانتماء، وشعور بأنه مقبول في الجماعة، وما أشار إليه راجح (٢٠٠٩: ٩٥) من أنه قد يؤدي الإحباط الشديد للفرد، وحاجته للأمن إلى أن يكون الفرد متوجسًا من الآخرين، والمنافسة والمغامرة والخجل والمشاركة مع الآخرين، والارتباك، والانطواء في المواقف الاجتماعية.

- **التوصيات**:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي، تقدم الباحثة عددًا من التوصيات منها:

- الاهتمام بتنمية الشعوربالأمن النفسي لدى الطالبات من خلال مشاعرالقبول والانتماء والتقدير من الآخرين.
- الاهتمام بتخفيض درجة القلق بشكل عام لدى الطالبات، وبتخفيض قلق المستقبل بشكل خاص من خلال برامج التوعوية ومحاضرات وندوات عن أثر قلق المستقبل في حياتهم.
- عمل تدريبات ودورات عن الطموح والتفاؤل والرضا عن الحياة، حيث أثبتت الدراسات أنها تؤثر في الأمن النفسي، وهذا ينعكس بدوره في خفض قلق المستقبل.
- تطويررؤية الطالبات نحو المستقبل؛ بما يساعد في الاستقرارالنفسي، والرضا، والقناعة في حياتهن.
- تشجيع الطالبات في تنمية علاقاتهن الاجتماعية مع الآخرين من خلال اللقاءات والفعاليات وتبادل الزيارات.
- العمل على اشتراك الطالبات في النشاطات الجماعية، والتخطيط للمستقبل دون قلق.

- **البحوث المقترحة**:

- برنامج إرشادي قائم على الأمن النفسي في الحد من قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية.

- برنامج إرشادي وقائي من قلق المستقبل وأثره في التحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الثانوية.
- برنامج إرشادي للمعلمين في تنمية الأمن النفسي وأثره في قلق المستقبل لدى طلابه.
- العوامل / المتغيرات المساهمة / المتنبئة بقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية.
- المتغيرات المعرفية والاجتماعية المساهمة في الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية.
- نمذجة العلاقات السببية بين السعادة والأمل وقلق المستقبل لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية.
- الدورالوسيط للدافعية العقلية في العلاقة بين قلق المستقبل والأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية.

• قائمة المراجع:

• المراجع العربية:

- القرآن الكريم.
- إبراهيم، عثمان. (٢٠١٦). *مستوى الأمن النفسي وعلاقته بدافعية الإنجَاز والتوافق الاجتماعي الدراسي: دراسة ميدانية لطلاب الجامعة بمدينة مقديشو* [رسالة دكتوراه منشورة، كلية التربية، السودان].
- أبو عمرة، عبد المجيد. (٢٠١٢). *الأمن النفسي وعلاقته بمستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى طلبة الثانوية العامة* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة الأزهر بغزة].
- أبو قوره، كوثر قطب؛ البسيوني، نورا صبري؛ زايد، أمل محمد. (٢٠١٩). أساليب التنشئة الوالدية وقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية*، ١٩(١)، ٣٩٧-٤٢٣.
- الأقصري، يوسف. (٢٠٠٢). *كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل*. دار اللطائف للنشر والتوزيع. مصر.
- بدير، كريمان. (٢٠٠٤). *الرعاية المتكاملة للأطفال*. عالم الكتب. مصر.
- بلكيلاني، إبراهيم محمد. (٢٠٠٨). *تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو في النرويج* [رسالة ماجستير منشورة، الأكاديمية العربية في الدانمارك].
- بوقري، مي كامل. (٢٠٠٩). *إساءة المعاملة والإهمال الوالدي والطمأنينة النفسية والاكتئاب لدى عينة من تلميذات المرحلة الابتدائية* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة أم القرى].
- بولعسل، رميسة. (٢٠١٤). *قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج (دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب السنة الثالثة ليسانس وسنة ثانية ماستر)* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي.
- بيسوني، سوزان؛ الصبان، عبير. (٢٠١١). العنف وعلاقته بالأمن النفسي لدى طالبات الجامعة. *مجلة كلية التربية*، ٧٥ (٢)، ١٢٢-١٦٩.
- الحربي، تهاني. (٢٠١٤). *القلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض* [أطروحة ماجستير غير منشورة]. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية-الرياض.

