



جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس وعلوم التربية



إعداد الطالبتان:

زغدانة مروة

وصيف سنوسي أحلام

اتخاذ قرار الزواج وعلاقته بقلق المستقبل
لدى الطالبة الجامعية

دراسة ميدانية بجامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس: تخصص علم النفس المدرسي

الاسم واللقب	الرتبة	الجامعة	الصفة
صالح خشخوش	أستاذ تعليم العالي	الوادي	رئيسا
منصور بوبكر	أستاذ تعليم عالي	الوادي	مشرفا ومقررا
عمار حمادة	أستاذ تعليم عالي	الوادي	مناقشا

السنة الجامعية 2024 - 2025

شكروعرفان

الحمد لله نحمده حمد الشاكرين وثني عليه ثناء العارفين فهو الذي سبب لنا الأسباب إتمام هذا العمل .

كما نتقدم بخالص الشكر إلى أستاذنا الذي أشرف على عملنا هذا الأستاذ "بوبكر منصور" فالشكر الوافر والعرفان الخالص والتقدير السائق له ، ونسأل الله تعالى أن يجزيه خير الجزاء كما لا ننسى أن نتقدم بخالص شكرنا إلى الأستاذ الكريم غربي بشير على تقديم المساعدة لنا في الجانب الإحصائي للدراسة الميدانية

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل لدى الطالبات الجامعيات، وذلك في ظل التحديات النفسية والاجتماعية التي تواجه الفتاة في المرحلة الجامعية. كما سعت إلى التعرف على الفروق المحتملة في هذه العلاقة باختلاف التخصص الأكاديمي (علمي/أدبي).

تكوّنت العينة من 60 طالبة جامعية تم اختيارهن بطريقة حصصية، بمعدل 30 طالبة من كلية الطب و30 من كلية العلوم الاجتماعية. وتم استخدام مقياسين: الأول لقياس درجة وضوح واستقلالية قرار الزواج، والثاني لقياس قلق المستقبل في أبعاده المهنية والاجتماعية والنفسية.

أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية ضعيفة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل، مما يشير إلى أن الطالبات اللواتي يعانين من قلق أعلى قد يكنّ أكثر ترددًا أو استعجالًا في قرار الزواج، لكنه ليس ارتباطًا قويًا أو حاسمًا. كما لم تُسجَل فروق دالة إحصائية بين التخصصين، ما يدل على أن التخصص الجامعي لا يؤثر بشكل مباشر في القرار أو في درجة القلق.

توصي الدراسة بضرورة تعزيز الدعم النفسي للطالبة الجامعية، وتقديم برامج إرشادية تساعد على التخطيط الواقعي للمستقبل، والتفكير الواعي في القرارات المصيرية، بما في ذلك قرار الزواج، دون أن يكون مدفوعًا بالقلق أو الضغوط الاجتماعية.

Study Abstract

This study aimed to explore the relationship between marital decision-making and future anxiety among female university students, in light of the psychological and social challenges faced by young women during their academic journey. It also sought to examine possible differences in this relationship based on academic specialization (scientific vs. literary.)

The sample consisted of 60 female university students, selected intentionally: 30 from the Faculty of Medicine and 30 from the Faculty of Social Sciences. Two standardized scales were used—one to measure the clarity and autonomy of marital decision-making, and another to assess future anxiety across professional, social, and psychological dimensions.

The results revealed a weak positive correlation between marital decision-making and future anxiety, indicating that students with higher anxiety levels may be more hesitant or hasty in making marriage-related decisions. However, the relationship was not strong or statistically decisive. Additionally, no significant differences were found between students of different academic disciplines, suggesting that university specialization does not directly influence the decision or the level of anxiety.

The study recommends enhancing psychological support for female university students and implementing counseling programs that promote realistic future planning and conscious decision-making, particularly regarding marriage, without being driven by anxiety or social pressures.

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
—	شكر وعرافان
	ملخص الدراسة
	الفهارس
	فهرس المحتويات
	فهرس الجداول
	قائمة الملاحق
9-8	المقدمة
10	الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة
12-11	1- مشكلة الدراسة
13	2- تساؤلات الدراسة
13	3- أهداف الدراسة
13	4- أهمية الدراسة
14	5- فرضيات الدراسة
14	6- تعريفات الإجرائية للدراسة
15	7- دراسة سابقة
19	الفصل الثاني: عملية اتخاذ القرار
20	تمهيد
20	1- تعريف عملية اتخاذ القرار
22	2- تعريف عملية اتخاذ قرار الزواج
22	3- مميزات عملية اتخاذ القرار زواج
23	4- عناصر عملية اتخاذ القرار زواج
24	5- أساليب عملية اتخاذ القرار زواج
25	6- خطوات ومراحل عملية اتخاذ القرار زواج
27	7- بعض العوامل التي ينبغي مراعاتها عند اتخاذ القرار زواج

28	8- نظرية فيرت لاتخاذ قرار زواج
29	9- تصنيف اتخاذ القرار زواج
32	10- الصعوبات التي تواجه متخذ القرار
33	11- صفات متخذ القرار
34	12- أهمية عملية اتخاذ القرار
35	خلاصة الفصل
36	الفصل الثالث: قلق المستقبل
37	تمهيد
38	1- مفهوم قلق المستقبل
38	2- مظاهر قلق المستقبل
39	3- أسباب قلق المستقبل
40	4- أعراض قلق المستقبل
42	5- قلق المستقبل وبعض المفاهيم المرتبطة به
44	6- نظريات قلق المستقبل
49	7- الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل
50	8- سمات ذوي قلق المستقبل
52	خلاصة الفصل
53	الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة
54	تمهيد
55	1- منهج الدراسة
55	2- الدراسة الاستطلاعية
56	3- عينة الدراسة
57	4- أدوات جمع البيانات
60	الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة
61	تمهيد
62	أولاً: عرض نتائج الدراسة

63	ثانيا: مناقشة نتائج الدراسة
67	خلاصة واقتراحات
70	قائمة المراجع
73	الملاحق
	قائمة الجداول
56	عينة من طالبات كلية الطب
58	صدق الاتساق الداخلي
59	الثبات
62	متغيرات ومؤشرات قلق المستقبل
62	متغيرات ومؤشرات اتخاذ قرار الزواج
63	يمثل معامل ارتباط الفرضية العامة

مقدمة

مقدمة:

يُعتبر الزواج من أكثر القرارات الحياتية أهمية وتأثيرًا في حياة الفرد، إذ يرافقه العديد من التحديات الاجتماعية والنفسية التي قد تبرز بشكل خاص في مرحلة الشباب. وفي سياق حياة الطالبة الجامعية، يصبح اتخاذ قرار الزواج أمرًا معقدًا يتداخل مع العديد من العوامل التي تشمل الطموحات الدراسية والمهنية، إضافة إلى الضغوط النفسية والاجتماعية التي تفرضها هذه المرحلة من الحياة. إذ لا تقتصر التحديات التي تواجه الطالبة الجامعية على التفوق الأكاديمي، بل تتجاوز ذلك إلى التوقعات الاجتماعية والثقافية التي تترسخ حول مفاهيم الزواج واستعدادات الحياة الأسرية.

في هذا السياق، يبرز قلق المستقبل كأحد أبرز العوامل التي تؤثر بشكل كبير على عملية اتخاذ قرار الزواج. الطالبة الجامعية، وفي مرحلة ما قبل التخرج، تكون في مرحلة حاسمة من حياتها، حيث تتراوح اهتماماتها بين تحقيق النجاح الأكاديمي واستشراف مستقبلها المهني، مما يضعها أمام تساؤلات عديدة حول دور الزواج في حياتها المستقبلية. هل سيؤثر هذا القرار على مسارها الدراسي؟ وهل سيكون لها القدرة على التوازن بين الحياة الشخصية والطموحات المهنية؟ كل هذه الأسئلة تساهم في خلق حالة من القلق والتردد قد تؤثر على قدرتها على اتخاذ قرار مستنير.

تهدف هذه المذكرة إلى دراسة العلاقة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل لدى الطالبة الجامعية، مع التركيز على الفترات الحاسمة التي تشهد الانتقال من مرحلة الدراسة إلى مرحلة العمل، والتغيرات النفسية والاجتماعية التي ترافق هذه المرحلة. من خلال تحليل تأثير الضغوط الاجتماعية والتوقعات الثقافية، نسعى لفهم كيف يمكن أن يؤثر قلق المستقبل على اتخاذ قرار الزواج بشكل يحقق التوازن بين مختلف جوانب الحياة. كما تهدف المذكرة إلى استكشاف كيفية تأثير هذه العوامل النفسية على قدرة الطالبة على اتخاذ القرار الأنسب لها، وكيف يمكن تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للطالبة الجامعية لمساعدتها في اتخاذ قرار مدروس يتماشى مع طموحاتها وتطلعاتها.

من خلال هذه الدراسة، سيتم تسليط الضوء على العوامل التي قد تؤدي إلى زيادة قلق المستقبل لدى الطالبة الجامعية، وسبل الحد من هذا القلق، بما يعزز قدرتها على اتخاذ القرارات الشخصية والمهنية بشكل أكثر استقرارًا وثقة. حيث قمنا بتقسيم الدراسة ما بين جانب نظري وجانب ميداني حيث قسم الجانب النظري إلى ثلاثة فصول فمحتوى الفصل الأول اشتمل على كل ما يتعلق بالإطار المنهجي للدراسة انطلاقًا من الاشكالية وفرضيات والاهمية واهداف الدراسة وتحديد المفاهيم الاجرائية والدراسات السابقة أما الفصل الثاني فقد احتوى على تعريف اتخاذ القرار و مميزات اتخاذ قرار الزواج وكذلك عناصر اتخاذ قرار الزواج وأساليب اتخاذ قرار الزواج وخطوات ومراحل اتخاذ قرار الزواج وأيضا بعض العوامل التي ينبغي مراعاتها عند اتخاذ قرار الزواج ونظرية فيرت لاتخاذ قرار الزواج وتصنيف قرار اتخاذ الزواج والصعوبات التي تواجه متخذ القرار وصفات متخذ القرار و أهمية اتخاذ القرار والخلاصة

أما في الفصل الثالث تطرقنا لقلق المستقبل بداية بمفهوم قلق المستقبل ومظاهره وأسبابه وأعراضه، بعض المفاهيم المرتبطة به، نظرياته، طرق التعامل معه، الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل، وأخيرا سمات ذوي قلق المستقبل.

أما الفصل الرابع فقد تطرقنا إلى عرض الإجراءات المنهجية للدراسة أولا منهج الدراسة ثم الدراسة الاستطلاعية وعينة الدراسة وأدوات جمع البيانات و أما فيما يخص الفصل الخامس الذي يتناول نتائج الدراسة فقد شمل عرض النتائج وتفسير ومناقشة النتائج التي توصلنا إليها من خلال الدراسة الميدانية وفي الأخير شملت الخاتمة التي تناولنا فيها حوصلة للنتائج دراسة.

الجانب النظري

الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة

- 1- مشكلة الدراسة
- 2- تساؤلات الدراسة
- 3- أهداف الدراسة
- 4- أهمية الدراسة
- 5- فرضيات الدراسة
- 6- تعريفات الإجرائية للدراسة
- 7- دراسة سابقة

1- مشكلة الدراسة:

تعتبر المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي يمر بها الأفراد في حياتهم حيث تشكل نقطة تحول حاسمة في بناء الشخصية وتحديد المسارات المستقبلية بالنسبة للطالبة الجامعية، لا يقتصر دور هذه المرحلة على التحصيل الأكاديمي فحسب بل يمتد ليشمل التطور النفسي والاجتماعي والمهني مما يجعلها تواجه مجموعة من التحديات التي تساهم في تشكيل هويتها و استقلاليتها.

إن بناء شخصية متكاملة للطالبة الجامعية يعتمد على عدة عوامل منها التكيف مع بيئة الجامعة وتنمية مهارات التفكير النقدي وتعزيز الثقة بالنفس إضافة إلى القدرة على اتخاذ قرارات مصيرية مثل اختيار التخصص الأكاديمي و التخطيط للمستقبل المهني وحتى اتخاذ قرارات شخصية مصيرية مثل الزواج ومن هنا يمكن معرفة اتخاذ القرار على انه الخلاصة التي يتوصل اليها صانع القرار بعد جمع المعلومات و الأفكار حول المشكلة في الميدان و ايجاد عدد من البدائل والحلول . حيث ان عملية اتخاذ القرار هي اختيار الحل الأمثل بين مجموعة من القرارات تع وضعها من قبل شخص مخول بذلك. (المهداوي، 2017، ص13)

بحيث يمر اتخاذ القرار بعدة مراحل اساسية منها تحديد المشكلة أو الهدف يعني فهم طبيعة الموقف الذي يستدعي اتخاذ القرار و أيضا جمع وتحليل المعلومات وتحديد البدائل ووضع قائمة بالخيارات الممكنة و اتخاذ القرار النهائي وتنفيذه وفي الأخير متابعة وتقييم القرار المتخذ.

بحيث يتأثر اتخاذ القرار بعدة عوامل نذكرها كالاتي العوامل النفسية مثل الثقة بالنفس ومستوى القلق وكذلك العوامل الاجتماعية كتأثير العائلة والعوامل الاقتصادية مثل الاستقرار المالي و تأثيره على القرارات الشخصية والمهنية كما يتأثر بتوفر المعلومات دقيقة تكون أكثر نجاحا من تلك التي يعتمد على التخمين ، كما لاتخاذ القرار أهمية كبيرة في تحقيق الأهم إلى الشخصية والمهنة من خلال اتخاذ خيارات مدروسة وتقليل القلق أو التردد

وتعزيز الثقة بالنفس والاستقلالية في التفكير. وتحسين جودة الحياة من خلال اتخاذ قرارات سليمة ومتوازنة.

ومع هذه التحديات تظهر مخاوف متعددة أبرزها قلق المستقبل الذي يرتبط بعدم اليقين حول فرص العمل وضغوط المجتمع وتوقعات الأهل مما يضع الطالبة أمام مسؤولية كبيرة في تحقيق التوازن بين الشخصية ومتطلبات الواقع، من هنا نعرف قلق المستقبل على أنه حالة نفسية يشعر فيها الفرد بالخوف أو التوتر المستمر بشأن ما سيحدث لاحقاً خاصة عندما يكون المستقبل غير واضح أو مليئاً بالتحديات ويعد هذا النوع من القلق طبيعياً إلى حد ما لكنه قد يصبح مشكلة عندما يؤثر سلباً على الحياة اليومية والقدرة على اتخاذ القرارات.

ولقلق المستقبل تأثير على الحياة إذ لم يتم التعامل معه بشكل صحيح فقد يؤدي إلى اضطرابات نفسية مثل التوتر المستمر، الاكتئاب أو التردد في اتخاذ القرارات مما قد يؤدي إلى تفويت فرص مهمة وانخفاض الثقة بالنفس بسبب الخوف من الفشل وكما يؤدي إلى تأثير سلبي على العلاقات الاجتماعية. ولتخفيف من قلق المستقبل يمكن التعامل معه من خلال عدة استراتيجيات كالتركيز على الحاضر بدلاً من الإنشغال المفرط بما سيحدث لاحقاً ووضع خطط واضحة قابلة للتحقيق و أيضاً ممارسة تقنيات الاسترخاء كالتأمل و التنفس العميق ...الخ، والتحكم في الأفكار السلبية واستبدالها بأفكار ايجابية ويمكن التحدث مع شخص موثوق كصديق مقرب أو مستشار نفسي وفي الأخير التكيف مع التغيير فهم أن المستقبل دائماً يحمل مفاجآت وليس كل شيء يمكن التخطيط له بدقة، ومن الدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع، دراسة بعنوان قلق المستقبل الزواجي في ضوء النوع والعمر الزمني والتخصص لدى طلبة الجامعة (2024) هدفت هذه الدراسة إلى فهم قلق المستقبل الزواجي لدى طلبة الجامعة مع التركيز على الفروق بناء على النوع (ذكر، أنثى) العمر الزمني "والتخصص الدراسي (علمي، أدبي) أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة احصائية في مستويات قلق المستقبل الزواجي بناء على هذه المتغيرات.

