

## **دور الصلابة النفسية في تعديل العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة**

**إيمان محمد عبد الملك\***

### **الملخص:**

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن الدور المعدل للصلابة النفسية في العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة؛ ولتحقيق الهدف اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكوّنت العينة من (٢٥١) طالبًا وطالبة، من طلاب الفرق النهائية بكلّيات جامعة بني سويف، تراوحت أعمارهم بين (٢٠ - ٢٥) عامًا. استخدمت الباحثة ثلاث أدوات: مقياس الصلابة النفسية (مخير، ٢٠٠٢)، ومقياس قلق المستقبل المهني (إعداد الباحثة)، ومقياس الاتجاه نحو العمل الحر (إعداد الباحثة). أشارت نتائج التحليل الإحصائي إلى وجود علاقة طردية دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الحر، وعلاقة عكسية دالة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر. كما أوضحت نتائج تحليل الانحدار أن الصلابة النفسية تُعد متغيرًا تنبؤيًا دالًا في تفسير الاتجاه نحو العمل الحر، في حين لم يظهر قلق المستقبل المهني كمتغير تنبؤي مباشر. وأخيرًا أظهرت نتائج اختبار نموذج التفاعل باستخدام (PROCESS Macro) وجود تأثير دال إحصائيًا للصلابة النفسية كمتغير مُعدل؛ حيث بينت النتائج أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يستطيعون تحويل أثر قلق المستقبل المهني من عامل مثبط إلى دافع إيجابي، يعزز توجههم نحو العمل الحر، وهو ما يبرز أهمية الصلابة النفسية كآلية تكيفية حيوية في مواجهة قلق المستقبل المهني، ودعم الاستقلالية المهنية لدى الشباب الجامعي.

**الكلمات المفتاحية:** الصلابة النفسية، قلق المستقبل المهني، الاتجاه نحو العمل الحر.

---

(\*) مدرس علم النفس الإرشادي، كلية الآداب - جامعة بني سويف، ترسل  
myspsychology@yahoo.com

## **The role of Psychological hardiness in moderating the relationship between Career future anxiety and Attitude towards self-employment among university students**

**(\*)Eman Mohammed Abdull-Malek**

### **Abstract**

The present study aimed to examine the moderating role of psychological hardiness in the relationship between career future anxiety and attitude towards self-employment among university students. To achieve this aim, the researcher adopted a descriptive correlational approach. The sample consisted of 251 final-year students, from various theoretical and practical faculties at Beni-Suef University, ranging in age from 20 to 25 years. Three instruments were used: the Psychological Hardiness Scale (Mokheimer, 2002), the Career future anxiety Scale (developed by the researcher), and the attitude towards self-employment Scale (developed by the researcher). The statistical analyses revealed a significant positive correlation between psychological hardiness and ATTITUDE towards self-employment, and a significant negative correlation between career future anxiety and attitude towards self-employment. Furthermore, multiple regression analysis showed that psychological hardiness was a significant predictor of attitude towards self-employment, whereas career future anxiety was not a statistically significant predictor. Finally, results from moderation analysis using Process Macro indicated that psychological hardiness plays a statistically significant moderating role. Specifically, students with high levels of psychological hardiness were better able to transform the effects of career future anxiety from a demotivating factor into a positive driver that enhances their attitude towards self-employment. This highlights the vital adaptive role of psychological hardiness in coping with career-related anxiety and promoting professional independence among university youth.

**Key words:** Psychological hardiness, career future anxiety, attitude towards self-employment.

---

(\*)Lecturer of Counseling Psychology, Faculty of Arts - Beni-Suef University

## مقدمة:

يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل المهني<sup>١</sup> والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة، والتعرف على طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية<sup>٢</sup> والاتجاه نحو العمل الحر لديهم، إلى جانب تحليل الدور التنبئي لكل من قلق المستقبل المهني والصلابة النفسية في تفسير الاتجاه نحو العمل الحر، فضلاً عن فحص الدور المعدل للصلابة النفسية في العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.

تأتي أهمية البحث انطلاقاً من أن الاتجاه نحو العمل الحر لا ينفصل عن قدرة الفرد على مواجهة تحديات الواقع وضغوطه المتزايدة، وهو ما يقتضي امتلاكه استراتيجيات فعّالة للتعامل مع الضغوط والتغيرات السريعة في شتى جوانب الحياة.

إن القدرة على مواجهة الضغوط -نظراً للتغيرات السريعة في كل مناحي الحياة- تتطلب نظرة موضوعية سليمة للواقع ومشكلاته اليومية، والتكيف بمرونة وإيجابية، وبصيرة نافذة؛ حتى يتمكن الفرد من تحمل مسؤولياته الاجتماعية والشخصية، ومواجهة الظروف المتغيرة بقدرة متجددة على الابتكار (زهرا، ٢٠٠٥، ١٣).

وتشير العديد من الدراسات إلى وجود ارتباط بين التعرض لأحداث الحياة الضاغطة وزيادة احتمالية الإصابة بالاضطرابات النفسية، إلا أن هذه العلاقة ليست حتمية؛ حيث تختلف استجابات الأفراد تجاه الضغوط، فلا يتعرض الجميع لنفس الآثار السلبية نتيجة لها، وقد أثار هذا التباين اهتمام أنطونوفسكي Antonovsky ١٩٧٩، الذي تساءل حول العوامل التي تمكن بعض الأفراد من الحفاظ على صحتهم النفسية رغم الظروف الضاغطة، مقارنةً بغيرهم، وتوصلت الأبحاث إلى أن هناك مجموعة من المتغيرات قد تساعد في تفسير هذه الفروق، مثل الدعم الاجتماعي، ومستوى النشاط البدني، واستراتيجيات المواجهة، وسمات الشخصية (Crowley et al., 2003).

1 Career Future Anxiety

2 Psychological Hardiness

وتُعد الصلابة النفسية من أهم السمات الشخصية التي تسهم في التفسير الإيجابي للاستجابة للضغط، قدمتها كوبازا ١٩٧٩ Cubasa، كمورد نفسي يعزز مقاومة الأفراد للضغط، ويمنحهم الشجاعة لتحويل الأزمات إلى فرص للنمو، وتُعتبر الصلابة عاملاً مهماً في المرونة النفسية، أو مساراً يؤدي إلى نتائج إيجابية للفرد، وقد أوضحت العديد من الدراسات منها: كوبازا وآخرون (Kopasa et al., 1985)؛ بانكس وجانون (Banks & Gannon, 1988)؛ رودالت وزون (Rhodewalt & Zone, 1989) أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يُبلّغون مستويات أقل من الاضطرابات والأعراض الجسدية المصاحبة للضغط، مقارنةً بأقرانهم من ذوي الصلابة النفسية المنخفضة. كما أظهرت دراسة ديزاي (Desai, 2017) لمعرفة الفروق في الصلابة النفسية لدى ٢٤٠ طالباً جامعياً (١٢٠ من الذكور، ١٢٠ من الإناث) باستخدام مقياس بارتون وآخرين للصلابة النفسية وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في اتجاه درجات الذكور؛ وربما يُعزى ذلك إلى قدرتهم الأعلى على التوافق النفسي، وتنظيم الانفعالات؛ مما يقلل من الأثر الفسيولوجي للتوتر على أجسامهم.

كما وجد كل من كلادج وبرادلي ٢٠٠٥ Klag & Bradley أن الصلابة النفسية تقلل من آثار الإجهاد على المرض، ووجدت أيضاً دراسة كوبراينوفيتش وبرانسكومب (Kobryniewicz & Branscombe, 1997) على طلاب الجامعات أن ٢٠٪ من الإناث ذوات الصلابة النفسية المرتفعة أبلغن عن شعورهن بالتميز الشخصي في محيط الكلية مقارنةً بـ ٨,٥٪ فقط من الذكور.

وهكذا ثبت علمياً أن التأثيرات السلبية للضغط على الصحة النفسية تختلف من فرد لآخر، تبعاً لطبيعة استجاباتهم، وأن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتمتعون بمستوى أعلى من القدرة على مقاومة الضغط، ويُظهرون أداءً وظيفياً وانفعالياً أكثر اتزاناً؛ مما يجعلهم أكثر قدرة على تجاوز الأزمات والانفعالات السلبية (Hystad et al., 2011)؛ حيث تمثل الصلابة النفسية نمطاً شخصياً يساعد على التوافق الإيجابي مع الضغط، ويحد من آثارها السلبية،

وتقوم على ثلاثة أبعاد رئيسية:

التحكم: أي شعور الفرد بقدرته على التأثير في مجريات الأحداث، والالتزام: أي انخراطه الفعال في الحياة مع إدراك المعنى والهدف، والتحدي: أي اعتبار التغيرات فرصاً للنمو والتعلم بدلاً من كونها تهديدات. وبناءً عليه يميل الأفراد مرتفعو الصلابة النفسية إلى استخدام استراتيجيات مواجهة فعالة، تركز على التكيف وحل المشكلات، ويتصفون برؤية هادفة للحياة، ويميل نحو الانخراط الفعال في المواقف، وإيمان بقدرتهم على التأثير في مجريات الأحداث، بالإضافة إلى إدراكهم للتغيرات كفرص للتعلم والنمو الشخصي، لا كمصادر تهديد أو انسحاب، في حين يعتمد منخفضو الصلابة النفسية على أساليب سلبية مثل التجنب والإنكار؛ مما يضعف قدرتهم على التكيف، ويسهم هذا الفارق في أسلوب التفكير وتفسير الأحداث الضاغطة، وفي تعزيز التكيف النفسي، والحد من الآثار الضارة للضغط على الصحة (Crowley et al., 2003; Hystad et al., 2011). يُعد القلق من أبرز الانعكاسات النفسية للضغط، ويُصنّف كأحد أكثر الاضطرابات شيوعاً بين فئة الشباب -خاصةً في الآونة الأخيرة- نتيجة تعدد أدوارهم ومسؤولياتهم؛ مما يؤدي إلى تصاعد مخاوفهم بشأن المستقبل، وما قد ينطوي عليه من تحديات (Peker & Ulu, 2018). وظهر قلق المستقبل كأحد أنماط القلق بالتزامن مع مفهوم صدمة المستقبل، الذي طرحه توفلر ١٩٧٠ Toffler، ويفترض أن المستقبل بدلاً من أن يصبح مصدراً لتحقيق الأهداف والتوقعات، قد يصبح عند بعضهم مصدراً للخوف أو القلق (Hammad, 2016). ويعرف قلق المستقبل المهني بأنه حالة انفعالية من الشعور بالتوتر والانزعاج، ترتبط شدتها بالتفكير في المستقبل المهني، وتنشأ من خوف الطلاب الجامعيين من عدم توافر فرص عمل مناسبة للمؤهلات الدراسية بعد تخرجهم، وخوفهم من اجتياز الامتحانات، وعدم القدرة على التنبؤ بما سيحدث في المستقبل (زكي، ٢٠٢٣). وقد زاد القلق المرتبط بالمستقبل المهني بين طلاب الجامعات (Hadi et al., 2022)، خاصةً مع اتساع فجوة التوظيف، وتراجع فرص العمل؛ الأمر

الذي يؤدي إلى الإحباط عند ملاحظة الخريجين من زملائهم وهم بلا عمل؛ بما يؤثر في رفايتهم النفسية، وكفاءتهم في التخطيط لمستقبلهم (Maharani & Oktariana, 2020)، ومعاناتهم من الخوف من مجهول الغد، وما يخبئه لهم، يؤثر كذلك بالتبعية في أدائهم وكفاءتهم الذاتية في التحصيل والتحفيز في الجامعة، ويعمّق لديهم الشعور بعدم الأمان والتشاؤم تجاه المستقبل (Bhaskar & Soundiraraj, 2013)، والحزن، والشك، والتردد، وفقدان الثقة بالآخرين، وتراجع الشعور بالأمن النفسي، والعجز عن مواجهة المستقبل، والخوف من تغيراته. كما يُعزز لديهم الشعور بالقلق حيال المستقبل المهني أن جهودهم الدراسية قد لا تثمر، بما يفاقم مشاعر التوتر والخوف، ويهدد شعور الفرد بالأمن النفسي والاستقرار (مخير، ٢٠١٣).

