جامعة محمد الصديق بن يحي

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

عنوان المذكرة

تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة المقبلين على التخرج

–دراسة ميدانية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قطب تاسوست –

–جامعة جيجل–

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية

تخصص: إرشاد وتوجيه تربوي

إعداد الطالبتين :

- ديب راضية
- هجراس ياسمينة

تحت إشراف الأستاذة :

د/ بكيري نجيبة

الأستاذ:	جامعة جيجل	رئيسا
الأستاذة: بكيري نجيبة	جامعة جيجل	مشرفا ومقررا
الأستاذ:	جامعة جيجل	مناقشا

السنة الجامعية :2019/2018

شكر وعرفان

نشكر الله الذي لا إله إلا هو علي جليل نعمه وعظيم *سلطانه*
إذ أتاح لنا إ نجاز هذا العمل ورزقنا القدرة على تجاوز الصعاب التي واجهتنا
فله الحمد والشكر، ونثني عليه الخير كله،
فهو الموفق، المسدد والمعين على الخير
نتقدم بجزيل الشكر إلى الأستاذة المشرفة
"نجيبة بكيري"
التي تكرمت بقبول الإشراف على هذا العمل، وكانت خير سند
كما لا ننسى الأستاذ «**كعبار جمال**" الذي لم يبخل علينا بنصائحه وتوجيهاته القيمة
لذلك نسأل الله عز وجل أ ن يثيبهما خير الثواب
كما نشكر أعضاء لجنة المناقشة الموقرين على تحملهم مشاق قراءة المذكرة ومناقشتها وتصحيحها.
ونشكر من لهم الفضل في تعليمنا الحرف فالكلمة فالجملة كما لا يفوتنا شكر كل من
أمد لنا يد العون والمساعدة ولو بكلمة طيبة هؤلاء جميعا نسجل شكرنا وعظيم امتناننا، وإن قصرنا في شكرهم أو أغفلنا عن ذكر أحدهم فعزاؤنا إن الله تعالى هو الذي سيتكفل بأن يجازيهم عنا خير الجزاء وأوفاه فهو يعلم السر وما أخفى

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين.

ولهذا الغرض اختيرت عينة قوامها (120) طالب وطالبة من جامعة جيجل – قطب تاسوست – وقد تم استخدام استبيان لتقدير الذات الأكاديمي من إعداد الطالبتين، ومقياس قلق المستقبل المهني من إعداد "أوشن نادية" وتم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي في الدراسة. كما تمت معالجة البيانات باستعمال الحزم الإحصائية SPSS، وذلك من خلال حساب المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، ومعامل الارتباط بيرسون، وقد أظهرت الدراسة النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة المقبلين على التخرج على مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني
- لا توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الطلبة المقبلين على التخرج على محور البعد الشخصي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.
- توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الطلبة المقبلين على التخرج على محور البعد النفسي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.
- توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الطلبة المقبلين على التخرج على محور البعد الاجتماعي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

وتضمنت الدراسة **الكلمات المفتاحية** التالية: **تقدير الذات الأكاديمي–قلق المستقبل المهني.**

Abstract

The study aimed at a uncovering the relationship between academic self esteem and the future professional anxiety of gradute students.

To meet this purpose,a sample of 120 students from jijel University tassoust pole,Aquestionnaire was used for the academic self -assesement by the students and the professional future anxiety measure was prepared by oshin nadia _analytical dexcripture method was adopted in the study showed the following results

There is a statistically significant correction between the grades of graduate students the self assessment scale and their cores on the professional future anxiety xale

2_there is no statistically significant correlation between the grades of graduate students on the personal academic dimension xale and their grades on the professional future anxiety scale

3 _there is a statistically significant correlation between the academic of graduate student on the psychological academic demension of the academic self_assesement scale and their scores on the professional future anxiety scale

4_there is a statistically significant correlation between the scores of graduate students the social and academic dimensions of the academic self assessment scale and their scores on the professional future anxiety scle .

Key words :academic self exterm professional future concern.

المحتوى	الصفحة
كلمة شكر وعرفان	
ملخص الدراسة باللغة العربية	أ
ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	ب
فهرس المحتويات	ج
فهرس الجداول	ز
فهرس الملاحق	ح
مقدمة	ط
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
أولا: إشكالية الدراسة	4
ثانيا: فرضيات الدراسة	7
ثالثا: أهمية الدراسة	7
رابعا: أهداف الدراسة	8
خامسا: تحديد مفاهيم الدراسة	8
سادسا: الدراسات السابقة والتعقيب عليها	9
الفصل الثاني: تقدير الذات الأكاديمي	
تمهيد	
أولا: الذات	
1-تعريف الذات	22
2-تطور مفهوم الذات لدى الفرد	23
3-خصائص مفهوم الذات	24
4-أبعاد مفهوم الذات	25
5-العوامل المؤثرة في نمو الفرد	26
ثانيا: تقدير الذات	

1-تعريف تقدير الذات	27
2-الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات	29
3-أهمية تقدير الذات	29
4-العوامل المؤثرة في تقدير الذات	30
5-مستويات تقدير الذات	31
6-نظريات تقدير الذات	34
ثالثا: تقدير الذات الأكاديمي	
1-تعريف تقدير الذات الأكاديمي	35
2-أهمية تقدير الذات الأكاديمي	35
3-بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات الأكاديمي	36
4-العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمي	37
خلاصة الفصل	40
الفصل الثالث: قلق المستقبل المهني	
تمهيد	42
أولا: القلق	
1-تعريف القلق لغة واصطلاحا	43
2-أنواع القلق	44
3-أعراض القلق	44
ثانيا: قلق المستقبل المهني	
1-تعريف قلق المستقبل	45
2-الفرق بين قلق المستقبل والخوف من المستقبل	46
3-الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل	46
4-أسباب قلق المستقبل	47
5-مظاهر قلق المستقيل المهني	48
6-سمات ذوي قلق المستقبل المهني	49

ثالثا: قلق المستقبل المهني	
1-تعريف قلق المستقبل المهني	50
2-قلق المستقبل المهني والمفاهيم المرتبطة به	51
3-أسباب قلق المستقبل المهني	52
4-أهمية العمل وتأثيره على حياة الفرد	53
5-النظريات المفسرة لقلق المستقبل المهني	54
خلاصة الفصل	58
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
تمهيد	60
أولا: مجالات الدراسة	61
ثانيا: منهج الدراسة	61
ثالثا: أذاة الدراسة	61
رابعا: عينة الدراسة	66
خامسا: المعالجة الإحصائية	66
خلاصة الفصل	68
الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها	
تمهيد	70
أولا: عرض نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات	
1. عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى	71
2. عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية	72
3. عرض نتائج الفرضية الفرعية الثالثة	74
4. عرض نتائج الفرضية الرئيسية	75
ثانيا: مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات	
1. مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الأولى	77

2. مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثانية	78
3. مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثالثة	79
4. مناقشة نتائج الفرضية الرئيسية	80
ثالثا: مقترحات وتوصيات	81
الخاتمة	82
قائمة المراجع	84
قائمة الملاحق	89

الرقم	الجدول	الصفحة
1.	يوضح أرقام العبارات واتجاهاتها في مقياس قلق المستقبل المهني.	62
2.	يوضح كيفية تصحيح استمارة قلق المستقبل المهني.	62
3.	يوضح نتائج الصدق التميزي لمقياس قلق المستقبل المهني.	64
4.	يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان	65
5.	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس.	66
6.	يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب التخصص الأكاديمي.	66
7.	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية للمحور	71
8.	يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين البعد الشخصي الأكاديمي وقلق المستقبل المهني	72
9.	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية للمحور	73
10.	يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين البعد النفسي الأكاديمي وقلق المستقبل المهني	74
11.	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية للمحور(03).	74
12.	يبين قيمة معامل الارتباط بيرسون بين البعد الاجتماعي الأكاديمي وقلق المستقبل المهني	75
13.	يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني.	76

فهرس الملاحق:

الرقم	الملاحق	الصفحة
01	الاستمارة الأولية لتقدير الذات الأكاديمي	88
02	الاستمارة النهائية لتقدير الذات الأكاديمي	91
03	مقياس قلق المستقبل المهني	96
04	أسماء المحكمين لاستمارة تقدير الذات الأكاديمي	99

مقدمة:

تعتبر الجامعة مركزا للإشعاع الفكري والمعرفي، وضرورة أساسية من ضروريات المجتمعات وتطورها في العصر الحديث ووسيلة فعالة للنهوض بالشباب الجامعي الذي هو عماد الأمة وأمانة في أعناق المجتمع، فليس من شك أن الجامعة تسهم اسهاما ملحوظا في بناء شخصية الطالب بما تقدمه من معارف وخبرات ولذلك يمكن القول أن شخصية الطالب تتبلور وتتضح خلال فترة الإعداد الجامعي.

ومن نعم الله على العبد أن يهبه المقدرة على معرفة ذاته ووضعها في الموضع اللائق بها ،إذ ان جهل الطالب وعدم معرفته لقدراته يجعله يقيم ذاته تقييما خاطئا فأما أن يعطيها أكثر ما تستحق فيثقل كاهلها وأما أن يزدري ذاته ويقلل من قيمتا فيسقط نفسه ، فالشعور السيئ عن ذاته له تأثيرا كبيرا في تدمير الإيجابيات التي يملكها الشخص، وتقدير الذات لا يولد مع الإنسان بل هو مكتسب من تجاربه في الحياة وطريقة رد فعله اتجاه التحديات والمشكلات في حياته، لأن الحياة الجامعية تعج بالظروف المثيرة للقلق سواء على الصعيد الدراسي أو الاجتماعي فإن هذه المواقف المثيرة للقلق تتعلق جميعا بالمستقبل المجهول أو أشياء مرتقبة وشيكة الحدوث وبالتالي بدورها تؤثر على شخصيته وسلوكه لتجعله قلقا نحو مستقبله المهني .

ويعتبر هذا البحث محاولة محدودة لفهم عاملين مهمين من العوامل النفسية وهما تقدير الذات الأكاديمي قلق المستقبل المهني والعلاقة بينهما، ومعرفة الطرق التي يتم خلالها خفض قلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين وكيفية مواجهته وكذلك الطريقة التي يتم من خلالها رفع مستوى تقدير الذات الأكاديمي.

ولقد اتبعت الطالبتين خطة منهجية قسمت فيها البحث إلى جانبين: أحدهما نظري والآخر ميداني وذلك باعتماد خمسة فصول، تضمن الجانب النظري ثلاثة فصول:

الفصل الأول: تضمن الإطار العام للدراسة يضم الإشكالية، فرضيات الدراسة، أهميتها، أهدافها، مفاهيم الدراسة، وجملة من الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

الفصل الثاني: بعنوان "تقدير الذات الأكاديمي" تناولنا فيه تعريف الذات، وتطوره لدى الفرد، خصائصه، أبعاده، والعوامل المؤثرة فيه، كما تطرقنا إلى تقدير الذات، تعريفه، الفرق بين تقدير

الذات ومفهوم الذات، أهميته، العوامل المؤثرة فيه، مستوياته، نظرياته، ثم إلى تقدير الذات الأكاديمي، تعريفه، أهميته، بعض المفاهيم المرتبطة به، العوامل المؤثرة فيه.

الفصل الثالث: تمحور حول متغير "قلق المستقبل المهني" تناولنا فيه تعريف القلق، أنواعه، أعراضه، كما تطرقنا إلى تعريف قلق المستقبل الفرق بين قلق المستقبل والخوف من المستقبل، طبيعته المعرفية، أسبابه، مظاهره، تطرقنا أيضا إلى تعريف قلق المستقبل المهني وأهم المفاهيم المرتبطة به، أسبابه، أهميته، والنظريات ي له. والجانب التطبيقي تضمن فصلين:

الفصل الرابع: تعلق بالإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة، حيث تم التطرق إلى مجالات الدراسة، المنهج المتبع، العينة، المجتمع، والأدوات المعتمدة.

الفصل الخامس: تم فيه عرض ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها تم فيه عرض البيانات وتحليلها ومناقشة النتائج في ضوء الفرضية الجزئية، والفرضية العامة ومناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة واستخلاص النتائج العامة للدراسة، وفي نهاية الفصل تم الخروج بجملة من الاقتراحات وقد انتهى البحث في الأخير بخاتمة تليها قائمة المراجع، ثم قائمة الملاحق التي تم الاستناد إليها أثناء الدراسة.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

أولا: إشكالية الدراسة

ثانيا: فرضيات الدراسة

ثالثا: أهمية الدراسة

رابعا: أهداف الدراسة

خامسا: تحديد مفاهيم الدراسة

سادسا: الدراسات السابقة والتعقيب عليها

اولا: إشكالية الدراسة:

يحتل موضوع تقدير الذات مركزا هاما في نظريات الشخصية ونظرا لأهميته في توازن الشخصية وانتظامها، ذهب العديد من علماء النفس امثال "روجرز" و"ماسلو" وغيرهم إلى دراسة الذات ووضع المقاييس الخاصة بغية فهم طبيعتها وكيفية تشكلها وقياسها وتحديد عناصرها والعوامل المؤثرة فيها ودورها في الأداء.

هذا ويعد مفهوم تقدير الذات الأكاديمي من المفاهيم التي توحي بشخصية الفرد وله أهمية في التقدم الدراسي لأنه لا ينمو إلا في المواقف التعليمية المختلفة ولهذا يعتبر جانبا مهما وموجبا من جوانب الذات إذ يعد جزءا من تقدير الذات العام وهو إحدى العناصر التي تدخل ضمنه بحيث يستخدم الباحثين هذا المصطلح الدلالة عن ذلك التقويم الذي يضعه الطالب لمجموعة الإدراكات و المشاعر التي كونها عن ذاته والتي تعبر عن خصائصه وقدراته المعرفية فيما يتعلق بأدائه الأكاديمي ،وهو مفهوم ذو طابع وجداني والملاحظ من خلال الاطلاع على الادب النظري أن معظم البحوث والدراسات العلمية تتمحور حول تقدير الذات العام ومفهوم الذات الأكاديمي الذي يعد هو الآخر مفهوما وثيق الصلة بتقدير الذات الأكاديمي ويتقاطع معه في عدة جوانب.

فإذا كان مفهوم الذات الأكاديمي يشير إلى الرؤية التي ينظر فيها المتعلم إلى نفسه من حيث قدرته على التحصيل وأداء الواجبات الأكاديمية والرؤية المستقبلية له، وإدراكه لأبعاد القوة لديه وقدرته على تحمل مسؤولياته الصيفية بالمقارنة مع الآخرين من طلاب صفه الذين لديهم القدرة على أداء المهمات نفسها. (أمجد محمد هياجنة وفتيحة بنت محمد الشكيري ،2013، ص202).

فتقدير الذات الأكاديمي على حد تعبير "محمد مصطفى ديب"«يشير إلى ذلك التقييم أو الحكم على الذات في ارتباطها بالأداء المدرسي في القراءة والكتابة والحساب والمهارات الاجتماعية وكيفية مشاركة الطالب في الأنشطة الصفية داخل حجرة الدراسة

وخارجها، ومعرفة مدى توافق الطالب مع زملائه ومدرسيه وذلك لمعرفة مكانته بينهم بقصد تسهيل تعليمه وتكيفه مع من يتعاملون معه.

ونظرا للأهمية البالغة لتقدير الذات في حياة الفرد بصفة عامة والمتعلم بصفة خاصة فيما يتعلق بأدائه الأكاديمي نجد أن الكثير من النظريات حاولت تفسيره فقد ذهب أصحاب المدرسة الإنسانية أمثال"ما سلو"إلى القول أن تقدير الشخص لذاته نابع عن حاجات أساسية وقام"ما سلو" بتنظيم تلك الحاجات على شكل هرم للوصول إلى تحقيق الذات الواقع في قمة الهرم فهو يعتبر أن إشباع الحاجات الأساسية الفسيولوجية كالشعور بالأمن والانتماء وشعور الفرد بتقدير ذاته والذي يضمن له الوصول إلى تحقيق الذات. (بطرس حافظ بطرس،2008، ص479).

وهذا لا يعني أنها لا تتأثر ببقية العوامل التي يتأثر بها تقدير الذات العام ومما لاريب فيه أن مجال التعليم من أكثر المجالات التي يمكن أن يواجه فيها الفرد عقبات ومشكلات مختلفة وإذا لم يتمكن من حلها يلجأ إلى تعديل أو تغيير سلوكه بما يتلاءم والظروف الجديدة من تحقيق ذاته.

فالتفكير والخوف من المستقبل يعتبر من أهم الأمور التي تقلق الكثير من الأفراد في هذا العصر وخاصة الطلبة الجامعيين حيث يتزايد هذا القلق بسبب الخوف من عدم الحصول على مهنة مناسبة أو عدم تحقيق التوافق النفسي من خلالها.حيث ترجع نشأة المستقبل إلى طبيعة التفكير لدى الطالب وكيفية تقديره لقدراته وثقته في نفسه وتفسيره للأحداث ونظرته للحياة فالطالب الذي ليس لديه تصميم على أهدافه المستقبلية وكفاءة في مواجهة المواقف الصعبة في الحياة يكون معرضا بصورة أكبر لقلق المستقبل المهني.

حيث شهد اليوم ارتفاع كبير في عدد الشباب الحاملين للشهادات الجامعية هذا ما أدى إلى قلة فرص العمل المتاحة فالعمل هو الأساس الذي يبحث عنه كل شاب و شابة فهو أساس التقدم وله أثره القوي على الاتزان النفسي والشعور بالأمن والثقة

بالنفس ووسيلة لاكتساب مكانة في المجتمع وغيابه يؤثر على نمو مشاعر انتماءات الشباب المسيح الاجتماعي ،وعليه فإنه بتواجد هذا الكم الهائل من الشباب الجامعي بدون عمل فإنه قد يتملك الطالب الذي هو على وشك التخرج الشعور بالخوف و القلق من تلقي نفس المصير وهذا ما قد يؤثر سلبا على سير حياته بشكل عام.(بكار سارة،2013،ص7).

إن تقدير الذات الأكاديمي ظاهرة تستحق دراستها وذلك من خلال جوانبها المختلفة كما في الدراسة الحالية: تمثلت في البعد الشخصي الأكاديمي مثل الاعتماد على النفس القدرة على اتخاذ القرارات، تحمل المسؤولية.....ايضا البعد النفسي الأكاديمي مثل الشعور بالاحترام التوافق النفسي، الراحة النفسية.... وأخيرا البعد الاجتماعي الأكاديمي مثل تقبل رأي زملائي، مساعدة من هم بحاجة لي، بناء علاقات حسنة مع الآخرين.

وعليه يمكن طرح التساؤل الرئيسي التالي:

هل توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين الطلبة الخريجين على مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

ويتفرع عن هذا التساؤل الرئيسي مجموعة من التساؤلات الفرعية التالية:

1_هل توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الشخصي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني؟

2_هل توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد النفسي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني؟

3_هل توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الاجتماعي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني؟.

ثانيا: فرضيات الدراسة

الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين الطلبة الخريجين على مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

الفرضيات الفرعية:

1 –لا توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الشخصي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

2–توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد النفسي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

3) توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الاجتماعي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

ثالثا: أهمية الدراسة

- مما لا ريب فيه أنه لكل دراسة علمية أهمية سواء من الجانب النظري أو التطبيقي، وتنبثق أهمية الدراسة الحالية من خلال تناولها لاحد أهم الموضوعات التربوية ألا وهو " تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بقلق المستقبل المهني الدي يعد هو الأخر موضوع أهم والذي حظي باهتمامات الكثير من العلماء والباحثين ويمكن توضيح أهمية هده الدراسة في النقاط التالية:

1. تقديم معلومات حول متغيرات الدراسة والتي من شأنها أن تساهم في إثراء الجانب النظري.

2. لفت انتباه القائمين على العملية التعليمية التعلمية حول أهمية تقدير الذات الأكاديمي وهذا بغية أن يولوا الاهتمام بالعوامل التي من شأنها أن تساهم في رفع الأداء الأكاديمي.

3. إثارة اهتمام الباحثين لإجراء دراسات أخرى حول تقدير الذات الأكاديمي، وهذا ما سوف يساهم في معرفة العوامل التي ترتبط بها.

4. معرفة فيما إذا كان هناك لتقدير الذات الأكاديمي علاقة بظهور قلق المستقبل المهني لدى الطلبة.

رابعا: أهداف الدراسة

1-الكشف عن العلاقة بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الشخصي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

2 -الكشف عن العلاقة بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد النفسي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

3 -الكشف عن العلاقة بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الاجتماعي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

خامسا: تحديد مفاهيم الدراسة

1-تقدير الذات الأكاديمي: "يعني به كل ما يتعلق باعتقاد الفرد وتقديره لذاته في مجال الأداء الأكاديمي والعمل المدرسي مثل درجة مشاركته في الأنشطة داخل القسم وخارجه وطبيعة التفاعل مع المعلمين والزملاء". (تمار محمد، 2015، ص111).

- **التعريف الإجرائي:**

هو درجة التقييم التي يتحصل عليها الطالب من خلال إجابته على مجموعة العبارات الواردة في استبيان تقدير الذات الأكاديمي المستخدم في هذه الدراسة.

- **قلق المستقبل المهني:** " يقصد به حالة من عدم الارتياح والتوتر والشعور بالضيق من مستقبل مجهول يتعلق بالجانب المهني، وإمكانية الحصول على فرصة عمل مناسبة للطالب بعد تخرجه من الجامعة".(شاكر المحاميد، محمد السفاسفة، 2007، ص 135).
- التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها الطالب على الأداة المطورة لهذا الغرض.

سادسا: الدراسات السابقة والتعقيب عليها

تعد الدراسات السابقة مصدر إلهام الباحثين فهي تسمح للباحث بالإحاطة بموضوع بحثه كما تلعب دورا هاما في توجيه الباحث وتحديد مجال الدراسة ونظرا للأهمية الكبيرة التي تنطوي عليها الدراسات السابقة في أي بحث علمي فقد تناولنا في هذه الدراسات مختلف وجهات النظر التي دارت حول موضوع الدراسة.

1-الدراسات المتعلقة بالمتغير المستقل: تقدير الذات الأكاديمي

أ-الدراسات العربية:

دراسة بلقوميدي عباس(2011) تحت عنوان:

" صعوبات تعلم الرياضيات في مرحلة التعليم الابتدائي وعلاقتهما بالخصائص السلوكية وتقدير الذات الأكاديمي ".