ومن هنا تبرز الحاجة إلى التساؤل التالي:

هل توجد علاقة بين قلق المستقبل واتخاذ قرار الزواج لدى الطالبة الجامعية؟

2- التساؤلات الفرعية:

– هل توجد فروق في قلق المستقبل و لدى طالبات الطب وطالبات كلية العلوم الاجتماعية؟

– هل توجد فروق في عملية اتخاذ قرار الزواج لدى طالبات العلوم الاجتماعية وطالبات الطب؟

3- أهداف الدراسة: مما لا شك فيه أن لكل بحث أو دراسة أهداف مسطرة يسعى الباحث لتحقيقها لذا فإن دراستنا تسعى لتحقيق الأهداف التالية:

– البحث عن علاقة بين قلق المستقبل و اتخاذ قرار الزواج لدى الطالبة الجامعية.

– معرفة طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل وعملية اتخاذ قرار الزواج لدى طالبات الطب؟

– معرفة طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل وعملية اتخاذ قرار الزواج لدى طالبات العلوم الاجتماعية؟

4- أهمية الدراسة:

تتبع أهمية هذه الدراسة من تناولها لموضوع حساس وذو بعد نفسي واجتماعي عميق، يتمثل في اتخاذ قرار الزواج وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطالبة الجامعية، وهي فئة عمرية تعيش تحولات متعددة، وتواجه تحديات مصيرية في مسار حياتها. ويمكن تحديد أهمية الدراسة في النقاط التالية:

1- تساهم الدراسة في توسيع المعرفة النفسية والاجتماعية حول أحد أهم القرارات الشخصية (الزواج) في ضوء عامل نفسي مهم هو قلق المستقبل، مما يساعد على فهم أعمق للتداخل بين العوامل الانفعالية والمعرفية أثناء اتخاذ القرار.

2- يمكن أن تساعد نتائج الدراسة الأخصائيين النفسيين، الجامعات، والمراكز التربوية في دعم الطالبات خلال مرحلة اتخاذ القرار، وتقديم برامج إرشادية لتخفيف حدة القلق وتمكينهن من اتخاذ قرارات ناضجة ومرتنة.

3- تساهم الدراسة في تنبيه المجتمع إلى الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجهها الطالبة الجامعية، وخاصة تلك المتعلقة بالتوفيق بين الدراسة، التطلعات المهنية، والحياة الأسرية، ما يستدعي إعادة النظر في بعض التمثيلات المجتمعية حول الزواج والنجاح الشخصي.

4- تتميز هذه الدراسة بتركيزها على فئة الطالبات الجامعيات في سياق اجتماعي جزائري، مما يمنحها طابعًا محليًا يمكن من بناء فهم واقعي للعوامل التي تؤثر في قراراتهن المصيرية.

5- فرضيات الدراسة:

1- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل و اتخاذ قرار الزواج لدى الطالبة الجامعية.

2- توجد فروق في قلق المستقبل و لدى طالبات الطب وطالبات كلية العلوم الاجتماعية؟

3- توجد فروق في عملية اتخاذ قرار الزواج لدى طالبات العلوم الاجتماعية وطالبات الطب؟

6- التعريفات الإجرائية:

1- قلق المستقبل:

يقصد به الدرجة التي تحصل عليها الطالبة الجامعية على مقياس قلق المستقبل المعتمد في هذه الدراسة، والذي يقيس:

مشاعر الخوف: يعكس هذا البعد الخوف من المجهول أو من اتخاذ قرار خاطئ، أو الخوف من فقدان الحرية الشخصية بعد الزواج .

التوتر: التوتر النفسي والجسدي عند التفكير في المستقبل او توتر ناتج عن الضغط النفسي لاتخاذ القرار.

عدم اليقين المرتبط بتوقعات المستقبل: يقصد به الشعور بعدم القدرة على التنبؤ بمسار الحياة بعد الزواج او شعور الغموض خاصة ما يتعلق بالجوانب الدراسية، المهنية، والعائلية.

2- اتخاذ قرار الزواج:

يقصد به الدرجة التي تحصل عليها الطالبة الجامعية في الأداة المستخدمة لقياس عملية اتخاذ قرار الزواج، والتي تتضمن الأبعاد التالية:

الاستعداد النفسي: يشير هذا البعد إلى مدى جاهزية الطالبة الجامعية من الناحية النفسية والعاطفية للدخول في علاقة زواج، بحيث تكون قادرة على تقبل الطرف الآخر، والتكيف مع متطلبات الحياة الزوجية وما تقتضيه من التزامات ومهارات تواصل وتفاهم.

الوعي بالمسؤولية: يعكس هذا البعد ادراك الطالبة لحجم المسؤوليات المرتبطة بالزواج، بما في ذلك المسؤوليات الاجتماعية والاقتصادية والعاطفية، واستعدادها لتحمل ادوارها المستقبلية كشريكة حياة وام، والمساهمة في بناء أسرة مستقرة ومتوازنة.

وضوح الأهداف: يقصد به مدى امتلاك الطالبة لأهداف واضحة ومحددة من قرار الزواج، مثل تحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي، بناء أسرة، أو إقامة علاقة تقوم على الاحترام والمودة، مما يسهم في اتخاذ قرار مدروس بعيدا عن التسرع أو التشتت.

مدى التأثير بالضغوط العائلية أثناء التفكير في الزواج: يعبر هذا البعد عن درجة خضوع الطالبة لتأثير الضغوط العائلية أو المجتمعية عند التفكير في الزواج، مثل التوقعات الاسرية، الأعراف الاجتماعية، أو الرغبة في ارضاء الوالدين، مما قد يؤثر على استقلالية القرار ونضجه.

7- دراسات سابقة: اعتمدت دراستنا الحالية على مجموعة من الدراسات السابقة من بينها:

- دراسة السبعراوي (2008): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية بشكل عام، كما هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين متغير قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية ومتغيري الجنس (الطلاب والطالبات)، والتخصص الدراسي (علمي وإنساني)، أما عينة الدراسة فقد تكونت من (578) طالبا وطالبة، يمثلون نسبة (15.27%) تقريبا من مجتمع البحث الأصلي. واستخرجت الباحثة صدق أداة البحث عن طريق الصدق الظاهري والصدق الذاتي واستخرج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي وطريقة

إعادة الاختبار على عينة من الطالبة بلغت (50) طالبا وطالبة. وكان معامل الثبات لأداة البحث (0.938). واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة في تحليل البيانات ومعالجتها إحصائيا، منها معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لعينة واحدة، ومعامل ارتباط بوينت بسيريل، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري لمقياس قلق المستقبل، وهذا يعني ان مستوى قلق المستقبل لدى افراد العينة بشكل عام منخفض.

- كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير الجنس لصالح الإناث.

- لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير التخصص الدراسي.

- دراسة ثواب حمود (2013): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين القدرة على اتخاذ القرار وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، حيث تم تطبيق مقياسي اتخاذ القرار وقلق المستقبل على عينة مكونة من طلبة جامعيين من تخصصات ومراحل مختلفة.

توصلت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين اتخاذ القرار وقلق المستقبل، حيث تبين أن الأفراد ذوي القدرة العالية على اتخاذ القرارات يعانون من مستويات أقل من قلق المستقبل، والعكس صحيح، وقد فسر الباحث هذه النتيجة بكون مهاري اتخاذ القرار تعزز من الشعور بالسيطرة والتخطيط للمستقبل، مما يقلل من مشاعر القلق والغموض بشأنه.

أوصت الدراسة بضرورة ادراج برامج تدريبية لتنمية مهارات اتخاذ القرار لدى الطلبة، لما لها من أثر إيجابي في التخفيف من القلق المرتبط بمستقبلهم الأكاديمي والاجتماعي والمهني.

- دراسة امال بنين وابتسام بنين (2019): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى القدرة على اتخاذ القرار الدراسي لدى عينة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمدينة الوادي في ضوء متغيري الجنس ومستوى التحصيل الدراسي وباستخدام المنهج الوصفي بأسلوبيه الاستكشافي

والفارقي وتطبيق مقياس القدرة على اتخاذ القرار الدراسي المعد لغرض الدراسة تم التوصل إلى النتائج التالية:

- مستوى القدرة على اتخاذ القرار الدراسي لدى أفراد العينة متوسط.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في القدرة على اتخاذ القرار الدراسي تبعاً لاختلاف جنسهم (ذكور/ إناث).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في القدرة على اتخاذ القرار الدراسي تبعاً لاختلاف مستواهم التحصيلي (مرتفع/ منخفض) لصالح مرتفعي التحصيل.
- وقد نوقشت نتائج الدراسة على ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة، ولخصت الدراسة إلى جملة من التوصيات أهمها: ضرورة توفير الخدمات الإرشادية المدرسية لمساعدة التلميذ على صياغة مشروعه الدراسي والمهني من خلال برامج تربية الاختيارات وتنمية الميول والاهتمامات.

- **دراسة بني يونس (2016):** "فاعلية اتخاذ القرار لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى فاعلية اتخاذ القرار لدى طلبة الجامعات الأردنية، كما سعت إلى الكشف عن الفروق في مستوى اتخاذ القرار تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وطبق الباحث مقياساً لفاعلية اتخاذ القرار على عينة مكونة من (400) طالب وطالبة.

وقد أظهرت النتائج أن الطلبة يتمتعون بمستوى متوسط من فاعلية اتخاذ القرار، كما تبين وجود فروق دالة إحصائية لصالح الذكور مقارنة بالإناث

- **دراسة الزعبي (2017):** "قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الجامعة".

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة، وعلاقته بكل من التوافق النفسي والضغط الدراسية. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي،

وطبقت مقياس قلق المستقبل إلى جانب مقياسي التوافق النفسي والضغط الدراسي على عينة مكونة من (350) طالبًا وطالبة من إحدى الجامعات الأردنية.

وقد أظهرت النتائج أن الطلبة يعانون من مستوى مرتفع من قلق المستقبل، وأن هناك علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين قلق المستقبل والتوافق النفسي، مما يشير إلى أثره السلبي على الصحة النفسية للطلبة.

- دراسة الطرابلسي (2022) العنوان: دور برنامج إرشادي نفسي في تحسين اتخاذ القرار وخفض قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة

الهدف: تقويم فاعلية برنامج إرشادي يستهدف مهارات اتخاذ القرار وتخفيف قلق المستقبل.

المنهج: شبه تجريبي (تصميم المجموعتين: تجريبية وضابطة)

العينة: 60 طالبًا من إحدى الجامعات الليبية، قُسموا بالتساوي إلى مجموعتين.

النتائج: أظهرت نتائج ما بعد التطبيق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية، مما يدل على فاعلية البرنامج في تعزيز القدرة على اتخاذ القرار وخفض قلق المستقبل.

الدلالة: تؤكد الدراسة أهمية التدخلات النفسية المنظمة في تنمية مهارات حياتية تؤثر بشكل مباشر في الحالة الانفعالية والذهنية لدى الشباب الجامعي

تُشهم هذه الدراسات في توفير أرضية نظرية صلبة لفهم العلاقة بين اتخاذ القرارات المهمة (سواء أكاديمية أو شخصية) وقلق المستقبل. كما أنها تدعم الفرضية الأساسية لدراستنا المتمثلة في وجود علاقة بين اتخاذ قرار الزواج والقلق المرتبط بالمستقبل لدى الطالبة الجامعية، مما يسمح بإسقاط نتائجها بشكل جزئي على موضوعنا مع مراعاة خصوصية قرار الزواج كحدث مفصلي في حياة الطالبة.

توفر هذه الدراسات خلفية علمية داعمة لفهم العلاقة بين اتخاذ القرارات المصيرية والقلق المستقبلي. ورغم أن دراستنا توصلت إلى علاقة إيجابية ضعيفة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل، إلا أن هذا الارتباط يُعدّ مؤشرًا على وجود تأثير نفسي لهذا القرار على الطالبات

الجامعيات. كما تعزز نتائج الدراسات السابقة أهمية النظر في العوامل النفسية المصاحبة لعملية اتخاذ القرار، حتى في سياقات حياتية.

خلاصة الفصل:

يعد هذا الفصل تمهيداً نظرياً يُعالج الإطار العام للدراسة الموسومة بـ "اتخاذ قرار الزواج وعلاقته بقلق المستقبل"، حيث تم عرض إشكالية الدراسة وصياغة تساؤلاتها المركزية، مع تحديد الأهداف الأساسية والأهمية النظرية والتطبيقية للبحث. كما تم تقديم الفرضيات المقترحة، وتوضيح المفاهيم الرئيسة من خلال تعريفات إجرائية دقيقة، إلى جانب استعراض موجز لأهم الدراسات السابقة ذات الصلة. ويهدف هذا الفصل إلى بناء خلفية معرفية تُمهّد لفهم العلاقة بين متغيري الدراسة .

الفصل الثاني: عملية اتخاذ القرار الزواج

تمهيد

- 1- تعريف عملية اتخاذ القرار
- 2- تعريف عملية اتخاذ قرار الزواج
- 3- مميزات عملية اتخاذ القرار زواج
- 4- عناصر عملية اتخاذ القرار زواج
- 5- أساليب عملية اتخاذ القرار زواج
- 6- خطوات ومراحل عملية اتخاذ القرار زواج
- 7- بعض العوامل التي ينبغي مراعاتها عند اتخاذ القرار زواج
- 8- نظرية فيرت لاتخاذ قرار زواج
- 9- تصنيف اتخاذ القرار زواج
- 10- الصعوبات التي تواجه متخذ القرار
- 11- صفات متخذ القرار
- 12- أهمية عملية اتخاذ القرار

خلاصة

تمهيد:

يعد الزواج محطة محورية في حياة الفرد، لما له من أثر بالغ في تشكيل ملامح المستقبل الشخصي والاجتماعي. فهو ليس مجرد ارتباط بين شخصين، بل هو بناء شراكة تقوم على التقاهم والمسؤولية والاحترام المتبادل، غير أن اتخاذ قرار الزواج لا يتم بمعزل عن المؤثرات النفسية والاجتماعية التي تحيط بالفرد، بل يتطلب استعدادا ناضجا وقدرة على التقدير العقلاني لمتطلبات الحياة الزوجية، ويبرز هذا التحدي بوجه خاص لدى فئة الشباب، لا سيما الطالبات الجامعيات اللواتي يجدن

أنفسهن في مفترق طرق بين الطموحات الأكاديمية والضغط الاجتماعي، وبين الرغبة في الاستقرار والخوف من المجهول، مما قد يخلق حالة من التردد والقلق حيال المستقبل المرتبط بهذا القرار الحاسم.

1- تعريف اتخاذ القرار:

- مفهوم القرار لغة: هناك عدة تعاريف للقرار نذكر منها:
القرار لغة: اقرا الرأي، رضيه وأمضاه، وقرر المسألة أو الرأي، وضعه وحققه وتقرر الأمر استقر وثبت.

- وكلمة القرار Décision مشتق من أصل لاتيني معناه "البث النهائي" و"الإرادة المحددة" لمتخذ القرار بشأن ما يجب وما لا يجب فعله للوصول بوضع معين إلى نتيجة محددة ونهائية. ومن ثم يكون القرار عبارة عن مسار فعلي يتخذه المقرر باعتباره أنسب وسيلة متاحة أمامه لإنجاز الهدف أو الأهداف التي يبتغيها أي لحل المشكلة التي تشغله. (جمال الدين وآخرون، 2015، ص65).

نستنتج من خلال التعاريف اللغوية السابقة أن القرار هو الرأي الذي استقر وثبت عليه متخذ القرار وهو نتيجة نهائية لحل مشكلة ما.

- مفهوم القرار اصطلاحا:

القرار يعني الاختبار والحكم أو التغليب جانب على آخر، والقرار بهذا يعني الوقوف على رأي بعينه يمكن لمتخذه تنفيذه، أو تعيين مسار سلوك. (بكر، 2002، ص66).