في ظل هذه التحديات برز العمل الحر كأحد البدائل المهنية الجاذبة للشباب؛ لما يوفره من استقلالية وقدرة على تنظيم العمل والدخل، إذ تشير دراسة تيسير وشوارتز ٢٠٠١ Tesser & Schwarz إلى أن قرار الفرد بالعمل لحسابه الخاص أو العمل كموظف يتأثر بعدة عوامل، منها مدى شعوره بالتحفيز لتحقيق أرباح، أو رفضه لظروف العمل التقليدية غير المرضية، كما أن الاتجاه نحو العمل الحر لا يُبنى فقط على الظروف، بل أيضاً على السمات الشخصية والاتجاهات النفسية للأفراد، والتي تتشكل من خلال مكونات معرفية وانفعالية وسلوكية؛ مما يفسر تباين توجهات الطلاب نحو خوض هذا المسار بعد التخرج، فالاتجاهات الإيجابية تُنبئ بوجود نية فعلية نحو العمل الحر، بينما الاتجاهات السلبية قد تُثني الفرد عن خوضه (Isah & Garba, 2015). ويعرف الاتجاه نحو العمل الحر بأنه المعرفة والمعتقدات والرغبة لدى الشباب الجامعي للانخراط في مشروعات خاصة، تتضمن أبعاداً معرفية وسلوكية ووجدانية (الكردي، ٢٠٢٣). وقد تتكون اتجاهات الشباب نحو العمل الحر من خلال المعارف والمهارات التي يكتسبونها طوال حياتهم، بالإضافة إلى الأفعال والعادات الاجتماعية التي يتعلمونها في محيطهم الثقافي، وتتطور هذه الاتجاهات عندما يتعرضون لمعارف

جديدة وقيم متطورة. ويعتبر العمل الحر خيارًا جذابًا للكثير من الشباب، لأنه يوفر الاستقلالية والحرية في التفاوض على الرواتب، وتمثل ثقافة العمل الحر مجموعة من القيم والأفكار التي تشجع الأفراد على الانخراط في أنشطة اقتصادية خارج الإطار التقليدي للعمل الحكومي أو القطاع الخاص؛ حيث يتسم العمل الحر بالابتكار والاعتماد على الذات، ويسعى الفرد من خلاله لإيجاد وتطوير فرصه الخاصة (Kalb& Meekes, 2024).

ويتطلب الاتجاه نحو العمل الحر جملةً من السمات النفسية الإيجابية، التي تُعزز دافعية الأفراد، وتحفز قدرتهم على مواجهة التحديات المهنية، والقدرة على اتخاذ قرارات مهمة، والتحول إلى مسار مهني وحياتي جديد، يعتمد على الرغبة في إنشاء فرص خاصة بهم، هذا النوع من العمل يتيح للفرد الحرية في تنظيم عمله والموارد المتاحة له، لتحقيق أهدافه الخاصة، وقد أظهرت أبحاث كولفريد ١٩٩٦ Kolvereid وجود علاقة إيجابية قوية بين المعايير الذاتية والاتجاه نحو العمل الحر، وأنها أحد العوامل المهمة التي تعزز الاهتمام بريادة الأعمال، كما أظهرت أن الاتجاه نحو العمل الحر يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالنوايا المستقبلية والجدوى المرتبطة به، أي أن الاتجاه الإيجابي نحو العمل الحر يؤدي إلى رغبة أكبر في اختيار هذا المسار المهني (Akmaliah & Hisyamuddin, 2009).

وتُعد الصلابة النفسية من أبرز هذه السمات النفسية الإيجابية؛ إذ أظهرت دراسة مارليا (Marliyah, 2023) وجود علاقة إيجابية دالة بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو ريادة الأعمال لدى طلاب كلية التربية؛ حيث ساعدتهم على التكيف وبناء توجهات إيجابية نحو العمل الحر. كما بينت دراسة خالديان وآخرين (Khaledian et al., 2013) أن المعلمين ذوي الصلابة النفسية المرتفعة كانوا أقل عرضة للانخراط المفرط في العمل، وأكثر قدرة على إدارة الضغوط. وأكدت نتائج (إسماعيل والرشيدي، ٢٠٢٠) أن بُعد "التحدي" ضمن أبعاد الصلابة النفسية كان الأكثر تفسيراً للرضا الوظيفي، ما يعكس دور الصلابة في تعزيز الكفاءة والتكيف المهني.

في المقابل يُعد قلق المستقبل المهني أحد العوامل المعوقة لتوجه الأفراد نحو العمل الحر؛ حيث توصلت دراسة (عبده والقرني، ٢٠١٨) إلى وجود علاقة طردية بين قلق المستقبل وضعف الاتجاه نحو العمل لدى طلاب الجامعة. كما أظهرت دراسة (السفاسفة، ٢٠١٧) أن ارتفاع مستوى القلق يترافق مع انخفاض الكفاءة الذاتية وبناء الأهداف المهنية. وأكدت (الأمارة، ٢٠١٣) أن قلق المستقبل المرتفع يعكس انشغال الطلاب بالضغوط والتحديات المستقبلية، ويحدّ من قدرتهم على التخطيط المهني واتخاذ قرارات مستقلة.

ولأن البطالة تشكل أحد أبرز التحديات في البلدان النامية، فإن نشر ثقافة العمل الحر يُعتبر استراتيجية تنموية لتقليص الفقر والبطالة، وتحقيق العدالة الاجتماعية، ودعم الاقتصاد القائم على المبادرة الفردية (مصطفى، ٢٠٢٠؛ Ireri et al., 2013). وهنا يبرز دور الصلابة النفسية كمتغير نفسي معدّل، يُمكن أن يُخفف من تأثير قلق المستقبل المهني في الاتجاه نحو العمل الحر، ويمنح الفرد القوة النفسية اللازمة لتحويل الخوف إلى دافع، والغموض إلى فرصة، والتهديد إلى مشروع مستقبلي ناجح.

وهو ما سعت إليه الباحثة في البحث الحالي من خلال دراسة العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر، مع الكشف عن الدور المعدل للصلابة النفسية في هذه العلاقة، بهدف بناء تصور علمي يسهم في فهم التفاعل بين المتغيرات الثلاثة، وتقديم نتائج قابلة للتوظيف في برامج الإرشاد النفسي المهني لطلاب الجامعة المقبلين على التخرج.

#### مشكلة البحث:

- (١) هل توجد علاقة بين كل من الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني ومتغير الاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة؟
- (٢) هل يسهم كل من الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني في التنبؤ بالاتجاه نحو العمل الحر لدى عينة من طلاب الجامعة؟
- (٣) هل تؤدي الصلابة النفسية دورًا معدلاً في العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة؟



### أهداف البحث:

- ١) الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.
- ٢) التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.
- ٣) تحليل الدور التنبئي لكل من قلق المستقبل المهني والصلابة النفسية في تفسير الاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.
- ٤) فحص الدور المعدل للصلابة النفسية في العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.

### أهمية البحث

#### الأهمية النظرية:

- ١) إثراء الإنتاج الفكري النفسي والتربوي بمجال مشترك بين الإرشاد النفسي والصحة النفسية وبين ريادة الأعمال.
- ٢) تسليط الضوء على الصلابة النفسية بوصفها متغيراً معدلاً، وهي موضوع جديد نسبياً في تفسير العلاقة بين القلق والاتجاهات المهنية.
- ٣) تعزيز الفهم النظري لآلية تفاعل المتغيرات النفسية الثلاثة (الصلابة النفسية، قلق المستقبل المهني، الاتجاه نحو العمل الحر) وتأثيرها على القرارات المهنية لطلاب الجامعات.
- ٤) تقديم إطار علمي يمكن أن يُبنى عليه بحوث مستقبلية تتناول استراتيجيات التمكين النفسي للشباب في مرحلة الانتقال إلى سوق العمل.

#### الأهمية التطبيقية:

- ١) يساعد البحث في تصميم برامج إرشادية وتدريبية تستهدف تعزيز الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة، بما يساهم في تخفيف أثر قلق المستقبل المهني.
- ٢) يُمكن الاستفادة من نتائجه في بناء خطط إرشادية توعوية حول العمل

- الحر وريادة الأعمال، تستند إلى الفروق النفسية بين الطلاب.
- ٣) يدعم جهود مؤسسات التعليم العالي في دمج الجانب النفسي ضمن الاستعداد المهني للطلاب، خاصة في السنوات النهائية.
- ٤) يُفيد القائمين على البرامج الوطنية للتوظيف وريادة الأعمال، في استهداف فئات الشباب وفقاً لاحتياجاتهم النفسية وسلوكهم المهني المتوقع.
- ٥) يُعد أداة لتوجيه السياسات التنموية نحو تضمين متغيرات نفسية واجتماعية في معالجة مشكلات البطالة وسوء التوجيه المهني.

### مفاهيم البحث

#### مفهوم الصلابة النفسية

#### أولاً: تعريف الصلابة النفسية

اشنقت كوبازا ١٩٧٩ Kopsas مفهوم الصلابة النفسية متأثرة بالفكر الفلسفي الوجودي، الذي يركز على المستقبل في تفسير السلوك الإنساني، وينظر إلى الفرد ككائن في تطور مستمر، يسعى إلى البحث عن معنى وهدف للحياة (Jarwan& Al-Frehat, 2020). وترى كوبازا وآخرون Attari, Nisea, Yousefi, & Nabavi (2004); Azmudeh (2004); Sharifi, Arizi, & Namdari (2005); Navid (2008) أن الصلابة النفسية تمثل مصدراً للمقاومة الداخلية، يخفف من تأثير الضغوط على الصحة النفسية والاجتماعية؛ حيث يكون نمط التكيف لدى ذوي الصلابة النفسية المرتفعة أكثر فاعلية في التعامل مع المواقف الضاغطة (Sadeghi& Einaky, 2021). فقد عرّفوا الصلابة النفسية بأنها "سمة شخصية مركبة، ترتبط بالمعتقدات حول الذات والعالم"، وتشمل ثلاثة مكونات أساسية: الالتزام: الميل للاندماج في التجارب والمهام، التحكم: الإحساس بالقدرة على التأثير في الحياة، والتحدي: اعتبار التغيير فرصة للنمو لا تهديداً (Cole et al., 2006).

من جهة أخرى عرّف يونكن وبيتز ١٩٩٦ Younkin& Betz الصلابة النفسية باعتبارها "قدرة الفرد على تحمل المشقة والحرمان، وهي بذلك مرادفة

لمفهوم المرونة، الذي يعكس القدرة على التعافي من الأزمات والشدائد". وخلافًا لنموذج كوبازا الذي اعتبر الصلابة النفسية بنية متعددة الأبعاد، رأى يونكين وبيترز أنها مفهوم أحادي البعد، يعكس طبيعتها كقدرة على الصمود والتكيف (Voyten, 1997, 22).

وأوضح (مخيمر، ١٩٩٦) أن الصلابة النفسية تمثل "أحد أشكال المشاركة العقلية؛ حيث يُظهر الفرد التزامًا تجاه ذاته وأهدافه وقيمه وعلاقاته، ويرتبط ذلك بإيمانه بقدرته على التحكم في الأحداث، والنظر إلى تجارب الحياة باعتبارها فرصًا للنمو والتطور، لا تهديدات أو عوائق". كما أشار لامبيرت (Lambert, 2003) إلى أن "الشخص الذي يتمتع بالصلابة النفسية المرتفعة يتميز بثلاث خصائص أساسية: القدرة على الانخراط والالتزام تجاه حياته ومجتمعه، والقدرة على التحكم في مجريات حياته والتأثير فيها، والاعتقاد بأن التغيير يمثل تحديًا يجب مواجهته بدلًا من اعتباره عقبة"، وأن هذه الخصائص تشكل الأبعاد الأساسية للصلابة النفسية؛ حيث لا يمكن لأي بعد منها بمفرده أن يمد الفرد بالقوة والدافعية الكافية لتحويل الضغوط إلى عوامل إيجابية، ووفقًا لهذا التصور تُعد الصلابة النفسية بنية مركبة تتكون من ثلاثة أبعاد قابلة للقياس.

وعرّفت كونستانتينوفا ٢٠٠٥ Konstantinova الصلابة النفسية بأنها "إيمان الفرد بقدرته على التكيف مع الأحداث الحياتية المجهدة، التي قد تؤثر في صحته النفسية، وتعتمد هذه القدرة على تقليل التأثيرات السلبية للضغوط، من خلال استخدام استراتيجيات فعّالة لحل المشكلات والتعامل معها؛ مما يساعد الفرد على مواجهة التحديات بطريقة أكثر تكيفًا ومرونة" (Jarwan & Al-frehat, 2020). كذلك ركز تعريف (البيرقدار، ٢٠١١) للصلابة النفسية على أنها "قدرة الفرد على وضع استراتيجيات محددة عند التعرض للضغوط النفسية، تساعد على حل المشكلات الناتجة عن تلك الضغوط"، مما يبرز الجانب العملي والتكيفي للصلابة النفسية؛ حيث لا تقتصر على مجرد التحمل، بل تشمل التخطيط الفعّال والتعامل الإيجابي مع التحديات. ورأى بارتون وآخرون (Bartone et al., 2012)

أن الصلابة النفسية "أسلوب حياة، يشمل مفهوم الفرد عن ذاته، ونظرته إلى العالم، والنمط الأساسي الذي يستخدمه في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة"، ونظرًا لارتباط أسلوب الحياة القوي بالقدرة على الصمود تحت الضغوط، فقد وُصفه بأنه "أسلوب شديد المرونة"، وأنه إلى جانب مكونات الصلابة النفسية الأساسية (الالتزام، والتحكم، والتحدى)، يتميز الأفراد ذوو الأسلوب القوي بامتلاكهم توجهًا مستقبليًا واضحًا، وميلًا للنظر إلى المستقبل بتفاؤل، مع الاستفادة من خبرات الماضي، علاوةً على ذلك فإن الشخص القوي والمرن يتمتع بالشجاعة في مواجهة التجارب الجديدة وخيبات الأمل، ويتبنى نهجًا عمليًا في الحياة، كما يتميز بالكفاءة، وروح الدعابة، والقدرة على التكيف مع التحديات المختلفة.