الهدف من الدراسة: تمييز ذوي صعوبات تعلم الرياضيات من بين مجموع التلاميذ والإجابة على مجموعة من التساؤلات منها صعوبات تعلم الرياضيات بتقدير الذات الأكاديمي.

عينة الدراسة: تكونت في صورتها الأولية من 401 تلميذا من مستوى السنة الخامسة ابتدائي تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجموعة من المدارس وعددها 12 مدرسة اختيرت أيضا عشوائيا من مجموع المدارس الابتدائية.

الأدوات المستخدمة: تم تطبيق أدوات لتشخيص صعوبات تعلم الرياضيات وتمثلت في: اختيار صعوبات تعلم الرياضيات ومقياس الخصائص السلوكية ومقياس مفهوم الذات الأكاديمي.

المنهج المستخدم: اتبع الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الذي يرتكز على الاتجاه الكمي الاحصائي حيث يقوم بتحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة وإعطاء تقرير وصفي عنها.

نتائج الدراسة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التلاميذ ومتوسط درجات التلميذات في مقياس صعوبات تعلم الرياضيات لصالح عينة الذكور.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين من التلاميذ ذوي صعوبات تعلم الرياضيات من حيث متوسط درجاتهم في اختيار تقدير الذات الأكاديمي.(بلقوميدي عباس،2011).

2-دراسة حمري صارة (2012) تحت عنوان:" علاقة تقدير الذات بالدافعية للإنجاز لدى تلامذة الثانوية".

الهدف من الدراسة: البحث في علاقة تقدير الذات بالدافعية للإنجاز لدى تلامذة الطور الثانوي كما هدفت أيضا الى دراسة الفروق بين الجنسين لكل من متغيري تقدير الذات والدافعية للإنجاز.

عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة على مجموعة من التلاميذ الثانويين بلغ عددهم 377 فرد بواقع 177 ذكر و200 أنثى حيث كان متوسط العمر لديهم 14-18 سنة بانحراف معياري يقدر ب 105 سنة.

الأدوات المستخدمة: لجأت الباحثة الى استخدام اداتين لجمع البيانات والمعطيات الضرورية لهذه الدراسة وهما: مقياس تقدير الذات لكوبر سميت ومقياس الدافع للإنجاز لهيرمانز وتم استخدام الأساليب الإحصائية (التكرارات والنسب المئوية، المتوسط الحسابي، معامل الارتباط لبيرسون اختبارات لدراسة الفروق بين مجموعتين مستقلتين.

المنهج المستخدم: اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي باعتباره من أحسن المناهج تلاؤما وطبيعة المشكلة المطروحة بما تفرضه من خطوات منهجية دقيقة للوصول على نتائج علمية موضوعية.

نتائج الدراسة:

خلصت الدراسة الى ان هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين تقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى العينة الكلية، كما اشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات لصالح الذكور.

- تمت مناقشة هذه النتائج على ضوء الإطار النظري للدراسة وخصائص العينة وفق ما يفترض ان يكون تحليلا موضوعيا ومنطقيا. (حمري سارة،2012).

" تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية".

الهدف من الدراسة: هدفت الى معرفة تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

عينة الدراسة: بلغ عدد العينة (180) طالبا وطالبة حيث بلغ عدد الذكور (92) طالبا وعدد الاناث (88) طالبة.

الأدوات المستخدمة: شملت أدوات الدراسة المقاييس التالية: مقياس تقدير الذات، مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي.

المنهج المستخدم: تم استخدام المنهج الوصفي وهو الأكثر ملائمة واستخداما في المجالات الاجتماعية والتربوية والنفسية.

نتائج الدراسة: يتسم تقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بالارتفاع.

- توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والمستوى الاجتماعي والاقتصادي لمجتمع الدراسة.
- لا توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تقدير الذات تعزي لمتغير النوع. (عايدة محمدالعطا،2014).

4-دراسةخمسات شيماء (2016) تحت عنوان: "مفهوم الذات الاكاديمية لدى التلميذ الاعسر في مستوى السنة الرابعة متوسط".

الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة لمعرفة مفهوم الذات الاكاديمية لدى التلميذ الاعسر في مستوى السنة الرابعة متوسط وذلك بأخذ متغير الجنس باعتبار.

عينة الدراسة: تم تطبيق هده الدراسة على عينة تتكون من (78 تلميذ وتلميذة) أعاسر تم اختيارهم بطريقة قصدية ببعض متوسطات مدينة تقرت، خلال السنة الدراسية 2016/2015.

الأدوات المستخدمة: استخدمت الباحثة على مقياس مفهوم الذات الاكاديمية وهو عبارة عن استبيان تم بناؤه يتكون من (38) فقرة.

المنهج المستخدم: تم استخدام المنهج الوصفي الاستكشافي الملائم لهذا التناول الذي يهدف الى تحديد الوضع الحالي للظاهرة بالعمل على وصفها وتحليلها وبذلك فهو يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع.

نتائج الدراسة: تم التوصل الى النتائج التالية.

- مستوى مفهوم الذات الاكاديمية لدى التلاميذ الأعسر في مستوى السنة الرابعة متوسط منخفض.
- لا توجد ف روق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات الاكاديمية لدى التلميذ الاعسر في مستوى السنة الرابعة متوسط باختلاف الجنس وقد نوقشت النتائج في ضوء الجانب النظري والدراسات السابقة وتوصلت الدراسة بجملة من الاقتراحات. (خميسات شيماء،2016).

5-دراسة صبرين صلاح تعب (2017) تحت عنوان: مفهوم الذات الاكاديمية وفعالية الذات الاكاديمية داخل مجال علم النفس.

الهدف من الدراسة: الكشف عن طبيعة العلاقة البنائية بين مفهوم الذات الاكاديمية وفعالية الذات الاكاديمية وهل تمثلان بنيتين متمايزتين نظريا امبريقيا إذا ما تم دراستهما داخل نفس المجال.

عينة الدراسة: تم اشتقاقها من بين طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة عين الشمس المقيدين بقسم علم النفس التربوي بلغ عددها (70) طالب بمعدل (22 ذكور) و (48 اناث).

الأدوات المستخدمة: استخدمت الباحثة استبيان مفهوم الذات الاكاديمية واستبيان فعالية الذات الاكاديمية.

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي كونه الملائم للدراسة.

نتائج الدراسة: أسفرت النتائج عن مطابقة جيدة بين النموذج البنائي الأول والذي يمثل عاملين منفصلين نظريا لمفهوم ذات علم النفس وفعالية ذات علم النفس وبيانات عينة الدراسة.

إلى أن النموذج الأول حقق مطابقة أفضل أي أن مفهوم ذات علم النفس وفعالية ذات علم النفس تمثلان بنيتين منفصلتين امبريقيا عند اختبارهما داخل نفس مجال الدراسة. (صبرين صلاح تعب،2017).

6-دراسة حنان حسين محمود (2017) تحت عنوان: "مفهوم الذات الاكاديمية ومستوى الطموح الأكاديمي وعلاقتهما بالاندماج الأكاديمي لدى عينة من طالبات الجامعة".

الهدف من الدراسة: سعت الدراسة الى معرفة مدى اختلاف الاندماج الأكاديمي باختلاف كل من مفهوم الذات الأكاديمية ومستوى الطموح الأكاديمي، إمكانية التنبؤ بالاندماج من خلال ابعاد كل من مفهوم الذات الأكاديمية والطموح الأكاديمي.

عينة الدراسة: اقتصرت الدراسة على عينة قوامها (150) طالبة (70) طالبة من طالبات المستوى (الخامس) (80) طالبة من طالبات المستوى (السادس) بكلية التربية وقسم علم النفس.

الأدوات المستخدمة: استخدمت الباحثة مقياس مفهوم الذات الاكاديمية والذي يقيس بعدين فرعين هما الثقة الاكاديمية والجهر الأكاديمي.

المنهج المستخدم: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الملائم لهذه الدراسة.

نتائج الدراسة: تم الوصول الى النتائج التالية.

- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الطالبات ذوات المستوى المرتفع.
- وجود علاقة ارتباط موجب بين مفهوم الذات العام والاندماج الأكاديمي
- عدم وجود علاقة بين الطموحات المهنية والاندماج الأكاديمي. (حنان حسين محمود،2017).

2-الدراسات المتعلقة بالمتغير التابع: قلق المستقبل المهني

أ-الدراسات العربية:

2-دراسة أحمد محمد المومني ومازن محمود نعيم (2013)تحت عنوان:

"قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع بمنطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات".

الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة الى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل.

عينة الدراسة: تم اعداد استبانة للكشف عن قلق المستقبل لدى افراد عينة الدراسة المتكونة من (439) طالبا وطالبة.

النتائج التي توصلت اليها: أظهرت الدراسة أن قلق المستقبل لدى أفراد العينة كان مرتفعا حيث جاء المستوى الاقتصادي في المرتبة الأولى وبدرجة مرتفعة في حين جاء المجال الأسري في المرتبة الأخيرة وبدرجة مرتفعة أيضا وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى إلى اختلاف متغيرات التخصص أو المستوى الدراسي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل الكلى تعزى الى الجنس والتخصص وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزي للمستوى الدراسي، أيضا فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الكلي تعزي التفاعلات الثنائية والثلاثية بين المتغيرات.(أحمد محمد الموني ومازن محمود نعيم، 2013، ص173).

3-دراسة خالد عمر أبو فضة (2013) تحت عنوان: "قلق المستقبل وعلاقته بأزمة الهوية لدى المراهقين الصم في محافظات غزة".

الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة الى التعرف على قلق المستقبل وعلاقته بأزمة الهوية لدى المراهقين الصم في محافظات غزة في ضوء عدد من المتغيرات (الجنس، ترتيب الاصم بين اخوته، دخل الاسرة، وجود اخوة صم في العائلة وجود أحد الوالدين أصم أو كليهما).

عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (190) طالبا وطالبة مكونة من طلبة مدرستي مصطفى صادق الرافعي، الثانوية للصم (بنين وبنات).

الأدوات المستخدمة: استخدم الباحث عدد من الأساليب الإحصائية وهي: (التكرارات والمتوسط الحسابي والنسب المئوية، اختبارT.TEST ، معامل ارتباط بيرسون، تحليل التباين الأحادي ONE WAY ANOVA اختبار شيفيه البعدي SHEFFE.

نتائج الدراسة: إن الوزن النسبي لدى العينة لمقياس قلق المستقبل بلغ (50، 60%) وهذا يشير إلى وجود مستوى فوق المتوسط من قلق المستقبل.

أن الوزن النسبي لدى العينة لمقياس ازمة الهوية بلغ (04، 61%)وهذا يشير إلى وجود مستوى فوق المتوسط من ازمة الهوية.

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل وأزمة الهوية لدى المراهقين الصم في محافظات غزة. (خالد عمر أبو فضة، 2013).

1-دراسة بكار سارة (2012) تحت عنوان: "أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني".

الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة الى التعرف على أنماط التفكير (السلبي والإيجابي) لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني الذي يعد من أبرز أنواع القلق انتشارا في السنوات الأخيرة خصوصا في ظل التغيرات الراهنة الاقتصادية منها والسياسية وحتى الاجتماعية.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة من طلبة جامعة تلمسان التي تكونت من 220 طالبا وطالبة موزعين تبعا لمتغيرات الدراسة.

المنهج المستخدم: تم الاعتماد في هده الدراسة على المنهج الوصفي لأنه الأنسب لموضوع الدراسة والأكثر استخداما لدراسة الظواهر النفسية والاجتماعية.

الأدوات المستخدمة: استخدمت الباحثة مقياس التفكير السلبي والإيجابي للباحثة حنان عبد العزيز واستمارة قلق المستقبل المهني من اعداد الطالبة ثم اختيار صحة الفرضيات باستعمال الأساليب الإحصائية التالية: معامل برافي بيرسون لدراسة العلاقة بين المتغيرات اختبارt. Test لدراسة الفروق بين متغيرات الدراسة وفقا لمتغير الجنس والتخصص.

النتائج التي توصلت إليها: وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين أنماط التفكير وقلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التفكير باختلاف الجنس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التفكير تعزى الى متغير التخصص.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص قلق المستقبل المهني باختلاف الجنس
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة علم النفس وطلبة الهندسة المعمارية فيما يخص قلق المستقبل المهني. (بكار سارة، 2012).

2-1-الدراسات الأجنبية المتعلقة بالمتغير التابع:

2-دراسة بولا نسكي (2005) تحت عنوان: " القلق بشأن المستقبل المهني بين الأطباء الشباب، بولندا".

- Anxiety About Professional future Amongyoung doctors

الهدف من الدراسة: التعرف الى القلق اتجاه المستقبل المهني لدى طلبة كليات الطب بولندا.

عينة الدراسة: تكونت من (992) طالبا وطالبة في السنة الأخيرة بكليات الطب في بولندا.

أدوات الدراسة: استبانة لقياس قلق المستقبل من اعداد الباحث

نتائج الدراسة:

- اشارت الى (81%) من طلبة كليات الطب كان مستوى القلق لديهم مرتفع وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق تعزى الى كل من الجنس، المستوى التعليمي للوالدين، وجود شريك في الحياة (زوج، زوجة)، ولم تجد علاقة بين مستوى القلق ودرجات الطلبة (التحصيل الأكاديمي) ومستوى المعلومات النظرية والمهارات العلمية الطبية.(دعاء جهاد شلهوب ،2016، ص19).

3-دراسة أيزنك وبني وسانتوس (2006) تحت عنوان: القلق والاكتئاب، أحداث الماضي والحاضر، والمستقبل بريطانيا.

- Ansciety and depression:past, present, and future events

عينة الدراسة: تكونت من مجموعة من المراهقين تراوحت أعمارهم من (13-17) عاما ومجموعة من الشباب تراوحت أعمارهم من (18-29) عاما ومجموعة أخرى في سن الثلاثينيات.

أدوات الدراسة: مقياس القلق والاكتئاب من اعداد الباحثين.

نتائج الدراسة: أظهرت النتائج ان شعور القلق مرتبط بالأحداث المتوقع حدوثها في المستقبل عن تلك التي حدثت في الماضي (دعاء جهاد شلهوب، 2016، ص 19).

1-دراسة أري (2011) تحت عنوان: قلق المستقبل والهوية النفسية وأنماط التعاطف لدى المدارس الثانوية العليا والكليات، تركيا.

عينة الدراسة: طبقت الدراسة على عينة بلغت (1525) طالبا وطالبة.

نتائج الدراسة: أهمها

- أن هناك فروق جوهرية في قلق المستقبل وفقا للجنس لصالح الاناث واختلافات بين بعدي الاستكشاف والالتزام في ضوء الحميمية والقلق من المستقبل. (دعاء جهاد شلهوب، 2016، ص20).

3-الدراسات التي تناولت كلا المتغيرين معا (تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني)

أ-الدراسات العربية:

1-دراسة بلكيلالي محمد إبراهيم (2008) تحت عنوان:" تقدير الذات لدى الجالية العربية المقيمة بأوسلو في النرويج ".

الهدف من الدراسة: التعرف على مستوى قلق المستقبل وتقدير الذات لدى الجالية العربية المقيمة بأوسلو بالنرويج ".

عينة الدراسة: تكونت من (500) شخص ذكورا وإناثا.

نتائج الدراسة: أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة بين قلق المستقبل وتقدير الذات لدى الجنسين ووجود فروق في قلق المستقبل وتقدير الذات تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

2-دراسة نيفين عبد الرحمن المصري (2011) تحت عنوان: "قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة".

الهدف من الدراسة: التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح الأكاديمي وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة.

عينة الدراسة: تكونت من (626) طالبا وطالبة من جامعة الأزهر.

الأدوات المستخدمة: استخدم الباحث مجموعة من الأدوات هي: مقياس قلق المستقبل (اعداد زينب محمد شقير)، مقياس فاعلية الذات (اعداد الباحث) ومقياس مستوى الطموح الأكاديمي (اعداد صلاح الدين أبو ناهية 1986).

نتائج الدراسة: اسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية وسلبية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الجنس (ذكر، أنثى) على الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة وكانت لصالح الذكور.

يوجد تأثير دالا احصائيا لقلق المستقبل والتخصص (علوم، آداب) على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة. (نيفين عبد الرحمن المصري،2011).

3-دراسة هيام زياد عابد (2015) تحت عنوان: قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طلبة الثانوية العامة في محافظة غزة.

الهدف من الدراسة: الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طلبة الثانوية في مديرية شرق غزة، في ضوء بعض المتغيرات التالية (الجنس، التخصص، مستوى التحصيل).

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (55) مفحوص، اما عينة الدراسة الفعلية (220) مفحوص من طلبة الثانوية العامة.

الأدوات المستخدمة: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته هذه الدراسة، كما استخدمت الأدوات التالية: " مقياس قلق المستقبل مقياس فاعلية الذات ومقياس مستوى الطموح من اعداد الباحثة.

نتائج الدراسة: اسفرت عن وجود علاقة دالة إحصائية بين قلق المستقبل وفاعلية الذات لدى طلبة الثانوية العامة في محافظة شرق غزة، حيث بلغ معامل الارتباط 0.069 كما توجد علاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى عينة الدراسة وبلغ معامل الارتباط 0.072.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات افراد عينة الدراسة لمستوى قلق المستقبل، فاعلية الذات لدى طلبة الثانوية العامة في مديرية شرق غزة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.
- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقدير أفراد عينة الدراسة لمستوى قلق المستقبل، فاعلية الذات لدى طلبة الثانوية العامة في مديرية شرق غزة تعزي لمتغير التحصيل الدراسي.
- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقدير أفراد عينة الدراسة لمستوى
- قلق المستقبل لدى طلبة الثانوية العامة في مديرية شرق غزة تعزي لمتغير التخصص. (هيام زياد عابد،2015).

التعقيب على الدراسات:

من خلال الدراسات التي تم توظيفها في هذه الدراسة سواء تعلق الأمر بالدراسات العربية أو الأجنبية فقد تعرفنا من خلالها على أهمية تقدير الذات والعلاقة التي تربطه بقلق المستقبل المهني وهذا الأخير يلعب دورا هاما في تكوين شخصية الطالب ومثلما تم الاعتماد على المنهج الوصفي في هذه الدراسة، كانت معظم الدراسات التي تناولت تقدير الذات و قلق المستقبل المهني وبعض التغيرات الأخرى قد اعتمدت أغلبها على المنهج الوصفي أو إحدى تطبيقاته سواء تعلق الامر بالعينة (ذكور أو إناث)كما هو الحال في دراسة تعب (2017) ودراسة شيماء (2016) وأيضا دراستي محمود (2017) ودراسة العطا (2014) وعليه فهده الدراسة اعتمدت المنهج الوصفي وهذا من أجل وصف الظاهرة ثم تحليلها وتفسيرها بناءا على ما تم التأكد منه ميدانيا.

أما بالنسبة لأدوات جمع البيانات فقد اعتمدنا في هذه الدراسة على استمارة ومقياس قلق المستقبل المهني تم توجيههما إلى الطلبة المقبلين على التخرج (ماستر 02).

بحيث تم استخدام في كل من دراسة محمود(2017) ودراسة صارة(2012) ودراسة العطا (2014) نفس الأذاة وهي مقياس تقدير الذات.

ومجمل القول أن هذه الدراسات قد أفادتنا في التعرف على موضوع صياغة الفروض واتباع المنهج المناسب كما أعطتنا لمحة على الأدوات التي سوف نستخدمها في جمع البيانات كالإستمارة وفي اختيار العينة. والدراسة الحالية ركزت على معرفة طبيعة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني على غرار الدراسات السابقة درست كل متغير على حدى.

الفصل الثاني : تقدير الذات الأكاديمي

تمهيد

أولا: الذات

1-تعريف الذات

2-تطور مفهوم الذات لدى الفرد

3-خصائص مفهوم الذات

4-أبعاد مفهوم الذات

5-العوامل المؤثرة في نمو الفرد

ثانيا: تقدير الذات

1-تعريف تقدير الذات

2-الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات

3-أهمية تقدير الذات

4-العوامل المؤثرة في تقدير الذات

5-مستويات تقدير الذات

6-نظريات تقدير الذات

ثالثا: تقدير الذات الأكاديمي

1-تعريف تقدير الذات الأكاديمي

2-أهمية تقدير الذات الأكاديمي

3-بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات الأكاديمي

4-العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمي

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد تقدير الذات أحد المفاهيم البارزة التي اهتم بها العلماء والباحثين، فمصطلح تقدير الذات هو عام وشامل ويتضمن الأشكال المختلفة للذات كتقدير الذات الاجتماعية تقدير الذات المهنية العائلية والأكاديمية هذه الأخيرة التي تشكل محور هذه الدراسة والتي تنمو من خلال المواقف التعلمية التي يعيشها الطالب في الجامعة، اذ تعد الأنظمة التعليمية المختلفة بكل ما تحتويه من العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمية الإنجاز الأكاديمي والذي أثبتته دراسات علمية أكدت على وجود علاقة بينهما.

وعليه تم تخصيص هذا الفصل للتحدث على مجموعة من العناصر أهمها: مفهوم الذات خصائصه، أنواعه بالإضافة إلى أبعاده والعوامل المؤثرة فيه كما تطرقنا لمفهوم تقدير الذات وأهميته، مستوياته وأهم النظريات وايضا الى مفهوم تقدير الذات الأكاديمي والعوامل المؤثرة فيه وبعض المفاهيم المرتبطة به.

أولا: الذات

1- تعريف الذات:

" ظهرت فكرة الذات بشكل جديد في مجال علم النفس على يد الباحث "وليام جيمس James William" "1980م" حيث قال عن الذات أو كما سماها الأنا العملية "، أنه مجموعة ما يمتلكه الإنسان أو ما يستطيع أن يقول أن له: جسمه، سماته، قدراته، ممتلكاته المادية، أسرته أصدقائه، أعدائه ومهنته).

بمعنى أن الذات تعني المجموع الكلي لكل ما يستطيع الفرد أن يعتبره له.

كما يشير(يوسف قطامي عبد الرحمان) إلى مفهوم الذات بأنه: مجموعة من الشعور والعمليات التأملية التي يستدل عنها بواسطة سلوك ملحوظ أو ظاهرة، أو الوسيلة المثالية لفهم السلوك، يمكن التعرف من خلال الإطار الداخلي للفرد نفسه.