- تعريف اتخاذ القرار اصطلاحاً: لقد وردت عدة تعاريف التي توضح مفهوم اتخاذ القرار لدى العديد من الباحثين نذكرها كالآتي:

- عرف البدري اتخاذ القرار: بأنه عملية عقلية واعية ونوع من التفكير المنظم الهادف والذي يسعى إلى تحديد المشكلة موضوع القرار وتحديد الحلول الممكنة حالياً ومستقبلاً، بهدف تحقيق الغرض أو الأغراض المحددة بأقل تكلفة في الوقت والجهد وبأفضل وأوسع كفاءة وعائد إيجابي ممكنين. (السفياني، 2012، ص 8).

اتخاذ القرار (making-Decision) وهي عملية الاختيار المدرك الواعي والقائم على أساس من التركيز والتفكير في الاختيار البديل المناسب من البدائل المتاحة في موقف معين (الصقري و البراشدية، 2013، ص 17).

ويرى بعض العلماء أن القرار عبارة عن عملية اختيار لأحد بدائل التصرف المطروحة في موقف معين لتحقيق أهداف محددة، وأن أساس اتخاذ القرار هو وجود البدائل، فوجود البدائل يخلق مشكلة طلب حلها باختيار أحد البدائل المطروحة. (أحمد طعمة، 2010، ص 15).

- يعرف سيف الدين عبدون اتخاذ القرار بأنه قدرة الفرد على التوصل إلى حل لمشكلة اعتراضية أو موقف محير، وذلك باختيار حل من بدائل الحلول الموجودة أو المبتكرة، وهذا الاختيار يعتمد على المعلومات التي جمعها الفرد حول المشكلة، وعلى القيم والعادات والخبرة والتعليم والمهارات الفردية. (حمد وعبد الرزاق، 2014، ص 539).

- تعريف اتخاذ القرار بأنه عملية اختيار الفرد لطريقة فعل من بين اثنين أو أكثر من البدائل أثناء تحقيقه لأهدافه. هذه القدرة مهمة لاتخاذ قرارات الأفراد عادة ما تقوم إلى نتائج تؤثر بشكل كبير على حياتهم وحياة الآخرين والمجتمع ككل. وبالتالي تزايد اهتمام المربين بأسلوب اتخاذ المراهقين للقرارات بسبب تزايد المشكلات المرتبطة بهذه الفئة. (عبدالمجيد، 2008، ص 186).

تعرف عملية اتخاذ القرار: على أنها عملية يتم خلالها اختيار بديل من بين عدة بدائل في موقف معين .وهي عملية أساسية في حياة الأفراد، والتي تمكن الفرد فيما اذا كانت سديدة من حل مشكلاته ومساعدته على التكيف مع الظروف المحيطة به. (الطراونة، 2006، ص 32).

2- تعريف اتخاذ قرار الزواج:

يعرفه بعض الباحثون على النحو التالي:

"هي عملية عقلية وجدانية تتضمن تقييم الفرد لذاته وللشريك المحتمل بناء على مجموعة من القيم والمعايير الشخصية والاجتماعية، بهدف الوصول إلى قرار ناضج بالارتباط، وتحقيق التوافق الزوجي والاستقرار الاسري المستقبلي". (عبد الرحمان. 2005، ص45).

وتتأثر هذه العملية بعدة عوامل متداخلة مثل:

- النضج الانفعالي والعقلي للفرد.

- القيم الدينية والاجتماعية والثقافية.

- الخبرات السابقة والتصورات عن الزواج.

- رأي الأسرة والمحيط الاجتماعي.

- الاستعداد النفسي والاقتصادي لتحمل المسؤولية.

كما يعد اتخاذ هذا القرار مؤشرا مهما على مستوى الوعي الذاتي والقدرة على التنبؤ بالمستقبل العلائقي، مما يجعله قرارا لا يجب أن يؤخذ بناء على العاطفة فقط، بل يجب أن تراعي فيه الجوانب العقلانية والتوافقية.

كما يعرفه أبو عبيد بأنه "اختيار شريك الحياة بناء على توافق مجموعة من الأبعاد مثل القيم، والأهداف، والاحتياجات النفسية والاجتماعية، وهو قرار يتطلب وعيا ونضجا نظرا لأثره طويل المدى على الفرد والأسرة". (أبو عبيد، 2010، ص 56).

وفي السياق نفسه، يرى عبد الرحمان أن "اتخاذ قرار الزواج لا يجب أن يُبنى على العاطفة فقط، بل ينبغي أن يستند إلى أسس عقلانية تراعي التكامل والتفاهم بين الطرفين، لضمان علاقة زوجية ناجحة ومستقرة". (عبد الرحمان، 2015، ص56).

3- مميزات عملية اتخاذ قرار الزواج: تتميز عملية اتخاذ قرار الزواج بعدة مميزات رئيسية وتتضح فيما يلي:

1- التأكد من الاستقرار العاطفي: القرار المدروس يتيح للفرد التأكد من استقراره العاطفي قبل الدخول في علاقة طويلة الامد، لذلك يتطلب الزواج توافقا عاطفيا عميقا بين الطرفين.
(Gottman.J.M. 1999).

2- الاستعداد للمسؤولية: الزواج يتطلب تحمل مسؤوليات مشتركة مثلا ادارة المنزل، اتخاذ قرارات مالية، وتربية الاطفال، وبالتالي هذه المسؤوليات تساعد في نمو الفرد.
(Berscheid.E. & Regan.P.2005)

3- تعزيز الدعم الاجتماعي: الزواج يوفر اطارا للدعم الاجتماعي المتبادل بين الزوجين وأسرهم وأصدقائهم، ويساعد هذا في التخفيف من الضغوط النفسية والمشاكل الاجتماعية.
(Cohen.S.&Wills.T.A.1985)

4- النضج الشخصي: اتخاذ قرار الزواج يشجع الأفراد على النمو الشخصي والنضج العاطفي، حيث يتعلمون التعامل مع التحديات الحياتية والنمو معا كزوجين.
(Miller.R.S.&Perlman.D.2009)

5- الاستقرار المالي: الزواج يوفر فرصة لبناء استقرار مالي مشترك، مما يعزز الأمان المالي للأسرة، يمكن أن يشترك الزوجان في الموارد المالية لتغطية احتياجات الحياة اليومية.
(Dew.J.2008)

6- تعزيز الروابط الأسرية: الزواج يساهم في تعزيز الروابط بين الاسرتين وتوسيع دائرة العلاقات الاجتماعية بين الأفراد، بحيث يساعد في تحسين التعاون والتفاهم بين العائلات.
(Cohen.S.&Mills.T.A.1985).

7- النمو في العلاقات الاجتماعية: الزواج يعزز بناء شبكة من العلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء والعائلة، ويشجع الأفراد على الانخراط في المجتمع بشكل أكبر.
(Huston.T.L&Melz.L.2004).

4- عناصر اتخاذ قرار الزواج: يتطلب اتخاذ قرار الزواج مراعاة عدد من العناصر الأساسية ومن أبرزها:

1- الهدف من اتخاذ القرار: يجب أن يكون الهدف من الزواج واضحا، مثل بناء أسرة مستقرة تقوم على المودة والتفاهم، وليس مجرد استجابة لضغوط اجتماعية أو نفسية.

- 2- جمع المعلومات: يعد جمع المعلومات الدقيقة حول الطرف الآخر، مثل القيم، الطباع، الخلفية الاجتماعية، والميول من أهم الخطوات التي تسبق القرار.
- 3- البدائل المتاحة: من الحكمة ألا يتسرع الفرد في اتخاذ قرار الزواج دون التأكد من توافق الطرفين، بل ينظر في مدى توفر بدائل أكثر توافقاً إن لزم الأمر.
- 4- تحليل النتائج المتوقعة: التفكير في ما سيجري على القرار، مثل الاستقرار النفسي أو مواجهة تحديات معينة، يساعد في اتخاذ قرار أكثر واقعية.
- 5- اتخاذ القرار النهائي: بعد فحص كل العناصر السابقة، يكون الفرد أكثر استعداداً لاتخاذ قرار زواج مبني على أسس منطقية وعاطفية متوازنة.
- 5- أساليب اتخاذ قرار الزواج: إن أساليب اتخاذ قرار الزواج يمكن أن تقسم إلى عدة أساليب وهي كالتالي:

1- الأسلوب العقلاني (المنطقي):

يعتمد هذا الأسلوب على التحليل الموضوعي للمعطيات المتعلقة بالطرف الآخر، يتم تقييم الشريك بناءً على عوامل مثل: القيم، الدين، المستوى الثقافي، الحالة المادية، الطموحات المستقبلية ونمط الشخصية، ويتخذ القرار بعد جمع المعلومات المقارنة والتفكير الهادئ. ومن إيجابياته أنه يقلل من احتمالية الصدمات بعد الزواج، ويساعد على بناء علاقة قائمة على التفاهم والاحترام. ومن سلبياته أنه قد يهمل البعد العاطفي، مما يؤدي إلى جفاف في العلاقة. (الهوراني، 2015، ص12).

2- الأسلوب العاطفي:

يرتكز على الانجذاب العاطفي والحب، يتخذ الشخص قراره بدافع مشاعره القوية تجاه الطرف الآخر، متجاهلاً بعض الأحيان الجوانب العقلانية كالتوافق القيمي أو الأسري. ومن الإيجابيات التي تميزه أنه يمنح العلاقة دفئاً وارتباطاً وجدانياً عميقاً في البداية. ومن السلبيات التي تؤثر عليه أنه قد يتلاشى الانبهار العاطفي لاحقاً، فتظهر التحديات الواقعية، وقد يغفل الفرد عن مشكلات حقيقية كانت ظاهرة منذ البداية. (طعيمه، 2012، ص25).

3- الأسلوب الاندفاعي:

يتسم هذا الأسلوب بسرعة اتخاذ القرار دون التفكير الكافي، وغالبا ما يكون تأثير لحظة عاطفية، ضغط اجتماعي، أو رغبة في اثبات الذات. ومن إيجابياته أنه يمنح شعورا مؤقتا بالتححرر أو الراحة من ضغوط معينة. ومن سلبياته أنه يؤدي في الغالب إلى اتخاذ قرار غير مدروس، مما يعرض العلاقة للفشل. (خليفة، 2018، ص36).

4- الأسلوب الترددي:

يعاني فيه الشخص من صعوبة حسم القرار، فيبقى متأرجحا بين القبول والرفض، وقد يكون السبب هو القلق، ضعف الثقة بالنفس، أو الخوف من الفشل. ومن الإيجابيات التي تميز هذا الأسلوب أنه أحيانا يسمح بجمع المعلومات أكثر وتأمل قرار القرار جيد. ومن السلبيات التي تؤثر عليه أنه قد يسبب ضياع فرص جيدة، ويخلق توترا داخليا وخوفا من الالتزام. (عبد الرحمن، 2020، ص55).

5- الأسلوب المعتمد على الآخرين:

يتخذ الشخص القرار بناء على توصيات أو ضغوط من الأهل أو المجتمع، ويكون رأي الآخرين هو العامل الحاسم، وليس قناعته الشخصية. ومن إيجابياته أنه قد يساهم في الاختيار إذا كان المحيط داعما وواعيا. ومن سلبياته أنه يؤدي إلى زواج دون قناعة داخلية، ما يهدد الاستقرار، ويشعر الفرد لاحقا انه لم يكن صاحب القرار. (صادق، 2014، ص21).

6- الأسلوب المتوازن:

هو الأسلوب الأمثل، حيث يتم الدمج بين التفكير العقلاني والمشاعر، يتأنى الشخص في اتخاذ القرار، ويوازن بين الجوانب العاطفية، العقلانية، الاجتماعية، والروحية. ومن إيجابياته أنه يساعد على بناء علاقة متوازنة ومستقرة، ويضمن رضا نفسي وتوافقا طويل المدى. ومن سلبياته أنه يتطلب نضجا نفسيا ووعيا ذاتيا، وهو ما لا يتوفر دائما. (خليل، 2016، ص11).

6- خطوات ومراحل اتخاذ قرار الزواج: تمر عملية اتخاذ قرار الزواج بخطوات ومراحل تتمثل في:

أولاً: خطوات اتخاذ قرار الزواج:

- **الاحساس بالحاجة إلى الزواج:** يشعر الفرد أنه بلغ مرحلة من النضج العاطفي والاجتماعي تجعله بحاجة إلى شريك حياة، سواء لإشباع حاجات نفسية (كالأمان، الحب) أو الاجتماعية (كالقبول والتقدير).

- **جمع المعلومات:** يبدأ الشخص بجمع معلومات عن معنى الزواج، مسؤولياته، وشخصية الشريك المحتمل، وذلك من خلال الملاحظة المباشرة، النقاش مع المقربين، أو حتى القراءة والاستشارة.

- **تحليل البدائل وتقييم الخيارات:** يقارن الفرد بين المرشحين (أن وجدوا) أو بين فكرة الزواج الآن أو تأجيلها، أو يراجع مدى التوافق القيمي، الديني، والشخصي ليقرر الأفضل.

- **اتخاذ القرار النهائي:** في هذه الخطوة يتوصل الشخص إلى قرار حاسم، أما الأقدام على الزواج أو التراجع أو التأجيل، القرار يبنى على المعطيات السابقة والعوامل النفسية.

- **تنفيذ القرار:** ينتقل الشخص إلى التطبيق، سواء عبر خطبة رسمية، التواصل مع الطرف الآخر، أو بدء تحضيرات الزواج، تختبر هنا قدرته على الالتزام والتنظيم.

ثانياً: مراحل اتخاذ قرار الزواج

1- **مرحلة الإدراك (الوعي):** يتكون لدى الفرد وعي ذاتي بانه في مرحلة عمرية ونفسية تؤهله للزواج، ويبدأ برؤية الزواج كخيار واقعي وليس مجرد فكرة. (صادق، 2014، ص15).

2- **مرحلة التقييم النفسي والعاطفي:** يفحص الشخص مشاعره تجاه فكرة الزواج والطرف الآخر: هل يشعر بالراحة، بالثقة، بالانجذاب؟ وهل هناك قبول نفسي أولي؟. (طعيمه، 2012، ص33).

3- **مرحلة التردد أو الحسم:** يظهر فيها صراع داخلي بين الخوف من الالتزام والرغبة في الاستقرار، هذه المرحلة حساسة لأنها قد تؤخر القرار أو تعيق اتخاذه. (عبد الرحمان، 2020، ص44).

4- مرحلة الاستعداد النفسي والاجتماعي: يبدأ الشخص في تهيئة نفسه لتحمل المسؤولية، والتحضير للتغيرات التي ستحدث بعد الزواج (مثل الاستقلالية، التعاون، التكيف مع الشريك). (طه ، 2017، ص 67).

5- مرحلة ما بعد القرار (الرضا او المراجعة): بعد تنفيذ القرار، يبدأ بتقييمه: هل كان الاختيار صائباً؟ هل التوقعات تطابقت مع الواقع؟ هذه المرحلة تؤثر على مدى الرضا الزوجي. (خليل، 2016، ص 77).

7- بعض العوامل التي ينبغي مراعاتها عند اتخاذ قرار الزواج: وهناك عدة نقاط نذكر أهمها وهي:

- ينبغي أن يستند قرار الزواج إلى توافق ديني وقيمي عميق بين الطرفين، حيث يعد هذا التوافق أساساً متيناً يساهم في تحقيق الانسجام وتقليل حدة الخلافات حول المبادئ الجوهرية في الحياة الزوجية. (طه، 2017، ص 22).

- لا يمكن إغفال أهمية النضج النفسي والعاطفي عند الإقدام على خطوة الزواج، إذ يتيح للفرد القدرة على ضبط الانفعالات وتحمل المسؤولية ومواجهة التحديات بطريقة ناضجة وفعالة.

- يشكل التوافق في المستوى الثقافي والفكري بين الزوجين عاملاً مساعداً على التفاهم وتبادل الآراء بصورة مرنة، مما ينعكس إيجاباً على طبيعة العلاقة واستقرارها. (العتوم، 2014، ص 55).

- تعد الجاهزية المالية من المقومات الضرورية التي يجب مراعاتها عند اتخاذ قرار الزواج، فهي تساهم في خلق بيئة مستقرة وتخفف من الضغوط الاقتصادية التي قد تؤثر سلباً على العلاقة.