https://cutt.ly/lxxOThH

- الحربي، نايف بن محمد. (٢٠١٣). قلق المستقبل وعلاقته بتوكيد الذات والتخصص والتحصيل الدراسي لدى طلاب المدارس الثانوية العامة بالمدينة المنورة. *مجلة التربية*،٢ (١٥٢)، ٦٧٧-٧١١.
- حسين، ذهيبة. (٢٠١٢). قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي- دراسة ميدانيه- [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الجزائر.
https://cutt.ly/WxLIHPo -
- حسين، عفاف. (٢٠٠٤). *دور الأسرة التربوي في استتباب أمن الفرد والمجتمع من خلال التنشئة الاجتماعية والضبط الاجتماعي*. دار المحمدي للنشر والتوزيع. جدة.
- الحمداني، إقبال محمد رشيد. (٢٠١١). *الاغتراب-التمرد-قلق المستقبل*. دار الصفاء للنشر والتوزيع. الأردن.
- حنتول، أحمد موسى محمد. (٢٠١٢). *فاعلية برنامج إرشادي نفسي مقترح لتخفيف قلق المستقبل وأثره على دافعية الإنجاز ومستوى الطموح لدى طلاب كلية المجتمع بجامعة جازان* [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. كلية العلوم الاجتماعية –جامعة الإمام محمد بن سعود الاسلامية.
https://cutt.ly/OxxSLZJ -
- الخالدي، أمل حسون. (٢٠٠٢). *أثر البرنامج إرشادي في تأكيد الذات وخفض القلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية للبنات* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة بغداد].
- خطاب، محمد شفيق. (٢٠١٧). الأمن النفسي وتأثيره على الأبناء. *المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال*،٤ (١)، ٤٦٣-٤٦٤.
- خويطر، وفاء. (٢٠١٠). *الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتهما ببعض المتغيرات* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة عين شمس].
- الداهري، صالح حسين. (٢٠٠٥). *مبادئ الصحة النفسية*. دار وائل للنشر والتوزيع. عمّان.
- الدليمي، منيرة مرشد. (٢٠١٨). دور المدرسة في تعزيز الأمن النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية. *مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (٣٩)، ٤١-٥٤.
- الدوسري، الجازي بنت محمد. (٢٠١١). *قلق المستقبل وعلاقته بمفهوم الذات وبعض المتغيرات الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الاحساء* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة الملك فيصل].
- راجح، أحمد عزت. (٢٠٠٩). *أصول علم النفس*. دار الفكر للنشر والتوزيع. الأردن.
- ريجو، رونالد. (٢٠١٣). *المدخل إلى علم النفس الصناعي والتنظيمي (فارس حملي)*. دار الشروق لنشر والتوزيع.
- الزعلان، إيمان حمدي. (٢٠١٥). *قلق المستقبل وعلاقته بسمات الشخصية لدى الأطفال مجهولي النسب في المؤسسات الإيواء والمحتضنين لدى أسر بديلة* [رسالة ماجستير منشورة، الجامعة الإسلامية بغزة].
- زغيبي، محمد أحمد. (٢٠١٩). قلق المستقبل لدى طلبة الكلية الجامعية بحقل وعلاقته ببعض المتغيرات: دراسة ميدانية من وجهة نظر طلاب وطالبات جامعة تبوك – الكلية الجامعية بحقل. *مجلة دراسات في التعليم العالي*، (١٦)، ٥٩- ١٠٦.
- زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥). *الصحة النفسية والعلاج النفسي* (ط.٤). عالم الكتب. مصر.
- سايحي، سليمة. (٢٠١٣). *مقياس قلق الامتحان إطلالة ميدانية في علم النفس المدرسي*. دار بطوطة للنشر والتوزيع. عمّان.

