

القلق المرتبط بالمستقبل وأثره على جودة الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج:

دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية.

Future Related Anxiety and Its Impact on the Quality of Life among Graduating Students: A Field Study at the Faculty of Social Sciences.

د. أمينة رحمون^{1*}

¹ جامعة الجليلي بونعامة خميس مليانة (الجزائر)، amina.rahmoune@univ-dbk.m.dz

تاريخ النشر: 2025-06-04

تاريخ القبول: 2025-05-13

تاريخ الاستلام: 2024-09-10

ملخص: هدفت الدراسة إلى معرفة أثر القلق المرتبط بالمستقبل على جودة الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج، ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس قلق المستقبل لشكير (2005) ومقياس جودة الحياة لمنسي وكاظم (2010) على عينة من طلبة سنة ثانية ماستر كلية العلوم الاجتماعية بجامعة خميس مليانة، بلغ عددهم 162 طالبا وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية، وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وأسفرت نتائج الدراسة أنه: - توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر المقبلين على التخرج من كلية العلوم الاجتماعية بجامعة خميس مليانة.

الكلمات المفتاحية: قلق؛ مستقبل؛ جودة الحياة؛ طلبة التخرج.

Abstract: This study aimed to investigate the impact of future Related anxiety on the quality of life among graduating students. To achieve this objective, the Future Anxiety Scale developed by Shakir (2005) and the Quality of Life Scale developed by Mansi and Kazim (2010) were administered to a sample of 162 second-year master's students in the Faculty of Social Sciences at the University of Khemis Miliana. The sample was selected using a stratified random sampling method. The descriptive analytical approach was employed. The findings of the study revealed that:

- There is a statistically significant inverse correlation between future-related anxiety and the quality of life among second-year master's students approaching graduation from the Faculty of Social Sciences at Khemis Miliana University.
- Future-related anxiety negatively impacts the Quality of life among second-year master's students approaching graduation from the Faculty of Social Sciences at Khemis Miliana University.

Keywords: Anxiety; Future; Quality of life; graduating student.

*المؤلف المراسل.

1- مقدمة وإشكالية

تعد الجامعة المرحلة الأخيرة في مشوار الطالب، حيث تساهم بشكل كبير في تنمية مهاراته الأكاديمية والاجتماعية والثقافية، فهي بيئة تعليمية تعليمية تتيح له فرص التفاعل مع أقرانه وأساتذته، مما يعزز من قدراته التواصلية والفكرية والعقلية، وكذلك تلعب دورا محوريا في تشكيل هويته الشخصية وتأهيله ليكون فردا منتجا وفاعلا في المجتمع؛ وكونها مؤسسة تعليمية وتربوية، تستقبل كل سنة شريحة واسعة ومتعددة من الشباب تهدف إلى تزويدهم بالمعرفة والمهارات التي تمكنهم من فهم العالم والمساهمة في تطويره ورفقه.

فالشباب يمثلون القوة الديناميكية المحركة لأي مجتمع، والاستثمار في تعليمهم وتدريبهم وتقنيهم يمثل استثمارا في مستقبل مشرق للأمة؛ وتقديم الدعم اللازم لهم لضمان تلبية احتياجاتهم الأكاديمية والنفسية والاجتماعية والثقافية يساهم في بناء شخصيات قوية ومستقرة قادرة على الإبداع والابتكار؛ وفي ظل التغيرات السريعة والتحديات المتزايدة التي يشهدها العالم اليوم، يواجه هؤلاء الشباب الجامعيين وخاصة المقبلين على التخرج ضغوطات متعددة يمكن أن تؤدي إلى شعورهم بالقلق والخوف من المستقبل وعدم الاستقرار، هذه الضغوطات تشمل التغيرات الاقتصادية والتكنولوجية والاجتماعية التي تتطلب منهم التكيف المستمر معها، وفي هذا الصدد يشير معشي (2012) أن الشباب وخاصة طلبة الجامعات المقبلين على التخرج يصاحبهم التفكير في مستقبلهم بعد التخرج من الجامعات، حيث يفكرون كيف سيحصلون على عمل مناسب يضمن لهم الحياة الكريمة، ومن ثم تحقيق الاستقرار الزواجي والأسري، مما يجعل الكثير منهم في حيرة وقلق دائم من مستقبلهم (في: الرشيد، 2017).

والقلق المرتبط بالمستقبل يشكل أحد الأنواع الرئيسية للقلق التي تنذر بخطر كبيرة على حياة الفرد، إذ يتسبب في إحساسه بعدم الاستقرار والرضا وعدم الأمان في حاضره؛ وينبع هذا القلق غالبا من عدم معرفة المستقبل وما ينتظره، مما يخلق توترا وقلقا دائمين، وبالتالي الشعور السلبي والإحساس بالتشاؤم واليأس، مما يؤدي في بعض الحالات إلى مشاكل نفسية خطيرة، بالإضافة إلى أنه قد ينشأ عن تفسيرات خاطئة للواقع والأحداث المحيطة، مما يعزز من الشعور بالضغط والقلق والفقدان للسيطرة على الوضع (شقيز، 2005).