وأشارت (خنفر ونوار، ٢٠١٤) إلى أن الصلابة النفسية تمثل عملية تكيف الفرد مع ضغوط الحياة، وذلك من خلال ثقته بقدرته على التحكم في مشاعره، والتعامل مع المشكلات التي يواجهها بفعالية، كما تتضمن الصلابة النفسية مجموعة من الصفات الأساسية، مثل الالتزام والتحدى والقدرة على إدارة مشكلات الحياة اليومية؛ مما يساعد الفرد على مواجهة التحديات بطريقة إيجابية، وتحويلها إلى فرص للنمو والتطور. كذلك تعريف (شند، ٢٠١٥) الذي أشار للصلابة النفسية على أنها "إحدى السمات الإيجابية في شخصية الفرد، والتي تتفاعل مع قدراته لمواجهة أحداث الحياة المتغيرة، وتسهم في التخفيف من الآثار السلبية على الصحة النفسية، وقدرة الفرد على تبني أهداف تجاه جوانب الحياة المختلفة، والالتزام بها، وتحمل المسؤولية نحوها، وإدراك الفرد لأحداث الحياة، وتفسيرها تفسيرًا واقعيًا، وقدرته على التحكم في أحداث الحياة وتحويلها إلى فرص للتعلم والنمو.

والصلابة النفسية وفقًا لعدرات (٢٠١٧، ٨) هي "مجموعة من القدرات والمهارات الشخصية التي يكتسبها الفرد من خلال مروره بخبرات حياتية ونفسية ضاغطة، بالإضافة إلى التدريب على تلميتها، وتتجسد هذه المهارات في الصبر والعزيمة والإصرار والتحدى، إلى جانب القدرة على التحكم، والضبط الذاتي،

وتنظيم الانفعالات الشخصية، كما تشمل مهارات التخطيط والتنفيذ والتحكم على مجريات الأحداث؛ مما يمكن الفرد من التحكم بها لتحقيق أهدافه الشخصية". كما عرّفها جروان والفرحات (Jarwan & Al-Frehatm, 2020) بأنها "إحدى سمات الشخصية التي تمكن الفرد من التكيف بفعالية مع التوتر والضغوط؛ مما يساعده على الحفاظ على صحته النفسية والجسدية، ويقلل من احتمالية التعرض للاضطرابات النفسية والفسولوجية الناتجة عن الإجهاد"، ويتميز الأفراد ذوو الصلابة النفسية -وفقاً لذلك- بالنفاؤل والهدوء العاطفي؛ مما يعزز قدرتهم على التعامل مع الضغوط بطريقة فعّالة؛ حيث يمكنهم إعادة تفسير المواقف المجهدة وجعلها أقل تهديداً ويسهم في تعزيز مرونتهم النفسية وقدرتهم على التكيف مع تحديات الحياة المختلفة.

وفي نفس الصدد عرّف كوبريفا وآخرون (Kuprieieva et al., 2020) الصلابة النفسية على أنها "سمة شخصية جوهرية، تتجسد في مواقف الفرد ومعتقداته، وتؤدي دوراً وسيطاً في تأثير المواقف الحياتية الصعبة على وعيه وسلوكه"، وتشمل العوامل المؤثرة في الصلابة النفسية: الاستقلالية الشخصية، والشعور بالحياة الهادفة، والكفاءة الذاتية، والتحكم، والنفاؤل، والأمل في المستقبل، كما تعتمد على الافتراضات الأساسية للفرد، والتي تشكل رؤيته للعالم، وتؤثر في قراراته وقيمه؛ مما يسهم في تحقيقه لذاته وتكيفه مع التحديات الحياتية. كما أشار توتسكي وآخرون (Totskiy et al., 2021) في تعريفهم للصلابة النفسية بأنها "قدرة الفرد على التنظيم الذاتي على المستويين الجسدي والنفسي؛ بما يمكنه من الحفاظ على صحته العقلية والجسدية، وتقليل الضغوط الداخلية الناجمة عن التعامل المستمر مع التوتر، كما تساعد هذه القدرة على إعادة تفسير مصادر التوتر، وجعلها تبدو أقل تهديداً؛ مما يسهم في تعزيز التكيف النفسي والمرونة في مواجهة التحديات".

ويمكن تعريف الصلابة النفسية إجرائياً في هذا البحث وفقاً لما حدده عماد مخيمر (٢٠٠٢) بأنها "مستوى ما يمتلكه الطالب من ثلاثة أبعاد رئيسية هي:

الالتزام: ويعكس مدى شعور الفرد بالارتباط والمعنى في الأنشطة الحياتية، والتحكم: وتمثل إيمان الفرد بقدرته على التأثير في مجريات الأمور والتحكم في نتائج المواقف، والتحدي: ويعكس استعداد الفرد لمواجهة التغيرات وتقبلها بوصفها فرصاً للنمو والتطور، لا كمصادر للتهديد".

**تعقيب عام على التعريفات:** يتضح من التعريفات السابقة أن مفهوم الصلابة النفسية قد شهد تطوراً ملحوظاً عبر الزمن؛ حيث انتقل من كونه تصوراً فلسفياً إلى أحد المفاهيم المحورية في علم النفس الإيجابي، وقد تنوعت الرؤى النظرية حوله، ويمكن تصنيفها إلى الفئات التالية: الصلابة النفسية كمصدر مقاومة داخلية كما في تعريفات Navid, Attari, Azmudeh, Sharifi، التي ركزت على دور الصلابة كآلية دفاعية تعزز القدرة على التكيف وتقليل آثار الإجهاد. أو كسمة شخصية متعددة الأبعاد، أبرزها نموذج كوبازا الذي يحدد الصلابة في ثلاثة أبعاد: الالتزام، التحكم، والتحدي، وهي الرؤية الأكثر شيوعاً، وكمترادف للمرونة النفسية، كتعريف Younkin & Betz, Konstantinova؛ حيث رأت أن الصلابة النفسية عملية مستمرة للتكيف مع متغيرات الحياة دون التركيز على أبعاد محددة. أو كنمط حياة وتفكير إيجابي تدمج بين الصلابة النفسية والرؤية المستقبلية الإيجابية، والسعي نحو الأهداف، كما في تعريف Bartone، Kuprieieva، أو كمهارة مكتسبة تشير إلى إمكانية تنمية الصلابة النفسية بالتدريب والتعلم كما قدمه عردات، البيرقدار، أو مرتبطة بالصحة النفسية والجسدية كتعريف خنفر ونورا، Totskiy الذي أكد دور الصلابة في التنظيم الذاتي وتخفيف التوتر وتعزيز التوازن النفسي والجسدي.

### ثانياً: النظريات المفسرة للصلابة النفسية

١- النظرية الوجودية (المرجعية الفلسفية للصلابة): تنطلق هذه النظرية من فكرة أن الإنسان يسعى إلى خلق المعنى الشخصي في حياته من خلال اتخاذ قراراته بنفسه، وتحمل مسؤولية وجوده. وتستند الصلابة النفسية هنا إلى الإيمان بقدرة الفرد على تجاوز الألم، والتغيير من خلال الالتزام والتحكم

والتحدي، وأن هذه المكونات الثلاثة تمثل جوهر الصلابة النفسية، وتقوم على معتقدات الشخص حول ذاته والعالم من حوله، مما يسمح له برؤية الضغوط كفرص للنمو لا كمهددات (Azadi et al., 2021).

٢- النموذج التكاملي للصلابة النفسية (كتنظيم ذاتي نفسي جسدي): يفسر الصلابة النفسية على أنها قدرة تنظيم ذاتي، تشمل كل الجوانب النفسية والجسدية والوجدية، وتساعد على خفض التوتر الداخلي، وتحقيق التوازن بين الجهازين السمبثاوي والباراسمبثاوي، وتُعد مؤشراً لقدرة الفرد على تجاوز التهديدات، والتكيف في ظروف الغموض والضغط الشديد من خلال التغذية الراجعة والتنظيم الذاتي المعقد (Totskiy et al., 2021).

٣- النظرية التكيفية في السياقات الثقافية والاجتماعية: تُفهم الصلابة النفسية على أنها عملية ديناميكية، تتفاعل مع السياقات الاجتماعية والثقافية، خاصةً في حالات التمييز أو التحديات المجتمعية. وترى هذه النظرية أن الصلابة لا تعمل فقط كصفة ثابتة، بل كآلية مرنة تتغير استجابةً للتجارب، وتؤثر في العلاقة بين الضغوط والصحة النفسية، بما في ذلك السلوكيات الصحية مثل ممارسة الرياضة أو النظام الغذائي (Figuerola & Zoccola, 2015).

### ثالثاً: أبعاد الصلابة النفسية

وصفت كوبازا ومادي وكان ١٩٨٢ Kobasa, Maddi & Kahn الصلابة النفسية كسمة مركبة، تتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية هي: الالتزام، التحكم، والتحدي، وأكدت الدراسات أهمية هذه الأبعاد في تعزيز التكيف النفسي والاجتماعي والصحة النفسية (Kowalski & Schermer, 2019)، وذلك على النحو التالي:

١- الالتزام<sup>١</sup>: يتمثل في ميل الفرد للانخراط والمشاركة الفعالة في الأنشطة الحياتية المختلفة، والشعور بأن ما يفعله له قيمة ومعنى؛ مما يساعده على

---

1 Commitment

تحويل المواقف الصعبة إلى تجارب قابلة للتحمل والنمو؛ وهو ما يجعله أقل عرضة للاستسلام في وجه التوتر والضغط، وبالتالي فإن غياب هذا البُعد يجعل الفرد أكثر عرضة للمشكلات والاضطرابات، وتقدير الأحداث بأنها ضاغطة (Azadi et al., 2021).

٢- التحكم<sup>١</sup>: يشير إلى اعتقاد الفرد بقدرته على التأثير في الأحداث التي يمر بها؛ حيث يرى أن الأحداث ليست خارجة عن إرادته، بل يمكن توجيهها والتعامل معها؛ مما يعزز قدرته على مواجهة الضغوط، والنظر إلى المواقف والتجارب على أنها نتائج طبيعية لأفعاله، لا كأحداث مفاجئة وعشوائية. ويُساهم هذا البُعد في بناء استجابات صحية ونفسية إيجابية، خاصة في ظل التحديات المرتبطة بالتميز أو الضغوط المجتمعية (Figuroa & Zoccola, 2015).

٣- التحدي<sup>٢</sup>: يتضمن استعداد الفرد لرؤية التغيير على أنه أمر طبيعي في الحياة، وفرصة لاكتساب الخبرات والتطور، لا تهديدًا للاستقرار، أي أنه يُحدث تحولًا في التقييم المعرفي للمواقف، بحيث يُنظر إلى الأحداث المرهقة كفرص للنمو والتعلم؛ مما يعزز قدرة الفرد على التكيف والمواجهة، أي أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتعاملون مع التغيرات المفاجئة كفرص للتكيف والتعلم، وليس كعقبات تؤدي إلى الضعف أو الإخفاق. ولا تعمل هذه الأبعاد الثلاثة بشكل منفصل، بل تتكامل لتُنتج نمطًا من الأداء الشخصي الذي يسمح للفرد بالتعامل الفعال مع المواقف الضاغطة والحفاظ على صحته النفسية، ويتجلى دور الصلابة النفسية أيضًا في قدرتها على تعزيز الثقة بالنفس وتحسين نوعية الحياة وتقليل أعراض القلق والاكتئاب (Totskiy et al., 2021).

---

1 Control  
2 Challenge



#### رابعاً: أهمية الصلابة النفسية

١- دعم الصحة النفسية والسلوك الإيجابي: فالأشخاص ذوو الصلابة النفسية المرتفعة يتمتعون بإحساس عالٍ بالاكتمال الذاتي والثقة بالنفس؛ ما يجعلهم أكثر ميلاً لسلوكيات صحية وإيجابية في التعامل مع المواقف الضاغطة، مقارنةً بغيرهم ممن يعانون انخفاض مستوى الصلابة النفسية.

٢- تعزيز الاستبصار والمرونة الذهنية؛ حيث تُكسب الصلابة النفسية الأفراد رؤية أوسع للمواقف من حولهم، وتجعلهم أكثر انتباهاً وقدرة على إدراك بدائل متعددة للاستجابة، بفضل أبعادها الثلاثة: الالتزام، والتحكم، والتحدى؛ مما يعزز من مرونتهم في اتخاذ القرار، وتفسير الضغوط بشكل بناء (Bartone et al., 2013).

٣- العمل كواق نفسي يحمي من الآثار السلبية للتوتر: تحول الصلابة النفسية دون تفاقم أعراض الضغط النفسي، فالأشخاص ذوو الصلابة النفسية المرتفعة لا يكونون في منأى عن التوتر، لكنهم يظهرون مستويات أقل من الأعراض المرتبطة بالإجهاد، مثل انخفاض الأداء أو الاضطرابات النفسية، مقارنةً بأقرانهم من ذوي الصلابة المنخفضة.

٤- تعزيز استخدام استراتيجيات التكيف الإيجابية: تُسهم الصلابة النفسية في ميل الأفراد لاستخدام استراتيجيات مواجهة نشطة ومباشرة؛ حيث التركيز على حل المشكلات بدلاً من الهروب أو التجنب؛ ما يقلل من احتمالية اللجوء إلى سلوكيات سلبية كتعاطي المخدرات أو الكحول، وهي ميزة مهمة، خصوصاً في البيئات الضاغطة مثل الحياة العسكرية أو الجامعية (Bartone et al., 2012).

