

الرضا عن الحياة وتقدير الذات وعلاقتهما بقلق المستقبل

المهني لدى الطالب الجامعي

دراسة ميدانية على طلبة العلوم الاجتماعية بجامعة الوادي

د. غرغوط عاتكة - جامعة الوادي

أ. بن حسين يونس - جامعة الجلفة

ملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف على طبيعة علاقة الرضا عن الحياة وتقدير الذات بقلق المستقبل المهني لدى الطالب الجامعي، وقد شملت عينة الدراسة 200 طالب وطالبة، وتم تطبيق مقاييس الرضا عن الحياة للدسوقي وتقدير الذات لكوبر سميث وقلق المستقبل المهني ليونس بن حسين. وقد تم اتباع في معالجة البيانات على المنهج الوصفي، ثم استخدام الإنحدار الخطي المتعدد. و تم التوصل إلى أن الرضا عن الحياة وتقدير الذات يساهم في تفسير قلق المستقبل المهني لدى الطالب الجامعي.

الكلمات المفتاحية: الرضا عن الحياة - تقدير الذات - قلق المستقبل المهني

Résumé:

Le but de cette étude était de découvrir la nature de la relation qui relie la satisfaction à la vie et de l'estime de soi avec le souci de l'avenir professionnel de l'étudiant, Cette étude inclus 200 étudiants, là où l'on a fait appel à des mesures satisfaction de la vie pour Aldosouqi, l'estime de soi pour Coubert Smith, et l'inquiétude à terme professionnel développés Ben hecin Younes, et nous avons utilisé la régression linéaire multiple. Après avoir appliqué les outils utilisés et en avoir tiré les conclusions, nous avons trouvé que :

-La satisfaction à la vie et l'estime de soi contribuent à l'interprétation des inquiétudes pour l'avenir professionnel de l'étudiant.

Mots clés: relie la satisfaction à la vie - de l'estime de soi - le souci de l'avenir professionnel

1- الإشكالية:

يعتمد أي مجتمع في الحفاظ على إستمرار وإزدهار مستقبله في جميع الأصعدة على العنصر البشري وخاصة الشباب منهم وبالتحديد طلاب الجامعة, حيث يعتبرون إحدى الشرائح الإجتماعية المؤهلة علميا وفنيا وثقافيا, فالتعليم الجامعي لا غنى عنه لإعداد الكوادر المؤهلة التي تساهم في تطور المجتمع.

فهذه المرحلة من العمر يكون الفرد معرض للكثير من المتغيرات النفسية والفيزيكية التي من شأنها أن تؤثر بالسلب على مجرى حياته, كما أنه ينمي مشاعر إيجابية من الناحية النفسية مشاعر وأحاسيس إيجابية كالرضا عن الحياة والشعور بالاطمئنان والراحة اتجاه كل ما يعترض الفرد، فالرضا بقدر الله وقضائه، والقناعة بما يمتلكه الفرد من قدرات لاسيما أمام ما يصادفه من متاعب ومصاعب كالإصابة بمختلف الأمراض خاصة الخطيرة منها، كل هذا يساعد على تجاوز هذه المصاعب.

ويمثل الرضا عن الحياة عند الأفراد عاملاً أساسياً في توافقه وتقبلهم للأحداث والمواقف الحياتية المختلفة، فانخفاض مستوى الرضا يولد التوازن النفسي والتوفيق في مواجهة ضغوط الحياة، وتؤكد بعض الدراسات في البيئة العربية والأجنبية على أن مشكلات سوء التوافق والإحساس بعدم الرضا عن الحياة من المشكلات النفسية الشائعة لدى نسبة كبيرة من الطلبة الجامعيين، فالإحساس بعدم الرضا عن الحياة يمثل مشكلة كبيرة لديهم. (العمرات والرفوع، 2014: 269)

ويعد الرضا عن الحياة عاملاً أساسياً في توافق الفرد النفسي وتقبله للأحداث الحياتية، لذلك فإن انخفاض مستوى الرضا يدل على عدم التوافق النفسي والتأزم عند مواجهة ضغوط الحياة، والحياة الجامعية بمخاطباتها المتعددة قد تكون من إحدى مصادر الضغوط التي يتعرض لها الطلاب، بالإضافة إلى المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الطلاب أثناء هذه المرحلة في الأسرة أو حتى في ذواتهم، فإن هذه العوامل يمكن أن تؤثر على توافق الطلاب وصحتهم النفسية ورضاهم عن حياتهم.