وتعكس خطورة هذه الظاهرة سلبا على إدراك الطلبة المقبلين على التخرج لفاعليتهم وقدراتهم الذاتية وطموحاتهم المستقبلية، مما يجعلهم عرضة للاضطرابات النفسية والسلوكية والتأثيرات السلبية على علاقاتهم الاجتماعية والأسرية، فنجدهم يقضون وقتا كبيرا في التفكير في مستقبلهم، مما يؤدي إلى شعورهم بعدم الرضا والسعادة، وينعكس هذا الشعور على جودة حياتهم؛ التي تتأثر بالصحة البدنية والحالة النفسية والعلاقات الاجتماعية، بالإضافة إلى النظرة للمستقبل، فشعور الفرد بالتوتر وعدم الارتياح نتيجة لتفكيره المستمر بحاضره وبما قد يحدث في المستقبل، يؤثر على نظريته العامة للحياة وقدرته على التكيف مع الضغوط والتحديات اليومية (عطار، 2017).

فالشعور بجودة الحياة هو أمر نسبي لأنه يرتبط ببعض العوامل الذاتية كالمفهوم الإيجابي للذات، الرضا عن الحياة، الحالة الاجتماعية، السعادة التي يشعر بها الفرد، كما يرتبط ببعض العوامل الموضوعية التي تشمل على الإمكانيات المادية المتاحة مثل الحالة الصحية، مستوى التعليم وغيرها، فهو يختلف حسب المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم حياتهم ومطالبها (منسي وكاظم، 2010)، وباعتبار أن الطلبة المقبلين على التخرج نجدهم أكثر قلقا للمستقبل وما ينتظرهم من صعوبات وتحديات والتي تنعكس بدورها على جودة حياتهم، حاولت الباحثة

في هذه الدراسة التطرق إلى أثر القلق المرتبط بالمستقبل على جودة الحياة لدى هاته الفئة من خلال طرح التساؤل الرئيس:

* ما أثر القلق المرتبط بالمستقبل على جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج؟
والذي يتفرع منه التساؤل التالي:

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج.

2- فرضيات الدراسة:

* توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج.

* يؤثر القلق المرتبط بالمستقبل على جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج.

3- أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف الدراسة في:

* معرفة العلاقة بين القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج.

* التعرف على أثر القلق المرتبط بالمستقبل على جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج.

4- أهمية الدراسة:

لكل دراسة أهمية خاصة ينبغي تسليط الضوء عليها، وتكمن أهمية الدراسة الحالية في تناولها لمتغيرين أساسيين في علم النفس، وهما القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة؛ كما تستمد أهمية هذه الدراسة أيضا من الفئة المستهدفة، وهم الطلبة المقبلون على التخرج الذين يطمحون بعد التخرج إلى تحقيق أهدافهم مثل الحصول على وظيفة، والاستقرار الأسري والزواجي، وتكوين عائلة.

بالإضافة إلى ذلك، تهدف الدراسة إلى فهم العوامل الكامنة والمؤثرة على جودة الحياة والقلق المرتبط بالمستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج، مما يساهم في توجيه الاهتمام نحو تخطيط وإعداد برامج إرشادية فعالة لتحسين جودة الحياة والتقليل من ارتفاع مستوى قلق المستقبل لديهم، كما تكمن الأهمية في الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في إعداد برامج إرشادية تهدف إلى خفض القلق المرتبط بالمستقبل لدى الطلبة، وتوفير فرص عمل مناسبة حسب التخصصات.

5- مفاهيم الدراسة: إجرائيا:

• **القلق المرتبط بالمستقبل:** هو ذلك الشعور المخيف الذي يسيطر على طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج، ويقاس من خلال الدرجة الكلية التي يتحصل عليها هؤلاء الطلبة من خلال إجاباتهم على بنود مقياس قلق المستقبل المستخدم في الدراسة.

• **جودة الحياة:** هي القدرة على إشباع الحاجات المتنوعة لدى طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج، وتقاس من خلال الدرجة الكلية التي يتحصل عليها هؤلاء الطلبة من خلال إجاباتهم على بنود مقياس جودة الحياة المستخدم في الدراسة.

5.1- حدود الدراسة:

1.5.1- الحدود المكانية: تم القيام بهذه الدراسة في كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الجبالي بونعامة.

2.5.1- الحدود الزمانية: خلال السنة الجامعية 2022-2023.

3.5.1- الحدود البشرية: الطلبة المقبلين على التخرج (ارشاد وتوجيه، علم الاجتماع، فلسفة)، والذين بلغ

عددهم 162 طالبا وطالبة.

6- الدراسات السابقة: تعد الدراسات السابقة الأساس الذي يعتمد عليه أي باحث في دراسته؛ وفيما يلي سنستعرض الدراسات التي تناولت متغيري هذه الدراسة كما يلي:

• دراسة المشاقبة (2015): هدفت هذه الدراسة إلى عدة أهداف أهمها معرفة العلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل، والتنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة. وقد تكونت عينة الدراسة من 284 طالبا، وتم تطبيق مقياسي جودة الحياة، وقلق المستقبل؛ وقد أظهرت أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وإمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة.