٥- تلعب الصلابة النفسية دوراً رئيسياً في التأقلم الناجح مع المواقف المجهدة اليومية، التي ظهرت في أثناء التعلم أو العمل، لأن الصلابة النفسية تساعد في التغلب على مثل هذه المواقف، من خلال تفعيل القدرات الشخصية المهمة في ظروف النمو المعاكسة (Kuprieieva et al., 2020).

## مفهوم قلق المستقبل المهني

### أولاً: تعريف قلق المستقبل المهني

اتفق كل من (زكي، ٢٠٢٣)، (بدران وآخرون، ٢٠١٦) و (Muschalla et al., 2010) في تعريف قلق المستقبل المهني على أنه "حالة انفعالية من الشعور بالتوتر والانزعاج، ترتبط شدتها بالتفكير في المستقبل المهني، وتنشأ من خوف الطلاب الجامعيين من عدم توافر فرص عمل مناسبة للمؤهلات الدراسية بعد تخرجهم، وخوفهم من اجتياز الامتحانات، وعدم القدرة على التنبؤ بما سيحدث في المستقبل". ويضيف (Muschalla et al., 2010) أنه "قد يتم تصنيفها إلى "حالة قلق أو قلق مزمن". أما تعريف (سليمان وآخرون، ٢٠٢٣)، (الحسيني وراشد، ٢٠١٢)، (جبر، ٢٠٢١) و (سيد، ٢٠١٩) فأشار إلى أنه "حالة من الإحباط الناجم عن الشعور بالتوتر والضيق وعدم الاطمئنان، تتاب الطالب الجامعي نتيجة التوجه السلبي، والتوقعات السلبية من ظن أو وهم أو ترقب نحو مهنة المستقبل، والخوف من عدم توافر فرص عمل بعد التخرج تناسب تخصصه ومؤهلاته الدراسية، وعدم تحقيق عائد اقتصادي مناسب أو مكانة اجتماعية مناسبة بسبب البطالة". كذلك أكد تعريف (البهنسي، ٢٠٢٣) و (المقبالي والخواجة، ٢٠٢٠) أنه "حالة انفعالية ناتجة عن خوف الطالب الجامعي، تتمثل في الشعور بالضيق والتوتر وعدم الارتياح، وذلك عند التفكير في مهنة المستقبل، خوفاً من عدم توفر مهنة مناسبة بعد التخرج، ذات مكانة مرموقة، وعائد اقتصادي مناسب يؤمن له سبل الحياة الكريمة، وذلك نتيجة لأفكاره السلبية التي تولدت بسبب الظروف الاجتماعية والاقتصادية المحيطة، والشعور بنقص الكفايات المهنية اللازمة لتلبية متطلبات سوق العمل، وقد يرجع ذلك لسبب عدم ثقة الطالب في نفسه، أو جهله بقدراته وإمكاناته بالشكل الذي يؤثر في مستوى طموحه المهني، وشعوره بعدم جدوى شهادته الجامعية في الحصول على مهنة تناسب مؤهلاته وخبراته، والقلق من عدم القدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، والمشكلات المستقبلية المتوقعة".

وفي نفس الصدد عرّفه (المصلوخي، ٢٠٢٣) و(الضمور، ٢٠٢٢) بأنه "حالة انفعالية غير سارة، ناتجة عن التفكير في المستقبل المجهول؛ ما يجعل الفرد يشعر بعدم الاستقرار، والخوف من مواجهه الحياة، والخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل، مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل، ويتصف الشخص الذي يعاني قلق المستقبل المهني بالتشاؤم، ويتوقع تهديدًا لمستقبله، ولديه عجز وخوف وعدم تحقيق الآمال، والسلبية والحزن وعدم الشعور بالأمن". عرّفه أيضًا (زيدان، ٢٠٢٣) "كحالة من التوتر والفرع الذي يصيب الفرد بسبب عدم الحصول على مهنة في مستقبله توفر له الاستقرار النفسي والاجتماعي والشعور بتقدير ذاته بين أفراد مجتمعه".

أما تعريف (Zhou et al., 2022) فتناوله على أنه "الضغط النفسي الذي يشعر به الفرد عندما يشعر بالقلق بشأن مساره المهني المستقبلي؛ حيث تؤدي أسواق العمل غير المستقرة، والاقتصاد الهش إلى عدم اليقين والأمن المهني، ويشعر الطلاب بالقلق بشأن ما إذا كانت وظائفهم المستقبلية ستلبي احتياجات الأسرة أم لا". وأشار (Darwish et al., 2021)، (مسافر ٢٠١٨)، (الغافري، ٢٠٢٠، ٣٢) و(المحاميد والسفاسفة، ٢٠٠٧، ١٤٢) بأنه "حالة -مؤقتة أو مستمرة- من التوتر والخوف، تؤثر في الفرد الذي يسعى لاختيار مهنة مستقبلية، وانشغاله بخصوص حصوله على عمل مناسب في المستقبل، ونجاحه في هذا العمل، وإثبات جدارته فيه، وإقامة علاقات مهنية مرضية، وتحقيق مكانة اجتماعية مرغوبة". يضيف (Bozkurt, 2023) أن "القلق المهني" حالة من التوتر، وعدم اليقين المرتبط بمستقبل الفرد الوظيفي، ويشمل مخاوف متعددة مثل: فقدان الوظيفة، ضعف الأداء، الفشل المهني، أو عدم القدرة على تأمين عمل مستقر، ويتضمن هذا النوع من القلق مشاعر الخوف من خيبة أمل الأسرة، أو الاضطرار للابتعاد عنها لأسباب مهنية أو أكاديمية، إلى جانب الخوف من الضغوط الملزمة للمسار المهني، ويُعد القلق المهني حالة شائعة بين الطلاب في مرحلة اتخاذ القرار المهني، كما يمكن أن يصيب البالغين الذين يواجهون ندمًا مهنيًا،

أو يسعون لتغيير مسارهم الوظيفي؛ مما يجعله اضطراباً انفعالياً محتملاً لدى مختلف الفئات العمرية".

وقدمته (عثماني، ٢٠٢٠، ١٨) على أنه "الخوف والتوتر وعدم الشعور بالأمن الذي ينتاب الطالب حول مساره المهني، وكذلك الحيرة في اختياره التخصص الذي يضمن له منصباً أو عملاً في المستقبل". أما تعريف (أحمادي، ٢٠١٩) و(مشري وآخرون، ٢٠١٨) فهو "حالة انفعالية غير سارة، يعانيها الطالب الجامعي عندما يشعر بالتوتر والضيق المصحوب بعدم الاطمئنان والخوف، نتيجة توقع خطر يهدد دراسته أو تخصصه، بالإضافة إلى مستقبله المهني واستقراره الأسري والاجتماعي". وتعريف (عبده والقرني، ٢٠١٨) بأنه "عدم شعور الطالب الجامعي بالأمن النفسي، والخوف والقلق من المستقبل، لعدم وضوح الرؤية حول ميوله واتجاهاته نحو العمل المناسب الذي يؤمن له المستقبل".

أما تعريف (محمد وآخرون، ٢٠١٧) و(Mishra & Yada, 2013) فأشار إلى أنه "حالة نفسية تتمثل في الشعور بالخوف والتوتر وعدم الارتياح، تحدث عندما يواجه الفرد خطر يهدد مستقبله المهني، كفقد العمل، أو عدم الحصول على المكانة الوظيفية المرغوبة، أو عدم الحصول على عائد مادي جيد، أو نقص الكفاءة المهنية، أو حدوث مشكلات في محيط العمل". وهو ما يتفق مع تعريف (Thai et al., 2014) بأن قلق المستقبل المهني هو "الخوف الناجم عن التفكير في المهنة المستقبلية، والشعور بالعجز عن الحصول على وظيفة، والخوف من الشعور بخيبة الأمل في اختيار المهنة، والتوتر إذا طُلب منك وضع خطة وظيفية، وعدم الحسم بشأن الأمور المتعلقة بالمهنة، والإجهاد في التفكير وبناء السيرة الذاتية التنافسية، والخوف من الالتزام في مهنة". كذلك تعريف (مخيمر، ٢٠١٣) "حالة من التوتر وعدم الاطمئنان، والخوف والضيق، يشعر بها الطالب الجامعي عندما يفكر في مهنة المستقبل، ناتجة عن توقعات وتعميمات بأن الفرص المهنية في المستقبل تتضاءل، وأن الحصول على مهنة ذات مكانة مرموقة وعائد اقتصادي جيد، قد يصبح أمراً صعب المنال، مهما بذل من جهد،

ومهما كانت مؤهلاته وإعداداته الأكاديمي". وفي أبسط تعريفات قلق المستقبل المهني أشار بارلو ٢٠٠٠ Barlow أنه "شعور مزعج، يرتبط برد فعل فسيولوجي عند إثارة الخوف، وهو عاطفة إنسانية تتشكل نتيجة لإدراك التهديدات المستقبلية" (Shindi et al., 2023). في حين عرّفه زاليسكي (Zaleski, 1996, 165) على أنه "حالة انفعالية مركبة تتسم بالتوجس، والخوف وعدم اليقين إزاء ما قد يحمله المستقبل من تغيرات غير مرغوب فيها، ويعكس شعور الفرد باحتمالية الفشل في تحقيق الذات والطموحات المهنية". وقد يتدرج هذا القلق من مخاوف معتدلة بشأن عدم بلوغ الأهداف، إلى حالات قصوى من الذعر المرتبط بإمكانية حدوث تهديدات كارثية؛ مما يترتب عليه إحساس بعدم جدوى الجهود المبذولة لتحقيق مستقبل مهني مستقر ومرغوب". ويختلف تعريف سريفتافا وسين (Srivastava & Sen, 1995) عما سبق من التعريفات؛ حيث يشير إلى أنه "حالة من الخوف والتوتر وعدم الأمان، لا مبرر لها، قد تنشأ لدى الفرد حتى في ظل زيادة التسهيلات المتاحة من العمل".

**ويمكن تعريف قلق المستقبل المهني إجرائيًا في البحث الحالي بأنه** "مستوى القلق والانشغال النفسي المرتبط بتوقعات الفرد حول مستقبله المهني بعد التخرج، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى القلق، فيما تعكس الدرجة المنخفضة انخفاضه".

### ثانيًا: النظريات المفسرة لقلق المستقبل المهني

١- النظرية السلوكية: يفسر القلق من منظور السلوكية بوصفه استجابة متعلمة، ناتجة عن خبرات بيئية خاطئة؛ حيث يُنظر إلى القلق العصابي على أنه سلوك مكتسب، يتطور نتيجة التفاعل مع مواقف معينة، يتم خلالها تعزيز القلق العادي ليصبح استجابة مرضية تُعمم لاحقًا على مواقف مشابهة وترى المدرسة السلوكية أن القلق يتشكل في إطار مبادئ التعلم الشرطي، خاصةً التعلم الشرطي الكلاسيكي - كما أوضحه بافلوف؛ حيث يؤدي اقتران مثير محايد بمثير مهدد إلى توليد استجابة خوف تجاه المثير المحايد. وقد أكدت الدراسات التجريبية هذه الفرضية، إلا أن بعض الإشكالات أثّرت حولها،

مثل محدودية أنواع المخاوف المكتسبة، إذ إن بعض المخاوف ترتبط بأشياء محددة دون غيرها، رغم تواجدها في ظروف زمنية أو مكانية مشتركة؛ ويُعزى ذلك إلى ما يُعرف بالاستعداد الفطري، والذي يشير إلى ميل الإنسان البيولوجي لتكوين استجابات خوف تلقائية تجاه مواقف أو كائنات تمثل تهديدًا تطوريًا (زيدان، ٢٠٢٣). وفي ضوء ذلك يُفسّر قلق المستقبل المهني في إطار النظرية السلوكية على أنه استجابة مكتسبة نشأت نتيجة تعرض الفرد لمواقف أو خبرات سلبية، تم تعميمها بشكل خاطئ على المستقبل المهني؛ ما أدى إلى تكوّن نمط قلق متكرر، يرتبط بتوقعات الفشل أو التهديد في المجال المهني.

٢- النظرية المعرفية: يُفسر القلق وفقًا للنظرية المعرفية على أنه ناتج عن طريقة إدراك الفرد لذاته وللعالم من حوله، وليس مجرد استجابة لسلوك ظاهري. وتُعد نظرية البنى الإدراكية لجورج كيلي من أبرز الإسهامات في هذا الاتجاه؛ حيث ترى أن الفرد يبني نماذج معرفية تساعده على فهم وتنظيم الأحداث والتجارب الاجتماعية، ويظهر القلق -وفقًا لكيلي- عندما يعجز الفرد عن تفسير المواقف والخبرات المحيطة به من خلال بنيته المعرفية، أي عندما تكون الأحداث غير متوقعة، أو لا تتوافق مع نماذجه الإدراكية؛ ما يؤدي إلى شعور بالارتباك، والعجز في التكيف؛ وبالتالي فإن القلق ينشأ نتيجة عدم القدرة على التنبؤ بالمستقبل، أو تفسير الحاضر بشكل يتسق مع البناء المعرفي للفرد. ومن منظور معرفي آخر، وفسر "ماندر" القلق من المستقبل استنادًا إلى نظرية العجز، حيث رأى أن الشعور بالعجز ينشأ من الضغوط المعرفية التي يعانيها الفرد، إما بسبب ضعف القدرة على توقع الأحداث المستقبلية، أو نتيجة تضارب المفاهيم المتاحة لديه مع إمكاناته الذاتية (عمرابي، ٢٠٢٣، ١٢). ووفقًا لذلك فإن قلق المستقبل المهني يُفهم معرفيًا على أنه نتيجة لخلل في التنبؤ والتفسير العقلي للخبرات، مما يضعف شعور الفرد بالسيطرة، ويعزز الإحساس بالعجز وعدم اليقين.