كما أشار (Brayan, 1999) في دراسته التي كانت تهدف إلى إظهار العلاقة بين التحكم والرضا عن الحياة على عينة قوامها (102) طالب جامعي وأظهرت نتائجها أن هناك علاقة وثيقة بين الرضا عن الحياة والتحكم، كما أظهرت النتائج وجود علاقة بين القدرة التخيلية والتحكم والرضا عن الحياة، وأظهرت أيضا أن الأشخاص ذوي التحكم العالي يتمتعون برضا أعلى عن الحياة.

كما لقي مفهوم تقدير الذات نفس الإهتمام في الساحة العربية إذ إهتم به عبد الفتاح فاروق، الدسوقي محمد (1981)، الطواب سيد (1986) وآخرون.

ويرجع مفهوم تقدير الذات إلى أواخر الخمسينات حيث إستطاع أن يفرض نفسه على العلماء وقد تناوله كارل روجرز Carl Rogers بالبحث ضمن نظريته للذات (المتمركز حول العميل) ثم بدأ يحظى بالمكانة بين المفاهيم النفسية الأخرى.

ويحتل تقدير الذات المرتبة الرابعة في تنظيم ماسلو؛ هذا التنظيم الذي قسم الحاجات إلى فيزيولوجية، أمن إنتماء، تقدير الذات، وتحقيق الذات ويرى ماسلو أن كل فرد يكافح من أجل السيادة والثقة بالنفس، ويرى سلامة ممدوحة محمد (1991) أن تقدير الذات هو ذلك البعد التقييمي في شبكة معقدة من الأبنية المعرفية كالإلتجاهات والإعتقادات تتعلق بالذات وتشكل في مجملها مفهوم للذات.

كما يعتبر تقدير الذات بمثابة التقييم الذي يعمل به الفرد ويبقى عليه من نفسه، فهو يعبر عنه إلتجاهه بالقبول أو عدم القبول، ويمكن النظر إلى تقدير الذات على أنه إعتبار الذات أو إحترام الذات، فقد أشارت دراسات زيلر ziller أن تقدير الذات مرتبط أيضا بتكامل شخصية الفرد، فتقدير الذات يقع بين ذات الفرد والواقع الإجتماعي الذي يعيشه، فهو بذلك يعمل للمحافظة على الذات من خلال تلك السلبية أو الإيجابية.

وقد حاولت العديد من الدراسات الربط بين تقدير الذات وبعض المفاهيم منها دراسة روزنبرغ (Rozenberg 1965) التي طبقت على عينة من المراهقين والمراهقات الأمريكيين

التي أظهرت وجود علاقة بين تقدير الذات والعديد من المتغيرات النفسية كالقلق ودرجة تقبل الفرد لميول والديه.

طلاب الجامعة أكثر إستهدافاً للمشكلات النفسية بمقارنتهم بغيرهم من الدارسين حيث أنها مرحلة إنتقالية بين المراهقة والرشد وتعتبر مرحلة تحديد الأهداف والتوجه نحو المستقبل والإستقلالية والتفرد، وإن الفشل في تحقيق ذلك يؤدي إلى الكثير من المشكلات النفسية فيزداد القلق عموماً والقلق من المستقبل خصوصاً وقلق المستقبل المهني تحديداً. (السويد،2012: 125)

إن الإحساس بالقلق يتمثل لدى الطالب الجامعي بشكل خاص من قلق المستقبل المهني، والذي يعرف بأنه حالة من عدم الإرتياح والتوتر والشعور بالضيق والخوف من المستقبل المجهول الذي يتعلق بالجانب المهني وإمكانية الحصول على فرصة عمل مناسبة بعد التخرج من الجامعة.

وعدم الحصول على مهنة تشعر أغلب الطلبة وبالأخص طلبة المراحل النهائية بالقلق من شبح البطالة السائدة في بلدنا والتي تؤثر على المجتمع بصفة عامة وعلى الطلبة بصفة خاصة إذ يمكن أن تهدد البطالة أمن وإستقرار الفرد والمجتمع. وهذا ما تؤكدته دراسة محمود(1999)، والعزاوي(2002)، وآل عمر(2007)، وحسن الشافعي(2008) على إهتمام طلبة الجامعة أكثر بمستقبلهم يزداد في هذه المرحلة، وأن هناك مشكلات لدى الطلبة أكثر إلحاحاً من سواها وهي التفكير في مجال العمل والمستقبل المهني بعد التخرج مما يبعث في نفوسهم الخوف والضيق والقلق.

ومن هذا المنطلق، فإنه يمكن القول أن قلق المستقبل المهني ظاهرة تستحق الدراسة بين طلاب الجامعة، وذلك لأن الحصول على المؤهل العلمي، والذي يعتبر أساس الحصول على منصب عمل هو غاية الطالب، وخاصة في ظل الظروف الراهنة التي تشهد فيها مجتمعاتنا إرتفاع درجات قلق المستقبل خاصة المهني بين في أوساط الطلاب.