- سعود، ناهد. (٢٠١١). *قلق المستقبل*. دار المنتخب للدراسات والنشر. بيروت.
- سلطان، محمد. (٢٠٠٢). *السلوك الإنساني في المنظمات فهم وإدارة الجانب الإنساني للعمل*. دار الجامعة الجديدة للنشر والتوزيع. مصر.
- شقير، زينب محمود. (٢٠٠٥). *مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية)*. مكتبة الانجلو المصرية. مصر.
- شقير، زينب محمود. (٢٠٠٥). *مقياس قلق المستقبل*. دار الفكر العربي. مصر.
- شلهوب، دعاء جهاد. (٢٠١٦). *قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية (دراسة ميدانيه لدى عينة من الشباب في مراكز الإيواء المؤقت في مدينتي دمشق والسويداء)* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة دمشق. https://cutt.ly/VxLOgBx
- الشريف، محمد. (٢٠٠٣). *الأمن النفسي* (ط.٢). دار الأندلس الخضراء للنشر والتوزيع. جدة.
- الشهري، عبد الله. (٢٠٠٩). *إساءة المعاملة المدرسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الطائف* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة أم القرى].
- الصواف، أماني. (٢٠١٨). الأمن النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز والاتجاه نحو المدرسة لدى طالبات المرحلة الثانوية (الصف الأول والثالث الثانوي)، *مجلة التربية جامعة طنطا*،٧١ (٣)، ٥٩-١٣٣.
- الصواف، منى محمد. (٢٠٠٨). *أثر برنامج تدريبي قائم على مهارات ما وراء المعرفة في تنمية التفكير الابتكاري والتفكير الناقد لدى طالبات الصف الأول الثانوي* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة المنصورة. https://cutt.ly/zxxZaBx
- الطهراوي، جميل. (٢٠٠٧). الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الإسرائيلي. *مجلة كلية التربية الجامعة الإسلامية*،١٥ (٢)، ٩٧٩-١٠١٣.
- العازمي، لافي. (٢٠١٣). *الأمن النفسي مفهومه وأبعاده ومعوقاته*. دار المسلية للنشر والتوزيع. الكويت.
- عبد الخالق، أحمد؛ الرميح، مي. (٢٠٠٢). التمييز بين القلق والاكتئاب باستخدام النموذج المعرفي الوجداني. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*،١٢ (٤)، ٥٦٤-٥٦٦.
- عبد الله، أحلام؛ وشريت، أشرف. (٢٠٠٦). الأمن النفسي أبعاده ومحدداته من الطفولة إلى
- الرشد "دراسة مقارنة". *مجلة التربية المعاصرة*،٢٣ (٧٣)، ٧٧-١٧٧.
- عربي، عصمت. (٢٠٠١). *التنشئة الاجتماعية – دراسة في علم الاجتماع النفسي*. دار الوفاء القانونية. مصر.
- عفيفي، أسماء فاروق. (٢٠١٩). التسامح وعلاقته بالوعي بالذات والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة. *مجلة الدراسات تربوية ونفسية*،٣٤ (١٠٥)، ١٦٣-٢١٣.
- عقل، وفاء. (٢٠٠٩). *الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً*، [رسالة ماجستير غير منشورة]. الجامعة الإسلامية بغزة. https://cutt.ly/nxx0Sta
- العناني، حنان. (٢٠١١). *الصحة النفسية* (ط.٤). دار الفكر للنشر والتوزيع. الأردن.
- العنزي، خالد. (٢٠١٠). *إدراك القبول –الرفض الوالدي والأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة الحدود الشمالية* [رسالة دكتوراه منشورة، جامعة أم القرى].
- العيسوي، عبد الرحمن محمد. (٢٠٠١). *الإسلام والصحة النفسية*. دار الرتب الجامعية. لبنان.