٣- النظرية التحليلية: تُفسر القلق على أنه ناتج صراعات نفسية داخلية غير

واعية. فقد رأى سيجموند فرويد أن القلق ينشأ نتيجة إخفاق الأنا في استخدام آليات الدفاع بصورة فعالة لمواجهة التهديدات الداخلية؛ مما يجعل الفرد عرضة لمشاعر القلق؛ وعليه فإن القلق يتولد بشكل رئيسي من كبت الرغبات الجنسية؛ حيث تتحول طاقة "الليبيدو" (الدافع الجنسي) المكبوتة إلى قلق بطريقة فسيولوجية، ويرتبط ذلك بعقد نفسية غير محلولة مثل عقدة أوديب، وعقدة إيكتر. كما أشار فرويد إلى أن التوقع المستمر للخطر يُعد مصدرًا مهمًا للقلق، فكلما ازداد التوقع السلبي تصاعدت مشاعر القلق. وفسّر ألفرد أدلر القلق من خلال مفهوم "عقدة النقص"؛ حيث تعود مشاعر القلق إلى الإحساس بالنقص الجسدي أو المعنوي أو الاجتماعي، وارتباطها بتهديد نمط حياة الفرد وشعوره بالكفاءة الذاتية. أما أوتو رانك فقد أرجع القلق إلى "صدمة الميلاد"، التي اعتبرها التجربة الأولى للانفصال والقلق في حياة الإنسان، وهي ما يُعرف ببذور القلق الأولي. أما كارين هورني فقد فسرت القلق بأنه ناتج عن ثلاثة مشاعر أساسية تتشكل في الطفولة: الشعور بالعجز، الشعور بالعدوانية، والشعور بالعزلة، وهي جميعها تؤدي إلى إحساس عام بالتهديد وفقدان الأمان، يشكل أساس القلق لاحقًا في الحياة (دليله جارش، ٢٠٢٣، ٣٣). وعليه يفسر التوجه التحليلي قلق المستقبل المهني بوصفه انعكاسًا لصراعات داخلية لا شعورية، كالشعور بالنقص، أو العجز عن التكيف، أو الخوف من الفشل، مما يهدد صورة الذات ويُفعل مشاعر القلق، كما يُعزى إلى توقع الخطر وفقدان الأمان المرتبط بالمستقبل المهني المجهول.

٤- النظرية الإنسانية: تتناول القلق بوصفه تجربة وجودية، ناتجة عن سعي الفرد لإيجاد مغزى لحياته وتحقيق ذاته. ورأى أصحاب هذا الاتجاه أن القلق لا يرتبط بالماضي، بل ينبع من وعي الفرد بالمستقبل، وما قد يحمله من تهديد لوجوده أو إنسانيته، خاصةً عندما يعجز عن تحديد هدف واضح لحياته، أو يشعر بانفصال عن قيمه الذاتية، ويصاحب هذا القلق مجموعة من المشاعر غير المرغوبة، مثل التوتر، والارتباك، وضعف التركيز؛ مما يعكس صراعًا

داخليًا بين طموحات الفرد وإحساسه بعدم اليقين تجاه مستقبله (المحاميد، السفسافه، ٢٠٠٧). وفقًا لذلك تُفسر النظرية الإنسانية قلق المستقبل المهني بأنه ناتج عن فقدان الفرد لإحساسه بالهدف أو المعنى في حياته المهنية؛ ما يجعله عرضة للقلق تجاه مستقبله، وينشأ القلق من إدراك الشخص لاحتمال تهديد وجوده أو فشله في تحقيق ذاته عبر العمل.

### ثالثًا: أسباب قلق المستقبل المهني

يواجه طلاب الجامعات بوجه خاص، والشباب بوجه عام، تحديات متزايدة في ظل التحولات المتسارعة في سوق العمل؛ مما يؤدي إلى شعور متزايد بالقلق تجاه المستقبل المهني (Zakari et al., 2023)، وذلك لعدة أسباب:

#### ١- الأسباب الشخصية:

- ضعف الكفاءة الذاتية، وعدم القدرة على التعامل مع الاستجابات السلبية للأحداث المستقبلية (Hammad, 2016)، حيث تؤكد إيفانا Ivana, 2017 أن انخفاض الكفاءة الذاتية هي القضية المركزية في عملية صنع القرار والتخطيط المهني، ولها دور كمنبئ باتخاذ القرار الوظيفي (Elfina & Andriany, 2023).
- عدم اليقين والمعرفة بالأحداث التي قد تحدث في المستقبل، فالمستقبل الغامض يؤدي إلى شعور الفرد بالعجز والقلق الزائد، وكذلك عدم قدرته على التفريق بين نظريته المستقبلية وواقع الحياة التي يعيشها، وعدم قدرته على استشراف المستقبل، وقلة معلوماته لتكوين أفكار حوله (Hammad, 2016).
- نقص التخطيط للمستقبل والعجز عن استخدام أدواته.
- انخفاض المرونة وعدم قدرة الفرد على التكيف مع مشكلات الحياة اليومية.
- الخوف من المجهول، والشعور بعدم الأمان، والإحساس الدائم بالفشل (زقاوة، ٢٠١٣).



## ٢- الأسباب الاقتصادية:

- ارتفاع معدلات البطالة وقلة الوظائف، خاصةً بين الطلاب المقبلين على التخرج الذين يتعين عليهم مواجهة الظروف الراهنة بكل ما فيها من معوقات (ALvi, 2021).
- إخفاق سوق العمل الحالي في تلبية بعض التخصصات التي كانت مطلوبة في الماضي؛ ما يجعل بعض الطلاب في تخصصات معينة يشعرون بالقلق من المستقبل لعدم قدرتهم في العثور على وظائف (Samawi et al, 2022).
- ضعف الاقتصاد العالمي، والظروف غير المستقرة، قد تؤدي إلى تخطب الطلاب في اتخاذ خيارات إنتاجية تتعلق بالمستقبل (ALvi, 2021)، وتضعهم في منافسة شديدة، خاصةً في ظل خسارة العديد من العاملين منهم، نتيجة الانكماش الصناعي؛ مما يهدد انعدام الأمن الوظيفي لأولئك الذين يهتمون بالاستقرار (Zhou et al., 2022).
- عدم الثقة بالمستقبل، حيث يؤدي تزايد فقدان الأشخاص لوظائفهم، وانخفاض الأجور، وارتفاع ضغوط العمل إلى فقدان الثقة بالمستقبل لدى الطلاب بحسب الخبرات التي اكتسبوها من زملائهم الخريجين الذين لم تتاح لهم فرص عمل، واضطروا للعمل في مجالات مختلفة بأنفسهم، أو أن يظلوا عاطلين عن العمل (Elfina & Andriany, 2023).

## ٣- الأسباب الاجتماعية:

- التنشئة الاجتماعية غير السوية، والتفكك الأسري، وعدم الإحساس بالأمن، وكثرة الضغوط النفسية، وعدم القدرة على التكيف مع المشكلات.
- الأفكار الخاطئة واللاعقلانية التي تتولد لدى الفرد وتجعله يؤول الواقع من حوله، وكذلك الأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ؛ مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الذي يفقده التحكم في انفعالاته وأفكاره العقلانية والواقعية، ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي.

- الطموحات الزائدة والأمني التي لا تتناسب مع حجم الواقع والإمكانات.
- عدم الشعور بالانتماء داخل الأسرة والمجتمع وعدم الإحساس بالأمن.
- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف، والإحساس بأن الحياة ليست جديرة بالاهتمام (دباغ والخير، ٢٠٢٠، ٢٣).
- التجارب السلبية التي تسبب القلق، بما في ذلك الصور النمطية السلبية، والإرشاد التربوي السيئ، والاعتقاد بالأسطورة القائلة بأن القليل فقط هم الذين يمكنهم النجاح (ALvi, 2021).

#### رابعاً: سمات الطلاب الجامعيين ذوي قلق المستقبل المهني

يتسم الطلاب الذين يعانون من قلق المستقبل المهني بعدد من الخصائص النفسية والسلوكية، من أبرزها:

- ١- ضعف الثقة بقدراتهم الشخصية، مع الميل إلى إرجاع المواقف السلبية إلى عوامل خارجية.
- ٢- سيادة المشاعر السلبية كالقلق والتشاؤم والحزن والشك والتردد؛ الأمر الذي يزيد من حدة الصدام مع الآخرين، ويجعلهم أكثر عرضة لاضطرابات نفسية مثل الوحدة، وانخفاض الرضا عن الحياة، وتراجع الشعور بالأمن النفسي.
- ٣- صعوبة مواجهة المستقبل، مع الخوف من التغيرات المتوقعة وما يصاحبها من شعور بعدم اليقين.
- ٤- انخفاض مستوى الطموح وتدني تقدير الذات، بالإضافة إلى شيوع مفهوم سلبي للذات وما يرتبط به من توتر وعدم ارتياح (زيدان، ٢٠٢٣).
- ٥- التركيز المفرط على الحاضر أو الهروب إلى الماضي، والاتجاه إلى الانتظار السلبي للأحداث المستقبلية، مع الهروب من الأنشطة الإيجابية وتجنب المخاطرة، وضعف الثقة بالآخرين، والانطواء والتشاؤم (المصلوخي، ٢٠٢٣).
- ٦- الميل إلى السلبية والشعور بالعجز أمام التحديات المستقبلية، خاصة ما يتعلق بالتحويلات الاجتماعية والسياسية المتوقعة (Hammad, 2016).

### خامسًا: مظاهر قلق المستقبل المهني

١- المظاهر المعرفية: تعميم سلبيات المهنة بشكل تعسفي، ورفض تعميق البنية المعرفية حول طبيعة المهنة التي يؤهل لها وخصائصها، وعدم التخطيط للمستقبل.

٢- المظاهر السلوكية: ومنها الهروب من الواقع للخيال، وتجنب مواجهة المشكلات المرتبطة بالمهنة، وعدم تحمل مسؤولية الأنشطة المرتبطة بالمهنة، والإحجام عن محاولة الخروج للبيئة الميدانية الخاصة بالمهنة، والروتينية في التعامل مع المواقف، والاعتمادية في حل المشكلات المرتبطة بالتخصص على الآخرين.

٣- المظاهر الانفعالية: التوقعات السلبية عن أدائه لمهنته، والشك المتكرر في أداء وقدرة القائمين فعليًا على المهنة، والشعور بعدم الانتماء للتخصص الذي يؤهلهم للمهنة (البهنسي، ٢٠٢٣).

٤- المظاهر الجسدية: وتظهر كردود أفعال الفرد الفسيولوجية مثل: ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، ارتفاع ضغط الدم، الإغماء، التوتر العضلي، عسر الهضم أحيانًا، عدم القدرة على الكلام أو الوقوف (المحاميد والسفاسفة، ٢٠٠٧)، التعرق، الارتعاش، الغثيان وتسارع ضربات القلب (Noor et al., 2023).

### مفهوم الاتجاه نحو العمل الحر

#### أولًا: تعريف الاتجاه

الاتجاه بنية نفسية، تتكوّن من مجموعة من المعارف والمعتقدات والنزعات السلوكية، التي تُعبّر عن تقييم الفرد للقضايا والموضوعات والأشخاص والجماعات. وهو يعكس مواقف القبول أو الرفض المرتبطة بهذه الموضوعات، وقد تعددت تعريفات الاتجاهات، إلا أن تعريف ألبورت (١٩٣٥) أكثرها شيوعًا؛ حيث رأى أن الاتجاه "حالة من الاستعداد العصبي والنفسي، تنتظم بفعل الخبرة، وتؤثر بشكل توجيهي أو ديناميكي على استجابة الفرد للمثيرات المرتبطة