• دراسة الحاج (2017): هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى لدى المكفوفين، وقد تكونت عينة الدراسة من 250 كفيفا وكيفية تراوح عمرهم من 15 سنة فما؛ تم اختيارهم بطريقة عرضية، وتم تطبيق عدة مقاييس: جودة الحياة المقنن من مقياس منظمة الصحة العالمية لجودة الحياة (2005) ومقياس عبد المعطي (2005)، ومقياس قلق المستقبل المقنن من مقياس كرميان (2007) ومقياس شقير (2005)، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية المقنن من قائمة كوستا وماكري (1992)، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي، وتم التوصل إلى أهم النتائج المتمثلة في: وجود علاقة عكسية سالبة بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وطردية موجبة بين جودة الحياة وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى لدى المكفوفين.

• دراسة عطار (2017): هدفت هذه الدراسة إلى أهداف كثيرة أهمها معرفة العلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل، والتنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة، وتكونت عينة الدراسة من 284 طالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، وتم تطبيق مقياسي جودة الحياة وقلق المستقبل، وقد توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج من أهمها: وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وإمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة.

• دراسة تسيتساس، نانوبولوس وباسكالي (2019, tsitsas, nanopoulos et paschali): هدفت الدراسة إلى مقارنة طلاب السنة الأولى والرابعة الجامعيين فيما يتعلق بمتغيرات مثل الرضا عن الحياة (مؤشر الرضا عن الحياة)، الإجهاد (مقياس القلق والتوتر)، الثقة (جدول الثقة راثوس)، والتعاطف (مؤشر التفاعل بين الأشخاص)، وبلغ إجمالي عدد المشاركين 410، 205 طلاب سنة أولى و205 طلاب سنة رابعة. وقد أظهرت بعض النتائج الرئيسية:

- بغض النظر عن الجنس، كان لدى الطلاب مستويات قلق متشابهة؛ وكان الرضا عن الحياة أعلى بشكل ملحوظ بين أولئك الذين يعانون من القلق الحاد المنخفض ولكن ليس القلق المزمن المنخفض؛ كما أظهر تحليل درجة القلق المزمن نتائج غير دالة إحصائيا؛ كما كانت الشابات أكثر رضا عن الحياة مقارنة بالشباب بين طلاب السنة الأولى؛ وأيضا كانت النسبة المئوية للطلاب ذوي الرضا العالي عن الحياة أعلى بشكل

ملحوظ بين أولئك الذين نشأوا في المناطق الحضرية وشبه الحضرية مقارنة بأولئك الذين نشأوا في مناطق أخرى.

• **دراسة الطيب (2020):** هدفت هذه الدراسة إلى أهداف عديدة من أهمها التعرف على العلاقة بين قلق البطالة وجودة الحياة لدى طلاب السنة النهائية بجامعة الخرطوم، وتكونت عينة الدراسة من 395 طالبا وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وقد طبق الباحث مقياس قلق البطالة الذي أعده أبو مصطفى، ومقياس جودة الحياة من إعداده، وتم التوصل إلى أهم النتائج: وجود علاقة ارتباطية سالبة بين درجات قلق البطالة ودرجات جودة الحياة.

• **دراسة زيل وآخرون (2021):** هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من العلاقة بين مستوى القلق وجودة الحياة و أدائهم الأكاديمي، وتم اجراء دراسة طولية في المدارس العادية ومدارس ثانوية ذات تصنيف عال، وذلك في بداية ونهاية العام الدراسي، وتم بناء نماذج الانحدار الخطي المتعدد لدراسة العلاقة بين مستوى القلق، نوعية الحياة والتحصيل الدراسي، وأظهرت النتائج أن نوع المدرسة والجنس كانا المؤثرين الرئيسيين على الأداء الأكاديمي (على سبيل المثال، في مادة الرياضيات، كان تأثير نوع المدرسة أكبر من تأثير مستوى القلق).

• **دراسة بن صديق والسيد (2021):** هدفت الدراسة إلى أهداف عديدة أهمها معرفة العلاقة الارتباطية بين قلق المستقبل وجودة الحياة بمكة المكرمة، وتمثلت عينة الدراسة في الشباب السعودي بواقع 125 ذكورا و 188 إناث، وتم استخدام مقياس قلق المستقبل ومقياس جودة الحياة، وتوصلت الدراسة إلى نتائج عديدة أهمها: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين محل الدراسة.