وهذا ما أكدته العديد من الدراسات مثل دراسة المومني ونعيم (2013) حيث أظهرت أن مستوى قلق المستقبل مرتفعاً لدى طلبة الجامعة، حيث إحتل المجال الإقتصادي ومجال العمل المرتبة الأولى والأخير بدرجة مرتفعة.

وتشير أيضاً دراسة المحاميد والسفاسفة (2007) إلى أن طلبة الجامعة الأردنية لديهم مستوى عال من قلق المستقبل المهني، وهو ما أثبتته دراسة الشافعي (2008) والجبوري (2013) لدى الطلبة المقبلين على التخرج، وهو ما يؤكد عدم وثوقهم بمستقبلهم المهني قد أصبح منتشرًا في أوساط الطلاب.

ويمكن القول أن قلق المستقبل المهني قد يؤثر على مستوى طموح الطالب ويعطله عن بلوغ أهدافه، وفي إشباعه لحاجاته لتحقيق وتأكيد الذات. كما أنه وحسب أبو سليمان (2007) يقترن بوجود الكثير من الأفكار السلبية في ذهن الطالب التي من شأنها أن تغير نظرتة نحو مستقبله، ويصبح في إعتقاده أنه لا يستطيع تجنب أو مواجهة المواقف الصعبة في حياته، هذا كله يؤدي إلى سوء تقديره لذاته، والذي يرتبط بشكل كبير بالنقص والإحساس بالضعف وتدني ثقته بنفسه، وبالتالي فإن تقدير الذات من العوامل المهمة التي تؤثر بطريقة فعالة في مواجهة القلق.

ومما سبق يتضح أن هناك ما يورق الطلاب ويؤثر على صحتهم النفسية ويحد من قدراتهم ودوافعهم للتعلم ويزيد من قلق المستقبل المهني لديهم وهو ما يجعل تقديرهم لذواتهم سلبياً، ومع مراجعة الدراسات والبحوث فإنه تبين للباحث عدم وجود أي دراسة تناولت متغيرات البحث الحالي لذا فقد إهتمت الدراسة الحالية بدراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات وقلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.

وعليه تسعى الدراسة إلى الإجابة على التساؤل التالي:

- هل يساهم الرضا عن الحياة وتقدير الذات في تفسير قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة؟

2- فرضية الدراسة:

- يساهم الرضا عن الحياة وتقدير الذات في تفسير قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.

3- أهمية الدراسة

تتناول هذه الدراسة ثلاثة مفاهيم وهي الرضا عن الحياة وتقدير الذات وقلق المستقبل المهني، حيث أن الرضا عن الحياة وتقدير الذات يعتبران من أهم مفاهيم علم النفس الإيجابي والتي تساعد الفرد أو الطالب الجامعي على تحقيق الصحة النفسية، أما قلق المستقبل المهني فيعتبر من أهم المفاهيم التي أخذت إهتمام الباحثين في الآونة الأخيرة. كما تكمن الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في أنها تلقي الضوء على مفهوم الرضا عن الحياة وتقدير الذات بجميع جوانبهما ومدى قدرتهما على التنبؤ بقلق المستقبل المهني للفتة الحساسة والهامة وفي فترة المراهقة (الطلبة الجامعيين).

كذلك تعد محاولة لتوفير أدوات ومقاييس للمتغيرات التي تم تناولها في الدراسة نظراً لقلتها في الميدان وخاصة قلق المستقبل المهني والرضا عن الحياة.

4- التعريف الإجرائي لمفاهيم للدراسة

4-1- الرضا عن الحياة

يعرف الدسوقي الرضا عن الحياة بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد بأنه مناسب لحياته. ويتضح ذلك من خلال الدرجة التي يتحصل عليها المستجيب على مقياس مجدي الدسوقي (1996) للرضا عن الحياة بجميع أبعاده المختلفة.

4-2- تقدير الذات

ويعرف تقدير الذات إجرائياً في الدراسة الحالية بأنه مجموع الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، طبقاً لتوقعات النجاح والقبول والقوة الشخصية. ويتضح ذلك من خلال الدرجة التي يتحصل عليها المستجيب على مقياس كوبر سميث (1981) لتقدير الذات بجميع أبعاده المختلفة.

4-3- قلق المستقبل المهني

بالنسبة للدراسة الحالية فقلق المستقبل المهني هو حالة من عدم الإرتياح والشعور بالخوف مما قد يحمله المستقبل المجهول فيما يتعلق بالجانب المهني وقلق الأفراد من عدم تحقيق طموحاتهم المهنية في المستقبل أو عدم حصولهم على فرص عمل. ويتضح ذلك من خلال الدرجة التي يتحصل عليها المستجيب على مقياس قلق المستقبل المهني.