بالموضوع". ووفقاً لهذا التعريف فإن الاتجاه يعبر عن "حالة وجدانية تُشكّل خلفية لرأي الفرد أو اعتقاده نحو موضوع معين، وتحدد مدى قبوله أو رفضه له". وعليه أشار الباحثون إلى أن للفرد نوعين من الاتجاهات: ١- اتجاهات خاصة أو شخصية: ترتبط بالأحداث والظروف التي تخص الفرد نفسه، ٢- اتجاهات عامة أو اجتماعية: تتصل بالقضايا العامة في الحياة الاجتماعية (مجيد، ٢٠١٣). وعرفه دوب ١٩٤٧ Doob أنه "استجابة ضمنية ناتجة عن دافع، وتكتسب أهمية اجتماعية ضمن مجتمع الفرد"، مؤكداً ارتباط الاتجاه بالدافعية والسياق الاجتماعي. كما اعتبر كل من سميث، برونر، ووايت ١٩٥٦ Smith, Bruner & White الاتجاه أنه "استعداد للتجربة والتحفيز والتصرف تجاه فئة من الأشياء بطريقة يمكن التنبؤ بها"؛ مما يدل على ثبات نسبي في السلوك والاستجابة. كذلك وصفه أوسجود، سوسي وتانينباوم ١٩٥٧ Osgood, Suci & Tannenbaum بأنه "استعداد للاستجابة، ولكنه يختلف عن غيره من حالات الاستعداد في كونه توجه نحو استجابة تقييمية"، مما يبرز الطابع الوجداني والتقييمي للاتجاه. وعرفه سارنوف ١٩٦٠ Sarnoff أنه "الاستعداد للرد بشكل إيجابي أو سلبي على فئة من الأشياء"، مما يشير إلى الازدواجية الإيجابية/السلبية في الاتجاهات. ورأى كل من كريتش، كراتشفيلد وبالاتشي ١٩٦٢ Krech, Crutchfield & Ballachey أن الاتجاهات هي "أنظمة دائمة من التقييمات الإيجابية أو السلبية، والمشاعر العاطفية، المؤيدة أو المعارضة، المتعلقة بالأشياء الاجتماعية"، وهو تعريف شامل، يبرز الطبيعة المعرفية والوجدانية والسلوكية للاتجاه (Greenwald et al., 2013, 263). كذلك أشار إيجلي وتشايكين (Eagly & Chaiken, 1993) للاتجاه بأنه "حالة نفسية يُعبّر عنها من خلال تقييم شخص أو شيء أو قضية، بدرجة من التفضيل أو عدم التفضيل"، وأوضح بذلك إلى أن الاتجاه يمثل حكماً تقييمياً يُظهر الإعجاب أو الرفض أو الحياد، تجاه موضوع معين، كما يبرز هذا التعريف جانبين رئيسيين في فهم الاتجاهات: (النوع: فقد تكون الاتجاهات إيجابية، سلبية، أو محايدة، الدرجة أو الشدة: إذ تختلف قوة الاتجاهات بين الأفراد، فقد يتبنى

البعض موقفاً قوياً تجاه قضية معينة، بينما يكون موقف الآخرين ضعيفاً أو غير مؤثر؛ وبالتالي تعكس الاتجاهات مواقفنا التقييمية المتفاوتة من حيث النوع والحدة تجاه مختلف القضايا أو الأشخاص أو الأشياء (Haddock & Maio, 2008). وعرف (أبو النيل، ٢٠٠٩) الاتجاه بأنه "استعداد نفسي، تُترجمه وجهة نظر الفرد نحو موضوعات متعددة، سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية أو سياسية، أو مرتبطة بقيم مثل القيم الدينية، الجمالية، أو النظرية الاجتماعية، أو نحو جماعات معينة كالنادي أو المدرسة أو بيئة العمل"، ويُعبر عن هذا الاتجاه عادة من خلال استجابات لفظية تتراوح بين الموافقة، المعارضة، أو الحياد، كما يمكن قياس هذه الاتجاهات من خلال تخصيص درجات محددة لكل نوع من الاستجابة، بما يعكس شدة الموقف أو الاتجاه الذي يتبناه الفرد. أما قاموس ميريام وبستر Merriam Webster فقد عرف الاتجاه بأنه "موقف عقلي، أو شعور نحو حقيقة أو حالة"، وهو ما يوضح أن الاتجاه يتضمن بُعدين أساسيين: عقلي وانفعالي، يعبران عن توجه الفرد نحو موقف أو موضوع معين. ويضيف قاموس كامبريدج Cambridge dictionary بُعداً ثالثاً في تعريفه للاتجاه أنه "رأي أو شعور نحو شيء أو شخص، أو طريقة في التصرف ناتجة عن هذا الشعور أو الرأي؛ ما يشير إلى أن الاتجاه يتكوّن من ثلاثة مكونات مترابطة: معرفية (الرأي أو الاعتقاد)، وانفعالية (الشعور)، وسلوكية (نمط التصرف أو الاستجابة). ويؤكد هذا التعريف أن السلوك هو نتاج مباشر للمكونات المعرفية والانفعالية، وبالتالي فإن الاتجاه يُعد بنية نفسية تتضمن تقييماً داخلياً يُترجم إلى سلوك ظاهرياً (أبو النيل، ٢٠٠٩، ٣٥٥). ووفقاً لكاماو وآخرين (Kamau et al., 2014) فإن الاتجاهات هي انعكاسات شعورية غير مباشرة، تُستدل من السلوك والتعبير اللفظي، وتمثل تقييماً نفسياً للأشخاص أو الموضوعات. أما بينتيا (Bentea, 2015) فأشار كذلك إلى الاتجاه على أنه "ميل ثابت للقيام بتصرف معين، سواء بشكل إيجابي أو سلبي، نحو شخص، مجموعة، موقف، شيء، أو حدث".

#### ثانياً: مكونات الاتجاه

أشار كل من كاتز وستوتلاند Katz & Stotland إلى أن الاتجاهات تتكون من ثلاثة مكونات مترابطة هي: المكون المعرفي، والمكون الانفعالي، والمكون السلوكي، وبيّن العديد من الباحثين أن الاتجاهات النفسية تُبنى على أساس التفاعل بين هذه الجوانب الثلاثة، إذ تشكل الاستجابات المعرفية والانفعالية والسلوكية منظومة ديناميكية تحدد اتجاه الفرد نحو موضوع معين. وهو ما أكدته زانا وآخرون (Zanna et al., 2005) أن هذه المكونات لا تُعد فقط أجزاءً من الاتجاه، بل تفاعلات مستمرة تؤثر وتتأثر به، بما يعكس الطبيعة التقييمية للاتجاه، وما تتطوي عليه من معتقدات ومشاعر وسلوكيات.

وفي ضوء هذا التصور، تم تحديد مكونات الاتجاه على النحو التالي:

١- المكون المعرفي<sup>١</sup>: يتضمن كل المعارف والمعتقدات والتصورات الذهنية التي يتبناها الفرد نحو موضوع معين، بما في ذلك الحجج المنطقية أو غير المنطقية، التي يستند إليها في دعمه أو رفضه لذلك الموضوع. وقد تتخذ هذه التصورات شكل تعميمات نمطية جامدة، كما هو الحال - مثلاً- لدى بعض الأفراد الذين يعتقدون بأن "الزواج كسالي"، وهو نمط من التفكير القائم على التحيز المعرفي. ويتضح هذا المكون في مواقف مثل: الاتجاه نحو خروج المرأة للعمل؛ حيث يعكس مدى إدراك الفرد لقدرات المرأة وكفاءتها المهنية.

٢- المكون الانفعالي<sup>٢</sup>: يتمثل في المشاعر والانفعالات التي يشعر بها الفرد نحو موضوع الاتجاه، والتي قد تكون إيجابية كالقبول والحب، أو سلبية كالخوف والكرهية. وتُعد هذه الاستجابات الوجدانية أساسية في تحديد طبيعة الاتجاه، حتى لو اتفق الأفراد على الموقف نفسه، فعلى سبيل المثال: قد يرفض شخصان عمل المرأة، إلا أن أحدهما يرفضه خوفاً من فقدان التحكم، بينما الآخر يرفضه نتيجة كراهية متجذرة. وتتعاكس هذه الانفعالات في شعور بعض الأفراد بالفرح أو الاشمئزاز عند مناقشة

1 Cognitive Component

2 Affective Component

موضوع خروج المرأة للعمل.

٣- المكون السلوكي<sup>١</sup>: يُشير إلى سلوك الفرد واستجاباته الفعلية تجاه موضوع الاتجاه، فإذا كانت المعتقدات والانفعالات سلبية، فقد يُترجم ذلك إلى تجنّب أو عدااء سلوكي نحو الجماعة أو الظاهرة موضوع الاتجاه، أما إذا كانت إيجابية فقد تظهر في شكل دعم أو تفاعل إيجابي، ويتجلى هذا المكون في سلوكيات مثل: سماح الأب لابنته بالعمل أو منعها، أو تشجيع الزوج لزوجته على الانخراط في سوق العمل أو معارضته لذلك (أبو النيل، ٢٠٠٩، ص ٣٥٥).

### ثالثاً: خصائص الاتجاه

ثمة إجماع بين علماء النفس على أن هناك خصائص تتصف بها الاتجاهات، ويتحدد بعضها فيما يلي:

١- الاتجاهات مكتسبة وليست فطرية أو موروثية: إذ تنشأ من خلال تفاعل الفرد مع بيئته وخبراته الحياتية المتعددة، بما في ذلك التنشئة الاجتماعية، والتعليم، والتجارب الشخصية.

٢- الثبات النسبي: تتسم الاتجاهات بدرجة من الثبات النسبي بمرور الوقت، ويصعب تعديلها أو تغييرها بسهولة، لا سيّما تلك الاتجاهات المرتبطة بإشباع حاجات نفسية أساسية لدى الفرد، أو المرتبطة بهويته الذاتية والاجتماعية.

٣- الارتباط بموضوع محدد: فلا تُبنى الاتجاهات في الفراغ، بل تتكوّن دائماً في علاقة بين الفرد وموضوع معين، سواء كان هذا الموضوع مادياً أو معنوياً، شخصاً أو جماعة، أو حتى قضية اجتماعية أو فكرية.

٤- التعدد والتنوع: حيث تنتوع الاتجاهات بتنوع موضوعاتها، وتختلف باختلاف مجالات الحياة التي يتفاعل معها الفرد، كالسياسة، والدين، والفن، والعمل، والتعليم، وغيرها.

٥- إمكانية التنبؤ بالسلوك: تتطوي الاتجاهات على قدر من الاتساق

الداخلي، ما يسمح بتوقع أنماط الاستجابات المستقبلية للفرد في مواقف مشابهة أو جديدة، خاصةً عندما تكون هذه الاتجاهات راسخة ومنظمة.

٦- المرونة في نطاق الانتشار: قد تتسم بعض الاتجاهات باتساع نطاقها لتشمل قضايا عامة أو كونية، كالاتجاهات نحو السلام العالمي أو البيئة، وقد تكون محدودة ومحصورة في موضوعات شخصية أو محلية، ومع ذلك فإن مدى الانتشار لا يُغيّر من الخصائص الجوهرية للاتجاه ذاته (عيد، ٢٠٠٥).

#### رابعًا: وظائف الاتجاه

تلعب الاتجاهات دورًا محوريًا في تيسير التكيف النفسي والاجتماعي للفرد، كما تُسهم في تنظيم استجاباته للمثيرات والمواقف المختلفة في البيئة المحيطة.

وقد حدد إيليو كاتز Elihu Katz أربع وظائف رئيسية للاتجاهات، تتمثل فيما يلي:

١- الوظيفة الوسيطة (التكيفية أو النفعية): تقوم هذه الوظيفة على مبدأ أن الأفراد يسعون إلى تعظيم المكافآت وتقليل المنفرات في بيئتهم الاجتماعية، فالاحتفاظ باتجاهات إيجابية نحو ما يُكافأ عليه الفرد يعزّز من فرص القبول الاجتماعي أو النجاح، في حين تُساعد الاتجاهات السلبية في تجنب مصادر التهديد أو الإحباط، لذا تُعد الاتجاهات وسيلة عملية لتحقيق أهداف شخصية واجتماعية.

٢- وظيفة الدفاع عن الأنا: تسهم الاتجاهات في حماية الفرد من التهديدات النفسية التي قد تواجه صورته الذاتية، من خلال التمسك بمعتقدات معينة عن الذات أو الآخرين، فيستطيع الفرد مقاومة مشاعر القلق والخوف؛ وبذلك تحافظ الاتجاهات على التوازن النفسي للفرد، وتمنحه الشعور بالأمن الداخلي.

٣- وظيفة التعبير عن القيم والشخصية: تعكس بعض الاتجاهات الجوانب الجوهرية في شخصية الفرد، إذ تُعبّر عن منظومته القيمية، ومعتقداته



الراسخة، ومن خلال هذه الاتجاهات يُظهر الفرد هويته الذاتية والاجتماعية، ويؤكد انتماءه لمجتمع أو فكر معين؛ ما يدعم نموه النفسي وتكامل شخصيته.

٤- الوظيفة المعرفية: تساعد الاتجاهات الأفراد على تنظيم المعلومات، وفهم العالم المحيط بهم؛ حيث تُسهم في تصنيف وتفسير المثيرات البيئية وتحديد معانيها؛ مما يجعل عملية اتخاذ القرار أكثر كفاءة وسرعة، ويُيسّر الاستجابة للمواقف المتكررة أو المعقدة بطريقة منطقية ومنظمة (العدوان وداوود، ٢٠٢٣).