- من المهم أن يلتقي الطرفان حول أهداف وطموحات متقاربة للمستقبل، فالتباين في الرؤية الحياتية قد يؤدي إلى احتكاكات تعرقل سير العلاقة الزوجية على المدى البعيد. (خليل، 2016، ص 33).

- يعتبر الشعور بالارتياح النفسي والانجذاب العاطفي شرطا أساسيا لإنجاح العلاقة الزوجية، إذ يسهم في تعزيز القرب العاطفي والرغبة في التشارك الوجداني والحياتي.

- يحظى دعم الأسرة ورضاها بأهمية كبيرة عند اتخاذ قرار الزواج، خاصة في السياقات الثقافية التي تولي للأسرة دورا محوريا في تأييد أو معارضة هذا القرار، وهو مما قد يؤثر بشكل مباشر على استقراره. (صادق، 2014، ص44).

8_ نظرية فسرت اتخاذ قرار الزواج: ومن أبرز النظريات التي فسرت هذا القرار نذكر:

نظرية فيرث لاتخاذ القرار (Vroom-Yetton Décision Model) هي إحدى النظريات التي طورت لتوجيه القادة في اختيار أسلوب اتخاذ القرار الأنسب حسب الموقف، لكنها لا تتناول الزواج بشكل مباشر، مع ذلك يمكن توظيفها لفهم كيفية اتخاذ قرار الزواج من منظور عقلاني وممنهج، إذا تم تكييف النظرية على السياق الفردي/ الشخصي.

أولا: التعريف بالنظرية

نظرية فيرث لاتخاذ القرار طورت سنة 1973 على يد فيكتور فروم وفيليب يتون، وهي تركز على اختيار أسلوب اتخاذ القرار بناء على الموقف، إذ تقترح أن لا يوجد أسلوب واحد مثالي، بل يختلف حسب طبيعة القرار والمعطيات المتاحة.

- الأنماط الخمسة لاتخاذ القرار حسب النظرية:

- 1- الأسلوب الاستبدادي: يتخذ الشخص القرار وحده استنادا إلى معلوماته فقط.
- 2- الأسلوب الاستبدادي بمعلومات: يجمع الشخص المعلومات من الآخرين ثم يقرر بنفسه.
- 3- الأسلوب الاستشاري الفردي: يستشير أطرافا فرديا ثم يقرر بنفسه.
- 4- الأسلوب الاستشاري الجماعي: يناقش القرار مع مجموعة ثم يقرر بنفسه.
- 5- الأسلوب الجماعي: يتخذ القرار جماعيا بالتوافق.

ثانيا: تطبيق النظرية على قرار الزواج

رغم أن القرار شخصي، إلا أن النموذج يوفر إطارا عقلانيا لتقييم:

- مدى أهمية القرار وتأثيره طويل المدى.

- حاجة الشخص لمشاركة أطراف مثل الأهل، الأصدقاء، أو حتى متخصصين (مستشار نفسي أو زوجي).

- توفر المعلومات الكافية لاتخاذ القرار.

تطبيق عملي:

نفترض أن "ليلي" تفكر في الزواج من شخص تقدم لها من خلال نموذج فيرت قد تسأل نفسها:

- 1- هل لدي معلومات كافية عنه؟ (نعم/لا).
- 2- هل هذا القرار سيؤثر على مستقبلي بشكل كبير؟ (نعم / لا).
- 3- هل من المفيد أخذ رأي مختص نفسي / أسري؟ (نعم / لا).
- 4- هل يمكنني مناقشة الأمر مع صديقاتي لأخذ زوايا نظر أخرى؟ (نعم / لا).
- 5- هل الأهل يدعمون قراري أم يعارضونه؟ (نعم / لا).

ثالثا: أهمية النظرية في هذا السياق

- تشجع على التآني وجمع المعلومات.
- تدمج بين العاطفة والعقل في قرار حساس كقرار الزواج.
- تقلل من التردد أو الندم الناتج عن اتخاذ قرار متسرع.

9_ تصنيف قرار اتخاذ الزواج: وتتمثل في

1- **التصنيف النفسي:** يركز على السمات النفسية الداخلية للفرد عند اتخاذ قرار الزواج، مثل النضج الانفعالي، الثقة بالنفس، التوازن العاطفي، والقلق من المستقبل. العوامل المؤثرة:

- النضج الانفعالي: القدرة على ضبط المشاعر والانفعالات.
- القلق: الخوف من الفشل، من المسؤولية، أو من عدم التوافق.
- الصورة الذاتية: كيف يرى الفرد نفسه كشريك حياة.

مثال: طالبة جامعية تشعر بالتردد في قبول عرض زواج رغم حبها للطرف الآخر، بسبب خوفها من فقدان حريتها أو مستقبلها المهني. (عبد الستار ، 2001، ص 44).

2- **التصنيف الاجتماعي:** يهتم بتأثير المجتمع، الأسرة، العادات، والأدوار الاجتماعية على قرار الزواج.

العوامل المؤثرة:

- ضغوط الاسرة (مثل الزواج المبكر).

- التقاليد الثقافية (زواج الأقارب، اختيار الشريك من نفس الطبقة).

- الصورة الاجتماعية (الخوف من العنوسة أو الطلاق).

مثال: شخص يختار شريكة حياته يرضى بها أهله رغم عدم اقتناعه الكامل، تفاديا للصدام العائلي. (حامد زهران، 2003، ص88).

3- **التصنيف الاقتصادي:** يتعلق بالجوانب المادية التي تؤثر على قرار الزواج، مثل الدخل، السكن، تكاليف الزواج، والاستقرار الوظيفي.

العوامل المؤثرة:

- غلاء المهور.

- البطالة او عدم وجود مصدر دخل.

- التأجيل بسبب تامين المسكن او الوظيفة.

مثال: شاب يرغب بالزواج لكنه يؤجل قراره بسبب عدم توفر شقة أو عمل مستقر. (ناصر، 2015، ص99).

4- **التصنيف المعرفي السلوكي:** يركز على كريقة التفكير، أسلوب اتخاذ القرار، والمهارات الادراكية والسلوكية التي يملكها الشخص.

العوامل المؤثرة:

- التفكير العقلاني مقابل العاطفي.

- مهارات حل المشكلات.

- القدرة على تقييم المخاطر.

مثال: شخص يقارن بين شريكين محتملين بناء على صفاتهم وظروفهم بعقلانية، لا مجرد عاطفة. (عزت، 2006، ص 87).

5- **التصنيف الديني والقيمي:** يعكس مدى تأثر القرار بالقيم الدينية والاخلاقية التي توجه الفرد نحو الزواج.
العوامل المؤثرة:

- القناعات الدينية حول اهمية الزواج.

- نية بناء اسرة مستقرة متدينة.

- الامتناع عن العلاقات غير الشرعية.

مثال: شخص يسرع بالزواج حفاظا على نفسه من الوقوع في الحرام. (القرضاوي، 1999، ص 67).

6- **التصنيف التربوي والارشادي:** ينظر إلى القرار من حيث الأعداد المسبق والتدريب على الزواج، كالمهارات الزوجية، التواصل، إدارة الخلافات.
العوامل المؤثرة:

- حضور دورات تأهيل للزواج.

- التثقيف حول العلاقات.

- الاستفادة من الارشاد الاسري.

مثال: فتاة حضرت ورشة عن الزواج فتعلمت كيف تميز بين الحب الحقيقي والإعجاب المؤقت. (البهي، 2001، ص 41).

7- **التصنيف التنموي (مراحل النمو):** يركز على المرحلة العمرية والنضج المرتبط بها، سواء كان الفرد في بداية الشباب أو منتصف العمر.
العوامل المؤثرة:

- السن المناسب للزواج.

- الفرق بين اتخاذ القرار في عمر 20 مقابل 30.

- مدى الاستعداد النفسي والاجتماعي للمسؤولية.

مثال: فتاة عمرها 19 سنة تطلب الزواج رغم عدم استعدادها لتحمل المسؤولية الحياة الزوجية. (فهيم، 1983، ص 115).

10_ الصعوبات التي تواجه متخذ القرار: أبرز الصعوبات التي تواجه متخذ القرار هي:

- نقص المعلومات أو عدم دقتها: يعد توفر المعلومات الدقيقة والكافية شرطاً أساسياً لاتخاذ قرار سليم في كثير من الحالات، يفترق متخذ القرار إلى بيانات كافية أو يعتمد على معلومات غير مؤكدة أو متناقضة، بحيث يؤدي ذلك إلى قرارات غير مبنية على أسس واقعية، مما يزيد احتمالية الفشل. (Simon، 1977، 12).

- ضغوط الوقت: عندما يطلب من الأفراد اتخاذ قرارات في وقت قصير، قد يتجاوزون مراحل التفكير المنطقي ويتجهون نحو القرارات السريعة أو الحدسية، ضغط الوقت يضعف قدرة الفرد على دراسة البدائل بعناية ويقلل من فرص اختيار القرار الأنسب. (Janis، 1977، 34).

- التحيزات المعرفية: العقل البشري عرضة لأنماط تفكير منحازة، مثل: التحيز للتأكيد: الميل للبحث عن المعلومات التي تؤكد الفعالة السابقة.

تحيز التوفر: الاعتماد على المعلومات السهلة الاستدعاء.

التمسك بالقرار السابق: حتى عند ظهور أدلة مخالفة.

هذه التحيزات تؤدي إلى قرارات غير موضوعية أو غير مدروسة. (Kahneman، 1979، 78).

- تعقيد المشكلات: بعض القرارات تتطلب تحليلاً متعدد الأبعاد، خاصة في بيئات العمل أو السياسة، حيث تكون العلاقات بين المتغيرات معقدة، هذا التعقيد يجعل من الصعب تحديد الأولويات أو تبسيط الخيارات. (Mintzberg، 1976، 55).

- تعدد الأطراف المؤثرة: في المؤسسات والمنظمات، نادراً ما يتخذ القرار شخص واحد فقط، تدخل أصحاب المصالح المختلفين (زملاء، رؤساء، مستفيدين...) يؤدي إلى تضارب في الرؤى والأهداف مما يعيق الوصول إلى قرار توافقي. (Cyert، 1963، 43).

- **الخوف من الفشل أو المسؤولية:** بعض الأفراد يعانون من قلق اتخاذ القرار بسبب الخوف من ارتكاب خطأ، خاصة عندما تكون النتائج كبيرة أو يتحمل المسؤولية وحده، هذا يؤدي إلى التردد أو تأجيل القرار أو اتخاذ القرار محافظ لا يخدم الهدف الحقيقي. (Lipshitz، 1997، 65).

11_ صفات متخذ القرار: ولتمتخذ القرار توجد عدة صفات نذكر أهمها:

- **القدرة على التحليل والتفكير المنطقي:** تعني أن متخذ القرار قادر على دراسة الموقف من جميع جوانبه، وجمع المعلومات ذات الصلة ومقارنة البدائل باستخدام أساليب التفكير المنطقي والاستدلال العقلي، هذه القدرة تمنعه من اتخاذ قرارات عشوائية أو قائمة على الحدس فقط، مثال: عندما يعرض عليه أكثر من خيار وظيفي فيقوم بمقارنة المزايا والعيوب لكل وظيفة بناء على معايير موضوعية. (عدس، 2003، ص 221).

- **التحكم في الانفعالات:** الانفعالات مثل الخوف، الغضب، أو التوتر قد تؤثر سلباً على جودة القرار. فمتخذ القرار الفعال قادر على ضبط مشاعره، خاصة في المواقف الصعبة أو الحساسة، مما يمنحه وضوحاً في التفكير.

مثال: في حالات الأزمات، لا يتسرع أو يصاب بالهلع، بل يفكر بهدوء ليصل إلى أفضل حل. (الخطيب، 2010، ص 177).

- **الثقة بالنفس:** الثقة تعني الإيمان بقدرة الشخص على اتخاذ القرار المناسب، وعدم التردد أو الانسياق وراء آراء الآخرين دون تحليل، لكن هذه الثقة يجب أن تكون متزنة وليست غروراً.

مثال: يتخذ قراراً دراسياً رغم معارضة البعض، لأنه مقتنع بخطته بعد دراسة معمقة. (الشناوي، 2005، ص 94).

- **تحمل المسؤولية:** تعني الاستعداد لتحمل نتائج القرار أياً كانت، دون إلقاء اللوم على الآخرين، فالمسؤولية تنفي روح المبادرة والنضج في اتخاذ القرار.

مثال: إذا قرر الاستثمار في مشروع وفشل، فإنه يعترف بخطئه ويتعلم منه. (حمدي، 2011، ص 131).

- المرونة والانفتاح على التغيير: المواقف تتغير باستمرار، لذلك فإن الشخص المرن يراجع قراراته إذا ظهرت معلومات جديدة، كما يتقبل الآراء المختلفة دون تحجر فكري. مثال: إذا قرر السفر للدراسة ثم ظهرت فرصة أفضل محليا، يعيد تقييم قراره دون عناد. (زهران، 2004، ص 243).

- القدرة على التنبؤ بالمالات: لا يركز فقط على النتائج الآنية، بل يفكر في العواقب المستقبلية لكل خيار.

مثال: يختار تخصصا جامعيًا بناء على فرص العمل المستقبلية لا فقط على رغبته اللحظية. (عبيدات، 2012، ص 159).

12_ أهمية عملية اتخاذ القرار: وتبرز أهميتها في النقاط التالية:

1- تساعد في حل المشكلات بفعالية: أي تتيح للفرد أو المؤسسة القدرة على تحليل الموقف واختيار البديل الأنسب، مما يساهم في الوصول إلى حلول فعالة.

2- تمثل أساسا للتخطيط والتنظيم: أي كل قرار يتخذ يعتبر خطوة أساسية في وضع الخطط وتنظيم الموارد وتحديد الأهداف. (عبيدات، 2012، ص 34).

3- تعزز التفكير المنطقي والنقدي: يعني تمرين العقل على المقارنة بين البدائل وتحليل النتائج المحتملة، مما ينمي مهارات التفكير العليا. (عدس، 2003، ص 198).

4- تقلل من التردد والقلق: أي اتخاذ القرار بثقة يقلل من الحيرة والغموض ويعزز الاستقرار النفسي. (زهران، 2004، ص 199).

5- تحقق التوافق الشخصي والاجتماعي: أي القرارات السليمة تساعد الفرد على التكيف مع محيطه وتحقيق أهدافه بطريقة ايجابية. (نفس المرجع السابق).

6- أساس نجاح المؤسسات: في السياق الإداري، تعد عملية اتخاذ القرار عنصرا حاسما في تحقيق أهداف المؤسسة وتحسين أدائها. (عبيدات، 2012، ص 27).

الخلاصة:

من خلال ما سبق نستنتج إن اتخاذ قرار الزواج هو عملية معقدة تتداخل فيها عوامل نفسية واجتماعية وثقافية، تتطلب الوعي الكامل والاستعداد الفعلي من الفرد، بحيث يتبين أن النضج العاطفي والعقلي إلى جانب التوافق الفكري والقيمي مع الشريك من العوامل الأساسية التي تساهم في نجاح هذا القرار، كما أن التأني والتفكير العميق في المستقبل بعيدا عن الضغوط الاجتماعية أو العاطفية يعدان من الأسس التي تضمن علاقة زوجية مستقرة، وبذلك يصبح اتخاذ القرار خطوة واعية نحو بناء حياة مشتركة قائمة على الاحترام والالتزام.

الفصل الثالث: قلق المستقبل

تمهيد

- 1- مفهوم قلق المستقبل
- 2- مظاهر قلق المستقبل
- 3- أسباب قلق المستقبل
- 4- أعراض قلق المستقبل
- 5- قلق المستقبل وبعض المفاهيم المرتبطة به
- 6- نظريات قلق المستقبل
- 7- الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل
- 8- سمات ذوي قلق المستقبل

خلاصة

تمهيد:

بات القلق موضع اهتمام العديد من العلماء والباحثين النفسانيين لأن القلق احتل مكانة بارزة في الأمراض النفسية والعقلية وقد أصبح العرض المشترك في أغلب الأمراض النفسية والعقلية وحتى العضوية. والقلق هو استجابة ناتجة عن ضغوط الحياة اليومية ولكن قد يتعدى قلق تلك الاستجابة الطبيعية إلى أعراض أخرى تؤرق حياة المريض كالشعور بالتوتر والشدة، وغالبا ما يرتبط القلق بالمستقبل المجهول.