5- حدود الدراسة:

الحدود المكانية: قسم العلوم الإجتماعية بجامعة الشهيد حمه لخضر بولاية الوادي.
الحدود البشرية: تشمل عينة الدراسة على 200 طالب وطالبة بقسم العلوم الإجتماعية.
الحدود الزمنية: تم تطبيق أدوات الدراسة في الفترة الممتدة ما بين 20 جانفي إلى 03 مارس 2017.

6- إجراءات الدراسة

6-1 منهج الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة طبيعة العلاقة بين متغيراتها (الرضا عن الحياة وتقدير الذات وقلق المستقبل المهني) فان المنهج الوصفي هو المنهج الملائم لهذه الدراسة.

6-2 مجتمع وعينة الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة وطالبات قسم العلوم الإجتماعية بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي حيث بلغ عددهم 1815 طالب وطالبة بواقع 305 طالب و1510 طالبة والجدول الآتي يوضح توزيع مجتمع الدراسة حسب الجنس:

- جدول رقم(01): توزيع مجتمع الدراسة حسب الجنس

الجنس / المؤشرات	التكرار	النسبة المئوية
ذكور	476	26.23%
إناث	1339	73.77%
المجموع	1815	100%

يتضح من الجدول رقم (01) أن مجتمع الدراسة يتكون من (1815) طالب وطالبة بقسم العلوم الإجتماعية مقسمين إلى: (476) ذكور بنسبة (26.23%) و(1339) إناث بنسبة (73.77%).

بعد زيارتنا لقسم العلوم الإجتماعية طبقنا الطريقة العشوائية الطبقية في إختيار العينة التي تعبر عن مجتمع البحث فتحصلنا على عينة الدراسة المتكون من (200) طالب وطالبة من القسم بنسبة (11.01%) وقع عليها الإختيار بالطريقة العشوائية الطبقية، والجدول الآتي يوضح توزيع عينة الدراسة حسب الجنس:

جدول رقم(22): توزيع افراد عينة الدراسة على حسب الجنس

النسبة المئوية	التكرار	المؤشرات الجنس
%26.23	52	ذكور
%73.77	148	إناث
%100	200	المجموع

من خلال الجدول رقم (22) عدد أفراد العينة يتكون من (200) طالب وطالبة فنجد أن نسبة الإناث اكبر من نسبة الذكور الذين وقع عليهم الإختيار حيث تمثل عدد الإناث ب(148) طالبة بنسبة (73.77%) وعدد الذكور (52) طالب بنسبة (26.23%).

3-6 صلاحية أدوات الدراسة

- مقياس الرضا عن الحياة: أعد هذا المقياس الدكتور مجدي محمد الدسوقي (1996) بجامعة المنوفية بمصر ويتكون من (29) بنداً تقيس الرضا عن الحياة يجاب عنها ضمن خمسة بدائل هي: تنطبق تماماً تنطبق, بين بين, لا تنطبق, لا تنطبق تماماً, وتنال الدرجات من 01-05 على الترتيب وكل البنود تصحح في إتجاه واحد.

مفتاح تصحيح المقياس تم إعطاء درجات من 1 إلى 5 إلى بدائل الإستجابة الخمسة كالآتي:

تنطبق تماما	تنطبق	بين يين	لا تنطبق	لا تنطبق تماما
5	4	3	2	1

- مقياس التقدير الذات: أعد هذا المقياس من طرف الباحث الأمريكي كوبر سميث (1967) ولهذا المقياس إتجاه تقييمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية والأكاديمية والعائلية والشخصية. وتضيف ليلي عبد الحميد أن المقياس تمت ترجمته إلى العربية من طرف فاروق عبد الفتاح (1981) كما عدلت مقاييس تقدير الذات ليده وغيرت عناوينها، ومن بين هذه المقاييس مقياس الصورة الخاصة بالكبار، وهو المقياس المستخدم في دراستنا هذه، خاص بالأفراد الذين يتجاوزون سن 16 سنة، و يتكون من 25 عبارة ، تنقسم إلى عبارات سالبة وعبارات موجبة والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول رقم(09): يوضح تقسيم البنود في مقياس تقدير الذات على حسب طبيعتها

الرقم	طبيعة البنود	أرقام البنود	العدد
01	بنود إيجابية	20-19-14-11-9-8-7-5-4-1	10
02	بنود سلبية	-18-17-16-15-13-12-10-6-3-2	15

-مقياس قلق المستقبل المهني

أعد المقياس من طرف الباحث يونس بن حسين(2017)، حيث يتكون من (25 بنداً) في صيغة عبارات تقريرية تتكون من (20 بنداً) إيجابية و(15) الأخرى سلبية، تقابلها خمسة بدائل للإجابة (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) وتوزيع هذه البنود حسب طبيعتها في الجدول الآتي:

مفتاح تصحيح المقياس:

طبيعة البنود	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
بنود سلبية	1	2	3	4	5
بنود إيجابية	5	4	3	2	1

- صدق أدوات الدراسة

تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية على عينة تقنين قوامها (60) فرداً تم إختيارهم بطريقة عشوائية، ولقد تم الإعتماد في حساب صدق المقاييس لهذه الدراسة على طريقة الإتساق الداخلي، أي إرتباط درجة البند بدرجة البعد بالدرجة الكلية للمقياس والجداول الموالية توضح ذلك حسب كل مقياس:

جدول رقم (04): معامل إرتباط درجة البند بالدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة

رقم البند	معامل الإرتباط	الدالة	رقم البند	معامل الإرتباط	الدالة
01	-0.13	غير دال	16	0.64	0.01
02	0.42	0.01	17	0.62	0.01
03	0.45	0.01	18	0.28	0.05
04	0.35	0.01	19	0.26	0.05
05	0.32	0.05	20	0.35	0.01
06	0.64	0.01	21	0.47	0.01
07	0.58	0.01	22	0.44	0.01
08	0.57	0.01	23	0.68	0.01
09	0.57	0.01	24	0.37	0.01
10	0.75	0.01	25	0.55	0.01
11	0.75	0.01	26	0.47	0.01
12	0.57	0.01	27	0.43	0.01
13	0.54	0.01	28	0.37	0.01
14	0.66	0.01	29	0.52	0.01
15	0.64	0.01	/	/	/

يتبين من خلال الجدول رقم(04) أن معاملات الإرتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للإستبيان تراوحت ما بين (0.26 - 75.0) وهي معظمها دالة عند مستوى الدلالة 0.01, والباقي دالة عند 0.05 أما البند رقم 01 فهو غير دال وبالتالي يتم حذفه. كما توصلنا على أن معاملات الارتباط بين درجة البند ودرجة البعد الذي ينتمي إليه تراوحت ما بين (0.28 - 71.0) وهي معظمها دالة عند مستوى الدلالة 0.01, والباقي دالة عند 0.05 أما البنود رقم 4 - 10 - 25 فهي غير دالة، وبالتالي يتم حذفها.

جدول رقم (17): معامل ارتباط درجة البند بالدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل المهني

رقم البند	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم البند	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	0.54	0.01	19	0.39	0.01
02	0.56	0.01	20	0.41	0.01
03	0.62	0.01	21	0.68	0.01
04	0.20	غير دالة	22	0.25	0.01
05	0.30	0.05	23	0.34	0.01
06	0.23	غير دالة	24	0.49	0.01
07	0.19	غير دالة	25	0.40	0.01
08	0.34	0.01	26	0.32	0.05
09	0.31	0.05	27	0.22	غير دالة
10	0.33	0.01	28	0.40	0.01
11	0.34	0.01	29	0.36	0.01
12	0.14	غير دالة	30	0.24	غير دالة
13	0.21	غير دالة	31	0.54	0.01
14	0.17	غير دالة	32	0.44	0.01
15	0.42	0.01	33	0.44	0.01
16	0.40	0.01	34	0.46	0.01
17	0.15	غير دالة	35	0.26	0.05
18	0.16	غير دالة	/	/	/

يتبين من خلال الجدول رقم(17) أن معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة

الكلية للإستبيان تراوحت ما بين (0.26 - 75.0) وهي معظمها دالة عند مستوى الدلالة

0.01, والباقي دالة عند 0.05 أما البنود رقم 4-6-7-12-13-14-17-18-27-30

فهي, غير دالة, وبالتالي يتم حذفها.

-ثبات مقاييس الدراسة: لقد تم حساب معامل ثبات المقاييس بطريقتين الأولى ألفا كرونباخ

والثانية التجزئة النصفية والجداول الموالية توضح معاملات الثبات:

جدول رقم(05): يوضح معاملات الثبات لمقياس الرضا عن الحياة

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
	جيثمان	سبيرمان براون
0.90	0.78	0.78

يتضح من الجدول رقم(05) الخاص بمعاملات الثبات لمقياس الرضا عن الحياة المستخدم في هذه الدراسة أن هذه المعاملات تراوحت ما بين (0.78 و 0.90) بعد الإعتماد على معامل جيتمان و سبيرمان براون في طريقة التجزئة النصفية, وألفا كرونباخ, وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات, ومعنى ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات فهذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها وإعتبار المقياس ثابت.