#### خامساً: تعريف الاتجاه نحو العمل الحر<sup>١</sup>

العمل الحر هو عمل ربحي، يقوم به الفرد أو مجموعة أفراد -سواء كان خريج جامعة أو غيره- لحسابهم الخاص، وفقاً لميولهم واتجاهاتهم وإمكاناتهم المادية؛ بهدف تحقيق أقصى ربح. فقد أشار كوفيريد ١٩٩٦ Kolvereid إلى مفهوم العمل الحر بأنه "الاختيار بين العمل لحساب الفرد أو الانضمام إلى منظمة"، وهو ما يعكس الفارق بين التصور الشخصي للعمل كصاحب عمل تجاري، والعمل ضمن هيكل تنظيمي (Akmaliah & Hisyamuddin, 2009). ووفقاً لأحمد زكي بدوي ٢٠٠٣ يعتبر العمل الحر "مجهوداً إرادياً عقلياً أو بدنياً، يتضمن التأثير في الأشياء المادية وغير المادية، لتحقيق هدف اقتصادي مفيد، كما أنه وظيفة اجتماعية تتحقق فيها شخصية الفرد" (عبد المطلب، ٢٠٢٥). أما (الأسمرى، ٢٠١١) فقد أشار إلى أنه "العمل الذي يقوم به الشخص بمفرده أو مع مجموعة؛ حيث يختارون نشاطاً أو منتجاً يحقق أقصى ربح وفق إمكانياتهم الخاصة". كذلك رأى محمود محمد وآخرون ٢٠١٨ أنه "العمل الذي لا يتبع أي جهة حكومية أو خاصة؛ حيث يقوم الفرد به بنفسه ولحساب نفسه، ويستثمر فيه جهده وماله لتحقيق أقصى ربح ممكن" (رشوان، ٢٠١٨). وهو أيضاً ما أوضحه (دردير، ٢٠٢٣) بأن العمل الحر هو "العمل الذي يقوم به الفرد

1 Trend towards self-employment

بنفسه دون أن يتبع أي جهة حكومية أو خاصة". كذلك بيّن (عبد المطلب، ٢٠٢٥) أنه "عمل اختياري، لا يتبع أي جهة، سواء كانت حكومية أو خاصة، ويقوم الفرد من خلاله بالعمل لحسابه الخاص، مستثمرًا طاقاته وإمكاناته وماله بهدف تحقيق أقصى ربح ممكن".

ويتحمل الفرد وفقًا لهذا النوع من العمل كامل المسؤولية عن نتائجه، كما تعود إليه مخرجاته المادية والأدبية والمعنوية. ويأخذ العمل الحر أشكالًا متعددة: فقد يكون عملاً في مجال واحد، أو في مجالات مختلفة وفقًا لاهتمامات الفرد أو ما تفرضه عليه ظروف السوق، وقد يكون إنتاجيًا أو خدميًا أو مهنيًا، أو ذهنيًا في مجالات كالفنون. كما يمكن أن يُمارس في أماكن متنوعة مثل المصنع أو المكتب أو المعمل، ويعتمد في أدائه على أساليب متعددة كالتجريب أو الاستقراء أو الاستنباط. ويُعد العمل الحر بطبيعته عملاً تنافسيًا يتأثر بعوامل السوق، كالعرض والطلب والإمكانات المتاحة، ويتطلب اكتساب الفرد لمهارات وقدرات تمكّنه من ممارسة عمله بحرية وثقة بالنفس وتحمل المسؤولية.

وعليه فقد عرّف (أبو النيل، ٢٠٠٩) الاتجاه نحو العمل بأنه "حالة عقلية وانفعالية نحو العمل، تؤثر في النية السلوكية للعمل؛ مما يعكس التأثير المتبادل بين الإدراك والمشاعر المرتبطة بالعمل وسلوكيات الأفراد تجاهه". كما عرّفه سوسانتي وميراديپتا (Susanty & Miradipta, 2013) بأنه "تقييم نفسي، يتمثل في مشاعر ومعتقدات الأفراد تجاه بيئة العمل، ويتضمن مكونات معرفية ووجدانية وسلوكية، ويُستدل عليه من سلوكهم. وهو ما أكدّه أيضًا أونال ٢٠١٥ Onal بأنه "الحالة المعرفية والانفعالية التي تنشأ نتيجة لتقييمات الأفراد لعملهم" (أبو النيل، ٢٠٠٩، ٣٥٥). ويتأثر الاتجاه نحو العمل الحر بعدة عوامل أبرزها: سمات الشخصية، مدى توافق الفرد مع بيئة العمل، طبيعة الوظيفة، العدالة التنظيمية، العلاقات المهنية، والضغوط الوظيفية؛ مما يسهم في تشكيل استجاباتهم نحو العمل، ويمكن أن تكون هذه الاستجابة إيجابية أو سلبية، بناءً على خبرات الفرد في العمل (Abun, 2021). وعرّف (الكردي، ٢٠٢٣) الاتجاه نحو العمل الحر

بأنه "مجموعة من المعارف والمعتقدات، التي تشجع الشباب على الانخراط في العمل الحر والابتكار، ويشمل هذا الاتجاه ثلاثة أبعاد: المعرفي، الوجداني والسلوكي؛ حيث تعكس هذه الأبعاد رغبة الشباب في المشاركة في مشاريع إنتاجية أو خدمية تدر دخلاً مالياً لهم".

ويمكن تعريف الاتجاه نحو العمل الحر إجرائياً في البحث الحالي: بأنه "درجة ميل الطالب الجامعي نحو العمل الحر، والتي تقاس من خلال ثلاثة أبعاد: المعرفي، والوجداني، والسلوكي، بحيث تعبر الدرجة المرتفعة عن اتجاه إيجابي نحو العمل الحر، وتعتبر الدرجة المنخفضة عن اتجاه سلبي نحو العمل الحر".

#### سادساً: مكونات الاتجاه النفسي نحو العمل الحر

١- المكون المعرفي: يعكس مستوى المعارف والمعتقدات والآراء التي يمتلكها الفرد حول الجوانب الاقتصادية للعمل الحر، فكلما كانت معرفة الفرد دقيقة وموضوعية بإيجابيات هذا النمط من العمل، مثل إمكانية تحسين الدخل وتنمية الموارد، اتخذ اتجاهًا إيجابيًا نحوه. في المقابل، قد ينشأ اتجاه سلبي إذا ارتبط العمل الحر في إدراك الفرد بمخاطر الخسارة المادية أو الديون أو تهديد الاستقرار المعيشي.

٢- المكون الانفعالي (الوجداني): قد تُترجم استجابات الفرد الانفعالية إلى مشاعر إيجابية كالقبول والدافعية والرضا، أو مشاعر سلبية كالرفض والتوتر والقلق تجاه خوض تجربة العمل الحر.

٣- المكون السلوكي (الاجتماعي): يعبر عن السلوكيات العملية التي يقوم بها الفرد حيال العمل الحر، مثل المشاركة في أنشطة ريادية، وبناء شبكة علاقات، والسعي لتأسيس عمل مستقل. وقد يظهر البُعد بشكل سلبي إذا تجنب الفرد فرص الانخراط في الأنشطة المجتمعية المرتبطة بريادة الأعمال أو عزف عن استثمار علاقاته في خلق فرص عمل جديدة (عبد الرحمن، ٢٠١٨).

### سابعًا: العوامل المؤثرة في اتجاهات الأفراد نحو العمل الحر

- ١- التعليم الرسمي المتعلق بالعمل الحر: يشمل الدورات أو المناهج التي تعرّف الطلاب بأساسيات العمل الحر ومهاراته.
- ٢- الخلفية الأسرية: البيئة العائلية والدعم الأسري والتجارب السابقة لأفراد الأسرة في العمل الحر.
- ٣- الخلفية المجتمعية: نظرة المجتمع العامة تجاه العمل الحر، ومدى إيجابية هذه النظرة، وما تقدمه من دعم ثقافي واجتماعي.
- ٤- العوامل البيئية الاجتماعية المحيطة، وقيمها ومعتقداتها السائدة، والتي قد تكون ميسرة أو معوقة للانخراط في العمل الحر.
- ٥- الدعم الثقافي والاجتماعي، ويتمثل في تشجيع المجتمع ومؤسساته للأفراد على إنشاء مشروعاتهم الخاصة.
- ٦- إدراج دورات تعليمية في منظومة التعليم العالي لدورها في تعديل أفكار الطلاب من البحث عن وظائف تقليدية إلى تبني فكر ريادة الأعمال.
- ٧- التحوّل المعرفي والسلوكي نتيجة التعليم والتوعية؛ مما يؤدي إلى تقليل معدلات البطالة، وتعزيز فرص النجاح في المشاريع (Abebe, 2015).

### بحوث ودراسات سابقة

#### الفئة الأولى: بحوث ودراسات اهتمت بدراسة العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني

هدفت دراسة (الزواهرة، ٢٠١٥) إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلاب جامعة حائل، تكونت العينة من ٤٠٠ طالب وطالبة، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية لمخيمر ٢٠٠٢، ومقياس قلق المستقبل لشقير ٢٠٠٥، ومقياس مستوى الطموح للرفاعي ٢٠١٠. أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين الصلابة النفسية وكل من قلق المستقبل ومستوى الطموح، كما أسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات الطلاب على الصلابة

النفسية وقلق المستقبل تعزى لمتغير النوع لصالح الذكور، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصصات العلمية، وقلق المستقبل لصالح التخصصات الأدبية، وكذلك كشفت النتائج عن وجود فروق بين مجموعات الفرق الدراسية في مستويات الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لصالح الفرق الرابعة. كما سعت دراسة (رزق، ٢٠١٦) إلى قياس مستوى قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى عينة من الشباب، ودراسة العلاقة بينهما وفقاً لمتغيرات النوع، الحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، بالإضافة إلى تحديد الفروق في مستوى هذه المتغيرات. شملت العينة ٣٠٠ شاب وشابة من مراكز الإيواء المؤقت في دمشق والسويداء تم اختيارهم عشوائياً. استخدمت الدراسة مقياس قلق المستقبل من إعداد الباحثة، ومقياس الصلابة النفسية لنصر ٢٠١٢. أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين قلق المستقبل والصلابة النفسية، كما أظهرت أن بُعد الالتزام كان الأكثر تأثيراً في قلق المستقبل، تليه أبعاد التحدي ثم التحكم، كما وجدت فروق دالة إحصائية بين الأفراد وفقاً للمتغيرات المدروسة. وأكدت الدراسة أهمية تعزيز الصلابة النفسية للحد من قلق المستقبل. وجاء ذلك على عكس نتائج دراسة (عبد اللطيف، ٢٠١٦) لفحص العلاقة بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية. اعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي، وتكونت العينة من ١٠٠ معلم ومعلمة، وتمثلت أدوات البحث في مقياس الصلابة النفسية، وشمل (الالتزام، والتحكم، والتحدي)، ومقياس قلق المستقبل. توصلت النتائج أنه لا توجد علاقة بين متغيري قلق المستقبل والصلابة النفسية، ولا توجد فروق دالة إحصائية في قلق المستقبل لدى معلمي المرحلة الابتدائية تبعاً لمتغير الخبرة، وأن شريحة كبيرة منهم يعانون بنفس القدر من قلق المستقبل.

وفي دراسة (Desai, 2017) لمعرفة الفروق بين الجنسين في الصلابة

النفسية لدى ٢٤٠ طالباً (١٢٠ من الذكور و ١٢٠ من إناث) من طلاب الجامعات بكليات مختلفة. استخدمت الدراسة مقياس الصلابة النفسية لبارتون ١٩٩٥. أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الصلابة النفسية. وفي نفس الصدد هدفت دراسة (يمينة، ٢٠١٨) إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة من الطلاب في التكوين المهني بالجزائر، قوامها ٥٨ طالباً وطالبة، تم الاعتماد في جمع البيانات على مقياس الصلابة النفسية لمخيمر (٢٠٠٢)، ومقياس قلق المستقبل لزينب محمود. خلصت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل، وإلى ارتفاع مستوى قلق المستقبل وُبعد التحكم للصلابة النفسية لدى الذكور مقارنةً بالإناث. كما هدفت دراسة (Ndlovu & Ferreira, 2019) إلى استكشاف العلاقة بين الصلابة النفسية والتكيف المهني لدى عينة قوامها ١٩٨ طالباً من طلاب كليات التعليم والتدريب التقني والمهني، بمتوسط عمر ٢١ عاماً (٥٧,٦% من الإناث، و ٩٦,٠%) غير متزوجين. استخدمت الدراسة مقياس الآراء الشخصية<sup>١</sup> لقياس الصلابة النفسية، ومقياس تكيف القدرات المهنية<sup>٢</sup> لقياس التكيف المهني. أظهرت نتائج تحليل الانحدار التدريجي أن كلاً من النوع وأبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي متغيرات تنبؤية لمستوى التكيف المهني لدى الطلاب، وأن أن الصلابة النفسية تلعب دوراً مهماً في تعزيز قدرة الطلاب على التكيف مع المتطلبات المهنية.

سعت أيضاً دراسة (الريدي، ٢٠٢٠) إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة، ودراسة تأثير بعض المتغيرات (النوع، التخصص الدراسي، المستوى الدراسي، عدد أفراد الأسرة، ومستوى الدخل) على الصلابة النفسية لديهم، بالإضافة إلى فحص إمكانية التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال تقدير الذات وقلق المستقبل. شملت العينة ٤٥٠ طالباً

1 PVS III-R

2 CAAI

وطالبة من جامعة القصيم، وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية، مقياس قلق المستقبل، ومقياس تقدير الذات لجمع البيانات. أظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية لدى العينة كان متوسطاً، مع وجود فروق دالة إحصائية لصالح طلاب العلوم الطبيعية في متغير التخصص، وطلاب المستوى الأول والثاني في المستوى الدراسي، وذوي الأسر الأكبر عدداً، إضافةً إلى أن أصحاب الدخل الضعيف كانوا أكثر صلابة نفسية، بينما لم تظهر فروق تبعاً لمتغير النوع. كما بينت النتائج أن قلق المستقبل يُسهم في التنبؤ بالصلابة النفسية (الدرجة الكلية وبعْد الالتزام).