يعد القلق بصفة عامة وقلق المستقبل بصفة خاصة، ظاهرة منشرة في مجتمع مليء بالتغيرات في المجالات كافة، لما يتولد معها الشعور بعدم الارتياح، والتفكير السلبي تجاه المستقبل ويشكل المستقبل لدى الشبا ب بشكل مجالا كبيرا يضم كل ما من شأنه أن يبعث على القلق بما يحمله من أحداث، فأما أن ينظر الفرد إلى مستقبله بتفاؤل وأمل، وأما بتشاؤم ويأس وهاتان الحالتان لا نستطيع عزلهما عن بعضهما، إذ يمكنُ التعرضُ لهما بشكل متزامن ولكن في حال طغى التفكيرُ السلبي على الفرد، فإنه سيؤدي إلى القلق بشأن المستقبل، وسنحاول في هذا الفصل التطرق إلى قلق المستقبل.

1- مفهوم قلق المستقبل: هو خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات ودحض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس. (منال شيباني، 2020/2019م، ص 13)

ويرى حسن (1999) بأنه استثارة متمثلة بالتوجس والخوف والتوتر مما تخفيه الأيام المقبلة التي ستعتمد إلى تغير أهداف الفرد الحياتية.

ويرى محمود عشري (2004) أن قلق المستقبل خبرة انفعالية غير سارة، يمتلك الفرد خلالها الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد الأثر بعدا عن صعوبات، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة، والشعور بالتوتر والضعف عند الاستغراق في التفكير فيه، وضعف القدرة على تحقيق الآمال والطموحات والإحساس، وفقدان القدرة على التركيز والصداع، والإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام مع الشعور بفقدان الأمن أو الطمأنينة نحو المستقبل. (محمد الصغير عائشي، 2015/2014م، ص 53، 54)

2- مظاهر قلق المستقبل: هناك ثلاث مظاهر المستقبل صنفها وهي كالتالي:

2-1- المظاهر المعرفية: في 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 الوظائف الجسدية والعقلية.

2-2- المظاهر السلوكية: مظاهر نابعة من أعماق الفرد، تتخذ أشكالا مختلفة تتمثل في سلوك الفرد، مثل تجنب المواقف المحرجة للشخص وكذلك المواقف المثيرة للقلق.

2-3- المظاهر الجسدية: ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسيولوجية مثل: ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، ارتفاع ضغط الدم، الإغماء، توتر عضلي، عسر الهضم....

- الانطواء وظهور علامات الحزن والشك والتردد والبكاء لأسباب تافهة.
- التشاؤم لان المخاوف في المستقبل لا يتوقع إلا الشر ويهيئ له الأخطار المحدقة به.
- صلابة الرأي والتعنت.
- الخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل.
- استغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين مستقبل الفرد الخاص.
- الحفاظ على الطرق الروتينية و المستهلكة مع مواقف الحياة.
- الانسحاب من الأنشطة البناءة.
- عدم القدرة على مواجهة المستقبل.
- عدم الثقة بالنفس أو الآخرين مما يقود إلى الاصطدام معهم وخلق الخلافات..
- الخائف من المستقبل يعبر عن خوفه بالرجوع إلى مرحلة سابقة من مراحل النمو، أي يتسم بالنكوص، والتثبيت و لذلك نشاهد الكبار يظهرون بمظاهر الأطفال في الانفعال.
- الهروب الواضح من كل ما هو واقع ويصاب بصفة الكذب، ويكون في الأفعال، ويتضح في كل حركاته ويحاول دائما مع حقيقة أمره. (روابي مغنية، زغاري عبد الغاني، 2022/2021م، ص 18، 19)

3- أسباب قلق المستقبل: يعتبر قلق المستقبل هو قلق ناتج عن التفكير اللاعقلاني أو لخوف من الاحداث السيئة المتوقع حدوثها، والشعور بالارتباك، والغموض، وتوقع السوء أي النظرة السلبية للحياة.

وتشير (العجمي، 2004) إلى أن أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تعود إلى:

- أ- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات.
- ب- الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام.
- ج- عدم قدرته على فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع.
- د- نقص القدرة على التنبؤ بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لديه لبناء الأفكار عن المستقبل وكذلك تشوه الأفكار الحالية.
- هـ- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع.

و- عدم قدرته على التكيف مع المشاكل التي يعلنها.

ز- الشعور بعدم الأمان والاحساس بالتمزق.

ح- مشكلة في كل من الوالدين والقائمين وعلى رعايته في عدم قدرتهم على حل مشاكله.

ط- التفكك الأسري.

وترى (وفاء محمد) أن المستقبل مصدر مهم من مصادر القلق ويعتبر قلق المستقبل هو جزء من القلق المعمم باعتبار قلق المستقبل مساحة لتحقيق الرغبات والطموحات وتحقيق الذات وأن ظاهرة قلق المستقبل أصبحت واضحة في المجتمع مليء بالتغيرات في كافة المجالات نتج عنها الشعور بعدم الارتياح وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة وفقدان الشعور بالأمن وتدني اعتبار الذات والتفكير السلبي اتجاه المستقبل. (منال شيباني، مرجع سابق، ص 14، 15)

4- أعراض قلق المستقبل: صنفها محمد حسن (2020) إلى أعراض جسمية وأخرى نفسية

وهي على النحو التالي:

4-1- الأعراض الجسمية:

- برودة في الأطراف (مثل الأصابع).
- زيادة في سرعة دقات القلب.
- ارتفاع الضغط الدموي.
- جفاف الحلق.
- زيادة في سرعة التنفس.
- حدوث انتفاخ على مستوى البطن.
- صعوبة في البلع و آلام في المعدة و الأمعاء.

4-2- الأعراض النفسية:

- الإكتئاب.
- التردد و عدم اتخاذ القرارات الصحيحة.
- العزلة.

- الإنطواء.
- نقد الذات.
- التشاؤم.
- الحزن.
- الشك.
- خوف من المتغيرات. (بن عنان فريدة، بن الدين خديجة، 2022/2021م، ص 21).
- أحلام مزعجة و اضطرابات في النوم.
- الإصرار على الأساليب الروتينية في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة.
- الإنتظار السلبي لما قد يقع مستقبلا.
- الإنفعال الشديد و الشعور بالتوتر لأبسط الأسباب.
- اضطراب في التفكير و عدم التركيز.
- عدم القدرة على التغيير و التخطيط الصحيح للمستقبل والإعتماد على الآخرين لتأمين مستقبله الخاص.
- عدم القدرة على التخطيط للمستقبل راجع لتقادي الوقوع في خيبة أمل.
- العيش في حالة من انعدام الأمن على صحته ومكانته.
- التركيز الشديد على أحداث الوقت الراهن والهروب إلى الماضي.
- الاعتمادية والعجز واللاعقلانية.
- تدمير نفسية الفرد فلا يستطيع أن يحقق ذاته أو أن يبدع وإنما يضطرب وينعكس ذلك في صورة اضطرابات
- متعددة الأشكال والانحرافات وإخلال الثقة بالنفس.
- الانسحاب من الأنشطة البناءة. (بن عنان فريدة، بن الدين خديجة، ص 21، 22)

5- قلق المستقبل وبعض المفاهيم المرتبطة به:

5-1- الخوف من الفشل: وقد عرّفه نجاتي، على أنه انفعال مكرر ينشأ كاستجابة طبيعية لخطر أو تهديد واقعيين.

أما عرفه الطواب: اصطلح على مصطلح الفشل إنه يؤدي إلى فقدان الفرد الثقة في نفسه وفي الآخرين، كما أن خبرات الفشل المتكررة تجعل التلاميذ عرضة للقلق ويشعرون بعدم الاهتمام والعمل لأهداف واقعية في الحياة. إن من يعاني قلق امن المستقبل فإنه يعاني من أعراض مشابهة لأعراض الخوف من الفشل و هذا ما أكدته ما ذكرته هبة نقلا عن (رونالدمولين) حيث يرى أن الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو شخص يتصف بالسلبية وعدم الثقة بالنفس مما يؤدي إلى الاصطدام بالآخرين ويتصف بصلابة الرأي والعناد والتوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل وعدم القدرة على مواجهة المستقبل وبالتالي الكذب والتصنع والانسحاب والهروب اجتماعيا وثقافيا و عاطفيا.

5-2- قلق المستقبل والتوجه للمستقبل: التوجه للمستقبل هو تصور الأفراد لما يتعلق بمستقبلهم، إنه ما يظهر في تقاريرهم الذاتية ويتضمن ما يعتقد الفرد أنه ذو أهمية في حياته وهو مهم لدافعية الأفراد، وهو الخلفية التي يظهر عليها الأهداف و الخطط والاكتشافات والخيارات ووضع القرار.

يعد التوجه للمستقبل وثيق الصلة بقلق المستقبل فهما على طرفي متصل، فبقدر ما يكون قلق المستقبل حافزا على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه للمستقبل، وبقدر ما ينخفض مستوى التوجه للمستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه اتجاه هذا المستقبل ودفاعه ضد القلق بالإغراق في الحاضر.

5-3- قلق المستقبل والتشاؤم: يعرف التشاؤم على أنه توقع سلبي للأحداث القادمة وتوقع الشر و الفشل وخيبة الأمل.

وقد وجد (كلوسينكي) ارتباطا قويا بين قلق المستقبل وبين التوقعات التشاؤمية، حيث أن الأفراد أظهروا تخوف من المستقبل يتعلق بالعمل وحل المشكلات وانهيار القيم والاعتقاد

كمسألة الحظ العاثر والوحدة والمرض والموت، فالتشاؤم إذا هو ميل لتوقع الأحداث المستقبلية بشكل سلبي. (رواجي مغنية، زغاري عبد الغاني، مرجع سابق، ص 12، 13)

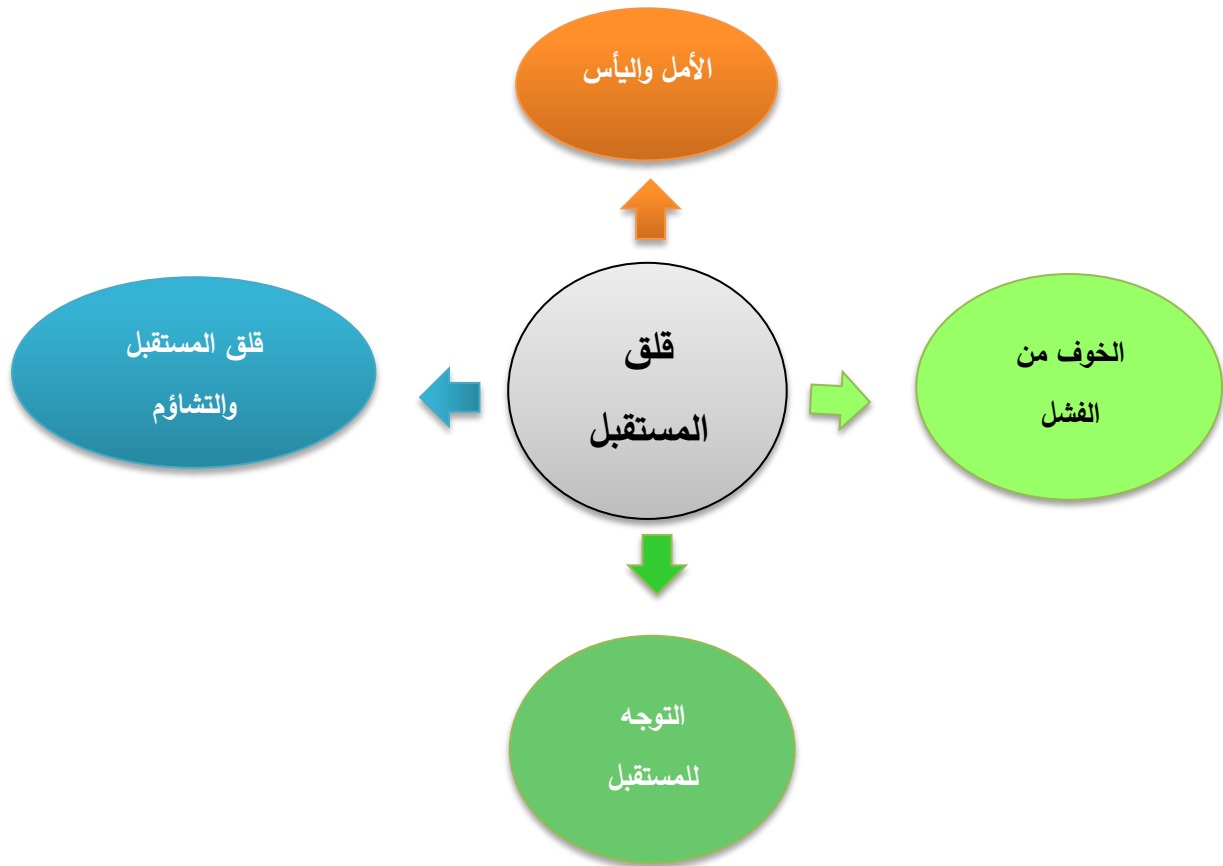
5-4- قلق المستقبل مقابل / الأمل واليأس: إذا افترضنا أن الأمل هو نقيض لليأس وإذا افترضنا أن الأمل يتشابه مع التفاؤل وهو ليس التفاؤل من حيث كل منهما نزعة استبشار وتوقع النتائج الإيجابية، إلا الأمل حالة من الوجود الإنساني، وإذا كان التفاؤل هو العكاز الذي يستند اليه الفرد عند مواجهه الأزمات التي تحول بين الفرد وبين الهدف، فإن الأمل هو إنتاج طرق جديدة إذا فشل المسار الأصلي لتحقيق الهدف.

واليأس أو فقدان الأمل هو حالة وجدانية تبعث على الكأبة وتتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو الحياة والمستقبل وتتسم بخيبة الأمل والتعاسة وتعميم ذلك الفشل في كل محاولة يقوم بها الفرد، وهذا يعني النظرة السلبية للذات والعالم.

ويعرف قلق المستقبل بأنه خوف أو مزيج من الرعب والأمل بالنسبة إلى المستقبل. كما أن قلق المستقبل يتضمن الخوف من العجز في المستقبل واليأس في المستقبل.

ويؤكد بدر (2003) أن انخفاض مستوى التوجه للمستقبل يؤدي إلى شعور بالإحباط والعجز في الحاضر والتشاؤم واليأس بالنسبة للمستقبل فيصبح الطريق ممهدا للاكتئاب. (منال شيباني، مرجع سابق، ص 18).

شكل رقم (1) يوضح المفاهيم ذات الصلة بقلق المستقبل



6- نظريات قلق المستقبل:

6-1- نظرية التحليل النفسي: اعتبر فرويد أن أحد وظائف قلق المستقبل هو تعرض الفرد

لخطر ما بالفعل في هذه الحالة يكون لديه نوع من الاستعداد لموقف مشابه له.

أما ألفريد أدلر فربطه بشعور النقص الجسمي في الطفولة الأولى للفرد حيث يحمل معه بعد الأمان ومنه وجود قلق نفسي مستقبلاً والذي يدفعه لتعويض هذا النقص مثال محاولة التخلص من الدونية للحصول على التفوق.

عند إريك أريكسون خص به مرحلة المراهقة حيث أعتبر أن القلق يكون بسبب تشتت وخوف المراهق من عدم قدرته على التحكم في ذاته والسيطرة عليها وعلى مستقبله (ينشأ قلق المستقبل نتيجة عدم قدرة المراهق على تحديد هويته).

عند كارين هوناي تعتبر القلق عبارة عن خبرات ومواقف مؤلمة تحدث للفرد منذ النشأة الأولى (مراحل الطفولة الأولى) حيث لا يقتصر تأثيرها السلبي فقط في الإحباط إنما يتعدى ذلك إلى توقف نمو شخصية الطفل.