جدول رقم(12): يوضح معاملات الثبات لمقياس تقدير الذات

التجزئة النصفية		ألفا كرونباخ
سبيرمان براون	جيتمان	
0.52	0.52	0.60

يتضح من الجدول رقم(12) الخاص بمعاملات الثبات لمقياس تقدير الذات المستخدم في هذه الدراسة أن هذه المعاملات تراوحت ما بين 0.52 و 0.60 بعد الإعتماد على معامل جيتمان و سبيرمان براون في طريقة التجزئة النصفية, وألفا كرونباخ, وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

جدول رقم(18): يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ

التجزئة النصفية		ألفا كرونباخ
سبيرمان براون	جيتمان	
0.63	0.63	0.82

يتضح من الجدول رقم(18) الخاص بمعاملات الثبات لمقياس قلق المستقبل المهني المستخدم في هذه الدراسة أن هذه المعاملات تراوحت ما بين (0.63 و 0.82) بعد الإعتماد على معامل جيتمان و سبيرمان براون في طريقة التجزئة النصفية, وألفا كرونباخ, وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

-إستخراج معايير تفسير النتائج: بعد التأكد من ان توزيع المجتمع اعتدالي قمنا باستخراج

معايير تفسير النتائج بطريقة السلا لم الانحرافية الخماسية وتوصلنا الى النتائج التالية

جدول رقم(08): سلم من خمسة فئات إنحرافية معيرة لمقياس الرضا عن الحياة

الفئة	1	2	3	4	5
الدرجات المحتوات داخل الفئات	$82 \geq$	95-83	107-96	120 -108	137-121
الدرجات حدود الفئات	81.94	94.7	107.46	120.22	137
الحكم على درجة الفرد	ضعيفة جداً	ضعيفة	متوسطة	عالية	عالية جداً

يتضح من الجدول رقم(08) أنه تم الحصول على 5 فئات تمكنا من نسبة الدرجة الخام للفرد إلى مستوى معين، أي إلى معيار يمكننا من الحكم عليه.

وأوضح أن الفئة الأولى ذات الحد من 81.94 فما أقل، تحتوي على الدرجات الأقل من 77 ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن رضاه عن حياته ضعيف جداً، أما الفئة الثانية ذات الحدود من (81.94 إلى 94.7) تحتوي على الدرجات من (83 إلى 95) ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن رضاه عن حياته ضعيف، وبالنسبة للفئة الثالثة ذات الحدود من (94.7 إلى 107.46)، فهي تحتوي على الدرجات من (96 إلى 120)، ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن رضاه عن حياته متوسطة. وكذلك الفئة الرابعة ذات الحدود من (107.46 إلى 120.22)، تحتوي على الدرجات من (108 إلى 120)، ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن رضاه عن حياته عالية، وأخيراً الفئة الخامسة ذات الحدود من (120.22 إلى 137) تحتوي على الدرجات من (121 إلى 137)، ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن رضاه عن حياته عالية جداً.

جدول رقم(15): سلم من خمسة فئات إنحرافية معيرة لمقياس تقدير الذات

الفئة	1	2	3	4	5
الدرجات المحتوات داخل الفئات	$10 \geq$	13 - 11	16 - 14	19 - 17	21 - 20
الدرجات حدود الفئات	9.65	12.66	15.67	18.68	21
الحكم على درجة الفرد	ضعيفة جداً	ضعيفة	متوسطة	عالية	عالية جداً

يتضح من الجدول رقم(15) أنه تم الحصول على 5 فئات تمكنا من نسبة الدرجة الخام للفرد إلى مستوى معين، أي إلى معيار يمكننا من الحكم عليه.

وأوضح أن الفئة الأولى ذات الحد من 9.65 فما أقل، تحتوي على الدرجات الأقل من 10 ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته ضعيف جداً، أما الفئة الثانية ذات الحدود من (9.65 إلى 12.66) تحتوي على الدرجات من (11 إلى 13) ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته ضعيف، وبالنسبة للفئة الثالثة ذات الحدود من (12.66 إلى 15.67)، فهي تحتوي على الدرجات من (14 إلى 16)، ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته متوسط، وكذلك الفئة الرابعة ذات الحدود من (15.67 إلى 18.68)، تحتوي على الدرجات من (16 إلى 19)، ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته عالي، وأخيراً الفئة الخامسة ذات الحدود من (18.68 إلى 21) تحتوي على الدرجات من (20 إلى 21)، ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته عالي جداً.

جدول رقم(21): سلم من خمسة فئات لإنحرافية معيرة لمقياس قلق المستقبل المهني

الفئة	1	2	3	4	5
الدرجات المحتويات داخل الفئات	$60 \geq$	71 - 61	82 - 72	92 - 83	135 - 93
الدرجات حدود الفئات	60.18	70.90	81.60	92.31	135
الحكم على الدرجة الفرد	ضعيفة جداً	ضعيفة	متوسطة	عالية	عالية جداً

يتضح من الجدول رقم(21) أنه تم الحصول على 5 فئات تمكنا من نسبة الدرجة الخام للفرد إلى مستوى معين، أي إلى معيار يمكننا من الحكم عليه.