ويعرف (علي عسكر) مفهوم الذات أنه الصورة الكلية للأفكار والمشاعر التي يحملها الفرد عن نفسه وهذه الصورة تتكون من خلال تفاعل الفرد مع من يتواجد في محيطه الاجتماعي، بدءا بالجماعة الأولية المتمثلة في الأسرة مرورا بالمعارف والأصدقاء وانتهاء بالأشخاص المهمين في حياة الفرد.

ويشير بيرنز (Burns) 1982 إلى أن: "مفهوم الذات يتألف من مجموعة معتقدات تقويمية يملكها الفرد حول ذاته، بالإضافة لوصف الذات وتحدد هاتان المجموعتين في تقدير الذات وصورة الذات". (عايدة محمد العطا،2014، ص10،11).

ويشير حامد عبد السلام زهران (1973) "إلى مفهوم الذات بأنه "تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته (منى الحمودي، 2010، ص177).

ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة والمحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية والخارجية، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائيا في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو (الذات المدركة)، والمدركات

والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الأخرين يتصورونها والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الأخرين (الذات الاجتماعية)، المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون عليها (الذات المثالية). (أوشن نادية، 2015، ص70).

من خلال التعاريف السابقة نستنتج أن مفهوم الذات هو مجموعة من الأفكار والاتجاهات والتصورات التي تتكون لدى الفرد من خلال تفاعله مع الأخرين، ويمثل متغيرا هاما في الشخصية لأننا نفهم الفرد من خلال الصورة التي يكونها عن ذاته.

2 –تطور مفهوم الذات لدى الفرد:

"إن مفهوم الذات يبدأ بالتكوين لدى الفرد منذ اللحظة الأولى التي يستكشف الطفل فيها أجزاء جسمه، ويرى (إريكسون) « Erikson » أن هناك الكثير من العقبات التي يواجهها الفرد في طريقة تأكيد ذاته، فمثلا قد يتولد لدى الفرد في مرحلة طفولته الشعور بالثقة أو بعدهما اتجاه الأخرين ،ويرجع ذلك، لطبيعة اشباع حاجاته، هل كانت بشكل صحيح أو غير صحيح ،فقد يكون لطبيعة تعامل أولياء الأمور دور في نجاحه أو فشله بالاعتماد على نفسه والاستقلال عن الأخرين، ولطبيعة تعامل الأهل مع الطفل في سن اللعب والدراسة أثر كبير في تطوير مفهوم الذات لديه، ويستمر مفهوم الذات لدى الفرد بالتطور والنمو خلال مراحل نموه المختلفة، مثل مرحلة المراهقة والتي تعتبر مرحلة "أزمة الهوية " والتي في نهايتها يحدث تعديل في مفهوم الذات وصورتها نتيجة النضج العقلي الذي يساعده على الموازنة بين استعداداته وقدراته و امكانياته، وكذلك في مرحلة الشباب وما يمر به الفرد من صراعات لتحقيق الذات أو عدمه وما ينتج عن ذلك من أثار وكذلك في سن الرشد وطبيعة علاقة الفرد مع مجتمعه فإما أن يكون شخصا منتجا ومستقلا، وعلاقته جيدة بالأخرين أو العكس، وبذلك قد يستطيع الفرد تنمية ثقته بنفسه، أو يركن للانهزام واليأس والفشل ".(علاء سمير القطناني، 2011، ص56).

من خلال ما سبق نستنتج أن الأسرة والمجتمع والأفراد المحيطين بالفرد لديهم دور رئيسي في تطوير مفهوم الذات لديه وجعله قادرا على التعبير عن طاقاته وقدراته.

3 -خصائص مفهوم الذات:

"إن لمفهوم الذات خصائص منها:

أ/مفهوم الذات منظم وتركيبي: إذ تشكل خبرات الفرد بكل تنوعها مجموعة المعلومات التي يؤسس عليها مفهومه عن ذاته، ومن أجل تسهيل استيعاب، هذه الخبرات يضعها في زمر ذات صيغ ابسط إنه ينظم الذات التي يتبناها، حيث تكون إلى حد ما انعكاسا لثقافته الخاصة وعلى سبيل المثال قد تدور خبرة الطفل في محور عائلته وأصدقائه ومدرسية وهذا ما يبرر وجود الفئات في أحاديث الأطفال عن أنفسهم، لأن هذه الفئات تمثل طريقة لتنظيم الخبرات وجعلها ذات معنى.

ب/مفهوم الذات متعدد الجوانب:

إن هذه الجوانب تعكس نظام التصنيف الذي يتبناه الفرد أو يشاركه فيه العديدون واشارت بعض الدراسات أن نظام التصنيف هذا قد يتشكل بمجالات كالمدرسة والتقبل الاجتماعي والقدرة والذكاء العام.

ج/مفهوم الذات المعرفي:

إذ يمكن أن تشكل جوانب مفهوم الذات معرفة قاعدتها خبرات الفرد في مواقف خاصة وقمتها مفهوم الذات العام، وتقسم قمة الهرم إلى مكونين هما:

1 -مفهوم الذات الأكاديمي: الذي يتفرع إلى مجالات من المواضيع الرئيسية علوم "رياضيات" ثم إلى المجالات المحددة ضمن المواضيع الرئيسية.

2-مفهوم الذات غير الأكاديمي: الذي يتفرع إلى مفهوم اجتماعي ومفهوم عاطفي ومفهوم فزيائي.

د/مفهوم الذات ثابت نسبيا: أي أن مفهوم الذات العام يتسم بالثبات النسبي وكلما كان الاتجاه في مفهوم الذات نحو القاعدة كان هذا المفهوم أكثر ثباتا نسبيا ولكي يحدث تغيير في مفهوم الذات العام يتعين حدوث مواقف متعددة ومحددة فمثلا خبرات النجاح والفشل لأحد تلاميذ المرحلة الابتدائية في مادة التاريخ، ربما يؤثر على مفهوم الذات الأكاديمي لديه، لكن تأثيرها على المفهوم العام للذات يكون ضعيفا".

هـ /مفهوم الذات نمائي ومتطور: حيث أن مفاهيم الذات لدى صغار الأطفال كلية أو شاملة، وغير متمايزة ومع بداية بنائهم للمفاهيم واكتسابهم لها ومع عمليات النضج والتعلم يحدث تزايد للخبرات المختزنة وتبدأ عمليات تصنيف الأحداث والمواقف، ومع تزايد العمر الزمني والخبرة يصبح مفهوم الذات أكثر تمايزا، ومع إحداث قدر من التكامل بين مكونات مفهوم الذات يمكن أن تتكامل مظاهر مفهوم الذات، كالبنية والتنظيم والتعدد.

و/ مفهوم الذات متمايز أو فارقي: بمعنى أنه متمايز أو مستقل عن الأبنية الأخرى التي يرتبط نظريا بها، فمثلا يمكن افتراض أن مفهوم الذات للقدرة العقلية يبدو أكثر ارتباطا بالتحصيل الأكاديمي من القدرة على التصرف في المواقف الاجتماعية وهكذا.

ز/مفهوم الذات التقويمي: إن مفهوم الذات ذو طبيعة تقويمية وليس وصفية وهذه التقويمات تحدث عن مواجهة المعايير المطلقة كالمثالية، كما تحدث في مواجهة المعايير النسبية (كالواقعية) مثل استقبال تقويمات الأخرين وبعد التقويم يمكن أن يتباين في الأهمية بالنسبة لمختلف الأفراد والمواقف وهذا التباين ربما يعتمد على خبرات الفرد الماضية وثقافته الخاصة ومركزه وأدواره في مجتمع (أسامة خيري، 2014، ص32،33).

4 -أبعاد مفهوم الذات:

" هناك أراء متعددة ذكرت أبعاد مفهوم الذات ويعتبر "وليام جيمس " أول من ذكر أبعاده وهي:

أ/الذات كما يعتقد الفرد بوجودها في الواقع، وهو ما اصطلح عليه بعض علماء النفس بالذات المدركة.

ب /الذات كما يرونها الأخرون، وهي ما تقابل ما اصطلح عليه الذات الاجتماعية.

ج /الذات كما يتمنى الفرد أن يكون عليه وهي تقابل ما اصطلح عليه بالذات المثالية.

وأضاف جيمس بعدا أخر سماه بالذات الممتدة وتتمثل في كل ما يمتلكه الفرد، وما يشترك به مع الأخرين مثل العائلة، الوطن، العمل.

أما (كولي) Cooleyفذكر الذات المنعكسة وهو تصور الفرد لما هو عليه من خلال انعكاس ذلك من الأخرين، والذات الاجتماعية وهي الخبرات الناتجة من خلال انضمام الفرد مع المجموعة كأن يكون في نادي معين، طائفة دينية، حزب.....

أما (ميد) .Meadفيقول: أنه يمكن ان تنشأ للفرد عدة نوات تمثل كل منها مجموعة من الاستجابات المستقلة بدرجة أو بأخرى، مكتسبة من مختلف الجماعات الاجتماعية فقد تنمو لدى الفرد مثلا ذات عائلية تعكس الاتجاهات التي تعبر عنها أسرته وذات مدرسية تعكس اتجاهات معلميه وزملائه

أما أبعاد (لندوهم)landholem فتتسم بالبساطة والوضوح حيث ذكر الذات الذاتية وهي ما يعتقده الفرد عن ذاته وهي ليست ثابتة.

ويعتقد (سيموندس)symonds: أن الذات تتكون من الأبعاد الأتية:

كيفية إدراك الفرد لنفسه.

معتقدات الفرد عن نفسه.

تقييم الفرد لنفسه (قحطان أحمد الظاهر، 2010، ص 54، 55).

5 -العوامل المؤثرة في نمو مفهوم الذات:

توجد عدة عوامل يمكنها أن تؤثر في نمو مفهوم الذات منها ما هو داخلي متعلق بالفرد نفسه، ومنها ما هو خارجي كالبيئة التي يتواجد فيها الطفل خاصة البيئة الأسرية، حيث تلعب الأسرة الدور الأهم في نمو هذا المفهوم وسنتناول هده العوامل بنوع من الشرح والتفصيل تحت عنصرين كبيرين هما: العوامل الشخصية والعوامل الأسرية:

أ -**العوامل الشخصية:** هي العوامل المتعلقة بالفرد ويظهر تأثيرها في تكوين ونمو مفهوم الذات من خلال تفسير الأطفال لسلوك الأخرين نحوهم وفقا لمستويات ذكائهم لما يلعبه هذا الأخير من دور على مستوى الوعي الاجتماعي لدى الفرد وحسب مصطفى فهمي 1976: فإن من أهم العوامل التي تؤثر في سلوك الفرد هي فكرته عن نفسه ومدى إدراكه لها.

كما يرى وليام فيتس 1985: أن مفهوم الفرد عن ذاته ذو تأثير كبير في كثير من جوانب سلوكه، كما أنه متعلق بشكل مباشر بحالته العقلية.

ضف إلى ذلك أن مفهوم الذات يتأثر بالخبرات التي يمر بها الفرد أثناء محاولته التكيف مع البيئة المحيطة به، ويترتب على ذلك نمو الأشكال السلوكية المختلفة بناء على عملية التعلم.

ورغم أهمية هذه العوامل إلا أن الباحثين يؤكدون دور وأهمية الأخرين في نمو فكرة الذات، وخاصة الخبرات الأسرية التي يتلقاها في نمو مفهوم الذات.

ب –العوامل الأسرية:

لا يختلف اثنان في أن الأسرة هي المؤسسة الاجتماعية الأولى المسؤولة عن التنشئة الاجتماعية، والضبط الاجتماعي للفرد ، ولها الدور الأساسي في تزويد الأفراد بالسلوكيات المختلفة التي تدور داخلها والتي تعتبر هي النماذج التي تؤثر سلبا أو إيجابا في تربية الأطفال، ورغم أن هناك مؤسسات أخرى للتنشئة الاجتماعية إلا أن الاسرة تعتبر أقوى هذه المؤسسات لكونها البيئة الأولى التي تتلقى الطفل ويعيش فيها طيلة حياته بصفة مباشرة أو غير مباشرة، فتؤثر في نموه النفسي وفي تكوين شخصيته وتحديد ملامحها، وفي نموه الجسمي والعقلي والاجتماعي، وذلك حسب نمط التنشئة الأسرية السائدة فيها، فالطفل يكتشف من هو (ذاته) داخل اسرته، وهي التي تساعده على تكوين مفهوم ذات إيجابي وسوي أو تؤدي به إلى تكوين مفهوم ذات سالب عن نفسه (بلقوميدي عباس، 2011، ص85،86).

ثانيا: تقدير الذات

1–تعريف تقدير الذات:

يعد من أحد أبعاد المهمة الشخصية ولقد تعددت وكثرت التعاريف في جانب الباحثين والمشتغلين بالدراسات النفسية ويمكن أن نشير إلى هذه التعريفات على النحو التالي:

تعريف " كوبر سميت "1976" Smith Cooper "في عكاشة: أن تقدير الذات على أنه الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية، والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه، فالصورة الصادقة التي يكونها الطفل عن نفسه تعتمد بالدرجة الأولى على تقديره لذاته ،ان تقدير الذات مجموعة الاتجاهات و المعتقدات التي يستدعيها الفرد عندها يواجه العالم المحيط به، فهو حكم الشخص اتجاه نفسه، وقد يكون عندها يواجه العالم المحيط به، فهو حكم الشخص اتجاه

نفسه، وقد يكون عندها يواجه العالم المحيط به، فهو حكم الشخص اتجاه نفسه، وقد يكون هذا الحكم بالموافقة أو الرفض " .(مجذوب أحمد محمد قمر، 2015، ص27).

ويعتبر تقدير الذات مصدرا فعالا مؤثرا في مواجهة الضغوط التي يتعرض لها الافراد، حيث أن الافراد الذين لديهم تقدير الذات عال يكونون أكثر مرونة في مواجهة الأحداث الضاغطة، لأنهم يكونون أقل عرضة لمظاهر التهديد الذاتية المرتبطة بالأحداث الضاغطة".

ويعرف روجرز (Rogers): تقدير الذات هو اتجاهات الفرد نحو ذاته والتي لها مكون سلوكي واخر انفعالي، وأوضح (عبده، 1991) أن التقبل غير المشروط للفرد ممن يحيطون به يساعد هذا الفرد على تكوين مفهوم إيجابي عن ذاته، أما برينجرز(Briggs) فتصف تقدير الذات على أنه مجموع مشاهد الفرد التي يكونها عن ذاته بما في ذلك الشعور باحترام الذات وجدارتها (سالمة بنت راشد الحجري، 2011ص11،12).

أما التعريف حسب الموسوعة النفسية: " تقدير الذات هو سمة شخصية تتعلق بالقيمة التي يعطيها الفرد لشخصيته، فهو يتعدد كوظيفة للعلاقات بين الحاجات المشبعة ومجمل الحاجات التي نشعر بها. كما أن تقدير الذات يحمل شقين:

الشق الأول: احترام الذات ويحوي أشياء مثل الجدارة والكفاءة والثقة بالنفس وقوة الشخصية والإنجاز والاستقلالية.

أما الشق الثاني: تقدير الذات الاخرين يتضمن المكانة والتقبل والانتباه والمركز والشهرة ". (بن دهنون سامية شرين، ماحي إبراهيم، 2014، ص 75).

ويعرفه روزنبارخ في 1978 Rosenberg«اتجاهات الفرد الشاملة سالبة أو موجبة نحو نفسه وهذا يعني أن تقدير الذات المرتفع هو أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية، بينما يعني تقدير الذات المنخفض عدم رضا الفرد عن ذاته أو رفض الذات أو احتقار الذات، أي أن تقدير الفرد لذاته يعني الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية وتقييم الأخرين له ". (عبد العزيز حنان، 2012، ص27).

2 –الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات

وهناك الكثير من يخلط بين مفهوم الذات وتقدير الذات وللتفرقة بينهما يوضح (كوبر سميث) أن مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآرائه عن نفسه بينهما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يضمنه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته ولهذا فإن تقدير الذات يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض ويشير إلى معتقدات الفرد اتجاه ذاته وباختصار يكون تقدير الذات هو الحكم على مدى صلاحيته معبرا عنها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته فهو خبرة ذاتية ينقلها للأخرين عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر.

كما وضح لميس أن مفهوم الذات يتعلق بالجانب الإدراكي من شخصية الفرد فهي الصورة الإدراكية التي يكونها عن ذاته أما تقدير الذات فيتعلق بالجانب الوجداني منها حيث يتضمن الإحساس بالرضا عن الذات أو عدمه (أوشن نادية، 2015، ص 75، 76).

وترى الطالبتين أن هناك فرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات بحيث الأول هو وصف الفرد لذاته أما الثاني فيعكس التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه في مختلف جوانب الشخصية.

3 –أهمية تقدير الذات:

"كلما ينمو الطفل تزداد حاجته الى التقدير ممن حوله في المدرسة، من أقرانه ومدرسية ليحضن بهذا التقدير فيعمل وينشط في مجالات كثيرة في الدراسة، وفي أوجه النشاط المدرسي، وفي النظام حيث يلفت إليه الأنظار ويحظون بالتقدير الاجتماعي المرغوب.

وقد يتمثل تقدير الفرد من الأخرين بمدحه أو الثناء عليه، ونجد كذلك عند البالغين حيث يميل الفرد إلى أن يثاب على عمل أجاده أو مشروع قام به إثابة مادية كالحصول على علاوة من رئيسه أو على درجة أو على تشجيع.

فحصيلة ما يصل إليه الفرد من نجاح أو فشل خلال خبرات حياته هي من تحدد شدة أو ضعف الحاجة إلى التقدير لدى هذا الفرد، فعندها يبدأ الفرد في إحداث التغييرات في البيئة المحيطة به فإن أصابه الفشل عاود المحاولة فيما هو أكثر تعقيدا أو مخاطرة فنتيجة ما يصل إليه الفرد من موازنة بين ما أصاب محاولته من نجاح وفشل في معالجة أمور البيئة والتحكم فيها فإي، يكتسب الإقدام أو الإحجام عن مثل هذه المحاولات.

ويرى بلماردplumard أنه: "إذا كانت الحاجة النرجسية لم تشبع فإن تقدير الذات السوي هو الذي يسمح للفرد أن يتكيف وبالتالي يجلب الإحساس بالأمن ويسمح له بتوظيف طاقاته النفسية نحو معرفة حقائق الحياة. إن الحاجة لتقدير الذات أو الشعور بالقيمة الذاتية، وهي في الواقع موجودة في أساس كل سلوك بشري". (أمزيان زبيدة، 2007، ص34).

4 –العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

العوامل البيئية الاجتماعية:

يتكون مفهوم الذات لدى الفرد من اللحظات الأولى في حياته، حيث يبدأ في تجميع المعلومات عن نفسه والأخرين المحيطين به لان الانسان لا يولد ولديه مفهوم الذات، ولكنه ينمو الفرد.

وفي ذلك تذكر (بهادر، 1974) أنه من خلال التفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به تتبلور صورة واضحة للفرد عن ذاته تدريجيا وتتضح ملامحها للأخرين بارز ازدياد الخبرات اليومية لتظهر أمام الفرد كما لو كانت لوحة شفافة واضحة، يدرك من خلال النظر فيها والتطلع إليها بجميع المواقف والأحداث التي تترك تأثيرا إيجابيا أو سلبيا في أعماق نفسه للتصدي لبعضها لإعاقتها عن النفاد إلى داخل نفسه، والسماح لمرور البعض الأخر منها، والذي يتفق مع المحيطين به، وبالتالي يتكون مفهوم الفرد عن ذاته.

ويرى (robert and other، 2004): أن مستوى تقديرنا لشخصياتنا يتأثر بالكيفية التي يعاملنا بها الأخرون، فالأفراد الدين تمت معاملتهم باحترام من قبل أشخاص أخرين، كالمعلمين والزملاء وغالبا ما يكون لهم أراء ومعتقدات مختلفة عن العائلة، التي تعطي تقديرا أكبر، وأحيانا ينتج من هذه العلاقة مع الرفاق تقدير ذاتي منخفض إذ ما قورن مع تقدير العائلة.

أما العوامل الاجتماعية فتتمثل في:

تعتبر الاسرة هي المؤسسة التربوية الأولى التي تزود الطفل بالقيم والمعايير الأخلاقية والدينية والاجتماعية والتي تبدأ فيها عملية التكوين الاجتماعي والتي بواسطته يتفاعل مع الاخرين ويتكيف معهم بشكل سليم

وفي ذلك يورى (عبد السلام زهران ،1997) أن الاسرة تشرف على النمو النفسي للطفل، وتؤثر في تكوين شخصيته وظيفيا، وديناميا وتوجه سلوكه منذ الطفولة المبكرة، دورا هاما في تكوين شخصيته وأسلوب حياته وتوافقه، فالعلاقات الفعالة السوية بينهما تساعد في أن ينمو طفل ذو شخصية سوية.

كما تلعب المدرسة أيضا دورا بارزا في إكمال ما بدأت به الاسرة، لما لها من أهمية تربوية كبيرة تساعد على التأثير على شخصية الطفل ولذلك يذهب بعض الباحثين إلى أن مصدر التكيف الاجتماعي في المدرسة هو المعلم، فهو باحترامه لتلاميذه وتقبلهم له يجعل من التعليم عملية إنسانية غنية تظفي على الحياة عمقا وقيمة، ويجدر بالمعلمين الوعي بحقيقة مؤداها أنه من الضروري بالنسبة لهم أن يستمعوا بالأذن الثالثة، وهذا يعني تقبلا حرا لما يقوم به التلاميذ وبما يقولونه بلغتهم.

ان النجاح أو الفشل من الأمور التي يتعلق بالطالب وراء أهداف معينة، وكذلك بتوقعاته من نفسه وبمستوى طموحه، إن النجاح وتوقع النجاح يسهمان في تقدير إيجابي للذات، وفي أن يسلك الطالب طرقا تؤدي إلى مزيد من النجاح، أن الفشل فيؤدي إلى الإحباط الذي يؤدي أحيانا إلى تكييف سلبي، ولا سيما في حالة كون الدافع المحيط بالفرد هاما وقويا. (عبد ربه علي شعبان،2010، ص46،47).