- الغامدي ، عبدالعزيز. (٢٠١٦). الأمن النفسي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الدمام. *مجلة كلية التربية*،٢١ (١٠٧)، ٤١١_٤٨٨.
- الغامدي، إبراهيم مشني. (٢٠١٣). *قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من الطلبة من تخصصات جامعية* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الملك عبد العزيز.
https://cutt.ly/Yxx9xKx -
- الغريري، أحمد ياسين؛ صالح، علي عبد الرحيم. (٢٠١٢). تأثير التنشيط التكوني في قلق المستقبل "دراسة سببيه مقارنة بين جامعة سبيان والقادسية". *مجلة العميد*،٢ (٣-٤)، ٤١٧-٤٩٧.
https://cutt.ly/Xxx4vwx
- غزالي، عبد القادر. (٢٠١٦). قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم لدى طالبات معهد التربية البدنية والرياضية. *المجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية*، (١٥)، ٩٠-٩٧.
- القاسم، غاية. (٢٠١٢). *الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة ود مدني ولاية الجزيرة وعلاقته بالتحصيل الدراسي وبعض المتغيرات الديموغرافية* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة الخرطوم].
- القاضي، وفاء محمد. (٢٠٠٩). *قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة* [رسالة ماجستير منشورة، الجامعة الإسلامية بغزة].
- القرالة، بلال جمال. (٢٠١٦). *النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى المرحلة الثانوية في تربية قصبة الكرك* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة مؤتة].
- القرشي، محمد. (٢٠١٢). *الدافع للإنجاز وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى* [رسالة ماجستير منشورة، جامعة أم القرى].
- قيس، حريزي. (٢٠١٧). *قلق المستقبل ونوع استراتيجيات التعامل لدى عينة من الشباب الذكور المتأخر عن الزواج* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة محمد بوضياف المسلية.
https://cutt.ly/uxx6ndL
- كرميان، صلاح حميد. (٢٠٠٨). *سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في أستراليا* [رسالة دكتوراه منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة].
- مسعود، سناء. (٢٠٠٦). *بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينه من المراهقين، دراسة تشخيصية* [رسالة دكتوراه منشورة، جامعة طنطا].
- المشيخي، غالب بن محمد. (٢٠٠٩). *قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف* [أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة أم القرى].
- المطيري، مرام سعد. (٢٠١٩). *الامن النفسي وقلق المستقبل لدى المراهقين والمراهقات: دراسة مقارنة تنبؤية* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
https://cutt.ly/cnegOL9 -
- المطيري، معصومة سهيل. (٢٠٠٥). *الصحة النفسية مفهومها واضطراباتها*. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع. الكويت.
- المعجم الوسيط. (١٩٩٨). *المعجم الوسيط*، مجمع اللغة العربية (ط.٣). مصر.
- هاني، أحمد فخري. (٢٠١٦). الأمن النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين من ساكني منطقتي: "رابعة العدوية-النهضة". *مجلة كلية الآداب*،١ (٤٤)، ٣٨٣-٤٢٢.
- الهيتي، خالد. (٢٠٠٥). *إدارة الموارد البشرية* (ط.٢). دار وائل للنشر والتوزيع. عمّان.

• **المراجع الأجنبية**:

- Hwayan, O. (2020). Predictive Ability of Future Anxiety in Professional Decision Making Skill of a Syrian refugee on a secondary trip in Jordan. International Journal of Occupational Therapy. *International Journal,1* (1), 1-6. https://cutt.ly/PxcgbcY
- Matarneh, A & Altrawneh, A. (2014). Constructing a scale of future anxiety for the students at public Jordanian universities. *International journal of academic research ,6* (5), 180-189. DOI: 10.7813/2075-4124.2014/6-/B.27
- Rosen & Rothautm _ F. (2010). Quality of parental care giving and security of Attachment. *development psychology, 29* (2), 262-294.
- https://cutt.ly/3xWEbYo

❋❋❋❋❋❋❋