. التعقيب على الدراسات السابقة:

بعد القيام بمراجعة للدراسات السابقة، سيتم مناقشتها لتحديد أبرز المؤشرات والاستفادة منها في البحث الحالي. فبالنسبة للهدف تباينت أهداف الدراسات المذكورة، ولكن الهدف المشترك بينها كان معرفة أثر وطبيعة العلاقة بين القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة، أما فيما يتعلق بالمنهج المتبع، فقد اختلفت الدراسات أيضا وفقا لطبيعة الموضوع، حيث اعتمدت بعضها على المنهج الوصفي مثل دراسة الحاج (2017)، بينما اعتمدت دراسة الطيب (2020) على المنهج الوصفي الارتباطي، أما فيما يتعلق بأدوات الدراسة، فقد استخدمت معظم الدراسات مقياسي قلق المستقبل وجودة الحياة، فنجد أن كل باحث استخدم أداة الدراسة الذي تتلاءم مع دراسته، وتساعده على تحقيق الأهداف التي وضعها، أما بالنسبة لمجتمع الدراسة والعينة المسحوبة منه فقد تنوعت هي الأخرى حسب الغرض من الدراسة، أما بالنسبة للنتائج فقد تباينت من دراسة إلى أخرى، ولكن معظمها أظهرت ارتباطا سلبيا بين القلق وجودة الحياة. أما بالنسبة للخلفية النظرية المعتمدة في هذه الدراسات فقد قدمت كل دراسة إطارا نظريا يشمل متغيرات الدراسة، والباحثة في هذه الدراسة سوف تحاول التعرف على أثر القلق المرتبط بالمستقبل على جودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر المقبلين على التخرج بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الجبالي بونعامة خميس مليانة، وسوف تستخدم المنهج الوصفي التحليلي، بالإضافة إلى اعتمادهما على مقياسي قلق المستقبل وجودة الحياة.

واستفادت الباحثة من مراجعة الدراسات السابقة، بما في ذلك تلك المذكورة أعلاه، والدراسات المشابهة الأخرى، بشكل كبير في جوانب متعددة من الدراسة الحالية؛ شمل ذلك تحديد فجوات المعرفة في مجال العلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل، مما وجه الباحثة نحو موضوع دراستها الحالي، كذلك وفرت لها إطارا نظريا سمح

لها بصياغة إشكالية بحثية واضحة ومحدد، كما ساعدتها في تأسيس إطارها النظري، وشرح المفاهيم الأساسية، ودعم فرضيات البحث، وقد تم اختيار المنهج وأدوات الدراسة بناءً على طبيعة الدراسة، مع مراعاة ملائمتها للدراسات السابقة وفعالية استخدامها في سياق دراستها، وأخيراً ساعدتها في تفسير نتائجها الحالية في سياق أوسع، ومناقشتها.

7 - الطريقة والأدوات:

لكل دراسة مجموعة من الإجراءات المنهجية التي يجب على الباحث اتباعها لضمان الحصول على نتائج دقيقة وموثوقة يمكن الاعتماد عليها.

1.7- منهج الدراسة: يعتبر اختيار المنهج الملائم أمراً حاسماً في نجاح الدراسة، حيث يتوجب اختيار المنهج الذي يتناسب مع طبيعة المشكلة المراد دراستها؛ وبالنظر إلى موضوعنا الذي يتعلق بالقلق المرتبط بالمستقبل وأثره على جودة الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج فإن المنهج الوصفي التحليلي هو الأنسب لهذا الغرض لأنه يهتم بوصف البيانات وتحليلها إحصائياً مما يساعد في تفسير الظاهرة واستخلاص استنتاجات علمية موضوعية.

2.7- عينة الدراسة: ضمّ مجتمع الدراسة جميع طلبة السنة الثانية ماستر المقبلين على التخرج في تخصصات (إرشاد وتوجيه، فلسفة، علم الاجتماع) بجامعة الجليلي بونعامة خميس مليانة، ولاية عين الدفلى، للعام الجامعي 2023/2022، وقد بلغ عددهم 279 طالباً وطالبة موزعين على: تخصص إرشاد وتوجيه (136)، تخصص علم الاجتماع (92)، تخصص فلسفة (51)، واعتمدت الباحثة على جدول كرجي ومورغان (Morgan & Krejcie, 1970) الذي يحدد الحد الأدنى لحجم العينة الممثلة للمجتمع، والذي قدر بـ 162 طالباً وطالبة، كما ورد (في: طويطي، 2019)، وتم اختيار عينة عشوائية طبقية وذلك من خلال تحديد حجم مجتمع الدراسة الكلي 279 طالباً وطالبة، وتقسيمه إلى طبقات (إرشاد وتوجيه، علم الاجتماع، وفلسفة) ثم حساب حجم العينة من كل طبقة باستخدام القانون التالي: $\text{حجم العينة لكل طبقة} = (\text{حجم الطبقة} / \text{حجم المجتمع}) \times (\text{حجم العينة الكلي})$ (النجار، 2010)، وبتطبيق المعادلة تم الحصول على حجم العينة لكل طبقة وهي كما يلي: تخصص إرشاد وتوجيه (79)، تخصص علم اجتماع (53)، تخصص فلسفة (30)، وقد تم الاعتماد على طريقة القرعة العشوائية المتمثلة في كتابة أسماء الطلبة في قصاصات ورقية ووضعها في إناء، وبعد التحريك تم اختيار الطالب المقابل لكل ورقة، وبهذا أصبح عدد عينة الدراسة 162 طالباً وطالبة.

3.7- أدوات الدراسة ووصفها وخصائصها (الصدق والثبات):

1.3.7- مقياس القلق المرتبط بالمستقبل:

• **وصف المقياس:** أعدت هذا المقياس الباحثة شقير (2005)، وذلك بهدف قياس قلق الفرد من المستقبل، ويتكون هذا المقياس من 28 بند موزعاً على خمس أبعاد هي:

* القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية: ويشمل الفقرات (17- 20-21-22-24).