5 –مستويات تقدير الذات:

"أ–**تقدير الذات المنخفض:** يشكل تقدير الذات المنخفض إعاقة حقيقية بصاحبه، فيركز أصحاب هذا المستوى على عيوبهم، نقائصهم وصفاتهم غير الجيدة، وهم أكثر ميلا للتأثر بضغوط الجماعة والإنصات لآرائها وأحكامها كما يضعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع، كما يتميز الشخص من هذا النوع بفقدان الثقة في قدراته والاضطراب الانفعالي لعدم قدرته على إيجاد الحل

لمشاكله، واعتقاده أن معظم محاولاته ستكون فاشلة، ويعمل باستمرار على افتراض انه لا يمكن أن يحقق النجاح، وبالتالي يشعر بأنه غير جديد بالاحترام، فإن هذا الفرد يميل إلى الشعور بالهزيمة لتوقعه الفشل مسبقا، لأنه ينسب هذا الفشل لعوامل داخلية ثابتة مما يؤدي به إلى لوم ذاته كما أنه يعمم فشله على المواقف الموالية.

ب –تقدير الذات المرتفع:

لقد أظهرت الدراسات التي أجريت في مجال تقدير الذات، أن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع يؤكدون دائما على قدراتهم وجوانب قوتهم وخصائصهم الطيبة وأنهم يتمتعون بثقة عالية ودائمة في أنفسهم ويبادرون إلى التجارب الجيدة مع توقعهم النجاح غير حساسين في المواقف المختلفة واثقين من معلوماتهم " (لقوقي دليلة،2016، ص56).

كما أوضح "مورك " (murk):"أن الافراد ذوي التقدير المرتفع للذات يكونون أقل عرضة للضغط النفسي وأكثر ثقة بالنفس، فهم يتمتعون بالكفاءة في العديد من المجالات مما يعزز قدراتهم وامكاناتهم، فهم يضعون أهدافا لأنفسهم وفقا يودو أن يفعلوا في حياتهم وما يرغبوا في انجاز ما يدعم نظراتهم الإيجابية عن ذاتهم وهذا بدوره تغذية راجعة صحيحة لتدعيم تقدير الذات لديهم (حمري سارة، 2012، ص22).

6 –نظريات تقدير الذات:

هناك عدد من النظريات التي تناولت مفهوم تقدير الذات وأثره على سلوك الفرد بشكل عام، وتختلف هذه النظريات باختلاف اتجاهات صاحبها والمنهج المتبع في الدراسة، ومن هذه النظريات نذكر:

1 –نظرية روزنبرغRosenberg :

لقد حاول روزنبرغ دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، ذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد اهتم بصفة خاصة بتقدير المراهقين لذاتهم، وأوضح أن تقدير الذات المرتفع يعني أن يحترم الفرد ذاته ويقيمها بشكل مرتفع بينما تقدير الذات المنخفض يعني رفض الذات وعدم الرضا عنها.

وقد وسع "روزنبرغ" « دائرة اهتمامه فيما بعد لتشمل ديناميات تطور صور الذات الإيجابية في فترة المراهقة واهتم خاصة بالدور الذي تقوم به الاسرة في تقدير الفرد لذاته، وسعى الى ابراز العلاقات بين تقدير الذي يتكون في إطار الاسرة والسلوك الاجتماعي للفرد مستقبلا كما قام روزنبرغ) بالاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الاحداث والسلوك، واعتبر "روزنبرغ" ان تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاهات الفرد نحو نفسه، كما طرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها وتعد الذات هي احدى هذه الموضوعات، فالفرد يكون اتجاها نحوها لا يختلف عن الاتجاه الذي يكونه نحو الموضوعات الأخرى، لكنه تراجع فيما بعد ونفى هذه الفكرة معتبرا أن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف عن اتجاهه نحو الموضوعات الأخرى وبذلك أكد "روزنبرغ" أن تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه وهو يعبر عن أتجاه الاستحسان أو الرفض " .(حمري سارة،2012،ص19).

2 –نظرية كوبر سميث:

"يعتبر تقدير الذات عند كوبر سميث ظاهرة تتضمن كلا من عمليات تقييم الذات، كما تتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإن كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات، فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند كوبر سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنه تصنعه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن ذاته إلى قسمين:

التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

التعبير السلوكي: ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية.

ويميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات الأول: تقدير الذات الحقيقي، ويوجد عند الأفراد الذين بالفعل أنهم ذو قيمة، والثاني تقدير الذات الدفاعي ويوجد عند الافراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم والاخرين وقد بين ان هناك ثلاثة من حالات الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات وهي تقبل الأطفال من جانب الأباء، وتدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من

جانب الأباء، واحترام مبادرة الأطفال وحريتهم في التعبير من جانب الأباء " .(لقوقي دليلة، 2016، ص 64).

3 –نظريات روبرت زيلر RopertZeller:

" يعتبر "زيلر" تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات، كما يرى أن تقدير الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الاطار المرجعي الاجتماعي ويصف "زيلر" تقدير الذات بانه تقدير يقوم به الفرد لذاته ويؤدي دور المتغير الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي وعلى ذلك فعندما يحدث أية تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعي، فان تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك، ولقد افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات.

كما أن تأكد "زيلر " على العامل الاجتماعي جعله ينمي مفهومه ويوافقه النقاد على ذلك بأنه " تقدير الذات الاجتماعي " وقد ادعى أن المنهاج أو المداخل الأخرى في دراسة تقدير الذات لم تعط العوامل الاجتماعية حقها في نشأة ونمو تقدير الذات".(سالم ناجح سليماني محمد، 2010، ص 60).

التعقيب على النظريات:

من خلال نظريات تقدير الذات يمكن استخلاص ما يلي:

تعدد مفاهيم تقدير الذات بين العلماء، فمنهم من عرفه أنه الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية كما انها تعتبر تقييم الفرد لذاته على نهاية قطب موجب أو سالب بينهما، أو هو مجموعة من التقديرات الإيجابية والسلبية التي يحددها الفرد، أو مجموعة تقديرات الفرد لذواته الشخصية والاجتماعية والأكاديمية والأسرية.

للأسرة والعمر والمدرسة والأقران وغيرها تأثير كبير على تقدير الذات سواء كان بالإيجاب او السلب.

هناك اختلاف بين مفهوم الذات وتقدير الذات فمفهوم الذات يشمل أراء الشخص عن نفسه أما تقدير الذات فهو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه.

ثالثا: تقدير الذات الأكاديمي

1 –تعريف تقدير الذات الأكاديمي:

يعد مفهوم تقدير الذات من المفاهيم الأساسية التي تندرج تحت تقدير الذات العام وتعتبر احدى اشكاله، غير ان غالبا ما ينصب احداهما على دراسة تقدير الذات العام ، اذ نجد ان التعريفات التي تطرقت لهذا المصطلح محدودة على احد اطلاع الطالبتين وفيما يلي استنتاج تعريف تقدير الذات الأكاديمي فهذا الأخير يمكن اعتباره تصور افتراضي يبديه الطالب عن ذاته، ومن خلاله يقيم إمكاناته وقدراته، ومدى تكيفها مع الوسط الجامعي فهو لا يختلف عن تقدير الذات بمفهومه العام من حيث المعنى، والاختلاف يمكن فقط في ان تقدير الذات الأكاديمي يتخصص أكثر في القيمة التي يعطيها الطالب لذاته من منظور الأداء الأكاديمي عن ذلك.

فالطالب الجامعي يكتسب تقديره لذاته أكاديميا من خلال المواقف والخبرات المختلفة التي يتلقاها.(من إعداد الطالبتين)

2 –أهمية تقدير الذات الأكاديمي في التحصيل الأكاديمي:

إن مفهوم تقدير الذات وتقدير الذات الأكاديمي يلعبان دورا هاما في حياة الطلبة لارتباطهما بأمور أخرى كثيرة منها على سبيل المثال: القدرة على المنافسة، التوافق الشخصي، الاجتماعي، التقدم الدراسي.

لمعرفة خبرة فشل أو نجاح الطلبة لا بد أن نأخذ بعين الاعتبار مفهوم الذات لديهم وخاصة تقدير الذات الأكاديمي الذي يرتبط بتوقعات الفشل أو النجاح، فتحقيق هذا الأخير يؤدي إلى انخفاض تقدير الشخص لذاته.

يعتبر تقدير الذات الأكاديمي حجز الزاوية بالنسبة للأداء الدراسي للطالب حيث يبقى تأثيره، مستمر طوال مساره الدراسي.

يركز الكثير من الباحثين في مجال التربية على كيفية وضع برامج وأنظمة تعمل على الرفع من تقدير الذات الأكاديمي وذلك لمدى أهميتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي للطالب.(من إعداد الطالبتين)

"وهناك بعض الدراسات استهدفت معرفة العلاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي، فقد أكدت هده الدراسات على وجود علاقة قوية إيجابية بينهما ففي دراسة جيرني والتي هدفت إلى معرفة العوامل المؤثرة في تنمية تقدير الذات بينت أن التحصيل لدى التلاميذ يتحسن نتيجة ارتفاع مستوى تقدير الذات لديهم ". (بطرس حافظ بطرس، 2008، ص480).

3 –بعض المفاهيم المرتبطة بتقدير الذات الأكاديمي:

ان المتصفح للتراث السيكولوجي في موضوع تقدير الذات بصفة عامة وتقدير الذات الأكاديمي بصفة خاصة يجد نفسه امام مصطلحات عديدة يخلط بينهما الكثيرون نظرا للتداخل الكبير بينهما، ومن هذه المفاهيم: مفهوم الذات الأكاديمي، فعالية الذات الأكاديمي والنجاح الأكاديمي وفيما يلي شرح موجز لهذه المصطلحات.

1–مفهوم الذات الأكاديمي: académiqueself concept

عرفه (2005) tiu a Wang: بأنه مدركات الطلاب لكفاءتهم الأكاديمية والالتزام والمشاركة والاهتمام بالعمل المدرسي والذي يعبر عنه الطلاب من خلال استجاباتهم على مقاييس الثقة والجهد الأكاديمي واللذان يمثلان ابعاد هذا المفهوم.

ويذكر الريموني (2008): بأنه الرؤية التي ينظر فيها المتعلم إلى نفسه من حيث قدرته على التحصيل وأداء الواجبات الأكاديمية والرؤية المستقبلية وادراكه لأبعاد القوة لديه وقدرته على تحمل مسؤولياته الصفية بالمقارنة مع الاخرين من طلاب صفه الذين لديهم القدرة على أداء المهمات نفسها". (حنان حسين محمود، 2017، ص 208).

2 –فعاليات الذات الأكاديمي acadimecseffefficacy:

يرى JAKSON2011: أنها مجموعة من المعتقدات بشأن الكفاءة الشخصية في صياغة وتنفيذ مسار عمل معين.

ويعرفها(carr,2004) على انها معتقدات الفرد في قدرته على تنظيم وأداء المهام ضمن مجال محدد لكي يؤدي بفعالية اهداف محددة.

ويعرفها (maddux, 2009): على انها معتقدات الافراد حول قدراتهم على تحقيق نواتج مرغوبة من خلال سلوكياتهم، أو في أن يبدوا بتكييف ويتحكموا في مواقف التحدي "(صبرين صلاح تعب، 2017، ص275).

2 –النجاح الأكاديمي: ويرى (bady 2002): أن النجاح الأكاديمي يكون في بداية الطريق عبر الحصول على نقاط في كل مادة للمرور إلى مستوى أعلى، كما يكون في نهاية المرحلة بالحصول على شهادة نهاية الدراسة الثانوية، وحسب "بادي " كلما عرف التلميذ فشلا في بداية الطريق كلما كبرت لديه فكرة ترك المدرسة، وبالتالي عدم النجاح في نهاية الامر.

بينما يعرف لونجدر (legendere): النجاح المدرسي أو الأكاديمي يقوله: أنه الكفاءات والاتجاهات والقيم والمعارف المكتسبة من طرف التلميذ.

ويذهب بوشارد (1996): إلى ان مفهوم النجاح الدراسي يشير إلى وضعية الوصول الى الأهداف المدرسية المرتبطة بالتحكم في المعارف المحددة، كما هو اكتساب التلميذ لبعض المعارف والقيم والاتجاهات والسلوكيات التي تسمح له بالاندماج الاجتماعي والمشاركة الكاملة في التحولات الاجتماعية.

يلاحظ ان هذا التعريف لا يحصر النجاح الدراسي فيما يتحصل عليه التلميذ من نقاط في مادة دراسية ما، وانما يتعداه الى المكتسبات المتعلقة بالقيم والسلوكيات والاتجاهات باعتبارها مكونات أساسية لبناء الشخصية الإيجابية القادرة على الاندماج في المجتمع " (زقاوة أحمد، 2014، ص44، 45)

4 –العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمي:

دور المعلم:

ان من يكتب على المعلم يجد نفسه أمام مهمة صعبة للغاية فالمعلم هو طاقة الابداع في العملية التربوية التعلمية تصلح بصلاحه وتضعف بضعفه، وإذا أردنا الوقوف على مدى نجاح وحداته أي نظام تربوي علينا أن نبدأ بالمعلم فهو العامل الأول في إيصال واقع هذا النظام الى النجاح والحداثة وكذلك فالمعلم هنا الرجل الذي يرتكز عليه البناء الخبري للطلبة وبه يشمخ هذا

البناء أو يتهاون، فقد يكون المنهج الدراسي في غاية الجودة، الا ان هده الجودة تدروها الرياح إذا قام على تنفيذها معلم جيد (جودت عزت عطوي، 2004، ص117).

فلم يعد المعلم هو الناقل للمعرفة والمصدر الوحيد له بل الموجه المشارك لطلبته في رحلة تعلمهم واكتشافهم المستمر، لقد أصبحت مهنة المعلم مزيجا من مهام القائد، ومدير المشروع البحثي والناقد والموجه.

هذا بالإضافة الى الدور الذي يلعبه المعلم، فهو رائد اجتماعي يسهم في تطوير المجتمع وتقدمه عن طريق تربية الأطفال تربية صحيحة وتسلح تلاميذه بطرق العمل الذاتي التي تمكنهم من متابعة اكتساب المعارف، تكوين القدرات والمهارات. (محمد جهاد جمال، فواز فتح الله الراميين، 2006، ص350).

ومن خلال ما تم ذكره يمكن القول أن للمعلم تأثير سواء بالإيجاب أو السلب على شخصية الطالب، فالمعلم الذي يكون لديه تقدير مدني للذات يجعل الطلبة منغمسون في سلوكيات دافعية وبدل أن يبين هؤلاء المعلمون الاستقلالية لدى الطلبة فإنهم يميلون الى تعزيز شعورهم والتبعية والسلبية.

أما المعلمون الدين لديهم تقدير عالي لذواتهم يمكنون طلباتهم من تنمية ثقتهم بداتهم وتكون لديهم استقلالية كما يمتلكون القدرة على حل مشاكلهم وبالتالي ينمو تقديرهم لذاتهم الأكاديمي بشكل إيجابي.

المنهاج:

تعتبر المناهج التربوية أحد المؤشرات التي يعتمد عليها الباحثون والخبراء في قياس مدى النجاح الأكاديمي للتلميذ والمنظومة التربوية، ويؤكد المختصون في هذا المجال على ضرورة أن تبنى المناهج التربوية على أسس علمية ومنهجية ترعى فيها خصائص المتعلمين وقدراتهم الاستيعابية العقلية، وتأخذ بعين الاعتبار حاجاتهم النفسية والاجتماعية. (أحمد زقاوة، 2014، ص53)

إن المنهاج بمفهومه الحديث لا يقتصر على ما يدور في غرفة الفصل الدراسي بل أنه أشمل من ذلك.

كما ذكر "سعادة إبراهيم " "بأنه مخطط تربوي يتضمن عناصر مكونة من أهداف ومحتوى وخبرات تعليمية مشتقة من أسس فلسفية واجتماعية ونفسية ومعرفية مرتبطة بالمتعلم ومجتمعه ومطبقة في مواقف تعليمية داخل المدرسة وخارجها "(مائدة مردان محي، ندية خلف جبر، 2017، ص04).

تعتبر المناهج المدرسية وطرق التدريس من اهم العوامل المساعدة أو المعيقة لنمو تقدير الذات الأكاديمي، إذ تفصل هده المناهج على خلق روح المنافسة، والتعلم التعاوني وتنمية قدراتهم من خلال التعاون مع بعضهم.

كما يؤثر أيضا المنهج في مدى ملائمته للقدرات العقلية للطلبة ومدى استجابته لحاجاتهم وطموحاتهم التي يسعون الى تحقيقها في تقديرهم لداتهم الأكاديمي كما يؤثر أيضا المنهج ومدى كثافته على كل من الأستاذ، الطالب، يخلق لديهم شعور بالضغط وعدم القدرة، بالإضافة إلى العوامل السابقة في ثقة الطلبة بأنفسهم وإمكانيتهم التحصيلية وبالتالي تقديرهم لذاتهم.

الإدارة المدرسية:

" تغيرت وظيفة المدرسة واتسع مجالها في الوقت الحاضر فلم تعد مجرد عملية روتينية تهدف الى تسيير المدرسة سيرا روتينيا وفق قواعد وتقليصات معينة كالمحافظة على نظام المدرسة وحصر غياب الطلبة وحضورهم وحفظهم للمقررات الدراسية وصيانة الأبدية وتجهيزاتها، بل أصبح محور العمل في هده الإدارة يدور حول الطالب وحول توفير كل الظروف والإمكانيات التي تساعد على توجيه نموه العقلي والبدني والروحي وإعداده لتولي مسؤولياته في حياته الحاضرة والمستقبلية بالإضافة على رفع مستوى أداء المعلمين في تنفيد المناهج الموضوعة من اجل تحسين العملية التربوية، ووجدت الغدارة المدرسية نفسها امام مفهوم جديد للمدرسة وللمجتمع، فكيفت اساليبها وعدلت من طرق العمل بها لتحقق للمدرسة هذا التقارب وتلك المشاركة " .(جودت عزت عطوي، 2004، ص19).

للإدارة المدرسية تأثير واضح لتقدير الذات الأكاديمي لدى الطلبة فالنمو الإداري الدي تتبعه في التعامل مع طلبتها.

خلاصة الفصل:

يعتبر تقدير الذات مفهوم الأكثر مركزية في علم النفس، كما يتأثر تقدير الذات بمجموعة لا محدودة من العوامل كما يتضمن عدة أبعاد، إذ يقدر الفرد لذاته الاسرية الاجتماعية المهنية والأكاديمية التي تعد من أهم العناصر التي تدخل ضمن تقدير الذات العام التي تنمو في مختلف المواقف التعليمية المختلفة، من مناهج التدريس وأساليب ووسائل تعليمية.

الفصل الثالث: قلق المستقبل المهني

تمهيد

أولا: القلق

1-تعريف القلق لغة واصطلاحا

2-أنواع القلق

3-أعراض القلق

ثانيا: قلق المستقبل المهني

1-تعريف قلق المستقبل

2-الفرق بين قلق المستقبل والخوف من المستقبل

3-الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل

4-أسباب قلق المستقبل

5-مظاهر قلق المستقيل المهني

5-سمات ذوي قلق المستقبل المهني

ثالثا: قلق المستقبل المهني

1-تعريف قلق المستقبل المهني

2-قلق المستقبل المهني والمفاهيم المرتبطة به

3-أسباب قلق المستقبل المهني

4-أهمية العمل وتأثيره على حياة الفرد

5-النظريات المفسرة لقلق المستقبل المهني

خلاصة الفصل

تمهيد الفصل:

يعتبر قلق المستقبل من المواضيع المهمة التي تؤثر على شخصية الفرد ونفسيته سلبا أو إيجابا، فالقلق من المستقبل إذا كان في حدوده المعقولة يعتبر طبيعي من أجل الاستعداد لأي أمر، اذا زاد عن الحدود المعقولة فيصبح مضرا بصاحبه، بحيث تصبح حالته الانفعالية مضطربة فيشعر بعدم الأمن والراحة وتدني مفهوم الذات واليأس من المستقبل وبالتالي يؤثر عليه سلبا .وسوف يتم في هذا الفصل عرض لمفهوم القلق، أنواعه، أعراضه، بالإضافة الى تعريف قلق المستقبل وذكر أهم أسبابه والطبيعة المعرفية له كما سنتطرق الى تعريف قلق المستقبل المهني، أسبابه، أبعاده والنظريات المفسرة له.

أولا: القلق

1 -تعريف القلق

قبل التطرق الى تعريف القلق المستقبل المهني لابد من الإشارة الى تعريف القلق بصفة عامة.

لغة:" إن المعنى اللغوي لكلمة قلق في المعجم الوسيط بمعنى قلق الشيء، أي تحرك فلم يستقر في مكان واحد، اضطرب وانزعج فهو قلق " (قدور خليفة، 2017، ص19).

اصطلاحا: ويعرفه شحاتة النجار أنه حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث في المستقبل، وهي من خصائص الاضطرابات النفسية، والقلق الأساسي هو القلق الذي ينشا في الطفولة ويتميز بالشعور بالوحدة وقلة الحيلة وعدوانية البيئة" (حسن شحاتة، زينب النجار، 2003، ص 239).

أما المعجم الموسوعي التحليلي النفسي فقد عرف القلق بأنه: "الحالة الوجدانية التي يشعر بها الأنا إزاء الأخطار الحيطة به. (عبد المنعم الحنفي، 2005، ص217).

كما أشار اليه **مزوز:** بأنه الشعور بالتوتر لا يدرك صاحبه مصدره أو علته وهو داخلي المصدر وأسبابه لا شعورية وغير معروفة، لا مبرر لها. (مزوز بركو، 2014، ص127) .

ويرى "**أحمد عكاشة** "أن "القلق شعور غامض غير سار بالوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الاحساسات الجسمية الخاصة كزيادة نشاط الجهاز العصبي ويأتي في نوبات متكررة مثل الشعور بالفراغ في المعدة أو ضيق التنفس. (معصومة سهيل المطيري، 2005، ص 278).

ويعرف أيضا على أنه "الشعور بقلة الراحة، وقد يتضمن الاهتمام بأحداث مستقبلية تكون عادة مصحوبة بالتأمل والتفكير وتوفر الشر وعدم الراحة". (جودت عزت عبد الهادي، 2006، ص180).

وخلاصة القول فالقلق هو منشأ الاضطرابات النفسية والسلوكية لدى الفرد والتي تؤثر فيه بصفة سلبية إذا ازدادت عن حدها كما تؤثر على إنتاجيته وحياته وصحته.

2 -أنواع القلق:

يميز فرويد بين ثلاثة أنواع من القلق هي التالية:

أ-القلق الموضوعي: وهو رد فعل يحدث لدى الفرد عند ادراكه خطرا خارجيا واقعيا أو ينتظر حدوثه بعد وجود إشارة تدل عليه، وظروف هذا النوع من القلق تأخذ دلالتها الأساسية من معرفة الشخص وخبرته السابقة، ومثال ذلك البحار الخبير حسين ينظر الى سحابة صغيرة تظهر في الأفق ويقدر استناد الى خبرته الشخصية أنها تدير إعصار شديد.