ومن أهم مصادر القلق عند الطفل هي:

– أنماط المعاملة الوالدية للطفل.

– علاقة الوالدين بالطفل.

– عدم تقديم الدعم العاطفي وحرمانه من الحب و الحنان و نبذه و تجاهله.

أما هونري فسرت القلق من المنظور الثقافي (البيئة التي ينتمي أو يعيش فيها الفرد) حيث يمكن للبيئة الثقافية أن تخلق قدرا كبيرا من التوتر والقلق إذا احتوت على التناقضات والتعقيدات والإحباطات فيشعر الفرد حينها بالعجز و قلة الحيلة.

ويرى سوليفان أن القلق هو نتاج العلاقة الشخصية المتبادلة أساسها بداية من الأم والعلاقة الرابطة بينها وبين طفلها (حرص إفراط إهمال) ثم علاقته بين أفراد المحيط الذي ينتمي إليه الطفل ثم بعدها بينه وبين يعيش فيه بصفة عامة مما يتولد للطفل شعور فقدان الأمن وضعف الثقة بالذات.

6-2- النظرية الإنسانية: وجود قلق في حياة الإنسان يقر حتما بوجود أحداث تهدد وجود الإنسان أو إنسانيته بمعنى أن المثير الأساسي للقلق حسب النظرية الإنسانية هو فشل الفرد في تحقيق أهدافه واختيار أسلوب الحياة المناسب له وأن كل من يعوق محاولات الفرد لتحقيق أهدافه يمكن أن يثير قلقه.

يرى أصحاب هذه النظرية أن المنشأ الأساسي للقلق هو توقع الفرد ما سيحدث و ما يفترض بمعنى هو نتاج للتفكير غير العقلاني الذي يتبناه الإنسان و يعتقدون أيضاً أن المشكلات النفسية لا تكون بسبب الأحداث والظروف الحياتية التي يعيشها الإنسان إنما تكون من تفسيره الخاطئ لتلك الأحداث و الظروف.

يرى كارل روجرز أن قلق المستقبل عندما يكون الفرد غير قادر على إعطاء استجابات لنيل النجاح المستحق (فشل في المهمات) و إرضاء الحاجات الاجتماعية (إخفاق في علاقته مع الآخرين خوف من انتقاده).

أما فريدريك ثورن يعتقد أن القلق يكمن في خوف الفرد من المستقبل أي أن هذا القلق ليس ناشئاً من خبرات ماضية أو مواقف فهو يدرك حتمية الأمور مثل الموت والحياة. بأن الموت حتمية للإنسان وبالتالي فإن الفرد ينظر إلى أحداث المستقبل على أنها مهددة بوجوده.

ربط جورج ألكسندر كيلى القلق مع البنية والتي تعني أسلوب الفرد الذي يستخدمه في النظر إلى الأحداث التي تدور حوله ويعتقد أنه من خلالها يمكنه لأن يفهم و يتنبأ بالمستقبل.

حسب جورج ألكسندر كيلى إن توقعات الأفراد هي التي تقرر نوع سلوكياتهم تجاه حدث أو موقف معين بمعنى إذا كان توقع الفرد تجاه حدث معين توقع إيجابي متفائل فإنه حتماً سوف يصدر منه سلوك يتسم بالإيجابية والتفاؤل والعكس صحيح إذا كان توقع الفرد لحدث معين يتسم بنظرة التشاؤم فإنه حتماً سوف يصدر منه سلوك مناظر لتوقعه.

6-3- النظرية المعرفية:

يرتبط قلق المستقبل بطريقة تفكير الفرد أي أن الاضطراب النفسي يرجع إلى طريقة الفرد التي يدرك الحدث و كيفية تفسيره من خلال خبراته و أفكاره.

فقد أرجع أصحاب النظرية المعرفية أن قلق المستقبل على أنه تشويه معرفي و تحريف التفكير عن الذات وعن المستقبل فأفكار الفرد هي التي تحدد ردود أفعاله.

فقد أرجع أصحاب النظرية المعرفية أن قلق المستقبل على أنه تشويه معرفي و تحريف التفكير عن الذات وعن المستقبل فأفكار الفرد هي التي تحدد ردود أفعاله.

نشأة قلق المستقبل حسب النظرية المعرفية هو التفكير السلبي بالمستقبل فالتفكير السلبي يكون أعراضاً معرفية وهذا المكون المعرفي الأساس في الشعور بقلق المستقبل.

يتعرض الفرد لخطر أو تهديد في موقف معين فيستجيب له من خلال مخططاته و معتقداته بطريقة سلبية.

ربط ليون فستجر جون قلق المستقبل مع المدركات حيث أوضح عندما يكون هناك تعارض بين اثنين من المدركات في الوقت ذاته فإنه يؤدي إلى حدوث توتر و لتخلص منه لا بد على الفرد أن يحدث تغييراً بين هذه المدركات لكي تتوافق مع سلوكياته. (بن عنان فريدة، بن الدين خديجة، مرجع سابق، ص 22، 24)

6-4- النظرية السلوكية: قامت النظرية السلوكية حسب ما نقلنا عن كتاب (فاروق، 2001) التي تنص على أن تحليل السلوك إلى وحدات من المثير والاستجابة، والقلق في التصور السلوكي يمدنا بأساس دافعي للتوافق، ما دام أننا نخبره كخبرة غير سارة و أي خفض للقلق ينظر إليه كهدف له أهمية، كما ينظر إلى القلق أيضا باعتباره يمدنا بأدلة تستثير ميكانيزمات متعددة للتوافق، فالتعلم الشرطي الكلاسيكي عند بافلوف يمدنا بتصوير عن اكتساب القلق من خلال العصاب التجريبي.

ويرى السلوكيون (بافلوف، واطسن) أن القلق يقوم بدور مزدوج فهو من ناحية يمثل حافزا، ومن ناحية أخرى يعد مصدر تعزيز، وذلك عن طريق خفض القلق، وبالتالي فإن العقاب يؤدي إلى كف السلوك غير المرغوب فيه وبذلك يتولد القلق الذي يعد صفة تعزيزية سلبية تؤدي إلى تعديل لسلوك، ولعل لهم ما أكده السلوكيون أن القلق هو استجابة شرطية مؤلمة تحدد مصدر القلق عند الفرد.

ويشير أصحاب المدرسة السلوكية إلى وجود مصادر متعددة مسببة للقلق، ونجملها في: استجابات القلق العصابي: والتي تثار من مواقف مختلفة، مثل الع واصف الرعدية، الأماكن المغلقة أو المزدحمة، أو عندما يتم رفض شخص ما أو عند الخوف من السلطات، وحدثت هذه المواقف لا يثير وحدة القلق وإنما يكفي تحقيرها من خلال التفكير فيها. و أضاف بلكيلاني استجابات القلق العام: يمكن إثارتها من خلال مفاهيم عامة وغير محددة تهم البيئة ويطلق على هذا النوع من القلق "القلق العام" أو المعمم.

القلق غير المرتبط بأفكار وسيطة: وهو ناتج عن استجابة مباشرة للإحساس بدون فكرة وسيطة.

القلق المرتبط بأمراض قاتلة (مميّة): الناتج عن فكرة الإصابة بالأمراض القاتلة التي تسبب الموت لصاحبها عادة. (روابي مغنية، زغاري عبد الغاني، مرجع سابق، ص 14، 15)

6-5- النظرية الاجتماعية المعرفية:

ونقلنا عن (بكار سارة) التي تقول أن النظرية الاجتماعية المعرفية والتعلم الاجتماعي عن طريق مؤسسها " باندورا" (Bandura (1982، حيث ترى هذه النظرية أن الخبرة لها دور هام في حدود توقع قلق المستقبل الذي يؤثر على العمل والفعل، وأشار أن في حالات الخوف المبالغ فيه يحدث التطور التالي:

الخبرة المنفرة من موقف ما أو من شيء ما أو من شخص ما، تغرس وتطبع في النفس و الذهن لاعتقاد بأن الشخص غير قادر على التحكم في النتائج غير السارة والمرتبطة بالأحداث المنفرة والتي حدثت عند الفرد.

يرى " أرون بك " أن الاضطرابات الانفعالية تكون ناتجة أساسا عن اضطراب في تفكير الفرد، بحيث يؤكد "بك" في أعماله أن توقع الفرد للأخطار والشروع هي المكونات الأساسية التي تميز مرضى القلق، فالقلق لديه يتوقف أساسا على كيفية إدراكه لتلك المخاطر وتقديره لها، فالفرد في حالة القلق يكون مهموما أولا باحتمال تعرضه للخطر أو أذى يهدد صحته، أسرته، ممتلكاته، مركزه المهني أو الاجتماعي وغيرها من أنواع التهديدات.

6-5- النظرية الوجودية:

تمثل التفسير الوجودي لقلق المستقبل في رأي (الحربي) كيجارد نقلا عن (1813-1855) الذي يرى حياة الإنسان وفهمها هي سلسلة من القرارات الضرورية وإن الإنسان عندما يتمعن في اتخاذ قرار معين، فإن هذا القرار سيعمل على تغيير هذا الإنسان، وسيضعه أمام مستقبل مجهول، وسيعيش بالتبعية خبرة القلق، فالقلق عند كير كيجارد لا

شيء وكل شيء، أنه شعور يوضح للفرد مدى ما يكون عليه وجوده من أسى ومعاناة في هذا العالم، الذي يعيش فيه مستقبلاً، كيجارد إلى أن القلق من المستقبل سببه عدم القدرة على التنبؤ بما سيحدث في عالم مجهول، كذلك فإن اختيار الماضي يقود إلى الحزن، بسبب فوات الفرص على النمو من خلال مراحل التغيير.

ويضيف (بدوي) أن الإنسان محور فلسفة كيجارد بقلقه وهمومه، ومخاطرته، وتجاربه وآلامه ومصائره، والمحاط بقلق على مصيره والخوف مما يهدده ويترصده الموت ليقضي على وجوده، فالمرء يوجد في عملية صيرورة بمواجهته لمستقبله.

لذلك تكون الأولوية للمستقبل فهو يحيا حياته من أجل المستقبل، ولأنه في ذاته يفهم نفسه عالي يتحرك إلى المستقبل، وهذا المستقبل يولد القلق وعدم اليقين. (روابي مغنية، زغاري عبد الغاني، مرجع سابق، ص 16).

7- الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل:

يمثل علم النفس المعرفي اتجاهاً قوياً في علم النفس المعاصر حيث أثر على العديد من المنظرين من مدارس مختلفة ومن ذلك سوليفان في المدرسة التحليلية وباندورا في المدرسة السلوكية. كما تعددت الاتجاهات المعرفية وتعددت أغراضها. ولعل ما يهمنا في هذا المجال هو القلق والاضطرابات النفسية.

ويعتبر جورج كيلي من علماء النفس الذين أعطوا المعرفة الإنسانية وزناً في تفسير الشخصية في حالتها السواء والمرض، حيث يرى أن أي حدث قابل لمختلف التفسيرات وهذا يعني أن تعرض الإنسان للقلق يمكن تفسيره بأكثر من طريقة حتى للحالة الواحدة. كما يرى أن العمليات التي يقوم بها الشخص توجه نفسياً بالطرق التي يتوقع فيها الأحداث وعلى اعتبار أن عملية القلق ليست إلا عملية توقع وخوف من المستقبل. وترى النظرية المعرفية أن أساس المشكلة في اضطرابات القلق يكمن في أسلوب الفرد وتفسير الواقع.

ويمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحى المعرفي على أنه إطار لمختلف العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية، فالقلق هنا يترافق بتخمينات الخطر المتعلقة

بالمستقبل بناء على ما يتوفر في الواقع من معطيات وعلى نوعية التصورات الشخصية، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين الحالات المستقبلية بكونها خطرة، لأنهم يملكون تصورات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر للحالات وعن مقدرتهم المنخفضة للتعامل مع الخطر بشكل فاعل، فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز أفكارا تلقائية سلبية عن الخطر تعكس مواضيع أو كوارث جسدية، اجتماعية، نفسية، ويمكن التحري عن قلق المستقبل من خلال مفهوم الحاضر باعتبار أن تحليلا دقيقا للحاضر يظهر أمرين: قد ينتج هذا التحليل إشارات إلى أن بنية الحاضر تحتل وجود عناصر قابلة للاستمرار وتتضمن حوافز لنشوء القلق المستقبلي إضافة إلى أن كل تحليل أو قراءة للحاضر لابد من أن تفسح مجالا لاحتمالات سلبية تنشأ لاحقا وتشكل مصدرا للقلق.

النموذج المعرفي يوضح أن الشخص القلق تكون معتقداته الشخصية وأفكاره أساسها سلبي عن المواقف التي يتعرض فيها للخطر أو التهديد، وربما يكون القلق ذا فائدة، إذا كان الفرد يعتقد في نفسه أنه مهما كان الحدث القادم ضارا أو سيئا، فربما يستطيع فعل شيء ما في مواجهته.

وعلى هذا الأساس فالخريطة المعرفية للشخص القلق مبنية على منطق خاص يعتقد بصحته، هذا المنطق يتشكل من أفكار غير عقلانية وتأويل خاطئ للأحداث ولما سيأتي.

وتظهر الاضطرابات الفكرية للشخص القلق فيما يلي:

- أفكار متكررة عن الخطر، حيث أن المريض هو دائما تحت سيطرة أفكار لفظية وصورية تدور حول وقائع مؤدية.
- نقص القدرة على مجادلة الأفكار المخيفة.
- تعميم المؤثر الضار. (منال شيباني، مرجع سابق، ص 19، 20).

8- سمات ذوي قلق المستقبل:

حيث إن هناك مجموعة من السمات التي يتسم بها الأشخاص الذين لديهم قلق مستقبلي من أهمها ما يلي:

- التركيز على أحداث الوقت الحاضر أو الهروب نحو الماضي

- الانسحاب من الأنشطة البناءة دون المخاطرة.
- الحفاظ على الطرق الروتينية المعروفة في التعامل مع المواقف الحياتية.
- الانطواء وظهور علامات الحزن والشك والتردد.
- صلابة الرأي والتعنت وظهور الانفعال لأدنى الأسباب.
- الشعور بالخوف وعدم الراحة الداخلية لتقرب حدوث مكروه.
- تشتت الانتباه وعدم القدرة على التركيز.
- ضعف القدرة الثقة في قدراته وإمكانياته فلا يمكنه تحقيق ذاته أو يبدع وذلك يشعر بالنقص ويظهر على نفسيته ويظهر في صورة اضطرابات متعددة.
- يلجأ إلى أساليب الهروب من المواقف غير واثق من نفسه وقدراته وإمكانياته وعدم الثقة في الآخرين.
- الشعور بعدم الأمن والطمأنينة على الصحة والرزق والأسرة والمستقبل.
- يكثر من استخدام الحيل الدفاعية فهي أفضل السبل للتعامل مع الحياة من وجهة نظره.
- الشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل وقلة المرونة والاعتماد على الآخرين في تأمين المستقبل.
- إرجاع ما يحدث له من مواقف غير سار إلى عوامل خارجية هذه يفقده تماسكه المعنوي ويصبح عرضه للانهييار العقلي والبدني. (أسماء السيد قبيصي أبو زيد، 2020م، ص 142، 143)

خلاصة الفصل:

نستخلص من خلال ما سبق أن قلق المستقبل حالة يشعر فيها الفرد بالتوتر و الانزعاج، فهو قد يحدث لأي شخص و في أي مرحلة من مراحل حياته، مما يؤثر على أدائه، و ذاته، فهو يظهر عند الأسوياء كرد فعل طبيعي في المواقف التي تسبب القلق.