* قلق الصحة وقلق الموت: ويشمل الفقرات (10-18-19-25-26).

* القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل): ويشمل الفقرات (3-6-11-13-14-23-28).

* اليأس في المستقبل: ويشمل الفقرات (4-7-8-9-12-16).

* الخوف والقلق من الفشل في المستقبل: ويشمل (1-2-5-15-27).

- طريقة التصحيح: احتوى المقياس على خمس بدائل: معترض بشدة، معترض أحياناً، معترض بدرجة متوسطة، عادة، دائماً، بحيث يعطي للبنود السلبية التصحيح التالي (4-3-2-1-0)، والبنود الإيجابية (0-1-2-3-4).

• الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية (الصدق والثبات):

للتأكد من صدق مقياس الدراسة (قلق المستقبل)، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من 50 طالباً وطالبة، وتمّ حساب صدق المقياس باستخدام طريقة التجانس الداخلي، والتي تعتمد على حساب معاملات الارتباط بين بنود المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، كما يوضحه الجدول الآتي:

جدول رقم (01): قيم معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في مقياس قلق المستقبل.

البعد الأول		البعد الثاني		البعد الثالث		البعد الرابع		البعد الخامس	
رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
17	** .46	10	** .52	03	** .55	04	** .44	01	** .46
20	** .63	18	* .33	06	** .47	07	** .56	02	** .66
21	** .58	19	** .59	11	** .46	08	** .51	05	** .48
22	** .49	25	** .69	13	** .41	09	** .45	15	** .61
24	** .51	26	** .74	14	** .47	12	* .34	27	* .36
				23	* .38	16	** .58		
				28	* .36				

** دالة عند 0.01

* دال عند 0.05

يوضح الجدول أن جميع قيم معاملات الارتباط بين بنود المقياس والبعد الذي تنتمي إليه كانت دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 و 0.05، وتعد هذه النتيجة مؤشراً قوياً على الاتساق الداخلي للمقياس، وهو أحد مؤشرات صدقه.

كذلك قامت بحساب معاملات الارتباط بيرسون بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، كما يوضحه الجدول الآتي:

جدول رقم (02): قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل.

الأبعاد	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس
الدرجة الكلية	.50 **	** .65	** .75	** .64	** .61

** دال عند 0.01

يوضح الجدول أن معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية تراوحت بين 0.50 و 0.75 وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01، وتشير هذه النتائج إلى أن أبعاد المقياس متناسقة فيما بينها ومع الدرجة الكلية، وهو ما يعد مؤشراً إيجابياً على صدق المقياس، أما بالنسبة للثبات قامت الباحثة بحساب معامل ألفا لكرونباخ، والذي بلغت قيمته 0.64 للمقياس ككل، وتشير هذه القيمة إلى درجة مقبولة من الثبات، وعليه المقياس يتمتع بمعامل ثبات مقبول.

2.3.7- مقياس جودة الحياة:

• وصف المقياس:

أعد هذا المقياس منسي وكاظم (2010)، ويهدف إلى قياس جودة الحياة لدى الطلبة ويتكون من 60 فقرة متوزعة على 06 أبعاد (جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف (الجانب الوجداني)، جودة الصحة النفسية، وجودة شغل الوقت وإدارته)، حيث صيغت 10 فقرات لكل بعد (05 فقرات موجبة، 05 فقرات سالبة)،

• طريقة التصحيح:

وضع أمام كل فقرة مقياس تقدير خماسي (أبدأ، قليلاً جداً، إلى حد ما، كثيراً، كثيراً جداً)، وأعطيت الفقرات الموجبة الدرجات (1،2،3،4،5)، في حين أعطيت الفقرات السالبة عكس الميزان السابق (5،4،3،2،1) والفقرات السالبة التي تحمل الأرقام الزوجية.

• الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية (الصدق والثبات):

للتأكد من صدق مقياس الدراسة (جودة الحياة)، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من 50 طالباً وطالبة، وتمّ حساب صدق المقياس باستخدام طريقة التجانس الداخلي، والتي تعتمد على حساب معاملات الارتباط بيرسون بين الأبعاد الفرعية فيما بينها من جهة، وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس من جهة أخرى، كما يوضحه الجدول الآتي:

جدول رقم (03): قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية فيما بينها، وبين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس

جودة الحياة.