ب-القلق العصابي: "وهو قلق شديد يبدو على شكل مخاوف من المجهول، ولا تتضح معالم المثير فيه وكما يرى (فرويد) فهذا النوع من القلق يمكن أن يكون حالة عامة تتكرر ويطلق عليها مسمى حالة (القلق الطافي) إذ يأخذ القلق هنا شكل ردود خوف مرضى ويمكن أن يكون حالة من الشعور بالتهديد ترافق اضطرابا نفسيا مثل الهستيريا ".

ج-القلق الخلقي: "هذا النوع من القلق يتميز بمضمونه وهنا يكون مصدر الخطر احتمال غضب الأنا الأعلى، ويغلب فيه أن يأتي الانسان نتيجة حكم الأنا الأعلى بارتكاب الشخص ذنبا ويحتمل كذلك أن يكون نتيجة احباط لأمر موجود بين الأنا الأعلى "(أبو حويج مروان، 2012، ص226).

3-أعراض القلق:

أ-فقدان الشعور بالأمن: يمثل عدم الشعور الداخلي بالأمن سببا رئيسيا للقلق فالقلق المزمن هو نتيجة انعدام الشعور بالأمن والشكوك حول الذات، وفقدان الشعور الداخلي بالأمن.

ب-الشعور بالذنب: "قد يتطور الشعور بالقلق لدى الأطفال نتيجة اعتقادهم بأنهم قد تصرفوا على نحو سيء وتتعقد المشكلة عندما يتبلور لدى الفرد إحساس عام بأنه لا يتصرف بالطريقة الصحيحة وقد يمر الفـرد في حلقة مفرغة عندما يشعرون بالقلق". (جمال مثقال القاسم، أمل البكري وآخرون، 2012، ص 173).

ج-تقليد الوالدين: غالبا ما يكون للأباء القلقون أبناء قلقون حيث يتعلم الأبناء القلق ويرون الخطر في كل ما يحيط بهم.

د-الإحباط المستمر: يؤدي الإحباط الزائد الى مشاعر القلق والغضب وعندما يعجز الأبناء في التعبير عن غضبهم فإنهم يشعرون بالقلق "(جمال مثقال القاسم، أمل البكري وآخرون، 2012، ص173).

ثانيا: قلق المستقبل

1-تعريفه:

يعرف "**صبري**"(2003) على أنه" حالة من التوتر وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات غير المرغوبة في المستقبل وفي حالته القصوى قد يكون تهديدا بأن هناك شيئا ما سوف يحدث للفرد". (محمد أحمد المومني، مازن محمود نعيم، 2013، ص175).

أما "**السبعاوي**" فيعرف قلق المستقبل بأنه "حالة انفعالية مضطربة غير سارة تحدث لدى الفرد من وقت لأخر تتميز هذه الحالة بعدة خصائص منها شعوره بالتوتر والضيق والخوف الدائم وعدم الارتياح والكدر والغم وفقدان الأمن النفسي اتجاه الموضوعات التي تهدد قيمه أو كيانه يقترن بتوقع وترقب خطر مجهول يمكن حدوثه في المستقبل وقد يكون هذه الحالة مؤقتة أو مستمرة. (كمال بلان وسمر الحلح، 2011، ص149).

في حين يشير "**سعود** "(2006) الى أنه "خبرة انفعالية غير سارة يتملك الفرد خلالها الخوف الغامض نحوها يحمله الغد الأكثر بعدا من صعوبات والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالتوتر والضيق والانقباض عند الاستغراق في التفكير وضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات والشعور بعدم الأمن والطمأنينة نحو المستقبل والانزعاج وفقدان القدرة على التركيز والصداع". (وفاء محمد أحميدان القاضي، 2009، ص30).

من خلال التعريفات السابقة يمكن القول أن قلق المستقبل هو اضطراب نفسي يشعر من خلاله الشخص بعدم الراحة والقلق والشعور بعدم الارتياح وتوقع الشر والنظرة السلبية للمستقبل وفقدان القدرة على مواجهة المشكلات الحياتية وتدني مفهوم الذات والاحساس باليأس وفقدان الشعور بالأمن.

2-الفرق بين قلق المستقبل والخوف من المستقبل:

هناك فرق طفيف بين القلق والخوف، فالخوف هو الشعور الذي ينتابك عندما ترى أو تختبر بشكل مباشر شيئا تخشى منه ويمكن اعتبار القلق نوعا من أنواع الخوف الذي تعانيه عندما تفكر في الأشياء أو تقلق بشأنها من دون أن تختبرها بشكل مباشر.

فمثلا يمكن أن أخاف على حياتي إذا اتجهت نحوي سيارة مسرعة وأنا في وسط الشارع، أما إذا كنت جالسا في بيتي أفكر في السلامة على الطرقات وأقلق بشأنها فهذا هو القلق. وجدير بالذكر أن كلا من الخوف والقلق يولدان الشعور ذاته في الجسم. (مكنزي اكرام، 2013، ص9).

فالخوف هو آلية دفاعية مهمة طالما تمتع الانسان بها وإذا فقد يشكل الأشخاص الذين لا يشعرون بالخوف خطرا على أنفسهم وعلى المحيطين بهم.

3-الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل:

قلق المستقبل له مكونات معرفية مهمة وارتباطات عضوية قليلة، فهو ادراكي معرفي أكثر منه انفعاليا عاطفيا، ويؤكد هذا الكلام زاليسكي Zaleski وهذ اعرض موجز للنموذج المعرفي للقلق كالآتي:

النموذج المعرفي للقلق:

يشير زاليسكي الى أن السمة الكبرى للقلق هي توقع لعلاقات التهديد والخطر الوشيك، ولذلك يكون لدى الفرد حذر مفرط للأخطار المحتملة، أو الاحداث الغير السارة.

ويرى محمد معوض (1996):"ان التطور الرئيسي لهذا النموذج يعتمد على تغيير الأفراد للأحداث المسؤولة عن حدوث الانفعالات السالبة مثل القلق والغضب، وفي حالة القلق فإن تغييرات الأحداث أو المعارف تتعلق بالإحساس بالخطر أو ترتبط بالإحساس بالخطر الناتج عن مواقف الخطر مثل المرض، والموت ويوجد العديد من المناسبات في حياة الشخص والتي يتعرض فيها لمواقف خطيرة وفي هذه الحالات يكون ادراكه لدرجة أن الخطر الذي يتعرض له معتمدا أساسا على تخمينه للخطر الموجود أساسا أو طبيعة الخطر الأساسية إلى ان مرض القلق يبالغون في الإحساس

بالخطر المتضمن أو الموجود أساسا في المواقف وأضاف أن هده المبالغة غالبا ما تنتج عن خطأ أو أكثر من الأربعة أخطاء التالية

- المبالغة في تقدير احتمالات حدوث حدث مخيف
- المبالغة في تقدير قوة وحدة الحدث المخيف
- التقدير المنخفض لمصادر معالجة الحدث المخيف (ما يمكن أن يفعله تجاه الحدث)
- التقدير المنخفض لعوامل الخلاص من الحدث المخيف (ما يمكن أن يفعله الأشخاص الاخرون لكي يساعدوه) " (نيفين عبد الرحمن المصري، 2016، ص35،36).

هذا ويمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحنى المعرفي على" أنه اطار لمختلف العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية فالقلق هنا يترافق بتخمينات الخطر المتعلقة بالمستقبل بناءا على ما يتوافر في الواقع من معطيات وعلى نوعية التصورات الشخصية، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين الحالات المستقبلية بكونها خطرة، لأنهم يملكون تصورات تتضمن معلومات عن معنى الخطر للحالات وعن مقدرتهم المنخفضة معلومات عن معنى الخطر بشكل فاعل فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز أفكار تلقائية سلبية عن الخطر تعكس مواضيع أو كوارث نفسية اجتماعيه جسدية" (المشيخي غالب محمد على، 2009، ص49).

فالمكون الأساسي لقلق المستقبل هو المكون المعرفي وقلق المستقبل يعود إلى الأفكار الخاطئة للمعارف والخبرات التي يتلقاها الفرد.

4-أسباب قلق المستقبل:

يظهر قلق المستقبل نتيجة مجموعة من العوامل والأسباب الذاتية والموضوعية ويمكن ذكر بعضها فيما يلي:

-غموض المستقبل وعدم وضوحه يؤدي إلى ارتفاع نسبة القلق.

-التوقعات السلبية للأحداث ولما هو آت.

-غياب الأهداف الشخصية بما يفقد الشخص معنى الحياة ويسبب له اضطراب القلق.

-نقص التخطيط للمستقبل والعجز عن التحكم في أدواته.

-ضعف مهارات التنفيذ واتخاد القرار، وهذه السلبية تجعل الفرد تحت سيطرة التردد والشك.

-غياب أو غموض مشروع الحياة لدى الشخص حيث يرتبط مشروع الحياة بتحقيق مجموعة من الأهداف محددة ضمن إطار زمني يفترض الامكانية والقدرة على تطور الوضع الحالي والمستقبلي.

-الخبرات السيئة الناتجة عن طبيعة التنشئة الاجتماعية التي مر بها الشخص.

-الأفكار الخاطئة واللاعقلانية لدى الفرد والتي تجعله يؤول الواقع من حوله ويدفعه إلى حالة من الخوف والقلق.

-ويحدد مولين (Moline1990) مجموعة من الأسباب المثيرة لقلق المستقبل المتمثلة في:

-عدم قدرة الفرد على التكيف مع مشاكل الحياة.

-عدم قدرته على فعل أمانيه عن التوقعات المبينة على الواقع.

-المشكلات الأسرية داخل البيت والعجز عن إيجاد حلول لها.

-عدم القدرة على التكهن ونقص المعلومات المتعلقة بالمستقبل.

-الشعور بعدم الأمان والإحساس بالتمزق" (زقاوة أحمد، 2011، ص189).

5-مظاهر قلق المستقبل:

" لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر هي:

أ-**مظاهر معرفية:** هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص وتفكيره وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائم من الحياة معتقدا قرب أجله وأن الحياة أصبحت نهايتها وشيكة أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية أو العقلية.

ب-مظاهر سلوكية: مظاهر نابعة من أعماق الفرد تتخذ أشكالا مختلفة تتمثل في سلوك الفرد، مثل تجنب المواقف المحرجة للشخص وكذلك المواقف المثيرة للقلق.

ج-مظاهر جسدية: ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفيزيولوجية مـــثل ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، ارتفاع ضغط الدم، اغماء، توتر عضلي، عسر الهضم، فالقلق لا يجعل الفرد يفقد اتصاله بالواقع بل يمكنه ممارسة أنشطته اليومية، وأيضا عدم منطقية تصرفاته، أما في الحالات الحادة فإن الفرد يقضي معظم وقته للتغلب على مخاوف ولكن دون فائدة. (منتصر مسعودة 2017، ص82).

وترى (شريف، 2005، ص13): بأن قلق المستقبل يمثل في مجموعة البنى التشاؤم أو إدراك العجز في تحقيق الأهداف العامة وفقدان السيطرة على الحاضر وعدم التأكد من المستقبل.

6-سمات ذوي قلق المستقبل:

على الرغم من أن الخوف والقلق من المستقبل شيء طبيعي جدا عندما يكون في الحدود المعقولة، إلا أن الزيادة فيهما تكون عائقا نفسيا بلا جدال، وأثبتت العديد من الدراسات أن القلق الدائم يعمل على تغذية المشاعر السلبية، مما يؤثر على سلوك الإنسان ويؤثر على ردود افعاله تجاه الاخرين وفي علاقته بهم، والقلق لا يؤثر فقط على الحالة المزاجية، ولكنه يؤثر على إنتاجية الفرد وعلى موارده الاقتصادية، فالقلق يعوق الفرد ويقلل من قدراته الحيوية على العطاء والإنتاج.

-ويتسم الاشخاص ذوي قلق المستقبل بـ:

-استخدام آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة والكبت من أجل التقليل من شأن الحالات السلبية.

-الانسحاب من الأنشطة البناءة وتجنب المخاطرة.

-الحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة.

-التنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق فيها.

-الشعور بضعف القدرة على تحقيق الآمال والطموحات وفقدان القدرة على التركيز.

-الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام مع الشعور بفقدان الأمن والطمأنينة اتجاه المستقبل.

-الخائف من المستقبل لا يثق بأحد، وكثيرا ما يؤدي به هذا الأمر بالاصطدام بالأخرين.

-الانطواء وظهور علامات الحزن والشك ويصل به الأمر للبكاء لأسباب تافهة.

-شعور الفرد بالعجز وانعقاد الدافعية وتدهور صحته.

(أحمد محمود جبر، 2012، ص 46،47).

ثالثا: قلق المستقبل المهني

1-تعريف قلق المستقبل المهني:

عرف المحاميد والسفاسفة (2007) قلق المستقبل المهني: هو حالة من عدم الارتياح والتوتر والشعور بالضيق، والخوف من المستقبل مجهول يتعلق بالجانب المهني، وإمكانية الحصول على فرصة عمل مناسبة للطالب بعد تخرجه من الجامعة.

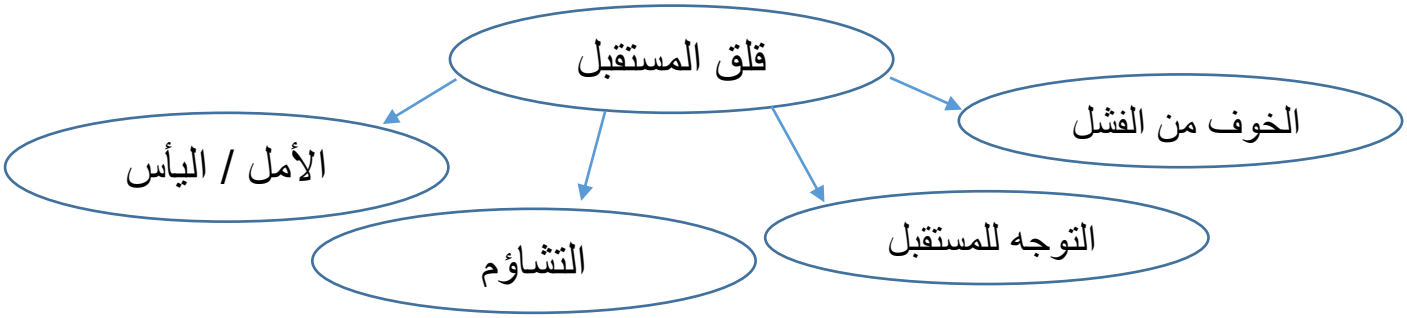
يعرف عبد المحسن عبد التواب (2007):" أن قلق المستقبل يختص بالمهنة وهو حالة من التوتر والتشاؤم التي يشعر بها الطالب الجامعي لندرة فرص العمل بعد التخرج. (سهيلة أحمادي، مسعودة سالمي 2015، ص25).

ومن خلال التعاريف السابقة يتضح أن قلق المستقبل المهني هو حالة من التوتر والخوف وعدم الاطمئنان والتشاؤم ويشعر به الطالب الجامعي حول مستقبله المهني بعد التخرج.

2-قلق المستقبل المهني والمفاهيم المرتبطة به:

يتشابه قلق المستقبل مع بعض المفاهيم، ويكون هذا التشابه إما في التأثير أو في الأسباب المؤدية لحدوث الظاهرة أو في بعض الخصائص التي يتشابه فيها الأفراد الذين ينطوون تحت فئة هذا المفهوم.

الشكل 1: يوضح المفاهيم التي تتشابه مع قلق المستقبل المهني:



أ-الخوف من الفشل:

يوجد تشابه بين الخوف من الفشل وبين قلق المستقبل ففي ظل الثورة العلمية والمنافسة الشديدة أصبح من الضروري للفرد أن يجد لنفسه مكانا مميزا وقد أشار (الطواب) إلى أن الفشل يؤدي الى فقدان الفرد الثقة في نفسه وفي الآخرين، كما أن خبرات الفشل المتكررة تجعل التلاميذ عرضة للقلق ويشعرون بعدم الاهتمام.

وكذلك فإن من يعاني قلقا من المستقبل فانه يعاني من أعراض مشابهة لأعراض الخوف من الفشل وهذا ما أكده (رونالد مولين) حيث يرى أن الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو شخص يتصف بالسلبية وعدم الثقة في النفس مما يؤدي إلى الاصطدام بالأخرين، ويتصف بصلابة الرأي والعناد والتوقعات السلبية لكل ما يحمله وعدم القدرة على مواجهة المستقبل.

ب-قلق المستقبل والتوجيه للمستقبل: future orientation

يمكن القول أن التوجيه للمستقبل هو تصور الافراد لما يتعلق بمستقبلهم، أنه ما يظهر في تقاريرهم الذاتية ويتضمن ما يعتقده الفرد أنه ذو أهمية ومعنى في حياته وهو مهم الدافعية الافراد. ويعد مفهوم التوجيه للمستقبل ويثق الصلة بقلق المستقبل فهما على طرفي متصل، فيقدر ما يكون قلق المستقبل حافزا على الإنجاز فإنه يقترب من التوجيه للمستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه تجاه هذا المستقبل ودفاعه ضد هذا القلق بالإغراق في الحاضر، وإذا كان التوجه للمستقبل في حالته القصوى هو تطلع الفرد الدائم نحو المستقبل كسبيل لبلوغ الأهداف وتحقيق الأشباع.

ج-قلق المستقبل والتشاؤم:

يمكن تعريف التشاؤم بأنه: "توقع نسبي للأحداث القادمة يجعل الفرد يتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، فالتشاؤم يؤثر سلبا في سلوك الإنسان وصحته النفسية والجسمية ويتداخل مع مفهوم قلق المستقبل المهني في النظرة السلبية لمستقبل الفرد وهذا يؤدي بالطالب الجامعي الى سوء التوافق والاضطرابات النفسية".

ج-قلق المستقبل في مقابل / اليأس والأمل:

إذا افترضنا أن الأمل Hope هو النقيض لليأس hopelessness وإذا افترضنا أن الأمل يتشابه مع التفاؤل (وهو ليس التفاؤل)، من حيث كل منهما نزعة انتشار وتوقع النتائج الإيجابية، إلا أن الأمل، حالة من الوجود الإنساني، وإذا كان التفاؤل هو العكاز الذي يستند اليه الفرد عند مواجهة الازمات التي تحول بين الفرد وبين الهدف، فإن الأمل هو إنتاج طرق جديدة إذا فشل المسار الأصلي لتحقيق الهدف. لكن الأمل ليس هو التفاؤل لأنه يتعلق أكثر بأهمية الحدث وبقيمة الشخصية، إنه يخبرنا عن منظومة القيم التي يتبناها الفرد وعن مدى تفاؤله بالمستقبل لكن عندما تتضمن مواقفنا جوانب سلبية وتعتقد مشاعرنا ومعارفنا فإننا عندها نتعامل مع الخوف من المستقبل.

فمفهوم قلق المستقبل المهني يتداخل مع كل من مفهوم التشاؤم والخوف من الفشل، التوجه للمستقبل واليأس والأمل في النظرة التشاؤمية والتوقع السلبي للأحداث المستقبلية، ولكن لكل مفهوم خصائصه ومميزاته رغم هذا التداخل، ولهذا لا يمكن القول أن مفهوم قلق المستقبل المهني هو نفسه التوجه نحو المستقبل أو مفهوم الخوف من المستقبل. فمفهوم قلق المستقبل المهني يشتمل في مضمونه على المفاهيم الثلاثة السابقة الذكر. (هبة مؤيد محمد، دس، ص336-338).

3-أسباب قلق المستقبل المهني:

تعددت أسباب قلق المستقبل المهني فمنها ما يتعلق بالفرد في حد ذاته وطبيعته الشخصية ومنها ما يتعلق عوامل أخرى، وهذا ما سنتطرق إليه فيما يلي:

إن أسباب القلق المستقبل ترجع الى خبرات الماضي المؤلمة وضغوط الحياة العصرية وطموح الإنسان وسعيه المستمر نحو تحقيق ذاته وإيجاد معنى لها.

ويشير "حسين " إلى أن قلق المستقبل يرجع الى الادراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل وعدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الشعور بعدم الأمان. (أوشن نادية، 2015، ص41).

-إضافة الى العوامل التالية:

-الانتشار الواضح للبطالة وقلة فرص العمل داخل المؤسسات.

-الانتشار الواضح للمحسوبية في كل القطاعات العمومية والخاصة.

-تزايد الطلبة المتخرجين من الجامعات والاكتظاظ الموجود في عدد من التخصصات دون غيره.

-ارتفاع مستوى المعيشة وكثرة متطلباتها وتحولها من حاجات بسيطة الى حاجات مركبة وهنا قد يتضح الاقتصادي للأسرة قد يؤدي الى ارتفاع القلق بشأن المستقبل المهني لدى الشباب (بكار سارة، 2013، ص89).

تعددت أسباب قلق المستقبل المهني منها الشخصية ومنها الاقتصادية، خاصة في ظل الأزمة الاقتصادية التي يعيشها البلاد حاليا والتي اضطرتها الى سياسة التقشف لتداري الوضع والمتضرر في هده الحالة هو المواطن بصفة عامة والشباب بصفة خاصة ومعظمهم طلاب جامعيون.

4-أهمية العمل وتأثره في حياة الفرد:

تمثل ممارسة مهنية والنجاح فيها مركز وأساس التصورات المستقبلية سواء للذكور أو الإناث فقط أصبحت المهنة حاليا في قلب الحياة الاجتماعية للأفراد والمجتمعات، ويشير " **سانسيليو** " إلى البعد الاجتماعي للعمل لكونه يسمح بالاندماج داخل مكان محدد للتنشئة الاجتماعية، أما "هيجل " فقد ذهب الى أبعد من هذا حيث اعتبر العمل بداية الثقافة وبداية اللغة حيث يسمح للفرد بالتعرف على ذاته والتوصل إلى هويته.

ويمكننا تلخيص الأهمية التي يحققها العمل في النقاط التالية:

-إن العمل يعطي الفرد فرصة لكي يربط نفسه بالمجتمع وأن يساهم فيه وأن يرى نفسه على أنه شخص مساهم في المجتمع من خلال توفير السلع والبضائع والخدمات التي يحتاجها.

-العمل في بناء الكيان الشخصي للفرد.

-الحصول على العمل يساعد المرء على توطيد منزلته واحترام ذاته.

-إن العمل يساعد على ابعاد الأفكار ومشاعر الوحدة والعزلة والتفكير السلبي.