كما أن أصبح القلق حديث الوقت الراهن وكثر الاهتمام به كموضوع في ميدان الدراسات النفسية والتربوية لما له من انعكاسات على حياة الفرد عموماً وأنه أصبح يغزوا فكر كل فئات المجتمع قالت الدكتورة أسماء بوعود على القلق بأنه: "إحساس مزعج ينشأ من الخوف وعدم التأكد من المستقبل" حيث يرتبط المستقبل بالقلق لما يعايشه الفرد من خبرات في الماضي وتفسيراته لواقعه الحاضر فإذا كانت خبراته سلبية فإن ذلك يولد له الخوف من المستقبل المجهول عكس ذلك إذا كانت خبراته الماضية إيجابية فإن حاضره يكون مليء بالنجاحات ولديه شعور الأمن والاستقرار ومن خلال عرضنا لمفاهيم قلق المستقبل ونظرياته يتضح أنه موضوع حظي و لا يزال محط اهتمام الباحثين نظراً لانعكاساته السلبية على الفرد وأدائه لذا وجب علينا تسليط عليه خصوصاً أنه يمس أهم فئة في المجتمع فئة الشباب وذلك من أجل مساعدتهم على مواجهته باعتبارهم مستقبل الغد ولهم مسؤولية تقدم المجتمع جاعلين منه أول محفز لهم لبذل الجهود من أجل تحقيق الأهداف بدل التخوف منه.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

- 1- منهج الدراسة
- 2- الدراسة الاستطلاعية
- 3- عينة الدراسة
- 4- أدوات جمع البيانات
- 5- الإجراءات الإحصائية
- 6- صعوبات الدراسة

تمهيد:

بعد عرض الجزء الأول من البحث والذي تمثل في الجانب النظري كما ورد في الفصول السابقة، سيتم عرض الجزء الثاني وهو الجانب التطبيقي، حيث سيتناول الباحثان في هذا الفصل إجراءات الدراسة الميدانية (المنهج، مجتمع الدراسة، حدود الدراسة، عينة الدراسة، أداة الدراسة، الأسلوب الإحصائي المتبع) كما سيتم التطرق إلى عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة وتقديم جملة من التوصيات والمقترحات بناء على نتائج الدراسة.

1- منهج الدراسة:

لم يعد الأساس في التقدم العلمي اليوم هو الحصول على كم معرفي أكثر، وإنما الأساس هو الوسيلة التي تمكننا من الحصول على هذا الكم، واستثماره في اقصر وقت ممكن وبأبسط الجهود، والوسيلة في ذلك هي المنهج العلمي بكل معطياته، ولهذا يعتبر المنهج العلمي الطريق الذي يتبعه الباحث للوصول إلى تعليمات أو نتائج بطريقة علمية دقيقة، وكذلك مجموعة القواعد العامة التي توجه البحث للوصول إلى الحقيقة العلمية. (حميدة عميراي، 2001 ص 96)

والمنهج هو طريقة تساعد في البحث، ولا يستطيع الباحث العلمي الاستغناء عنه، وبدون المنهج يكون البحث مجرد تجميع للمعلومات لا علاقة له بالواقع العلمي، ويختلف المنهج من دراسة إلى أخرى على حسب طبيعة ومشكلة موضوع البحث، وتبعاً لاختلاف الباحثين وقدراتهم وإمكاناتهم.

واستناداً إلى كتب المنهجية فإن المنهج الوصفي هو الأكثر ملائمة في الكشف عن حقيقة الظاهرة وإبراز خصائصها، فحين يريد الباحثان أن يدرسا ظاهرة ما فإن أول خطوة يقوم بها هي وصف الظاهرة التي يريد دراستها وجمع معطيات ومعلومات دقيقة عنها. فالمنهج الوصفي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفاً دقيقاً، والتعبير عنها تعبيراً كيفياً أو كمياً.

وعليه يمكن تعريف المنهج الوصفي بأنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا، لاستخلاص دلالاتها والوصول إلى نتائج . (بشير صابح الراشدي، 2000 ص 59)

وتماشياً مع أهداف وطبيعة موضوع الدراسة فقد اعتمد الباحثان على تطبيق المنهج الوصفي التحليلي وذلك لمحاولة التعرف على الرضا عن التوجيه المدرسي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس.

2- حدود الدراسة:

تتخصر الدراسة الحالية ضمن حدود زمانية ومكانية وبشرية خاصة وهي كالتالي:

2-1- الحدود الزمانية: تم إجراء الدراسة في الفترة الممتدة ما بين شهر جانفي الى شهر ماي.

2-2- الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة بجامعة حمه لخضر ولاية الوادي.

2_3_ الحدود البشرية: تمثلت في طالبات كلية العلوم الاجتماعية وملحقة الطب.

3- مجتمع وعينة الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة في طالبات كلية العلوم الاجتماعية وملحقة الطب، وقد تم اختيار عينة عشوائية قدر عددها ب 60 طالبة.

الجدول رقم (01) يمثل عينة من طالبات

عدد أفراد العينة	مجموع الطالبات في الكلية
30	150 طالبة لدى ملحقة الطب
30	4174 طالبة لدى كلية العلوم إج
60	—

تكوّن مجتمع الدراسة من طالبات ينتمين إلى كل من ملحقة الطب وكلية العلوم الاجتماعية، وقد تم اختيارهن لتمثيل تخصصات علمية وأدبية على التوالي. ونظرًا لصعوبة حصر العدد الكامل للمجتمع الأصلي، تم اعتماد أسلوب العينة الحصصية بهدف تحقيق التوازن في التمثيل بين التخصصين.

حُدّد حجم العينة ب 60 طالبة، بحيث تم اختيار 30 طالبة من ملحقة الطب و30 طالبة من كلية العلوم الاجتماعية. يهدف هذا التقسيم إلى مقارنة نتائج الطالبات في كلا التخصصين فيما يتعلق باتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل، مع مراعاة التوازن بين المتغيرات الأكاديمية والثقافية المحتملة.

4- أداة الدراسة:

إن أي باحث يعتمد على مجموعة من الأدوات التي تساعده على جمع المعطيات والبيانات الخاصة بالظاهرة المراد دراستها. واختيار أدوات البحث يتوقف أساساً على طبيعة موضوع الدراسة والهدف المراد الوصول إليه.

وتماشياً مع طبيعة الموضوع، فقد اعتمد الباحثان على أداة الاستبيان الذي يعتبر من أنسب الوسائل المساعدة وأكثرها شيوعاً في الحصول على البيانات، خاصة بالنسبة للبحوث السيكولوجية التي تعتمد في دراستها على المنهج الوصفي.

ويعرف الاستبيان على أنه مجموعة من الأسئلة المكتوبة تستهدف دراسة موضوع معين في إطار انجاز بحث معين وتكون الإجابة عليه كتابياً، إما عن طريق المقابلة الشخصية أو الإرسال عبر البريد العادي أو الإلكتروني. (محمد مزيان، 2008 ص118)

وانطلاقاً من موضوع البحث فقد قام الباحثان بتصميم إستبانة تحتوي على مجموعة من المحاور كل محور يحتوى على العديد من العبارات التي تحاول من خلالها التحقق من فرضيات البحث.

تكونت الأداة من (30 عبارة)، موزعة على محاور (02) رئيسية، وهي: قلق المستقبل واتخاذ القرار الزواج

1- البعد الأول: (اتخاذ قرار الزواج) - يحتوي على (15) عبارة،

2- البعد الثاني: (قلق المستقبل) _ يحتوي على (15) عبارة،

تم تقديم العبارات وفق مقياس ثلاثي التقدير يتضمن:

(موافق - محايد - غير موافق)، وذلك لقياس اتجاهات وآراء المفحوصات بطريقة مبسطة وواضحة.

3- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

- مقياس قلق المستقبل:

5-1- الصدق:

5-1-1- صدق الاتساق الداخلي: ونعني به ارتباط البند بالدرجة الكلية للمقياس

الجدول رقم (02): صدق الاتساق الداخلي

محور اتخاذ قرار الزواج			محور قلق المستقبل		
رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	0.50	0.01	01	0.85	0.01
02	0.45	0.01	02	0.94	0.01
03	0.66	0.01	03	0.67	0.01
04	0.67	0.01	04	0.76	0.01
05	0.87	0.01	05	0.84	0.01
06	0.88	0.01	06	0.57	0.01
07	0.67	0.01	07	0.75	0.01
08	0.87	0.01	08	0.41	0.01
09	0.99	0.01	09	0.57	0.01
10	0.82	0.01	10	0.84	0.01
11	0.77	0.01	11	0.82	0.01
12	0.88	0.01	12	0.77	0.01
13	0.74	0.01	13	0.94	0.01
14	0.55	0.01	14	0.74	0.01
15	0.57	0.01	15	0.57	0.01

نلاحظ من خلال الجدول رقم 02 إن معاملات الارتباط تتراوح بين 0.47 إلى 0.99 وهي درجة مقبولة ودالة احصائيا عند 0.01 ومنه يمكن القول أن المقياس صادق فيما يقيس.

5-2- الثبات

الجدول رقم (03): الثبات

المحور	عدد العبارات	قيمة ألفا كرومباخ
اتخاذ قرار الزواج	15	0.50
قلق المستقبل	15	0.52

من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن قيمة الثبات حسب معادلة الفا بلغت 0.78 وهي درجة مقبولة ومنه يمكن القول ان المقياس ثابت.

6- الأساليب المستعملة في الدراسة:

- التكرارات والنسب المئوية.

- معاملات الارتباط.

- معادلة الفا كرونباخ .

- معادلة ت تاست لقياس الفروق.

7- صعوبات الدراسة : واجهنا خلال إجراء الدراسة الميدانية مجموعة من التحديات، يمكن تلخيصها فيما يلي

_ الظروف الزمانية والمكانية تمثلت في ضيق الوقت المخصص لجمع البيانات وتباعد

اماكن تواجد افراد العينة

_ صعوبة الوصول إلى العينة المستهدفة تمثلت في تأخر بعض المشاركين في تعبئة

الاستبيانات أو عدم توفرهم في الوقت المناسب، ما استدعى جهدًا إضافيًا للتنسيق والتواصل

المستمر

_ عوامل نفسية واجتماعية مثل الحرج من مناقشة موضوعات تتعلق بالحياة الشخصية كقرار الزواج والقلق، مما قد يؤثر على صدق الإجابات.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

أولاً: عرض نتائج الدراسة

1-1- عرض نتائج الفرضية الأولى

1-2- عرض نتائج الفرضية الثانية

1-4- عرض نتائج الفرضية العامة

ثانياً: مناقشة نتائج الدراسة

1-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى

1-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية

1-3- مناقشة نتائج الفرضية العامة.

تمهيد:

يُعد فصل عرض ومناقشة النتائج من الفصول الجوهرية في البحث العلمي، حيث يتم فيه تقديم النتائج التي تم التوصل إليها من خلال الأدوات الإحصائية المستخدمة، ومناقشتها في ضوء الفرضيات المطروحة، وربطها بالأدبيات والدراسات السابقة. وفي هذه الدراسة، تم التطرق إلى موضوع بالغ الأهمية يتمثل في اتخاذ قرار الزواج وعلاقته بقلق المستقبل، وهو موضوع يتقاطع مع أبعاد نفسية واجتماعية واقتصادية تؤثر بشكل مباشر على الفرد.

وقد سعت الدراسة إلى استكشاف ما إذا كانت هناك علاقة دالة إحصائية بين استعداد الفرد لاتخاذ قرار الزواج ومستوى القلق المرتبط بمستقبله، سواء على الصعيد الشخصي أو المهني أو الأسري. وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة بهدف اختبار الفرضيات الجزئية والرئيسية للدراسة.

في هذا الفصل، سيتم عرض النتائج التي تم التوصل إليها بشكل مفصل، مع تقديم تفسير علمي دقيق لكل نتيجة، ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة، إضافة إلى تحليل مدى توافقها أو تعارضها مع ما تم التوصل إليه في الأدبيات النظرية ذات الصلة

أولاً: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

1- عرض نتائج الدراسة:

1-1- عرض نتائج الفرضية الأولى:

الجدول رقم (4): متغيرات ومؤشرات قلق المستقبل

المؤشرات المتغيرات	Sig	t	القرار
قلق المستقبل	0.57	1.63	لا توجد فروق

نلاحظ من خلال الجدول رقم 04 أن درجة sig بلغت 0.57 وت تاست قد بلغ 1.63 عند مستوى دلالة 0.01 وهو أصغر من درجة sig ومنه يمكن القول أنه لا توجد فروق في قلق المستقبل لدى طالبات الطب وطالبات كلية العلوم الاجتماعية

1-2- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

الجدول رقم (5): متغيرات ومؤشرات اتخاذ قرار الزواج

المؤشرات المتغيرات	Sig	t	القرار
اتخاذ قرار الزواج	0.53	0.29	لا توجد فروق

نلاحظ من خلال الجدول رقم 05 أن درجة sig بلغت 0.53 وت تاست قد بلغ 0.29 عند مستوى دلالة 0.01 وهو أصغر من درجة sig ومنه يمكن القول أنه لا توجد فروق في اتخاذ قرار الزواج لدى طالبات الطب وطالبات كلية العلوم الاجتماعية

1-3- عرض نتائج الفرضية العامة:

الجدول رقم (6): يمثل معامل ارتباط الفرضية العامة

القرار	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	المؤشرات
			المتغيرات
توجد دلالة	0.05	0.10	اتخاذ قرار الزواج
			قلق المستقبل

نلاحظ من خلال الجدول رقم 06 أن معامل الارتباط بين المتغيرين بلغ 0.10 وهي درجة بعيدة جدا من الواحد ودالة عند 0.05، ومنه يمكن القول أن هناك علاقة إيجابية ضعيفة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل لدى الطالبات.

2- مناقشة نتائج الدراسة:

2-1- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى على أنه "لا توجد فروق في قلق المستقبل بين طالبات الطب، وطالبات العلوم الاجتماعية"، وقد أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، مما يعني قبول الفرضية الصفرية.

وقد أشارت بعض الدراسات السابقة، إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل بين الطالبات حسب الشعب والتخصصات الجامعية، مما يدل على أن قلق المستقبل لا يرتبط بالتخصص الدراسي، سواء كان في ميدان المواد العلمية كالطب، أو في مجالات الأدب والعلوم الاجتماعية. حيث يرتبط قلق المستقبل لدى الطالبات بعدة عوامل أخرى غير التخصص، مثلاً كالتنشئة النفسية، و الضغوط الأسرية، أو التوقعات المجتمعية. مشتركة، ومرتبطة بعوامل عامة كالعرض المهني أو الضغوط الأسرية أو التوقعات المجتمعية، أكثر من ارتباطها بنوع التخصص ذاته، بحيث تؤكد نتيجة هذه الفرضية مع ما توصلت إليه دراسة محمد المومني ومازن نعيم (2012) التي توصلت إلى عدم وجود فروق

تُعزى لمتغير الطور الدراسي عند الطالبات الجامعيات، مما يشير إلى أن قلق المستقبل قد يكون ظاهرة عامة بين الطلبة الجامعيين أكثر من كونه مرتبطة بمسار دراسي معين.

1-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

أشارت نتائج اختبار إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين طالبات الطب وطالبات العلوم الاجتماعية في اتخاذ قرار الزواج، حيث بلغت قيمة $(Sig) = 0.53$ ، وهي قيمة تفوق مستوى الدلالة المعتمد (0.05) ، مما يدل على أن التخصص الدراسي لا يشكل عاملاً مؤثراً في هذا القرار.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسات سابقة مثل دراسة البيلي (2017) التي أوضحت أن اتخاذ قرار الزواج يتأثر بعوامل شخصية واجتماعية وثقافية أكثر من تأثره بالتخصص الدراسي أو المستوى الأكاديمي. كما أظهرت دراسة الشنقيطي (2015) أن التوجهات نحو الزواج بين الطالبات الجامعيات تُبنى غالباً على القيم الاجتماعية، وتوقعات الأسرة، والاستعداد النفسي، أكثر من ارتباطها بالتكوين المهني أو التخصص الجامعي. من جهة أخرى، يمكن تفسير عدم وجود فروق بين المجموعتين في اتخاذ قرار الزواج بأن الفتيات في هذه المرحلة العمرية، سواء كنّ في تخصصات علمية أو اجتماعية، يتقاسمن اهتمامات وتطلعات متشابهة فيما يتعلق بالزواج، ويواجهن نفس الضغوط الثقافية والأسرية التي تُحدّد توقيت هذا القرار وظروفه.