الأبعاد	الدرجة الكلية	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس
الدرجة الكلية	1	**0.83	**0.79	**0.80	**0.68	**0.77	**0.72
البعد الأول		1	**0.41	**0.66	**0.72	**0.66	**0.38
البعد الثاني			1	**0.41	**0.38	**0.74	**0.63
البعد الثالث				1	**0.49	**0.45	**0.67
البعد الرابع					1	*0.31	**0.47
البعد الخامس						1	**0.70
البعد السادس							1

* دال عند 0.05

** دال عند 0.01

يوضح الجدول أن قيم معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية تراوحت بين 0.68 و0.83 وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01، وقيم معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد فيما بينها تراوحت بين 0.31 و0.72 وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01 أو 0.05، وتشير هذه النتائج إلى وجود علاقات إيجابية متوسطة إلى قوية بين أبعاد المقياس ومع الدرجة الكلية، وهو مؤشر آخر على صدقه، أما بالنسبة للثبات قامت الباحثة بحساب معامل ألفا لكرونباخ، والذي بلغت قيمته 0.84 للمقياس ككل، وتشير هذه القيمة إلى درجة جيدة من الثبات، وعليه المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

4.7- الأساليب الإحصائية المستخدمة: استخدمت الباحثة عدة أساليب إحصائية مناسبة لطبيعة بيانات الدراسة، وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية spss 22 للعلوم الاجتماعية وتشمل هذه الأساليب: - معامل الارتباط بيرسون، معامل ألفا لكرنباخ، معادلة الانحدار البسيط، اختبار "ف".

8- عرض النتائج ومناقشتها:

1.8. عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

للإجابة عن التساؤل الفرعي الذي صيغت له فرضية توجد علاقة ارتباطية عكسية بين القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر المقبلين على التخرج بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة خميس مليانة، قامت الباحثة بعد التأكد من شروط تطبيق معامل الارتباط بيرسون بحسابه كما يمثل الجدول الآتي:

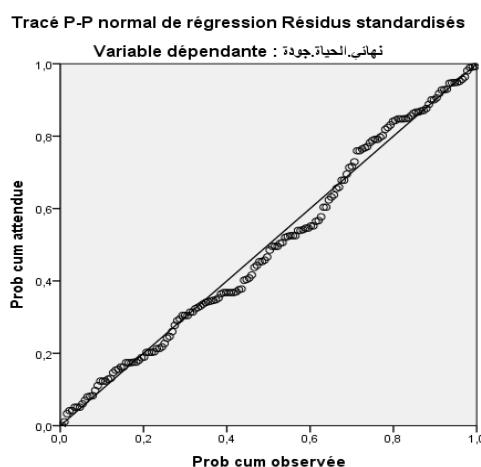
جدول رقم (04): قيمة معامل الارتباط بين قلق المستقبل وجودة الحياة.

المتغيرات	معامل الارتباط R	مستوى الدلالة	معامل التحديد R ²	معامل التحديد المعدل
القلق المرتبط بالمستقبل	-0.54	0.01	0.29	0.28
جودة الحياة				

أظهر تحليل البيانات وجود ارتباط عكسي بين قلق المستقبل وجودة الحياة، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط -0.54، وهو ما يدل على وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01، ويشير معامل التحديد (R²) إلى أن 29% من الاختلاف في جودة الحياة (المتغير التابع) يمكن تفسيره من خلال القلق المرتبط بالمستقبل (المتغير المستقل)، والنسبة المتبقية البالغة 71% ترجع إلى عوامل أخرى.

2.8- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

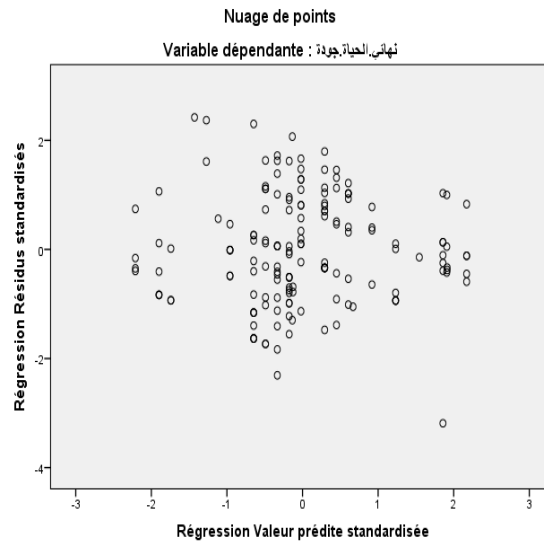
للإجابة عن التساؤل الرئيس الذي صيغت له فرضية القلق المرتبط بالمستقبل يؤثر على جودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر المقبلين على التخرج بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة خميس مليانة. قامت الباحثة بعد التأكد من استيفاء افتراضات وشروط تطبيق معادلة الانحدار البسيط، (التوزيع الطبيعي للخطأ العشوائي، تجانس تباين الخطأ العشوائي، عن طريق الرسم البياني لشكل وانتشار البواقي) من حساب المعادلة:



الشكل رقم (01): مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء

المصدر: مخرجات برنامج spss 22

يظهر توزيع النقاط حول الخط المستقيم في الشكل اتجاها واضحا لتجمعها بالقرب منه، مما يدعم فرضية توزيع البواقي بشكل طبيعي.



الشكل رقم (2): شكل انتشار البواقي مع القيم المتوقعة.

المصدر: مخرجات برنامج spss 22.

أظهرت ملاحظة توزيع النقاط غياب أي نمط واضح، وهو ما يتطابق مع افتراض خطية العلاقة بين المتغيرات وبناء على ذلك، وبما أن شروط تطبيق معادلة الانحدار البسيط قد تم استيفائها، فقد قامت الباحثة بإجراء الحسابات اللازمة كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول رقم (05): نموذج معادلة الانحدار الخطي البسيط.