-إن العمل يقدم المجال لكي يحقق المرء لذاته وشخصيته ومواجهة الأهداف التي يرى الأخرين أنها ذات قيمة وتستحق المدح.

-إن العمل يؤكد للمرء قدرته بشكل مؤثر فعال ببيئته وتطوير تلك القدرة.

-أما في الجانب المادي فيقدم العمل العائد الاقتصادي الذي يعتبر وسيلة لأغراض أخرى.

من هذا المنطلق يمكننا القول بأن العمل مهم في حياة الفرد لأن لولاه لما استطاع الفرد التفاعل مع الأخرين وكسب سمات عديدة، فالفرد الذي يعمل يتسنى له تحقيق رغباته وميوله واتباع حاجياته الذاتية، وعليه فإن عدم الحصول على العمل يجعل الفرد محروم من كل هذه الامتيازات التي تعتبر بمثابة وسائل أساسية ومهمة لإشباع حاجاته.

5-النظريات المفسرة لقلق المستقبل المهني:

هناك بعض وجهات النظر التي فسرت قلق المستقبل المهني نذكر منها:

أ-النظرية الإنسانية:

يؤكد علماء النفس الإنسانيون على طبيعة الإنسان بوصفه كائنا بشريا متميزا وفريدا له خصائصه الإيجابية.

ومن تم يرون أن القلق ينشأ أما عن أحداث حاضرة أو متوقعة مستقبلا، إذا تمثل هده الأحداث تهديدا لوجود الانسان، وتفوق أهدافه وتحول دون تحقيق ذاته. (سهيلة أحمادي مسعودة، سالمي، 2015، ص25).

ومن أهم رواد هذا التيار كارل روجرز وأبراهام ما سلو حيث يرى روجرز أن القلق لدى الفرد مرتبط بمقدار الانسياق والتناقض بين مفهوم الذات لديه والخبرات التي يمر بها في حياته فكلما كانت الخبرات التي يواجهها الفرد في حياته تتسق مع مفهوم الذات والخبرات التي يواجهها الفرد والتي لا تتسق مع مفهومه عن ذاته يدركها الفرد على أنها تمثل تهديدا له ومن ثم يعمل على تحريفها أو تجاهلها ويشعر عندئذ بالقلق والتوتر. (إبراهيم بن محمد بلكيلاني، 2008، ص56).

ويعد ابرهام ما سلو مع روجرز من اهم المنظرين لنظرية الإنسانية فما سلو حدد هرم أو سلم الحاجات الإنسانية والذي يتكون من خمسة حاجات

(الحاجات الفيزيولوجية، حاجات الأمن، الحاجات الاجتماعية، الحاجة للتقدير، الحاجة لتحقيق الذات، فعدم إتباع هذه الحاجات وعدم بلوغ الفرد حاجته العليا بتحقيق الذات سيؤدي حسب ماسلو إلى حدوث القلق.

ب-نظرية التحليل النفسي:

يرى "فرويد" أن الشخص إذا شعر بخطر في موقف معين فإنه يتوقع بعد ذلك الخطر في المواقف المشابهة وإذا توقع الشخص وقوع الخطر شعر أيضا بأن الخطر قد وقع فعلا، ويؤدي القلق في هذه الحالة الأخيرة وظيفة إذا أنه يكون بمثابة إشارة تندر بحالة الخطر المقبلة حتى يستطيع "الأنا " الاستعداد لمواجهة هذا الخطر المتوقع.

وحسب التفسير الدي جاء به "فرويد "فإن قلق المستقبل المهني يرتبط بالتوقع السلبي للأحداث القادمة، وقد يؤدي هذا الأخير الى استشارة الفرد مما يجعله في حالة تركيز على ما هو قادم وليس على ما هو فيه.

في حين يرى "ألفارد أدلر" أن سلوك الفرد تحدده دافعيته بدلالة توقعات المستقبل، وأن أهداف المستقبل أكثر أهمية من أحداث الماضي إذ أن توقعه للمستقبل يدفعه أكثر مما تدفعه التجارب الماضية (بكار سارة،2013، ص75،76).

وحسب ما جاء به "ألفرد أدلر" فإن نشأة قلق المستقبل المهني راجعة إلى دافعية الفرد وكفاءته وتوقعه للأحداث القادمة فالفرد ذو التوقع المرتفع للكفاءة الذاتية يبني خطط مستقبلية تحمل تحديات كبيرة والعمل على الوصول إلى طموحاته وتحقيقها وتجاوز الصعاب. مما يخفض من قلقه نحو مستقبله المهني في حين أن الفرد ذو التوقع المنخفض للكفاءة الذاتية يعتقد أنه لا يستطيع مواجهة العقبات التي تواجهه وإنجاز المهام الصعبة مستقبلا مما يولد لديه قلق المستقبل المهني.

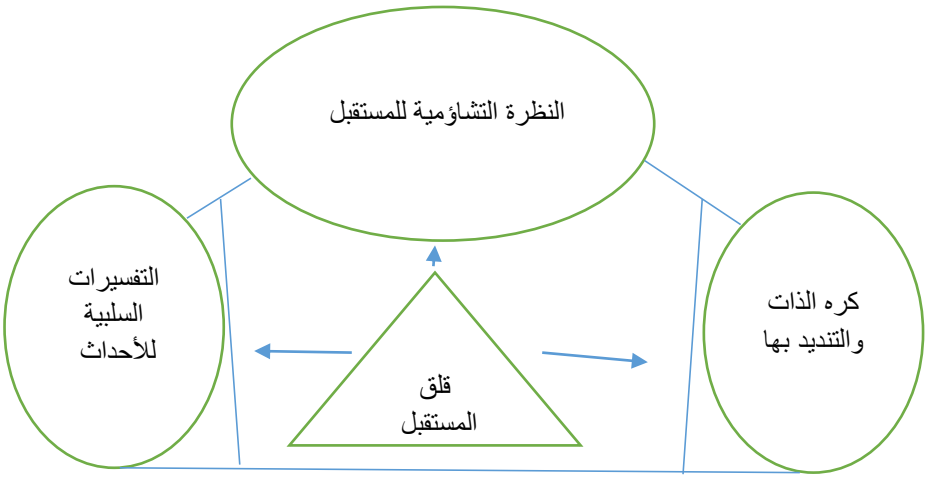
فالقلق في المدرسة الإنسانية لا ينشأ من ماضي الفرد وإنما هو خوف من المستقبل، وما قد يحمله من أحداث تهدد وجود الانسان، أو كيانه الشخصي، فالقلق ينشأ من توقعات الإنسان لما قد يحدث، أي أن المستقبل هو العامل الذي يثير القلق. (سهيلة أحماي، مسعودة سالمي، 2015 ص68).

ج-النظرية المعرفية:

يرى" فستنجر " أنه حينما يكون هناك تعارض بين إثنين من المدركات ثم الحصول عليها بالوقت ذاته (أو بين المدركات السلوكية)، فإن هذا التعارض يؤدي إلى أحداث حالة من التوتر وعدم الارتياح تلك بأن يغير الفرد من مدركاته لكي تتطابق مع سلوكه. (مصطفى بعلي، 2015، ص104).

واستنادا إلى رأيه هذا فقلق المستقبل يستثار بفعل التناقض الحاصل في مدركات الفرد الذي يتمتع بمؤهلات معينة سيضع لنفسه مكانة تنسجم وطبيعة مؤهلاته هذه.

ويمكن تفسير قلق المستقبل بناءا على بعض النماذج المعرفية ومنها نموذج أرون بيك: حيث تحدث بيك عن قلق المستقبل من خلال عرضه للنموذج المعرفي للاكتئاب، وهو ينظر إلى الاكتئاب بوصفه تنشيط لثلاثة أنماط معرفية رئيسية كما هو موضح في الشكل الموالي.



مخطط يوضح الثالوث المعرفي لبيك

إذا فبيك هنا يتحدث عن قلق المستقبل كمسبب للاكتئاب وهو يرى أن قلق المستقبل لدى الفرد يتكون من بسبب نظرته التشاؤمية للحياة والتي يكونها استنادا على الأفكار التي يحتفظ بها منذ الطفولة واستنادا على خبرات الحياة المؤلمة. (مصطفى بعلي، 2015، ص105).

د-النظرية السلوكية:

تنظر هذه النظرية إلى القلق أو الخوف بأنه سلوك مكتسب من البيئة التي يعيش فيها الفرد تحت التدعيم الإيجابي أو السلبي.

ومصادر القلق من وجهة نظر المدرسة السلوكية هي:

أ-استجابة القلق العام: ويطلق على هذا النوع من القلق بالقلق العام ويمكن استثارة هذه الاستجابات من خلال مفاهيم عامة وغير محددة مرتبطة ببيئة الفرد.

ب-القلق المرتبط بأمراض (مستعصية): وهو القلق الناتج عن فكرة الإصابة بنوع من الأمراض المستعصية التي يصعب الشفاء منها والتي تؤدي بحياة الفرد.

ج-استجابات القلق العصبي: يتأثر هذا النوع من الاستجابات بمواقف متعددة مثل الكوارث الطبيعية، الرفض للشخص الخوف من السلطات، الأماكن المغلقة والمزدحمة.

فهذه المواقف تعتبر محفزات كافية لإثارة من خلال التفكير فيها.

كما وأن القلق يمكن أن يكون أسبابه سلوكية نتيجة تعلم الفرد سلوكيات خاطئة وسوء توافق من البيئة. (غادة عبد الباقي محمد مأمون الشريف، 2014، ص215).

من خلال العرض السابق للمدرسة المفسرة للقلق نستنتج بأن لكل عالم من العلماء فكرته ووجهة نضره الخاصة ففي المدرسة الفرويدية نجد أن فرويد الذي يعتبر أول من وضع تقسيمات للقلق وقدم وصفا دقيقا لكل نوع في حين ركز السلوكيون إجمالا على عملية التعلم وأكدوا بأن الإنسان يتعلم القلق والخوف كما يتعلم السلوك السوي، وأهملوا الأسباب الكامنة وراء القلق.

ولكن النظرية المعرفية ترى بأن القلق ليس له علاقة بما يتعلمه الإنسان ولا بخبراته الماضية ولكن سببه هو اعتناق الفرد لبعض الأفكار اللاعقلانية.

خلاصة الفصل

في خلاصة لما تم ذكره حول قلق المستقبل عامة وقلق المستقبل المهني خاصة فإنه يمكن القول بأن قلق الفرد حول مستقبله المهني ولدته الظروف الراهنة التي يعيش فيها داخل مجتمعه، فتعقد الحياة اليوم وكثرة متطلباتها وابتعادها عن البساطة جعل من العمل ضرورة لا غنى عنها وعليه فإن إحساس الفرد بإمكانية عدم الحصول على عمل مستقبلا بعد تخرجه قد يسبب له نوع من التوتر والقلق والتفكير الدائم في مصيره المهني والذي يرتبط حسبه ارتباطا وثيقا بمستقبله ككل.

الفصل الرابع :الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

أولا: مجالات الدراسة

ثانيا: منهج الدراسة

ثالثا: أذاة الدراسة

رابعا: عينة الدراسة

خامسا: المعالجة الإحصائية

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعد التعرف إلى الجانب النظري لهذه الدراسة في الفصول السابقة والتي تعد كأرضية وكقاعدة تعتمد عليها لبناء عمل منهجي ميداني، وذلك للكشف عن تقدير الذات الاكاديمي وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخرجين حيث يكون هذا الجانب كحلقة وصل بين الجانبين النظري والميداني وذلك من خلال تحديد الفرضية العامة والتي تعد موجها لنا في هذا البحث، كما يشمل هذا الفصل أيضا على مجالات الدراسة، المنهج المتبع أذاة الدراسة والإجراءات التي يتم اتباعها للتحقق من صدقها وثباتها، ويوضح كذلك أساليب المعالجة الإحصائية التي تم استخدامها، وفي الأخير يبين النتائج المتحصل عليها.

أولا: مجالات الدراسة:

1- المجال الجغرافي: أجريت الدراسة الحالية بجامعة محمد الصديق بن يحي

2- المجال الزمني: يقصد بالمجال الزمني الوقت المستغرق لإجراء هذه الدراسة بجيجل، قطب تاسوست. هذه الدراسة، حيث كانت البداية مند وقت الموافقة على الموضوع من طرف الإدارة إلى غاية الإنتهاء من جمع الاستبيانات وتحليلها، حيث بدأت الدراسة بالجانب النظري من خلال جمع المعلومات المتعلقة بالمجال الموضوعي.

ثانيا: منهج الدراسة:

يرتبط المنهج ارتباطا وثيقا بطبيعة الدراسة التي يقوم بها أي باحث معنى هذا أن نوعية الدراسة هي التي تفرض نوع المنهج المستخدم لذلك لا بد من مراعاة هذا الشرط عند دراسة مختلف الظواهر.

وقد استخدمت الطالبتين في هده الدراسة المنهج الوصفي التحليلي " وهو عبارة عن طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة، وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال قصية معبرة يمكن تفسيرها "(محمد عبيدات، محمد أبو نصار مقلة مبيضين، 1999، ص47).

وبما أن الهدف من موضوع الدراسة الحالية هو محاولة معرفة طبيعة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخرجين، فإن الحاجة تدعو إلى استخدام منهج يتماشى وأهداف هذه الدراسة.

ثالثا: الأدوات المستخدمة في الدراسة: تمثلت ادوات الدراسة الحالية في مقياسين أحدهما في استمارة تقيس تقدير الذات الأكاديمي من إعداد الطالبتين والأخر مقياس من إعداد "أوشن نادية " يقيس قلق المستقبل المهني " وفيما يلي عرض لهده الأدوات المستخدمة.

1- استمارة قلق المستقبل المهني:

ا-**وصف استمارة:**هي استمارة مصممة من طرف "أوشن نادية " يهدف إلى معرفة رأي الشخص بوضوح حول المستقبل وخاصة المستقبل المهني يتكون هده الاستمارة من 36 عبارة تضم (10) عبارات موجبة (26) عبارة سالبة والجدول التالي يوضح أرقام العبارات واتجاهاتها.

جدول رقم (01): يوضح أرقام العبارات واتجاهاتها في مقياس قلق المستقبل المهني.

الاستمارة	العبارات الموجبة	العبارات السالبة	المجموع الكلي
قلق المستقبل المهني	-14-11 -22-21-20-15 30-29-28-24	-9-8-7-6-5-4-3-2-1 -19-18-17-16-13-10-12 -33-32-31-27-26-25-23 36-35-34	36
المجموع	10	26	36

ب-كيفية تطبيق وتصحيح الاستمارة:

يطلب من الطالب القراءة الجيدة لعبارات الاستمارة مع الإجابة عليها يوضع علامة x أمام الإجابة التي يراها مناسبة له.

قد تم تنقيط الاستمارة على الشكل التالي:

- ✓ تنطبق: نقطة واحدة (01)
- ✓ أحيانا: نقطتين (02)
- ✓ لا تنطبق: ثلاث نقاط(03)

تجدر الإشارة إلى ان التنقيط ينعكس عندما تكون العبارة مضاعفة بطريقة سالبة والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (02): يوضح كيفية تصحيح استمارة قلق المستقبل المهني.

العبارات	تنطبق	أحيانا	لا تنطبق
العبارات الموجبة	01	02	03

العبارات السالبة	03	02	01

وتتراوح درجات الاختبار ما بين (36.108)

الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل المهني:

أ) **الثبات:**

- ثبات الاختبار بحساب معامل ألف كرونباخ:

قامت أوشن نادية بحساب معامل ألف كرونباخ كانت قيمته (0.85)، وهي قيمة مطمئنة لتطبيق الاستمارة.

- الثبات بطريقة التجزئة النصفية: تم تقسيم فقرات الاختبار الى نصفين فقرات فردية وأخرى زوجية وتم حساب معامل الارتباط الصفين وكانت قيمته (0.74=ر) ثم قمنا بتصحيحها باستخدام معادلة (سبيرمان براون) وكانت النتيجة أن (ر=0.85) وهي قيمة مرتفعة وتدل على ثبات الاختبار.

وبمقارنتها بقيم "ر" المجدولة عند درجة الحرية (ن−1) أي (30−1=29) نجد ان قيمة ر=0.85 المحسوبة أكبر من قيمة " ر=0.47" الجدولية التي تساوي 0.47 وهي قيمة دالة احصائيا عند 0.01 وتعبر عن ثبات الاستمارة مما يسمح لنا بتطبيقها.

ب) صدق الاستمارة: في هذا السياق حاولنا التأكد من صدق الاستمارة باستعمال الصدق التميزي والصدق عن طريق التجزئة النصفية.

1− الصدق التمييزي:

اعتمدنا على الصدق التمييزي لزيادة التأكد من هده الاذاة وذلك عن طريق تحديد أعلى درجات بنسبة (33%) وأدناها بنفس النسبة ثم قياس الفروق بينهما بتطبيق "ت" للعينات المتساوية.

وبتطبيق هذه المعادلة في هده الدراسة الحالية نجد ما يلي:

(الفئة =ن*100/33=30*100/33=9.9) أي بتقريب 10 ومن خلال هذا فإن طول الفئة الواحدة يساوي 10 أفراد.

وبتطبيق "ت" بين درجات الفئتين وجدنا "ت" = 10.27

والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (03): يوضح نتائج الصدق التميزي لمقياس قلق المستقبل المهني.

العينات / المتغير	العينة العليا ن=10		العينة الدنيا ن=10		درجة الحرية	قيمة "ت" المجدولة	قيمة "ت" المحسوبة	مستوى الدلالة
قلق المستقبل المهني	م1	ع1	م2	ع2	38	2.71	10.27	دالة عند 0.01
	87.9	4.5	63.20	6.12				

التعليق على الجدول:

يتبين من الجدول ان قيمة "ت" المحسوبة "10.27" أكبر من قيمتها المجدولة المقدرة ب "2.71" عند درجة حرية (38) عند مستوى الدلالة 0.01 وهذا يعني المجموعة العليا والمجموعة الدنيا، الامر الذي يؤكد قدرة الاختبار على التميز وبالتالي تمتعه بالصدق.

2.**استمارة تقدير الذات الأكاديمي :**

أ.**وصف الاستمارة:**هي استمارة مصممة من طرف الطالبتين تهدف الى معرفة رأي الفرد حول تقديره لذاته الأكاديمي وتكونت هذه الاستمارة من (27) عبارة تضم (03) أبعاد أساسية تتمثل في: البعد الأول ويمثل البعد الشخصي الأكاديمي والذي يتكون من (11) بنداء والبعد الثاني ويمثل البعد النفسي الأكاديمي ويتكون من (08) بنود والبعد الثالث ويمثل البعد الاجتماعي الأكاديمي ويتكون من (08) بنود.

ب.**حساب الخصائص السيكو مترية**1.الصدق:

-صدق الاتساق الداخلي : وتم حسابه من خلال حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة العبارة الكلية ودرجة البعد كما يلي :

-الارتباط بين البعد والدرجة الكلية :

جدول رقم (04): يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان.

الدرجة الكلية			
الابعاد	البعد الشخصي الأكاديمي	البعد النفسي الأكاديمي	البعد الإجتماعي الأكاديمي
معامل الارتباط	0.829	0.893	0.837
دالة عند مستوى 0.05			

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن كل معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة(0.05) للأبعاد الثلاثة وقد تراوحت قيمتها بين 0.829، 0.893، 0.873 وهذا ما يدل على أن هذه الأبعاد تتمتع بمعامل صدق مرتفع.

2/**الثبات :**

تم حساب الثبات لاستمارة تقدير الذات الأكاديمي بطريقتين: طريقة التجزئة النصفية وكذلك حساب معامل ألفا كرونباخ.

أ/ حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية للاستبيان الأعلى والأسفل Ralf/split

وتم حسابه باستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية والإنسانية spss 20وقدرت قيمة سبيرمان براون ب(0.723) وهي قيمة مرتفعة وهذا ما يدل على ثبات الاستبيان.

ب.حساب الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ: وذلك من خلال البرنامج الإحصائي للعلوم الإنسانية والاجتماعية spss20 وقد بلغت قيمته 0.838 وهذا ما يشير إلى الاتساق الداخلي للاستبيان، وكذا ثباته بثبات بنوده.

من خلال ما سبق يبين لنا أن استمارة تقدير الذات الأكاديمي لدى عينة من الطلبة الخريجين قوامها (30) طالبة يمتاز بالصدق والثبات وهذا ما يسمح بتعميمها وتطبيقها على العينة ككل في الدراسة الحالية.

رابعا: مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من طلبة الماستر 02 والذين يزاولون دراستهم بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية –فرع تاسوست–جامعة جيجل والبالغ عددهم 306 طالب وطالبة .

خامسا: عينة الدراسة

استخدمت الطالبتين في هده الدراسة العينة القصدية قوامها (120) طالب وطالبة السنة الثانية ماستر بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، والجدولين الآتيين يوضحان توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس والتخصص.

الجدول رقم(05): يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس.

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكور	59	%49.16
إناث	61	%50.83
المجموع	120	%100

نلاحظ من خلال الجدول رقم(05) أن عدد الاناث بلغ (61) ما يمثل (نسبة 50.83 %) من أفراد عينة الدراسة، في حين قدر عدد الذكور (59) بنسبة (49.16%)

الجدول رقم (06): يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب التخصص الأكاديمي.

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
إرشاد وتوجيه	20	%16.66
علم النفس التربوي	20	%16.66
علم اجتماع التربية	20	%16.66
علم اجتماع تنظيم وعمل	20	%16.66
اعلام واتصال (سمعي بصري)	20	%16.66
تحضير بدني رياضي.	20	%16.66
المجموع	100	%100

سادسا: أساليب المعالجة الإحصائية:

حتى يتسنى للباحث تحليل النتائج التي تسفر عليها الدراسة تحليلا علميا دقيقا لابد عليه أولا من معالجة البيانات بشكل صحيح، وفي الدراسة الحالية تم الاعتماد على مجموعة من الأساليب الإحصائية الاتية:

- **المتوسط الحسابي:**

يعد من أهم مقاييس النزعة المركزية الذي يوضح مدى تقارب الدرجات من بعضها واقترابها من المتوسط، وهو مجموع الدرجات المتحصل عليها على مجموع افراد العينة ومدى انسجامها.

- **الانحراف المعياري:**

يعتبر من مقاييس التشتت ويعرف على انه الجذر التربيعي لمتوسطات مربعات القيم عن متوسطها الحسابي، والانحراف المعياري يفيدنا في معرفة توزيع افراد العينة ومدى انسجامها.