وتؤكد هذه النتائج فرضيتنا الصفرية، مما يدل على أن اتخاذ قرار الزواج لا يتأثر بالتخصص وإنما يخضع لمتغيرات أخرى مثل الخلفية الأسرية، والنضج الانفعالي، والمجتمع المحيط.

1-3- مناقشة نتائج الفرضية العامة:

مناقشة الفرضية: "هناك علاقة إيجابية ضعيفة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل لدى الطالبات الجامعيات".

أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إيجابية ضعيفة بين متغير اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل لدى الطالبات الجامعيات. ورغم أن هذه العلاقة ليست قوية، إلا أنها ذات دلالة، ما يشير إلى وجود ارتباط ولو بسيط- بين تفكير الطالبة في الزواج وبين درجة شعورها بالقلق حول مستقبلها.

ولذلك نستطيع أن نفسر النتيجة هذه العلاقة يمكن تفسيرها من خلال:

الزواج كاستراتيجية أمان نفسي واجتماعي ذلك لأن بعض الطالبات قد ينظرن إلى الزواج كخيار يوفرّ لهن الاستقرار والطمأنينة، في ظل الغموض أو المخاوف المرتبطة بالمستقبل المهني أو الاجتماعي، وهو ما تدعمه دراسة القحطاني (2015) التي بيّنت أن الفتيات ذوات القلق المرتفع أكثر ميلاً لاتخاذ قرارات مبكرة تتعلق بالزواج.

أو تردد القرار بسبب القلق ففي المقابل، قد يؤدي القلق إلى تأخير أو تردد في اتخاذ قرار الزواج، بسبب الخوف من المسؤوليات المستقبلية أو من الفشل في التوفيق بين الحياة الزوجية والطموحات المهنية، وهو ما أشار إليه العلواني (2017) في دراسته حول القلق الوجودي واتخاذ القرارات لدى الشباب الجامعي.

3. القلق كعامل مؤثر غير مباشر:

العلاقة الضعيفة قد تدل على أن القلق لا يُعد المتغير الرئيسي المؤثر في قرار الزواج، وإنما يعمل كعامل مساعد أو ثانوي، إلى جانب عوامل أخرى أكثر تأثيراً، مثل الخلفية الأسرية، الاستعداد العاطفي، أو الوضع الاجتماعي.

دراسات سابقة داعمة:

عبداللطيف (2016) وجد أن قلق المستقبل لدى الطالبات الجامعيات يرتبط بعدم وضوح الأهداف المستقبلية، مما قد ينعكس على قرارات مصيرية مثل الزواج.

وأيضاً دراسة مرعي (2014) حيث أشارت إلى أن الطالبة الجامعية التي تعاني من قلق مرتفع قد تبحث عن الاستقرار عبر علاقات أسرية، دون أن تكون مستعدة تماماً للزواج، مما يربط القرار بالقلق بشكل غير متوازن.

فيمكننا القول في الأخير أن العلاقة الإيجابية الضعيفة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل تعكس تداخلاً نفسياً واجتماعياً معقداً. فهي لا تعبّر عن ارتباط حتمي، لكنها تؤكد أن القلق النفسي قد يكون حاضراً في خلفية القرار، دون أن يكون حاسماً فيه. وتشير النتيجة إلى أهمية توعية الطالبات بأبعاد قرار الزواج، وتشجيعهن على مواجهة قلق المستقبل باستراتيجيات تخطيط فعّالة، بدل اتخاذ قرارات ارتجالية تحت تأثير الضغط النفسي.

خلاصة:

في ختام هذا الفصل، يمكن القول إن نتائج الدراسة قد أسهمت في تسليط الضوء على العلاقة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل لدى الأفراد. وعلى الرغم من أن بعض الفرضيات لم تُظهر فروقاً دالة إحصائية، إلا أن هذه النتائج تُعد ذات أهمية في فهم أعمق لطبيعة العلاقة بين البعدين النفسي والاجتماعي في حياة الفرد.

وقد أظهرت النتائج أن اتخاذ قرار الزواج لا يرتبط بالضرورة بارتفاع أو انخفاض مستوى قلق المستقبل لدى عينة الدراسة، مما يشير إلى وجود عوامل أخرى قد تكون أكثر تأثيراً، مثل الظروف الاقتصادية، أو الاستقرار الأسري، أو الدعم الاجتماعي، وهي جوانب يمكن دراستها مستقبلاً بشكل أوسع.

تؤكد هذه النتائج أهمية فهم القرار الزواجي في سياقه الثقافي والنفسي، وضرورة تقديم برامج توعوية وإرشادية تساعد الشباب على اتخاذ قراراتهم المصيرية بثقة ووعي، بما يساهم في تعزيز صحتهم النفسية وتخفيف الضغوط المستقبلية المرتبطة بهذه القرارات.

خلاصة واقتراحات:

إن اتخاذ قرار الزواج يعد من القرارات الحياتية الهامة التي تترك آثارًا كبيرة في مسار حياة الأفراد، وتزداد هذه الأهمية بشكل خاص لدى الطالبة الجامعية، التي تمر بمرحلة حاسمة في حياتها تجمع بين الطموحات الأكاديمية والتطلعات المهنية. وفي هذا السياق، تظهر العلاقة المعقدة بين قرار الزواج وقلق المستقبل كأحد أبرز التحديات التي تواجه الطالبة في مرحلة ما قبل التخرج. حيث يُعد قلق المستقبل مصدرًا رئيسيًا للتوتر النفسي، الذي يساهم في تشكيل مشاعر من عدم اليقين والحيرة لدى الطالبة، مما يجعل اتخاذ قرار الزواج أكثر تعقيدًا من خلال التشابك مع مئات الأسئلة حول كيفية تأثير هذا القرار على مسار الحياة الشخصية والمهنية.

لقد أظهرت هذه الدراسة أن قلق المستقبل لا يقتصر على الخوف من المجهول فقط، بل يمتد إلى القلق بشأن تأثير الزواج على التحصيل الأكاديمي، والتكيف الاجتماعي، وعلى قدرة الطالبة على تحقيق أهدافها الشخصية والمهنية. إن التوقعات الاجتماعية والثقافية المتعلقة بالزواج، إضافة إلى الضغوط النفسية الناتجة عن التوازن بين الحياة الجامعية والمستقبل المهني، تشكل جميعها عوامل تدفع العديد من الطالبات إلى التردد في اتخاذ قرار الزواج في وقت مبكر.

ومن خلال تحليل هذه العلاقة، يمكننا أن نلاحظ أهمية فهم السياقات الاجتماعية والنفسية التي تعيشها الطالبة الجامعية في هذه المرحلة الحاسمة. فوجود شبكة دعم اجتماعي قوي، سواء من الأسرة أو الأصدقاء أو المؤسسات الأكاديمية، يمكن أن يساعد بشكل كبير في تخفيف حدة القلق الذي يواجهه الطالبة، مما يعزز قدرتها على اتخاذ قرارات أكثر وعيًا وتوازنًا. بالإضافة إلى ذلك، فإن التوجيه المهني والنفسي من خلال المستشارين في الجامعات قد يساهم في توفير رؤية أوضح للطالبة حول كيفية الجمع بين طموحاتها الدراسية والمهنية وبين الحياة الشخصية.

وهذا يعني أن هناك ارتباطًا، لكنه ضعيف، بحيث كلما زادت قدرة الطالبة على اتخاذ قرار الزواج، زاد معها (ولو بدرجة بسيطة) شعورها بقلق المستقبل، مما قد يُفسّر بوجود عوامل أخرى تساهم في توليد هذا القلق، كالمجتمع، الضغوط الأسرية، أو التطلعات الشخصية.

وبناءً عليه، تؤكد هذه الدراسة على أهمية دعم الطالبات نفسيًا واجتماعيًا خلال هذه المرحلة، ومساعدتهن على بناء قرارات ناضجة تقلل من حدة التوتر المرتبط بالمستقبل، خاصة في ما يتعلق بمسألة مصيرية كقرار الزواج.

وفي ختام هذه الدراسة، يمكن القول بأن العلاقة بين اتخاذ قرار الزواج وقلق المستقبل لدى الطالبة الجامعية هي علاقة معقدة ومتعددة الأبعاد. لا ينبغي النظر إلى القرار فقط من زاوية العلاقة الزوجية، بل يجب أن يتم فحصه ضمن سياق أوسع يشمل الطموحات المستقبلية، التحديات الاجتماعية، والضغوط النفسية. لذلك، من الضروري أن تتوافر للطالبة الجامعية بيئة داعمة تساعد في تجاوز هذه الضغوط النفسية، وتمكنها من اتخاذ قرارات مدروسة تتناسب مع تطلعاتها وحاجاتها المستقبلية.

من المهم أن تدرك الطالبة الجامعية أن قرار الزواج لا يجب أن يكون عائقًا أمام تحقيق الطموحات الشخصية والمهنية، بل يمكن أن يكون خطوة تكمل مسيرتها نحو بناء حياة متوازنة تتسم بالنجاح الشخصي والمجتمعي. وبالتالي، من خلال توفير الدعم اللازم للطالبة في هذه المرحلة الحاسمة، يمكن أن نساعد في تجاوز قلق المستقبل، مما يعزز قدرتها على اتخاذ قرار مستنير ومبني على أسس من التفهم والإدراك الواقعي للظروف المحيطة بها.

الاقتراحات:

استنادًا إلى نتائج الدراسة، ارتأينا إلى أن نقدم المقترحات التالية:

- 1- توفير برامج دعم نفسي داخل الجامعات لمساعدة الطالبات على التعامل مع قلق المستقبل بشكل صحي وفعال.
- 2- تنظيم ورشات إرشادية وتثقيفية حول الاستعداد النفسي والزواج واتخاذ القرارات المصيرية بشكل ناضج.
- 3- إدماج مهارات التخطيط للحياة المستقبلية في البرامج التعليمية، مع التركيز على التوازن بين الحياة الشخصية والطموحات المهنية.
- 4- تعزيز التوعية المجتمعية حول الضغوط المرتبطة بالزواج لدى الفتيات، والعمل على الحد من التوقعات الاجتماعية التي قد تزيد من حدة القلق.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

خليل، سامي. (2016). مهارات اتخاذ القرار في الحياة الأسرية. بيروت: المكتبة التربوية.
الهوراني، محمد. (2015). علم النفس الاجتماعي. عمان: دار المسيرة.
طه، أحمد. (2017). العلاقات الإنسانية والزواج. القاهرة: دار الفكر العربي
العتوم، عدنان. (2014). علم النفس التربوي. عمان: دار المسيرة.
طعيمة، عبد الباسط. (2012). علم النفس الأسري. بيروت: دار المعرفة.
فهيم، زينب شقير (2001). الزواج والأسرة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
أبو عبيد، سمير (2010). علم النفس الاجتماعي. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
عبد الرحمن، حسن (2015). الإرشاد الزواجي والأسري. الإسكندرية: دار المعرفة
الجامعية.

منال شيباني، قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج دراسة
ميدانية على عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة، مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات
شهادة ماستر أكاديمي في علم النفس العيادي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة
قاصدي مرباح، 2020/2019م.

محمد الصغير عائشي، قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية دراسة ميدانية على عينة من
حاملتي الشهادات في إطار عقود الإدماج بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية بمدينة
المنيع، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي، كلية العلوم الاجتماعية
والإنسانية، جامعة غرداية، 2015/2014م.

روابي مغنية، زغاري عبد الغاني، قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات لدى المتخرج
الجامعي دراسة ميدانية بولاية تيارت، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في علم النفس
العيادي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة ابن خلدون، 2022/2021م.

بن عنان فريدة، بن الدين خديجة، قلق المستقبل وعلاقته بالخوف من مرض الكورونا لدى
طلبة الجامعة دراسة ميدانية في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة ابن خلدون تيارت،
مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر الطور الثاني ل.م.د في علم النفس العيادي، كلية العلوم

الإنسانية والاجتماعية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة ابن خلدون تيارت،
2022/2021م.

أسماء السيد قبيصي أبو زيد، قلق المستقبل، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية، جامعة
جنوب الوادي، ع45، ديسمبر 2020م.

الهاشمي، ن. (2013). دراسة مقارنة لاتجاهات الزواج بين طالبات التخصصات العلمية
والأدبية. مجلة جامعة الملك سعود - العلوم التربوية، 25(2).

العنزي، ف. (2017). تأثير المتغيرات الاجتماعية على قرار الزواج لدى الطالبات
الجامعيات في السعودية. المجلة السعودية للدراسات الاجتماعية، 5(1).

عبد الله، م. (2014). اتجاهات الشباب الجامعي نحو الزواج المبكر. المجلة العربية لعلم
النفس، 10(1).

الزبد، س. (2016). العوامل المؤثرة في اتخاذ قرار الزواج لدى الفتاة الجامعية. مجلة
العلوم النفسية والتربوية، 12(3).

اللاحق

الملحق رقم (1): استبيان حول اتخاذ قرار الزواج وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطالبة الجامعية

المعلومات العامة:

السن () :

المستوى الدراسي ()

التخصص ()

أولاً: محور اتخاذ قرار الزواج

ضعي علامة [✓] أمام الخيار الذي يعبر عن مدى اتفاقك مع العبارات التالية:

العبرة	موافق	غير موافق	محايد
أرى أن الزواج خطوة ضرورية في حياتي المستقبلية			
أفضل أن أتزوج بعد إنهاء دراستي الجامعية			
أشارك عائلتي في قراراتي المتعلقة بالزواج			
يهمني أن يكون شريك حياتي من نفس المستوى العلمي			
أعتقد أن الزواج قد يعيق طموحي المهني			
لدي معايير واضحة لاختيار شريك الحياة			
أجد صعوبة في اتخاذ قرار الزواج في هذه المرحلة			

ثانيا: محور قلق المستقبل

ضعي علامة [✓] أمام الخيار المناسب:

الرقم	العبارة	موافق	محايد	غير موافق
01	تؤلمني حالة الصراع بين ما أعيشه وبين ما اطمح اليه			
02	أشعر بقلق من أنني لا أوفر الظروف الجيدة لأسرتي			
03	أشعر أنني غير متفائلة بالمستقبل			
04	أتوقع أن تواجهني مزيد من الصعوبات المادية مستقبلا			
05	أشعر أنني سيئة الحظ الآن وسيكون حظي أكثر سوءا في المستقبل			
06	أشعر بغموض في مستقبلي			
07	أتوقع ضعف العلاقات الاجتماعية كلما تقدم بي العمر			
08	أرى ان القيم الاخلاقية تتدهور يوما بعد يوم			
09	اشعر بالعجز في اتخاذ القرارات بشأن مستقبلي			
10	ليست لدي رؤية واضحة للمستقبل وهذا ما يشعرنى بالقلق			
11	اخاف ان ينساني اهلي بعد الزواج			
12	اشعر انني منعزلة عن الآخرين بسبب قلق مجهول			
13	ينتابني حالة ضغط و القلق عندما افكر في امور المستقبل			
14	اشعر بالأسف لفوات الاوان على عدم تحقيق بعض طموحاتي			
15	اخشى ان لا اتمكن من تحقيق طموحاتي الشخصية			

الملحق رقم (2) أسئلة مفتوحة

أسئلة مفتوحة:

1- ما العوامل التي تؤثر على قرارك في الزواج؟

.....

2- ما الذي يشعرك بالقلق أكثر بشأن مستقبلك؟

.....

3- هل تعتقدين أن هناك علاقة بين قرار الزواج وقلق المستقبل؟ ولماذا؟

.....

الملحق رقم (3):

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items

.522	16
------	----

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
مج	Equal variances assumed	.319	.573	-1.632	98	.106	-.55844	.34228	-1.23769	.121081
	Equal variances not assumed			-1.622	90.276	.108	-.55844	.34432	-1.24246	.115588

Correlations			
		مج	ك
مج	Pearson Correlation	1	.105
	Sig. (2-tailed)		.300
	N	100	100
ك	Pearson Correlation	.105	1
	Sig. (2-tailed)	.300	
	N	100	100

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
ك	Equal variances assumed	.387	.535	.292	98	.771	.21104	.72340	-1.22453-	1.64661
	Equal variances not assumed			.288	86.780	.774	.21104	.73380	-1.24753-	1.66960