النموذج	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	معادلة الانحدار البسيط $y = a + b(x)$
القلق المرتبط بالمستقبل	الانحدار	29317.67	1	29317.67	65.83	0.01	$y = 206.38 - 2.11(x)$
	البواقي	71248.13	160	445.30			
	المجموع	100565.80	161				

من خلال الجدول يتبين أن قيمة "ف" قدرت بـ 65.83، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01، مما يعني أن المتغير المستقل أثر في التنبؤ بالمتغير التابع، بمعنى أن متغير القلق المرتبط بالمستقبل له أثر دال إحصائياً في التنبؤ جودة الحياة، وعليه يمكن اشتقاق معادلة رياضية تنبؤية تسمى معادلة الانحدار الخطي البسيط وهي كالتالي:

جودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر كلية العلوم الاجتماعية = $206.38 - 2.11$ القلق المرتبط بالمستقبل

ومن هذا كله يمكن القول أن القلق المرتبط بالمستقبل يؤثر سلباً على جودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر المقبلين على التخرج بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة خميس مليانة.

3.8- تفسير ومناقشة نتائج التساؤل الرئيس والتساؤل الفرعي الذي صيغت لهما الفرضيات التالية:

يؤثر القلق المرتبط بالمستقبل على جودة الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج، وتوجد علاقة ارتباطية عكسية بين القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج.

أشارت النتائج إلى أن القلق المرتبط بالمستقبل يؤثر سلبا على جودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر المقبلين على التخرج بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الجبالي بونعامة خميس مليانة، كذلك وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المتغيرين، بمعنى أنه كلما ارتفعت درجات أفراد العينة في مقياس قلق المستقبل كلما انخفضت درجاتهم في مقياس جودة الحياة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى طبيعة القلق في حد ذاته وبخاصة المرتبط بالمستقبل والخصائص الشخصية للطلبة الذين يعانون من هذا القلق؛ والتي تشمل الشعور السلبي نحو الذات كالتشاؤم، التعب، الانطواء، واستخدام آليات دفاعية مثل الإزاحة والكبت والكف، بالإضافة إلى شعورهم بعدم الثقة بالآخرين، التردد، الحزن، والشك؛ كل هذه الخصائص قد تكون سببا يؤثر بشكل كبير على إدراكهم الذاتي لوقائع حياتهم، مما يؤدي إلى انخفاض شعورهم بجودة الحياة، حيث يصبح تركيزهم منصبا على المخاوف والتحديات المستقبلية وما ينتظرهم في الغد، بدلا من الاستمتاع باللحظة الحالية وتحقيق الرضا الشخصي، والسعادة النفسية والارتياح الشخصي، كما يؤكد ذلك (منسي وكاظم، 2010)، فقلق المستقبل هو حالة نفسية بسبب التوقعات السلبية التي تسيطر على عقول الأفراد، مما يسبب لهم شعورا سيئا وتوقع أحداث غير سارة في الحياة؛ ويتضمن هذا القلق أيضا تبني أفكار غير صحيحة ولا عقلانية كما أشارت إلى ذلك شقير (2005)، وكل ذلك سينعكس سلبا على جودة حياة الطلبة الجامعيين سواء الصحة البدنية، أو الحالة النفسية، وعلاقاتهم الأسرية والاجتماعية، ... فيقضون أغلب وقتهم في التفكير السلبي، وبالتالي شعورهم بعدم الرضا والسعادة في العديد من النواحي.

كذلك يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى أن طلبة السنة ثانية ماستر، وهم على مشارف التخرج، يعانون من العديد من الأفكار السلبية ويتملكهم هاجس البطالة أو عدم الحصول على الوظيفة المناسبة للتخصص الذي درسوه وعدم القدرة على تحقيق طموحاتهم، مما يدفعهم غالبا إلى اللجوء إلى أعمال شاقة يومية خارج تخصصاتهم لتلبية احتياجاتهم، وهذا الوضع يؤثر بشكل خاص على الذكور، فحسب قولهم أن التشغيل في الآونة الأخيرة منعدم تقريبا في مجالات دراستهم وتوظيفهم، كإسائذة أو كمستشاري توجيه، أو في المؤسسات، خاصة وأن زملائهم من الدفعات السابقة لم يجدوا عملا بعد؛ باعتبار أن الدولة وضعت مخططا لإدماج حاملي الشهادات القدامى الذين التحقوا بوكالات التشغيل منذ أكثر من 10 سنوات، وعددهم كبير جدا، مما يزيد من تشاؤم الطلبة، وهذا ما لاحظناه على معظم أفراد العينة، هذا التشاؤم الملحوظ لدى معظمهم يؤثر سلبا على صحتهم النفسية والجسدية، مما يؤدي في النهاية إلى انخفاض مستوى جودة حياتهم، بالرغم من أن الدولة وضعت منحة خاصة بالباطالين لكن الطلبة يحلمون بوظيفة تسد حاجياتهم المختلفة وليس مجرد منحة فقط، كذلك من حقهم التسجيل في الرابط الخاص بالأساتذة المتعاقدين الذي يفتح كل فترة لكن هذا بالنسبة لهم لا يضمن لهم الاستقرار المادي والراحة النفسية، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع العديد من الدراسات كدراسة (الطالب، 2013)، ودراسة (المشاقبة، 2015)، ودراسة (عطار، 2017).