- **معامل الارتباط بيرسون:**

هو أحد معاملات الارتباط التي تستخدم في المنهج الوصفي الذي يعمل على قياس قوة واتجاه العلاقة الارتباطية (موجبة أو سالبة) بين متغيرين كميين ويرمز له (r).

خلاصة الفصل:

تم التطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية التي تعد أهم مراحل البحث العلمي التي يتم من خلالها التنبؤ بقيمة ومصداقية النتائج التي ستسفر عليها الدراسة باعتبار ان تحديد الإطار المنهجي يعد أهم أسس الدراسة العلمية وفيه تم التطرق الى التعريف بالمنهج، عينة الدراسة، بالإضافة الى الأساليب الإحصائية المعتمدة عليها في تحليل النتائج.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها

تمهيد

أولا: عرض نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات

5. عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى

6. عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية

7. عرض نتائج الفرضية الفرعية الثالثة

8. عرض نتائج الفرضية الرئيسية

ثانيا: مناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة

5. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الأولى

6. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الثانية

7. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الثالثة

8. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة

خلاصة الفصل

ثالثا: مقترحات وتوصيات

خاتمة

تمهيد:

تهدف الدراسة الحالية على معرفة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى النتائج التي توصلنا إليها من خلال الدراسة الحالية، وتحليلها بالأساليب الإحصائية المناسبة لها والتأكد من صحة الفروض وتفسيرها، وذلك بعرض نتائج كل فرضية على حدى، ثم مناقشة هذه النتائج وذلك من خلال كتابة نص الفرضية ثم عرض النتائج وذلك من خلال كتابة نص الفرضية ثم عرض النتائج التي توصلنا إليها، وبعد ذلك الإطار النظري والدراسات السابقة لنتطرق في الأخير على جملة من المقترحات والتوصيات المتعلقة بالدراسة الحالية .

أولا: عرض نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات

1. عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى

نصت الفرضية الأولى للدراسة على ما يلي:لا توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الشخصي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني

وللتأكد من تحقق هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الارتباط بيرسون لدرجات أفراد مجموعة عينة الدراسة على البعد الشخصي ويتضح لنا ذلك من خلال نتائج الجدول:

جدول رقم(07): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية للمحور (01)

رقم البند	الرتبة	المحور (01) البعد الشخصي الأكاديمي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
1	8	أعتمد على نفسي في دراستي الجامعية	2.85	0.44	عالية
2	1	لدي القدرة على اتخاد القرارات المتعلقة بتكويني الجامعي	2.8	0.52	عالية
3	2	أؤمن أني مختلف عن زملائي الطلبة	2.42	0.72	عالية
4	11	أرى أن أفكاري داخل الصف تقودني للتميز	2.43	0.73	عالية
5	7	أضع اهداف تعليمية مناسبة مع قدراتي التحصيلية	2.65	0.63	عالية
6	10	أعبر عن أفكاري بحرية أمام أساتذتي	2.56	0.67	عالية
7	5	أعترف بأخطائي العلمية دون حرج	2.74	0.55	عالية
8	6	أتحمل مسؤولية النجاح في الجامعة بكل ثقة	2.86	0.49	عالية
9	9	أستطيع وضع الحلول المناسبة لأي مشكلة علمية قد تواجهني	2.51	0.68	عالية
10	4	أتمكن من التيسير في تعاملي مع زملائي	2.69	0.57	عالية
11	3	أفضل التيسير في تعاملي مع زملائي	2.76	0.5	عالية
		الدرجة الكلية للمحور	2.66	0.28	عالية

من خلال الجدول رقم (07) والذي يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية للمحور الأول، نلاحظ أن أغلب البنود جاءت بدرجة عالية وهذا ما تفسره الدرجة الكلية

للمحور. حيث جاء البند رقم (08) في الرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2،86) وانحراف معياري (0،49) بدرجة معيارية عالية، مما تشير إلى أن البعد الشخصي الأكاديمي يساهم في اعتماد الطلبة على أنفسهم في دراستهم الجامعية، وجاءت البنوذ الأخرى المتبقية متقاربة وبدرجة عالية أيضا، حيث تشير إلى أن البعد الشخصي الأكاديمي يساعد الطلبة في إثبات ذاتهم، وتحمل المسؤولية ووضع الحلول المناسبة لكل مشكل يواجهونه في حياتهم الدراسية.

جدول رقم (08) يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين البعد الشخصي الأكاديمي وقلق المستقبل المهني

البعد(02)	قيمة معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
البعد النفسي الأكاديمي	-0.166	غير دال

-نلاحظ من خلال الجدول **رقم (08)** أن قيمة معامل الارتباط بيرسون هي (0.16-) عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا يعني أنه لا توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين البعد الشخصي الأكاديمي وبين قلق المستقبل المهني وبالتالي عدم تحقق الفرضية.

2-عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

نصت الفرضية الثانية للدراسة على ما يلي:

توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد النفسي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني

-وللتأكد من تحقق هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الارتباط بيرسون لدرجات أفراد مجموعة عينة الدراسة على البعد النفسي الأكاديمي ويتضح لنا ذلك من خلال نتائج الجدول:

جدول رقم (09): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية للمحور (02)

رقم البند	الرتبة	المحور (02) البعد النفسي الأكاديمي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
01	2	أشعر بأنني طالبا جامعيا يعبر عن قيمة في الحياة.	2.79	0.54	عالية
02	1	ألاحظ أني جدير باحترام الآخرين لي كطالب جامعي.	2.81	0.49	عالية
03	3	أشعر أني أحترم نفسي باعتباري طالب علم.	2.77	0.53	عالية
04	5	أشعر بالرضا عن تخصصي.	2.57	0.69	عالية
05	8	أشعر بالسعادة حينما أتحدث أمام الناس بصفتي طالب جامعي.	2.65	0.66	عالية
06	4	أشعر أن تفكيري الذي طورته في الجامعة يؤهلني للتميز.	2.49	0.72	عالية
07	7	أشعر بأن أمالي وطموحاتي ستتحقق بفضل تكويني الجامعي.	2.51	0.69	عالية
08	6	أشعر بالقدرة على التغلب على الصعوبات التي تواجهني بفضل تجربة الجامعة.	2.60	0.62	عالية
		الدرجة الكلية للمحور	2.64	0.33	عالية

من خلال الجدول رقم (09) تبين لنا أن البند رقم (02) والبند رقم (01) احتلا المرتبتين الأولى والثانية لمتوسطات حسابية (2.81)، (2.79) وانحرافات معيارية (0.49)، (0.54) على التوالي، وهذا يشير إلى درجة معيارية متوسطة فيما يخص الاعتراف بالأخطاء العلمية وتحمل مسؤولية النجاح في الجامعة بكل ثقة.

-أما فيما يخص البنود رقم 8،5،3 فقد جاءت بمتوسطات حسابية على التوالي (2.77، 2.65، 2.60) وانحرافات معيارية (0.53، 0.65، 0.62)، بدرجة معيارية عالية، تشير كذلك إلى قدرة الطالب على الإيمان بأنه مختلف على أقرانه، أيضا وضع أهدافا تعلمية مناسبة مع قدراتها التحصيلية.

في حين نجد كل من البند رقم (7،6،4) بمتوسطات حسابية متقاربة قدرت ب (2.57، 2.49، 2.51) وانحرافات معيارية (0.69، 0.72، 0.69) بدرجة معيارية عالية تشير إلى أن الطالب يعتمد على نفسه في دراسته وأيضا له القدرة على اتخاذ القرارات.

جدول رقم (10): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين البعد النفسي الأكاديمي وقلق المستقبل المهني

البعد(02)	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
البعد النفسي الاكاديمي	-0.184*	0.05

-نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون هي (-0.18*) عند مستوى الدلالة (0.01) وهي قيمة دالة وهذا يعني أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة دالة إحصائيا بين النفسي الأكاديمي وبين قلق المستقبل المهني وبالتالي تحقق الفرضية.

3-عرض نتائج الفرضية الفرعية الثالثة:

نصت الفرضية الثالثة على ما يلي:

-توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الاجتماعي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني.

وللتأكد من تحقق هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الارتباط بيرسون لدرجات أفراد مجموعة عينة الدراسة على البعد الاجتماعي والأكاديمي ويتضح لنا ذلك من خلال نتائج الجدول التالي:

جدول رقم (11): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية للمحور(03).

رقم البند	الرتبة	المحور (03) البعد الاجتماعي الأكاديمي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
01	3	كوني طالبا جامعيا جعلني أكثر اهتماما بردود فعل الآخرين.	2.39	0.78	عالية
02	6	بصفتي طالبا في الجامعة أعتقد أنني أكثر قيمة بين أفراد أسرتي	2.25	0.84	عالية
03	4	زاد شعوري بالانتماء الى أفراد وطني بعدما تكونت في الجامعة.	2.34	0.77	عالية
04	1	أعتقد أن تكويني الجامعي يؤهلني لكي أنافس بصدق أقراني.	2.57	0.65	عالية
05	5	بعدما حصلت على تكوينا جامعيا صار زملائي يلجؤون إلي لحل بعض مشكلاتهم.	2.33	0.74	عالية
06	2	أصبحت أكثر ضبط لانفعالي باعتباري طالب جامعي.	2.55	0.67	عالية

07	7	توطدت علاقتي بوالدي من منطلق أنني طالب.	2.26	0.83	عالية
08	6	تكويني الجامعي زاد من رغبتي في ممارسة هوايتي مع الأصدقاء.	2.28	0.87	عالية
الدرجة الكلية للمحور			2.37	0.43	عالية

-من خلال الجدول رقم (11) والذي يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية للمحور (03) ويتضح لنا أن بنود هذا المحور حصل على درجات معيارية عالية حيث احتل البند رقم (04) المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.57) وانحراف معياري (0.65) يشير الى أن الطالب يشعر بالسعادة لأنه حصل على تكوين جامعي يسمح له بمساعدة زملائه في أي مشكلة علمية. يليه البند (01) والبند (06) في المرتبة الثانية والثالثة بمتوسطات حسابية (2.55، 2.39) وانحرافات معيارية (0.67، 0.78) تشير إلى زيادة الشعور بالانتماء إلى أفراد الوطن بعد التكوين الجامعي وزيادة قيمة الطالب بين أفراد الأسرة.

-فيما جاءت البنود (8،7،5،3،2) مرتبة على التوالي بمتوسطات حسابية (2.25، 2.34، 2.33، 2.26، 2.28) وانحرافات معيارية (0.84، 0.77، 0.83، 0.87) إذ تعتبر هذه الدرجة متوسطة.

جدول رقم (12): يبين قيمة معامل الارتباط بيرسون بين البعد الاجتماعي الأكاديمي وقلق المستقبل المهني

البعد(03)	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
البعد الاجتماعي الاكاديمي	-0.181	0.05

نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون هي (0.181) عند مستوى وهي قيمة دالة وهذا يعني أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائية بين البعد الاجتماعي الأكاديمي وبين قلق المستقبل المهني وبالتالي تحقق الفرضية.

4-عرض نتائج الفرضية الرئيسية:

نصت الفرضية الرئيسية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني ولاختبار صحة هذه الفرضية يتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني كما هو موضح في الجدول:

-الجدول رقم (13): يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني.

المقياس	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني.	*0.211 -	0.05

-نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) أن قيمة معامل الارتباط قدرت ب(*0.211) عند مستوى (0.01) وهي دالة عند مستوى (0.05) وهذا يعني أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية بين تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين وبالتالي تحقق الفرضية.

ثانيا: مناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة

1-مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

-أسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الشخصي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني. حيث قدرت قيمة معامل الارتباط بينهما ب (0.166) وهذا يعني أنه كلما انخفض التقدير الشخصي الأكاديمي للطلبة كلما ارتفع لديهم قلق المستقبل المهني وبذلك يمكن القول أن الطالب الذي يقدر ذاته من الناحية الأكاديمية تقديرا إيجابيا يكون معرضا لقلق المستقبل المهني ويمكن إرجاع هذه العلاقة بين ذاته من الناحية الأكاديمية تقدير إيجابيا يكون معرض لقلق المستقبل المهني، بين متغيري الدراسة الى ما أثبتته الدراسات والبحوث العلمية إلى أن انخفاض تقدير الذات الشخصي يعرض الطالب للعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية، لأن إحساس الطالب بأنه ليس لديه قيمة ومحل اهتمام من طرف الآخرين يؤثر على أفكاره واتجاهاته ثم على تقييمه لذاته هذا ما يجعله قلقا اتجاه مستقبله المهني ، وعادة ما تقاس قيمة الذات بالأداء الأكاديمي في الدراسة وفي طبيعة العلاقات الاجتماعية التي يكونها الطلبة مع زملائهم وأقرانهم وأساتذتهم وإدارة الجامعة .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة بكار سارة (2012):"بعنوان أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني " التي توصلت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين أنماط التفكير وقلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.

ولقد سبقت الإشارة في الجانب النظري أن ما يميز تقدير الذات الأكاديمي المنخفض يعني رفض الذات وعدم الرضا عنها كما أوضحها" روزنبرغ " في نظريته واعتبر أيضا أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاهات الفرد نحو نفسه بالإضافة إلى أن الطالب الذي يكون لديه تكوين شخصي أكاديمي عالي يستطيع أن يحقق ذاته والعكس صحيح. فالطالب الذي تكوين شخصي أكاديمي منخفض لا يستطيع أن يحقق ذاته والعكس صحيح.

فالطالب الذي ليس لديه ثقة بنفسه وغير متزن تجده دائما متشائما وفي حالة قلق ويرسم خططا لمستقبله وإذا لم تتحقق يستعين بالخطط البديلة ومستوى تقديره مرتفع ويستطيع مواجهة المشكلات والعقبات التي تحدث له في الجامعة، فشخصية الطالب تلعب دورا كبيرا في نجاحه

واستمراره في الحياة لكن الطالب ذو الشخصية الضعيفة وصاحب الأفكار السلبية تجده متشائما ويستسلم للفشل.

2. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية

-بعد المعالجة الإحصائية للبيانات المتعلقة بالفرضية الثانية الموسومة: توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد النفسي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على محور قلق المستقبل المهني.

-أسفرت النتائج على وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد النفسي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على محور قلق المستقبل المهني. حيث قدرت قيمة معامل الارتباط بينهما ب(*0.184-) أي أنها قيمة دالة إحصائيا.

إذ يمكن القول أن هذه النتيجة تأتي لتأكد أن البعد النفسي الأكاديمي يؤثر على قلق المستقبل المهني لدى أفراد عينة الدراسة، وبما أن تقدير الذات الأكاديمي ذو صبغة وجدانية

تتضمن حكم وتقييم الطالب لذاته من خلال الرضا عن التخصص والتعبير عن قيمة في الحياة، واحترام الآخرين له وأيضا قدرته على مواجهة الصعوبات التي تواجهه في الجامعة.

والجدير بالذكر أنه أثناء الاطلاع على مجموعة من الدراسات التي أجريت في هذا المجال، هناك دراسات تعارضت مع نتائج الدراسة الحالية ومنها على سبيل المثال دراسة حمري صارة (2012) بعنوان: علاقة تقدير الذات بالدافعية للإنجاز لدى تلامذة الثانوية التي أثبتت نتائجها إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين تقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى العينة الكلية.

في الجانب النظري تطرق" كوبر سميث" إلى اعتبار تقدير الذات ظاهرة تتضمن كلا من عمليات تقييم الذات، كما تتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية وإن كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمه نحو الذات فإن تقدير هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير العاطفة، كما اعتبره الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنه تصنعه على نحو دقيق. فالطالب الذي يكون متوازن نفسيا تكون له القدرة على ضبط نفسه وانفعالاته في مختلف المواقف. لأن قلق المستقبل المهني يرتبط بالبعد النفسي الأكاديمي من خلال ايمان الطالب الجامعي بمعتقداته

المعرفية (الأفكار المسبقة التي تتبلور تدريجيا لدى الفرد منذ الطفولة)، وإمكاناته والأحكام التي يصدرها عن نفسه وإيمانه بقدراته على تجاوزا لمواقف الصعبة التي تعترضه.

3-مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

نصت الفرضية الثالثة على وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين درجات الطلبة الخريجين على محور البعد الاجتماعي الأكاديمي في مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على محور قلق المستقبل المهني. حيث قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون بينهما ب(*0.181) أي أنها قيمة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05). وتعزو الطالبتين هذه النتيجة إلى أن البعد الاجتماعي الأكاديمي تأثر بقلق المستقبل المهني لدى أفراد عينة الدراسة، إذ انه من خلال التفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به تتبلور صورة واضحة له عن ذاته تدريجيا وتتضح ملامحها للآخرين بازدياد الخبرات اليومية والمواقف والاحداث التي تترك تأثيرا إيجابيا أو سلبيا في أعماق نفسه.

هذا وأشار "روبرت وآخرون: إلى أن مستوى تقديرنا لشخصيتنا يتأثر بالكيفية التي يعاملوننا بها الآخرين، فالأفراد الذين تمت معاملتهم باحترام من قبل أشخاص آخرين كالأساتذة والأقران غالبا ما يكون قدر مرتفع من تقدير الذات كما، كما تلعب الأسرة دور فعال في حياة الطالب لأنها تزوده بالقيم والمعايير الأخلاقية، والاجتماعية التي تبدأ فيها عملية التكوين الاجتماعي والتي بواسطته يتفاعل مع الآخرين ويتكيف معهم بشكل سليم.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة عايدة محمد العطا(2014): بعنوان تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية: أسفرت إلى وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والمستوى الاجتماعي والاقتصادي لمجتمع الدراسة.

هذا وأكدت نظرية "روبرت زيل": أن تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات، كما يرى أن تقدير الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي وعلى ذلك فعندما تحدث أي تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعي فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته. تبعا لذلك فالطالب الذي يحظى بدرجة عالية من التقدير الذاتي الاجتماعي تكون نسبة قلقه من مستقبله المهني ضعيف لأنه يرى نفسه قادرا على تكوين علاقات اجتماعية هادفة مع الآخرين وأيضا له القدرة على ممارسة مختلف الأنشطة دون خوف.

4-مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرئيسية:

-نصت الفرضية الرئيسية على ما يلي "توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين الطلبة الخريجين على مقياس تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل المهني".

حيث قدرت قيمة معامل الارتباط بيرسون بينهما (*0.211-) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وهو معامل ارتباط عكسي سالب ضعيف أي كلما زاد تقدير الفرد لذاته كلما انخفض قلق المستقبل المهني لديه وهذا يشير إلى انه كلما تم تنمية العوامل المؤثرة في تقدير الذات الأكاديمي من خلال ما يوفره المحيط من فرص محفزة وما يلقاه الطالب من رعاية، كلما ارتفع تقدير الذات الأكاديمي لدى العينة.

-وتتفق هذه النتيجة مع مجموعة من الدراسات والأبحاث التي تم الاطلاع عليها من طرف الطالبتين منها دراسة بلكيلاني محمد إبراهيم (2008): بعنوان تقدير الذات وقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو بالنرويج توصل خلال دراسته إلى وجود علاقة بين قلق المستقبل وتقدير الذات لدى الجنسين ووجود فروق في قلق المستقبل وتقدير الذات وتعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، كما تتفق دراسة نيفين عبد الرحمن المصري (2011) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الاكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة الازهر بغزة بحيث توصلت هذه الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين قلق المستقبل وفاعلية الذات، أيضا دراسة هيام زياد عابد (2015) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طلبة الثانوية في محافظة غزة أسفرت النتائج: عن وجود علاقة إحصائية بين قلق المستقبل وفاعلية الذات لدى طلبة الثانوية العامة .ويمكن إرجاع العلاقة الارتباطية الموجبة بين تقدير الذات الاكاديمي وقلق المستقبل المهني إلى الشعور براحة حول المستقبل ، فالطالب الذي لديه ثقة بنفسه تجده دائما متفائلا وفي حالة إقدام ويرسم خططا لمستقبله المهني كما أن الحرية التي تتاح أمامه للتعلم واكتساب المعارف والخبرات تعطيه مجالا واسعا لأن ينجح ويتفوق فيه .

فالعلاقة بين تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني علاقة عكسية فكلما كان تقدير الذات الأكاديمي مرتفعا، كلما كان قلق المستقبل المهني منخفضا والعكس صحيح، أما العلاقة التي يشير إليها البحث الحالي هي تجاوز الصورة المألوفة على العلاقة الارتباطية السالبة أو الموجبة إلى العلاقة الدائرية، فكلما ارتفع تقدير الذات الأكاديمي انخفض قلق المستقبل المهني

لدى أفراد العينة وكلما ارتفع قلق المستقبل المهني انخفض تقدير الذات الأكاديمي. فالعلاقة بين المتغيرين متبادلة فمستوى تقدير الذات الأكاديمي يؤثر في درجة قلق المستقبل المهني، ومستوى المستقبل المهني يؤثر في درجة تقدير الذات الأكاديمي ويمكن أن تكون هذه النتيجة أيضا مهمة في الدراسات المستقبلية، فالأدبيات السابقة اكدت على التأثير المتبادل بين المتغيرين وإن كامن موجهه إلى تفسير كل متغير على حدى ولكن النتيجة التي بلغها هذا البحث لها بعد اشمل إذ بين أن التأثير المتبادل وفي حركة دائرية فالعلاقة بين المتغيرين ليست علاقة متغير مستقل بمتغير تابع، فالمتغيران يتبدلان الموقع.

ثالثا: الاقتراحات

على ضوء ما تم التطرق إليه في الجانب النظري وما أسفرت عليه نتائج الدراسة الحالية واستكمالا للجهد المبذول تقترح الطالبتين:

- إجراء المزيد من الدراسات حول تقدير الذات الأكاديمي نظرا للأهمية البالغة لهذا المفهوم في الأداء الأكاديمي للطالب.
- دراسة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمي والطموح المهني لدى الطلبة.
- دراسة العلاقة بين تقدير الذات الأكاديمي والنجاح الأكاديمي.
- دراسة العلاقة بين تدني مستوى تقدير الذات الأكاديمي وبعض المشكلات السلوكية للطلبة.
- دراسة عن قلق المستقبل المهني وعلاقته بكل من حب الاستطلاع ومستوى الطموح.
- فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب المرحلة الجامعية.
- اجراء دراسة حول تقدير الذات الأكاديمي وعلاقتهما بالدافعية للتعلم.
- دراسة العلاقة بين قلق المستقبل المهني وتحمل المسؤولية وبتقدير الذات.