وأتضح أن الفئة الأولى ذات الحد من 60.18 فما أقل، تحتوي على الدرجات الأقل من 60 ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن قلقه من مستقبله المهني ضعيف جداً، أما الفئة الثانية ذات الحدود من (60.18 إلى 70.90) تحتوي على الدرجات من (61 إلى 71) ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن قلقه من مستقبله المهني ضعيف، وبالنسبة للفئة الثالثة ذات الحدود من (70.90 إلى 81.60)، فهي تحتوي على الدرجات من (72 إلى 82)، ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن قلقه من مستقبله المهني متوسط، وكذلك الفئة الرابعة ذات الحدود من (71.60 إلى 92.31)، تحتوي على الدرجات من (83 إلى 92)، ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن قلقه من مستقبله المهني عالي، وأخيراً الفئة الخامسة ذات الحدود من (92.31 إلى 135) تحتوي على الدرجات من (93 إلى 135) ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن قلقه من مستقبله المهني عالي جداً.

7- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية:

بغرض معالجة فرضية الدراسة التي تنص على ما يلي: يساهم الرضا عن الحياة وتقدير الذات بالتنبؤ بقلق المستقبل المهني لدى الطالب الجامعي. وللتحقق من ذلك قمنا بحساب الإنحدار الخطي المتعدد والجداول التالية توضح ذلك:

جدول رقم(30): قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات الدراسة

المتغيرات	المؤشرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	حجم العينة
قلق المستقبل المهني		76.25	10.71	200
الرضا عن الحياة		101.08	12.76	200
تقدير الذات		14.17	3.01	200

من خلال الجدول رقم(30) يتضح أن قيمة المتوسط الحسابي لقلق المستقبل المهني هي 76.25 وإنحرافه المعياري 10.71, أما الرضا عن الحياة فقيمة متوسطه الحسابي 101.08 وإنحرافه المعياري 12.76, وبالنسبة لتقدير الذات فمتوسطه الحسابي 14.17, وإنحرافه المعياري 3.01 ومع العلم أن حجم العينة هو 200 فرد.

جدول رقم(31): يوضح ملخص النموذج التنبؤي

	R	R ²	R ² adjusted	R ² square change
النموذج رقم 1	0.30	0.09	0.09	0.09
النموذج رقم 2	0.39	0.15	0.15	0.06

نلاحظ من جدول ملخص النموذج أن:

النموذج رقم 01: قيمة $R^2 = 0.09$ أي أن الرضا عن الحياة يساهم في تفسير قلق المستقبل المهني بنسبة 9% ومن خلال $R^2_{adjusted} = 0.09$ نستطيع القول بأنه يمكننا تعميم النتائج على المجتمع ككل.

النموذج رقم 02: قيمة $R^2 = 0.15$ أي أن الرضا عن الحياة وتقدير الذات يساهموا في تفسير قلق المستقبل المهني بنسبة 15% ومن خلال $R^2_{adjusted} = 0.15$ نستطيع القول بأنه يمكننا تعميم النتائج على المجتمع ككل.

جدول رقم (32): مقدار ما يوضح النموذج الخطي من البيانات

مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات		
0.05	1.48	170.33	1	189.70	بين المجموعات	النموذج 1
		114.54	198	1822.32	داخل المجموعات	
		/	199	2012.03	المجموع	
0.05	1.61	184.05	2	311.06	بين المجموعات	النموذج 2
		114.12	197	1700.96	داخل المجموعات	
		/	199	2012.03	المجموع	

نلاحظ من الجدول رقم (33) أن النموذج (1) و (2) دالين, ومنه نستطيع القول بأن النموذج يساهم في تفسير المتغير التابع (قلق المستقبل المهني) مقارنة بوضع عدم وجود المتغيرات المستقلة (الرضا عن الحياة وتقدير الذات).

جدول رقم(33): الأوزان اللامعيارية والمعيارية وقيم للمتغيرات المتنبئة للنموذج التنبؤي(معنوية معالم

النموذج).