9- الخلاصة:

يعتبر مفهوم القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة من المواضيع الهامة التي تستحق الدراسة، نظراً لأهميتها في حياة الفرد بشكل عام والطلبة بشكل خاص، باعتبارهم فئة مميزة في المجتمع يلتحقون بالجامعة سعياً لتحقيق ذاتهم وطموحاتهم، لكن مع التغيرات والتطورات والتحديات الحالية والظروف الراهنة، أصبح الطلبة الجامعيين خاصة المقبلين على التخرج يعانون من حالة انفعالية غير سارة أثناء التفكير في المستقبل يشعرون بتهديدات محتملة لمستقبلهم، مما يولد لديهم شعوراً بالتشاؤم، وعدم الرضا، ونقص الاطمئنان والثقة في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية والعديد من المشكلات الأخرى التي تنعكس سلباً على تحقيق رغباتهم وطموحاتهم، وبالتالي على صحتهم النفسية وجودة حياتهم في مختلف المجالات، وقد تم التوصل في هذه الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية بين القلق المرتبط بالمستقبل وجودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر المقبلين على التخرج بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الجبالي بونعامة خميس مليانة، وأن القلق المرتبط بالمستقبل يؤثر سلباً على جودة الحياة لدى طلبة سنة ثانية ماستر المقبلين على التخرج بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الجبالي بونعامة خميس مليانة، ومن خلال نتائج هذه الدراسة يمكن تقديم توصيات واقتراحات كإجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول موضوعي قلق المستقبل وجودة الحياة، كذلك توعية المجتمع من خلال إجراء ندوات وملتقيات وطنية ودولية بأهمية جودة الحياة وقلق المستقبل، تصميم برامج لتدريب الطلبة على مهارات إدارة قلق المستقبل وتعزيز الصحة النفسية.

كذلك العمل على بناء برامج ارشادية لمساعدة الطلبة الجامعيين على خفض قلق المستقبل خاصة إذا أدى إلى اضطرابات خطيرة وانعكس سلباً على صحتهم.

• الإحالات والمراجع:

بن صديق، مها عبد القادر محمد، والسيد، فاطمة خليفة. (2021). قلق المستقبل وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من الشباب السعودي في منطقة مكة المكرمة. مجلة البحوث التربوية والنوعية، العدد 8، 1-48.

الحاج، جهاد الريح أحمد. (2017). جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى لدى المكفوفين. رسالة دكتوراه الفلسفة في علم النفس (غير منشورة). جامعة النيلين. الخرطوم (السودان).

الرشدي، بنیان باني دوش القلاوي. (2017). قلق المستقبل والفاعلية الذاتية لدى طلبة كلية المجتمع في جامعة حائل في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية جامعة الأزهر، الجزء الثاني (174)، 639-686،

متوفر بموقع <http://search.shamaa.org/fullrecord?ID=250814>

شقيير، زينب. (2005). مقياس قلق المستقبل (الإصدار ط1). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

طويطي، مصطفى. (2019). أساليب الإحصاء الإستدلالي البارامترية. الجزء الأول (الإصدار ط1). الأردن: دار الحامد للنشر والتوزيع.

الطيب، محمد محمد نور أحمد. (2020). العلاقة بين قلق البطالة وجودة الحياة لدى عينة من طلاب السنة النهائية بجامعة الخرطوم. مجلة الدراسات التربوية والنفسية جامعة السلطان قابوس، 14 (2)، 326-

341، متوفر بموقع: <http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=295178>

عطار، اقبال أحمد عبد الغفور. (2017). جودة الحياة كمبنى لقلق المستقبل لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز. مجلة كلية الآداب جامعة بني سويف، بدون مجلد، (44)، 171-201، متوفر بموقع:

https://journals.ekb.eg/article_73960_0.html

منسي، محمود عبد الحليم، وكاظم، علي مهدي. (2010). تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان. مجلة الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا (أمارياك) ، 1 (1)، 41-60، متوفر بموقع: <https://abhathna.com/files/maqa/1157.pdf>

النجار، نبيل جمعة صالح. (2010). الإحصاء في التربية والعلوم الإنسانية مع تطبيقات spss. ط1. عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.

kkejcie, R, & Morgan, D (1970). Deterrming sample Size or research activities . educational and psychological measurement, p 607.

<https://www.researchgate.net/publication/3491182-99>

zile, I , et al (2021). Association Between Anxiety, Quality of Life, and Academic Performance of Final-Year Students in Latvia. International journal of environmental research and public health, 18, 5784.

Tsitsas, G, Nanopoulos, P, et Paschali, A. (2019). Life satisfaction, and anxiety levels among university students. Creative education, 10, 947-961.