الخاتمة :

من خلال هذه الدراسة تظهر جليا مركزية موضوع تقدير الذات الأكاديمي في حقل الدراسات السيكولوجية والتربوية إذ يعد تقدير الذات من أكثر المفاهيم النفسية تركيبا وتعقيدا نظرا لإرتباطه بالعديد من المتغيرات الإجتماعية والتربوية ويشاركه في ذلك مفهوم آخر لايقل عنه أهمية ألا وهو قلق المستقبل المهني كما يبرز دور كل من العوامل التربوية والأسرية التي من شأنها أن تؤثر إيجابا على تقدير الطالب لذاته الأكاديمي فيشعر بالرضا ويسعى إلى التحسين من آدائه، ليحقق نوعا من الإنسجام والإتزان مع ذاته، وتؤثر عليه سلبا فيشعر بعدم الأهمية الذاتية وبالتالي عدم الراحة والطمأنينة نحو مستقبله المهني .

وقد أفضت مناقشة نتائج هذا البحث والتي نتجت عن تحليل البيانات إلى الإهتمام بهذين العاملين (تقدير الذات الأكاديمي وقلق المستقبل المهني) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة الخريحين في تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم في قلق المستقبل المهني أي أن الإرتفاع في تقدير الذات يصاحبه انخفاض في قلق المستقبل المهني والعكس ، وهذا يدعو إلى الإهتمام بالطالب وتشجيعه على زيادة ثقته بنفسه وتقديره لذاته وبالتالي الحفاظ على تقدمه ونجاحه.

كما اتضح أنه لاتوجد علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة المقبلين على التخرج على محور البعد الشخصي الأكاديمي في تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم في قلق المستقبل المهني، فكلما انخفض تقديره الشخصي لذاته كلما ارتفع لديه قلق المستقبل المهني.

كما خلصت النتائج ألى وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة المقبلين على التخرج على محور البعد النفسي الأكاديمي ودرجاتهم في مقياس قلق المستقبل المهني أي أن للبعد النفسي الأكاديمي تأثير واضح على شخصية الطالب.

كما أثبتت الدراسة وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائيا بين درجات الطلبة المقبلين على التخرج على محور البعد الإجتماعي الأكاديمي في تقدير الذات الأكاديمي ودرجاتهم في مقياس قلق المستقبل المهني حيث يرجع ذلك إلى أن الطالب الذي لديه القدرة على تكوين علاقات مع الآخرين داخل مجتمعه ويكون قادرا على تخطي مختلف المشكلات الدراسية التي تواجهه في الجامعة وبالتالي ينخفض قلقه نحو مستقبله المهني .

لاسيما في هذه الفترة التي تزداد فيها الحاجة إلى تقبل الذات وتقديرها ايجابيا من قبل الطالب نفسه ومن طرف المحيطين به الأمر الذي يضمن له تحقيق مستقبل زاهر.

_ ويبقى في الأخير أن نأكد على الدور الكبير والفعال الذي تلعبه الجامعة بعد الأسرة كمؤسسة ثانية آذ تتولى الأسرة عملية تكوين وبناء شخصية الطالب ويتجلى ذلك من خلال الأدوار التي تقوم بها كمؤسسة تربوية إذ تتأثر شخصية الطالب بالمقرر الدراسي كما تتأثر بشخصية الأستاذ.

قائمة المراجع:

الرقم	المرجع
	أ-المعاجم:
.1	حسن شحاتة، زينب النجار (2003): **معجم المصطلحات التربوية والنفسية**، ط1، الدار المصرية اللبنانية، مصر.
.2	عبد المنعم الحنفي (2005): **موسوعة عالم علم النفس المعجم الموسوعي للتحليل النفسي**، دط، دار نوبليس، لبنان.
	ب-الكتب:
.3	أبو حويج مروان (2012): **المدخل إلى علم النفس**، ط1، دار اليازوري للنشر والتوزيع،الأردن.
.4	أسامة خيري(2014): **تطوير الذات (إداريا، أكاديميا، اجتماعيا)**، ط1، دار الراية للنشر والتوزيع، الأردن.
.5	بطرس حافظ بطرس(2008): **التكيف والصحة النفسية للطفل**، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
.6	جمال مثقال القاسم، أمل البكري، محمد الشناوي، جاسر الرفاعي(2011): **مبادئ علم النفس**، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
.7	جودت عزت عبد الهادي (2006): **الإشراف التربوي**، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان.
.8	جودت عزت عطوي (2004): **الإدارة المدرسية الحديثة (مفاهيمها النظرية وتطبيقاتها العملية)**، ط1، دار الثقافة للنشر التوزيع، عمان.
.9	قحطان أحمد الظاهر (2010): **مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق**، ط2، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن.
.10	محمد جهاد جمال، فواز فتح الله الرامييني(2006): **مدرسة المستقبل (مجموعة رؤيا وأفكار ودراسات معاصرة**، ط1، دار الكتاب الجامعي، فلسطين.
.11	محمد عبيدات، محمد أبو نصار، عقلة مبيضين(1999): **منهجية البحث العلمي (القواعد والمراحل والتطبيقات)**، ط2، دار وائل للنشر، عمان.

.12	مزوز بركو(2014): **مدخل إلى علم النفس المرضي**، ط1، دار قانة للنشر والتوزيع، الجزائر.
.13	معصومة سهيل المطيري(2005): **الصحة النفسية (مفهومها، اضطراباتها)**، ط1، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.
.14	مكنزي كوام(2013): **القلق ونوبات الذعر**، ط1، دار اليازوري للنشر والتوزيع، الأردن.
	ج-الرسائل:
.15	إبراهيم بن محمد بلكيلاني (2008): **تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو**، رسالة ماجستير، كلية الآداب والتربية، النرويج.
.16	أحمد محمود جبر (2012): **العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية**، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة الأزهر.
.17	أمزيان زبيدة (2007): **علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلات وحاجاته الإرشادية**، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة الحاج لخضر، باتنة.
.18	أوشن نادية (2015): **التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات**، رسالة ماجيستير، قسم علم النفس، جامعة الحاج لخضر، باتنة.
.19	بكار سارة (2013): **أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني**، رسالة ماجستير، جامعة ابي بكر بلقايد، تلمسان.
.20	بلقوميدي عباس (2011): **صعوبات تعلم الرياضيات في مرحلة التعليم الابتدائي وعلاقتها بالخصائص السلوكية وتقدير الذات الأكاديمي**، رسالة دكتوراه، قسم علم النفس، جامعة وهران.
.21	حمري صارة(2012): **علاقة تقدير الذات بالدافعية للإنجاز لدى تلامذة الثانوية** ،رسالة ماجيستير، قسم علم النفس، جامعة وهران.
.22	سالم ناجح سليماني محمد(2010): **الأمن النفسي وتقدير الذات في علاقتهما ببعض المتغيرات لدى الشباب الجامعي**، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة الزقازيق.
.23	سالمة بنت راشد بن سالم الحجري(2011): **فاعلية إرشاد جمعي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا في سلطنة عمان**، رسالة ماجيستير، قسم التربية، جامعة نزوى.

.24	سهيلة أحمادي ، مسعودة سالمي (2015): **قلق المستقبل المهني وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة** ، رسالة ماستر في علوم التربية ، جامعة الشهيد لخضر، الجزائر.
.25	عايدة محمد العطا (2014): **تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية**، رسالة ماجيستر، كلية الدراسات العليا، جامعة السودان.
.26	عبد العزيز حنان (2012): **نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات**، رسالة ماجيستير، قسم علم النفس، جامعة تلمسان.
.27	عبد ربه علي شعبان (2011): **الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا**، رسالة ماجستير، قسم التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
.28	علاء سمير القطناني (2011): **الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتهما بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر في ضوء نظرية محددات الذات**، رسالة ماجيستر، قسم علم النفس، غزة.
.29	قدوري خليفة (2017): **قلق الامتحان وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي**، رسالة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
.30	لقوقي دليلة (2016): **مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة**، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
.31	مجذوب أحمد محمد قمر (2015): **تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية**، رسالة دكتوراه، قسم علم النفس، جامعة دنقلا.
.32	المشيخي غالب محمد علي(2009): **قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب الجامعة**، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية
.33	مصطفى بعلي (دس): **القبول والرفض الوالدي كما يدركه الأبناء وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية**، رسالة دكتوراه في علم النفس، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
.34	هيام زياد عابد (2015): **قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طلبة الثانوية**، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

.35	وفاء محمد أحميدان القاضي (2009): **قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة**، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية بغزة.
	د-المجلات:
.36	بن دهنون سامية، شرين ماحي إبراهيم (2014): **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة**، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد16، جامعة وهران.
.37	تمار محمد (2015): **التربية البدنية والرياضية ودورها في تحسين تقدير الذات وبعض المهارات الاجتماعية لتلاميذ المرحلة الثانوية**، مجلة الإبداع الرياضي، جامعة محمد بوضياف المسيلة، العدد 17.
.38	حنان حسين محمود (2017): **مفهوم الذات الأكاديمي ومستوى الطموح الأكاديمي وعلاقتهما بالاندماج الأكاديمي لدى عين من طالبات الجامعة**، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية، الجزء 02، العدد الثاني، جامعة القصيم.
.39	زقاوة أحمد (2014): **محددات النجاح الدراسي، مقاربة سوسيو سيكولوجية**، مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية المركز الجامعي غليزان، العدد12.
.40	زقاوة أحمد(2016): **قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة التكوين المهني**، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، المجلد 09، العدد الثاني، جامعة السلطان قابوس.
.41	شاكر المحاميد، محمد السفاسفة (2007): **قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات**، مجلة العلوم التربوية، المجلد 8، العدد الثالث، جامعة البحرين.
.42	صبرين صلاح تعب (2017): **مفهوم الذات الأكاديمي وفعالية الذات الاكاديمية داخل مجال علم النفس**، مجلة كلية التربية، العدد96، الجزء 1، جامعة عين الشمس.
.43	غادة عبد الباقي محمد مأمون شريف: (2014): **تصور مقترح لخفض قلق المستقبل من وجهة نظر الطلاب والمعلمين بالمرحلة الثانوية**، مجلة كلية التربية، العدد15، جامعة بور سعيد.
.44	مائدة مردان محي، نادية خلف جبر (2017): **تطوير المناهج الدراسية من وجهة نظر المربين في مدارس التعليم الثانوي في محافظة البصرة**، مجلة الأبحاث البصيرة للعلوم الإنسانية، المجلد 42، العدد 05.

.45	محمد أحمد المومني، مازن محمود نعيم (2013): **قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات**، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 09، العدد الثاني.
.46	منتصر مسعودة (2017): **فعالية الذات وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج**، مجلة العلوم النفسية والتربوية، العدد05، جامعة الوادي، الجزائر.
.47	منى الحمودي (2010): **التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات** –دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الصف الخامس بمدارس محافظة دمشق الرسمية–المجلد 26، جامعة دمشق.
.48	هبة مؤيد محمد (دس): **قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات**، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد27.26، جامعة بغداد.

قائمة الملاحق

الملحق رقم (01)

الاستمارة الاولية: تقدير الذات الأكاديمي

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

القطب الجامعي تاسوست

كلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علم النفس وعلوم التربية و الأرطوفونيا

تخصص: إرشاد وتوجيه تربوي

استمارة صدق المحكمين

معلومات خاصة بالأستاذ(ة) المحكم:

الاسم واللقب:

تخصص:

الدرجة العلمية:

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

يسرني أن أضع بين يديك هذه الأداة (استمارة تقدير الذات الأكاديمي) التي صممت لجمع المعلومات اللازمة للدراسة التي أقوم بإعدادها استكمالا للحصول على شهادة الماستر في الإرشاد والتوجيه بعنوان " تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين".

آمل التكرم بتحكيم هذه الأداة وذلك بتحديد ما يلي:

1-مدى وضوح العبارة.

2-تحديد العبارات التي يجب حذفها.

3-إبداء الملاحظات أو اقتراحات أخرى ترونها مناسبة.

شكرا على حسن تعاونكم

البيانات الشخصية:

1-الجنس: ☐ ☐..

2-التخصص:.....

الرقم	العبارات	تقيس	لا تقيس	ملاحظات
1	تعتقد أن دراستك بعيدة عم مشكلات حياتك اليومية			
2	الموجود من المراجع لا يساعد على انجاز البحوث			
3	كثرة المحاضرات في اليوم الواحد			
4	نقص الممارسة الميدانية في المجال الدراسي			
5	هناك نقص في الأساتذة المتخصصين			
6	للامتحانات مقاييس غير قادرة على تقدير نجاحك			
7	لا تتوفر الرعاية النفسية للطلاب في الجامعة			
8	نقص الخدمات المكتبية			
9	هناك نقص في المراجع في بعض المواد			
10	لا أشعر بالثقة بالنفس في مجال تخصصي			
11	أستطيع وضع الحلول المناسبة لأي مشكلة تواجهني			
12	لي القدرة على اتخاذ القرارات			
13	أعتمد على نفسي في مجال حياتي الدراسية			
14	أشعر ان تفكيري يؤهلني للتميز			
15	أعاتب نفسي كلما تذكرت عيوبي			
16	أفكاري تحظى بتقدير الآخرين			
17	يقوم بعض الأساتذة بتقديم مساعدة فردية للطلاب			

18	يعتمد الأساتذة على الطرق التقليدية في الشرح			
19	قلة التوازن بين الجانب النظري والتطبيقي للمواد الدراسية			
20	يضايقني عدم توظيف نتائج أبحاث الطلبة			
21	صعوبة المناهج الدراسية قد تؤدي بي على الفشل			
22	أرى أن أساتذتي يشجعوني على التفوق في المواد الدراسية			
23	يسعدني اكتساب المعلومات والخبرات الجديدة في الجامعة			
24	اشعر أنني جدير باحترام الآخرين لي علميا			
25	يقدرني زملائي في الجامعة لأنني متفوق في دراستي			
26	أشعر أن إدارة الجامعة تهتم بالنتائج الدراسية للطلبة			
27	أنا قادر على تحسين مستواي الدراسي أكثر			
28	يتوقع والدي مني الكثير بخصوص مستقبلي الدراسي			
29	والداي يعتقدان بأنني سأكون شخصا ناجحا مستقبلا			
30	أشعر أن مقدرتي العلمية كبيرة مقارنة بزملائي			
31	يتوقع مني أساتذتي الكثير			
32	منذ بداية الدراسة استطعت اكتساب رضا أساتذتي			
33	يمدحني الأساتذة إذا تحصلت على علامات جيدة			
34	أرى أن المناهج الدراسية مناسبة مع مستوى دراسي			

الملحق رقم (02):

الاستمارة النهائية: تقدير الذات الأكاديمي

استمارة بحث بعنوان

تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين

-دراسة ميدانية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قطب تاسوست -جامعة جيجل-

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة:

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر حول الموضوع المشار إليه أعلاه، نضع بين أيديكم استمارة بعنوان: "**تقدير الذات الأكاديمي** "، نطلب منكم الإجابة عنهما بوضع العلامة (×) أمام الجواب الصحيح من وجهة نظركم، ونحيطكم علما أن هذه المعلومات التي تقدم إلينا لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير

أولا: البيانات الشخصية:

1-الجنس: ☐ ☐

2-التخصص:.....

ثانيا: بنود الإستبانة:

المحاور	العبارات	موافق	محايد	غير موافق
أولا: البعد الشخصي الأكاديمي				
1	أعتمد على نفسي في دراستي الجامعية			
2	لدي القدرة على اتخاذ القرارات المتعلقة بتكويني الجامعي			
3	أومن بحقيقة أني مختلف عن زملائي الطلبة			
4	أرى أن أفكاري داخل الصف تقودني للتميز			
5	أضع أهدافا تعليمية مناسبة مع قدراتي التحصيلية			
6	أعبر عن أفكاري بحرية أمام أساتذتي			
7	أعترف بأخطائي العلمية دون حرج			
8	أتحمل مسؤولية النجاح في الجامعة بكل ثقة			
9	أستطيع وضع الحلول المناسبة لأي مشكلة علمية قد تواجهني			
10	أتمكن من تجاوز الأزمات التي تحدث لي في الجامعة			
11	أفضل التيسير في تعاملي مع زملائي			
ثانيا البعد النفسي الأكاديمي				
1	أشعر بأنني طالبا جامعيا يعبر عن قيمة في الحياة			

2	ألاحظ أني جدير باحترام الآخرين لي كطالب جامعي			
3	أشعر أني أحترم نفسي باعتباري طالب علم			
4	أشعر بالرضا عن تخصصي			
5	أشعر بالسعادة حينما أتحدث أمام الناس بصفتي طالب جامعي			
6	أشعر أن تفكيري الذي طورته في الجامعة يؤهلني للتميز			
7	أشعر بأن آمالي وطموحاتي ستتحقق بفضل تكويني الجامعي			
8	أشعر بالقدرة في التغلب على الصعوبات التي تواجهني بفضل تجربة الجامعة.			
ثالثا: البعد الاجتماعي الأكاديمي				
1	كوني طالبا جامعيا جعلني أكثر اهتماما بردود فعل الآخرين			
2	بصفتي طالبا في الجامعة أعتقد أنني أكثر قيمة بين أفراد أسرتي			
3	زاد شعوري بالانتماء إلى أفراد وطني بعدما تكونت في الجامعة			
4	أعتقد أن تكويني الجامعي يؤهلني لكي أنافس بصدق أقراني			
5	بعدما حصلت على تكوينا جامعيا صار زملائي يلجأون إلي لحل بعض مشكلاتهم			

6	أصبحت أكثر ضبط لانفعالاتي باعتباري طالب جامعي			
7	توطدت علاقتي بوالدي من منطلق أنني طالب			
8	تكويني الجامعي زاد من رغبتي في ممارسة هوايتي مع الأصدقاء			

الملحق رقم (03):

مقياس قلق المستقبل المهني (لأوشن نادية)

استمارة بحث بعنوان

تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين

–دراسة ميدانية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قطب تاسوست –جامعة جيجل–

عزيزي الطالب، عزيزتي الطالبة:

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر حول الموضوع المشار إليه أعلاه، نضع بين أيديكم مقياس بعنوان "**قلق المستقبل المهني** "، نطلب منكم الإجابة عنهما بوضع العلامة (×) أمام الجواب الصحيح من وجهة نظركم، ونحيطكم علما أن هذه المعلومات التي تقدم إلينا لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير

البيانات الشخصية:

1-الجنس: ☐ ☐

2-التخصص: .....

الرقم		تنطبق	أحيانا	لا تنطبق
1	أشعر بالتشاؤم اتجاه مستقبلي المهني بعد التخرج			
2	أضطرب لمجرد التفكير في مستقبلي المهني			
3	يشرد ذهني كلما تفكرت فيما سأعمل بعد التخرج			
4	ينتابني شعور بأنني لن أحقق السعادة في حياتي المهنية			
5	أعتقد أن آمالي قد خابت في تحقيق حياة مستقرة			
6	يبدو مستقبلي المهني مجهولا			
7	تشعرني قلة الفرص المتاحة للحصول على العمل في المستقبل بالقلق			
8	أشعر بغموض مستقبلي المهني بعد التخرج			
9	يشغلني كثيرا التفكير في احتمال فشل حياتي المهنية			
10	أخشى أن لا تفيدني الدراسة الجامعية في تأمين مستقبلي المهني			
11	أتوقع الحصول على العمل الذي أرغب فيه بعد التخرج			
12	أشك في أن أكون ذو منصب مرموق مستقبلا			
13	أفتقد إلى من يرشدني إلى التخطيط لمستقبل مهني آمن.			
14	تحقق مهنتي المستقبلية آمالي وطموحاتي			

15	سأوافق على الالتحاق بأي عمل بعيدا عن التخصص ضمانا للوظيفة			
16	أشعر أن طبيعة مهنة والدي لها تأثير على مستقبلي المهني			
17	يخيفني أن أعمل في مكان بعيد عن مقر سكني			
18	أشعر بالحزن عندما أستعرض ما سيكون عليه مستقبلي المهني			
19	أخشى أن أعمل في منصب لا يتناسب مع تخصصي الدراسي			
20	توجد فرص عمل كثيرة أمامي بعد التخرج			
21	اشعر بأن مهنتي المستقبلية فيها إعلاء لشأني أمام الآخرين			
22	تشجعني أسرتي على الالتحاق بالعمل الذي يحقق طموحاتي بعد التخرج			
23	قلقي من المستقبل المهني يجلب لي عدم الراحة			
24	أشعر بتفاؤل اتجاه مستقبلي المهني بعد التخرج			
25	أشعر بعدم قدرتي على تحمل المسؤولية المهنية بعد التخرج			
26	معظم الأعمال المتوفرة لتخصصي لا توفر الآمان الوظيفي بعد إنهاء دراستي			
27	أفقد الثقة بنفسي عندما أفكر بأنني لن أجد عملا مستقبلا			
28	أعتقد أن المستقبل المهني سيكون أفضل مما أنا عليه الآن			
29	أرى أن حياتي المهنية المقبلة سوف تحقق طموحاتي			

30	أشعر بأن مستقبلي المهني يحمل لي مفاجأة طيبة			
31	أشعر أنني لن أحصل على عمل بعد التخرج			
32	أخاف أن يعرقل عملي مواصلة دراستي العليا			
33	أتوقع الشر دائما بخصوص مستقبلي المهني			
34	تضايقني المشاركة في مسابقات التوظيف دون أن أنال منصب عمل			
35	أستغرق وقت طويلا في تخيل ما يمكن أن يكون عليه مستقبلي المهني			
36	أخشى من صعوبة الحصول على فرصة عمل تناسبني في المستقبل.			

الملحق رقم (04):

أسماء المحكمين لاستمارة تقدير الذات الأكاديمي

اسم المحكم	الدرجة العلمية	اسم الجامعة
كعبار جمال	أستاذ محاضر "ب"	محمد الصديق بن يحي –جيجل–
هاين ياسين	أستاذ محاضر "ب"	محمد الصديق بن يحي –جيجل–
حديد يوسف	أستاذ التعليم العالي	محمد الصديق بن يحي –جيجل–
براجل احسان	أستاذة مساعدة "ب"	محمد الصديق بن يحي –جيجل–
قرفي محمد	أستاذ مساعد "أ"	محمد الصديق بن يحي –جيجل–
بشتة حنان	أستاذة محاضرة "أ"	محمد الصديق بن يحي –جيجل–