مستوى الدلالة	قيمة ت	الأوزان المعيارية	الأوزان اللامعيارية			
		β	الخطأ المعياري	β		
0.01	36.05	/	0.12	4.52	ثابت الإنحدار	النموذج 1
0.01	9.80	0.30	0.03	0.35	الرضا عن الحياة	
0.01	33.42	/	0.12	4.23	ثابت الإنحدار	النموذج 2
0.01	7.51	0.23	0.03	0.27	الرضا عن الحياة	
0.05	8.11	0.25	0.02	0.21	تقدير الذات	

يتبين من الجدول رقم(34) أن:

النموذج الأول: معادلته كالآتي

$$\text{(الرضا عن الحياة)} = 4.52 + 0.35 = \text{قلق المستقبل المهني}$$

النموذج الثاني: أضفنا متغير تقدير الذات معادلته كالتالي

$$\text{(تقدير الذات)} + 0.21 + \text{(الرضا عن الحياة)} + 0.27 + 4.23 = \text{قلق المستقبل المهني}$$

خلاصة

توصلت الدراسة إلى أنه كلما زاد الرضا عن الحياة إنخفض قلق المستقبل المهني وكلما زاد تقدير الذات إنخفض قلق المستقبل المهني كما تبين أن الرضا عن الحياة وتقدير الذات يفسران 15% من قلق المستقبل المهني، حيث جاءت إسهام الرضا عن الحياة وتقدير الذات المؤثران في قلق المستقبل المهني منفردة كبيرة، ففي الرضا عن الحياة لاحظنا أنه يفسر 9% من قلق المستقبل المهني، وعندما قمنا بإضافة تقدير الذات بمعية الرضا عن الحياة لاحظنا أنه زادت قيمة تفسيرهم لقلق المستقبل المهني إلى 15%.

أي أن الرضا عن الحياة وتقدير الذات يساهمان في تفسير قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة, وهذا ما توصلنا إليه في الفرضية الأولى التي أكدت أن الرضا عن الحياة وتقدير الذات يساهمان في تفسير قلق المستقبل المهني.

وقد يرجع تفسير الرضا عن الحياة وتقدير الذات بقلق المستقبل المهني إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالسعادة والطمأنينة والرضا عن دراستهم يتوقعون مستقبلاً زاهراً لهم دون التفكير في العقبات, ويحاولون فقط التطوير من أنفسهم لشغل مناصب تتناسب معهم ومع قدراتهم وإمكانياتهم الفكرية.

ويمكن أن نجد أيضاً أن الطلبة واثقون من قدراتهم التي ستوفر لهم المهنة التي تتناسب مع إمكانياتهم وهذا راجع إلى المجهودات التي يبذلونها في تنمية قدراتهم العقلية والفكرية, ولعل أبرز ما يسهل عليهم كل هذا هو التنشئة ودور الوالدين في حث أبنائهم على العمل وحب الإجتهد في سبيل نيل مناصب مهمة تضمن لهم الراحة والإستقرار في حياتهم.

وبما أن الرضا عن الدراسة مؤشر من مؤشرات الرضا عن الحياة فهذا يؤكد ما توصلت إليه الدراسة حيث أنه كلما زاد الرضا عن الحياة زاد قلق المستقبل المهني, وهو دليل على تمتع عينة الدراسة برضا عن حياتهم مما يسمح لهم بإنخفاض قلقهم نحو مستقبلهم المهني.

وبالرجوع إلى خصائص عينة الدراسة نجد أن رضاهم عن حياتهم درجته متوسطة ومستوى تقديرهم لذاتهم منخفض أما قلقهم نحو مستقبلهم المهني متوسط, ويمكن إرجاع أن قلقهم نحو مستقبلهم المهني متوسط إلى انخفاض تقديرهم لذاتهم وهو ما يؤكد صحة الخلاصة المتوصل إليها في الدراسة حيث أنه كلما زاد تقدير الذات إنخفض قلق المستقبل المهني والعكس صحيح, وهذا ما يثبت صحة الفرضية.

المراجع

1. بكار, سارة (2013). أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة تلمسان: الجزائر.

2. سويد، جيهان علي السيد (2012). الكفاءة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل المهني والقيم لدى طلاب الجامعة. دراسة ميدانية لدى عينة من الطلاب المصريين والسعوديين. مجلة الإرشاد النفسي. مركز الإرشاد النفسي. 31. 110-188.
3. غرغوط، عاتكة (2016). علاقة الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي بالدافعية للإنجاز لدى طلبة جامعات الوادي، ورقلة، بسكرة. أطروحة دكتوراه غير منشورة إشراف بوسالم عبد العزيز، جامعة البليدة 2.
4. المحاميد، شاكر عقلة والسفاسفة، محمد إبراهيم (2007). قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية ببعض التغيرات. مجلة العلوم التربوية والنفسية. 03. 127-142. الأردن.
5. Brayan, B.(1999). The relationship of locus of control and Diener.Ed and Eunkook, M and Richard, E and Lucas, H S. (1999). Subjective Well-Being –Three descades of progress. Psychological Bulletin.