ولفحص تأثير الصلابة النفسية ومستويات اليأس في تصورات الطلاب الجامعيين لمستقبلهم المهني خلال جائحة كورونا، جمع ( Alniaçık et al., 2021) بيانات ٤١٠ طالب وطالبات جامعيين، عبر استبيان إلكتروني لمتغيرات البحث، وبعد إجراء تحليل البيانات باستخدام نماذج المعادلات الهيكلية، أظهرت النتائج أن الصلابة النفسية تؤثر إيجابياً في تصورات المستقبل المهني، سواء بشكل مباشر أو غير مباشر من خلال اليأس، كما تبين أن مستوى الأمل يعزز تصورات المستقبل المهني، ويؤدي دوراً وسيطاً بين الصلابة النفسية وتلك التصورات. ناقشت الدراسة الجوانب النظرية والتطبيقية لهذه النتائج، مؤكدة أهمية تعزيز الصلابة النفسية والأمل لدعم التخطيط المهني لطلاب الجامعة في ظل الأزمات. في حين سعت (حسن، ٢٠٢٣) إلى دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى الأطباء العاملين في مشافي مدينة دمشق، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق في الصلابة النفسية وقلق المستقبل وفقاً لمتغيري النوع والحالة الاجتماعية. شملت العينة ٢٠٠ طبيب وطبيبة (١١٧ من الذكور، ٨٣ من الإناث)، (١٧٠ غير متزوجين، ٣٠ متزوجين)، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، واستخدمت الباحثة مقياس الصلابة النفسية لنصر ٢٠١٢، ومقياس قلق المستقبل من إعداد الباحثة، أظهرت النتائج أن مستويات الصلابة النفسية

وقلق المستقبل لدى الأطباء كانت متوسطة، مع وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية وفقًا للنوع والحالة الاجتماعية؛ حيث كانت أعلى لدى الذكور والمتزوجين، بينما أظهرت فروق في قلق المستقبل لصالح الذكور وغير المتزوجين.

على نفس المنوال هدفت دراسة (الشمري، ٢٠٢٣) إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والصلابة النفسية لدى طلاب السنة التحضيرية بجامعة حائل، بالإضافة إلى دراسة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل في الصلابة النفسية. شملت العينة ٤٥٨ طالبًا (١٠٨ من الذكور، ٣٥٠ من الإناث)، وباستخدام مقياس قلق المستقبل ومقياس الصلابة النفسية، أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أبعاد قلق المستقبل وكلٍّ من بعدي الالتزام والتحدي والدرجة الكلية للصلابة النفسية، بينما كانت العلاقة سلبية بين أبعاد قلق المستقبل وبعْد التحكم، كما وُجدت فروق دالة إحصائيًا بين مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل؛ حيث سجل مرتفعو القلق درجات أعلى في الالتزام والتحدي، في حين تفوق منخفضو القلق في بعد التحكم، كما تفوق مرتفعي الصلابة النفسية في جميع أبعاد قلق المستقبل، ووجود فروق تبعًا للتخصص والمستوى الدراسي. هدف أيضًا بحث (المطيري، ٢٠٢٣) إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الطائف، وذلك باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي. شملت العينة ٢٠٤ طلاب، تم اختيارهم عشوائيًا، واستخدم الباحث الاستبانة كأداة للبحث. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين متغيري الصلابة النفسية وقلق المستقبل، ووجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات الطلاب في أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية عند مستوى ٠,٠١، كذلك في أبعاد قلق المستقبل والدرجة الكلية عند نفس المستوى. كما لم تكن هناك فروق دالة إحصائية في الصلابة النفسية وفقًا



لمستوى دخل الوالد، ولم يظهر ارتباط دال بين الجانب الجسمي في قلق المستقبل والتفاؤل والمثابرة، ولا بين أبعاد قلق المستقبل وبعدي المثابرة والتحدي في الصلابة النفسية لدى الطلاب.

وبحثت دراسة (Upadhyay, 2024) العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني لدى ٢١٠ مشاركين في قطاعات مختلفة، وفئات عمرية متعددة، تتراوح أعمارهم بين ٢٣-٣٠ عامًا، يعملون في قطاعات تقنية المعلومات، تم اختيارهم باستخدام أسلوب العينة المتسلسلة، استخدمت الدراسة مقياس قلق المستقبل المهني، ومقياس الصلابة النفسية المختصر. أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني؛ حيث ارتبطت المستويات الأعلى من الصلابة النفسية بانخفاض قلق المستقبل المهني، كما كشفت تحليلات الانحدار أن الصلابة النفسية تعد مؤشرًا هامًا للتنبؤ بقلق المستقبل المهني، مما يشير إلى دورها الوقائي ضد المخاوف المتعلقة بالمستقبل، كما وجدت فروق بين القطاعات في متوسطات الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني، مما يعكس اختلافات في الصحة النفسية بين العاملين، بالإضافة إلى ذلك، لوحظت فروق بين الشباب البالغين والمهنيين الأكبر سنًا في مستويات الصلابة النفسية؛ مما يشير إلى تطور المرونة النفسية مع التقدم في العمر. وفي دراسة (Dalmış et al., 2025) لاستكشاف الدور الوسيط لطبيب الحال الذاتي في العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة قوامها ٤٨٣ طالبًا جامعيًا (٢٨٠ من الإناث و٢٠٣ من الذكور). استخدمت مقياس كونور-ديفيدسون للصلابة النفسية<sup>١</sup>، مقياس طبيب الحال الذاتي<sup>٢</sup>، ومقياس قلق المستقبل النسخة المختصرة، أشارت النتائج إلى أن الصلابة النفسية تؤثر سلبًا في القلق المستقبلي؛ حيث يقل القلق المستقبلي لدى الأفراد الأكثر صلابة نفسية. كما تبين أن الصلابة النفسية تؤثر إيجابيًا في الطبيب الذاتي، مما يعني أن الأفراد

1 Connor-Davidson Resilience Scale – 10 items

2 Subjective Well-Being Scale – SWB-7

الأكثر صلابة يتمتعون بمستويات أعلى من الطيب الذاتي. وأكدت الدراسة أن طيب الحال الذاتي يؤدي دورًا وسيطًا في العلاقة بين الصلابة النفسية والقلق المستقبلي، مما يشير إلى أن تعزيز الطيب الذاتي يساعد في تقليل القلق المستقبلي من خلال تأثير الصلابة النفسية.

### **الفئة الثانية: بحوث ودراسات اهتمت بدراسة العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل**

هدفت دراسة (الأمانة، ٢٠١٣) إلى استكشاف مستوى قلق المستقبل كما يدركه الشباب واتجاهاتهم نحو المستقبل، مع التركيز على تأثير احترام الذات والتوترات النفسية على توقعاتهم المستقبلية. شملت العينة ١٠٣ طلاب من المرحلة النهائية بجامعة واسط من أربع كليات: العلوم، الآداب، التربية، والهندسة، استخدمت الدراسة مقياس قلق المستقبل لـ "باسم فارس جاسم". أظهرت النتائج أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة كان أعلى من المتوسط، مما يعكس الانشغال الكبير بالتخطيط للمستقبل وتأثير الضغوط الدراسية والاقتصادية على الطلاب في هذه المرحلة الحاسمة من حياتهم. وهدفت دراسة (Hammad, 2016) إلى فحص العلاقة بين قلق المستقبل والتخصص الأكاديمي في ضوء متغيري النوع والتخصص، لدى عينة قوامها ٣٨٠ طالبًا وطالبة من جامعة نجران، منهم ٢٠٠ طالب في التخصصات الإنسانية، و١٨٠ طالبًا في التخصصات العلمية، تتراوح أعمارهم بين ١٨ : ٢٢ عامًا. تم تطبيق مقياس قلق المستقبل ومقياس الاتجاه نحو التخصص. أسفرت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين قلق المستقبل والاتجاه نحو التخصص، كما وُجدت فروق في قلق المستقبل لصالح طلاب التخصصات الإنسانية، بالإضافة إلى فروق بين الجنسين في قلق المستقبل لصالح الذكور، أما فيما يتعلق بالاتجاه نحو التخصص، فقد كانت هناك فروق لصالح طلاب التخصصات العلمية، مع عدم وجود فروق تُعزى إلى النوع.

كذلك هدفت دراسة (السفاسفة، ٢٠١٧) إلى استقصاء العلاقة بين قلق المستقبل والتوجهات الهدافية والكفاءة الذاتية المدركة لدى الطلبة الخريجين في

جامعة مؤتة، ومدى تأثر هذه العلاقة بالنوع والتخصص، لدى عينة مكونة من ٤١٠ طلاب على وشك التخرج (١٢٨ من الذكور، ٢٨٢ من الإناث)، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية. استخدمت الدراسة مقاييس: قلق المستقبل، التوجهات الهدافية، والكفاءة الذاتية المدركة. أظهرت النتائج أن مستوى قلق المستقبل كان مرتفعاً، وأن العلاقة بينه وبين كل من التوجهات الهدافية والكفاءة الذاتية المدركة، كانت سلبية متوسطة، كما بينت أن هذه العلاقة لم تختلف باختلاف النوع، لكنها اختلفت تبعاً للتخصص؛ حيث كان طلبة الكليات العلمية أقل قلقاً، وأكثر قدرة على بناء أهدافهم، وأكثر كفاءة ذاتياً مقارنةً بطلبة الكليات الإنسانية. وفي دراسة (عبدو والقرني، ٢٠١٨) للتعرف على درجة قلق المستقبل وعلاقته بالاتجاه نحو العمل لدى عينة من طلاب الجامعة، قوامها ٢٠٠ طالب من كلية العلوم والآداب. استخدمت الدراسة مقياس قلق المستقبل ومقياس الاتجاه نحو العمل من إعداد الباحثين، أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل والاتجاه نحو العمل، وفروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي قلق المستقبل في الاتجاه نحو العمل، وذلك لصالح منخفضي قلق المستقبل، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو العمل تبعاً لمتغير التخصص، العمر، السنة الدراسية، والمعدل التراكمي.

سعت أيضاً دراسة (Marliyah, 2023) إلى استكشاف العلاقة بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الريادي لدى عينة قوامها ٩٠ طالباً وطالبة من طلاب كلية إعداد المعلمين والتربية بجامعة إيفيت سيمارانج، التي تركز على الريادة التقنية، أكدت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية واتجاه الطلاب نحو العمل الريادي، مما يبرز دور الصلابة النفسية في تعزيز روح المبادرة والقدرة على مواجهة تحديات ريادة الأعمال، كما أظهرت أن الطلاب ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتمتعون بقدرة أكبر على التكيف، واتجاه إيجابي نحو ريادة الأعمال.

### الفئة الثالثة: بحوث ودراسات اهتمت بدراسة العلاقة بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل

هدفت دراسة (Khaledian et al., 2013) إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والانخراط المفرط في العمل، لدى عينة قوامها ١٠٠ معلم ومعلمة من معلمي المدارس الثانوية بمدينة قروة. استخدمت الدراسة استبيان الصلابة النفسية لكوبازا، واستبيان الانخراط المفرط في العمل لأغابيجي، وتم تحليل البيانات باستخدام الإحصاء الوصفي (التكرارات، النسب المئوية، المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري)، والإحصاء الاستدلالي (اختبارات وتحليل الانحدار). أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والانشغال الزائد بالعمل، أي أن الأفراد الأكثر صلابة نفسية أقل عرضة للانخراط المفرط في العمل، كما أشارت إلى أن مكونات الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، والتحدى) يمكنها التنبؤ بمستويات الانخراط المفرط في العمل.

كذلك هدف بحث (إسماعيل والرشيدي، ٢٠٢٠) إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية والرضا المهني لدى معلمات التربية الخاصة، والكشف عن العلاقة بينهما، والتنبؤ بدرجة الرضا المهني بناءً على مستوى الصلابة النفسية. شملت العينة ١٦٥ معلمة من مدارس التربية الخاصة بالكويت، بنسبة ٢٢,٥% من المجتمع المستهدف، وتفاوتت العينة في المرحلة التعليمية، سنوات الخبرة، والمؤهل العلمي. استخدم الباحثان مقياس الصلابة النفسية لمخير ٢٠٠٢، ومقياس الرضا الوظيفي لكوبر<sup>١</sup> (ترجمة المشعان). أظهرت النتائج أن مستوى الرضا المهني كان منخفضاً، بينما كان مستوى الصلابة النفسية متوسطاً في الدرجة الكلية والأبعاد الثلاثة (الالتزام - التحكم - التحدى). كما وجدت فروق دالة إحصائية في الرضا المهني والصلابة النفسية تُعزى إلى سنوات الخبرة، بينما لم توجد فروق وفقاً للمرحلة التعليمية أو المؤهل العلمي، أظهرت أيضاً أن العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا المهني كانت متوسطة الدلالة الإحصائية (عند

1 Cooper

مستوى ٠,٠٥)؛ حيث وُجدت علاقة بين الرضا المهني وأبعاد التحكم والتحدي، بينما لم توجد علاقة مع بعد الالتزام، وكان التحدي هو المتغير الأكثر تفسيراً للتباين في الرضا المهني؛ حيث فسر ٣٢,٤% من التباين، في حين لم تفسر الأبعاد الأخرى أو الدرجة الكلية للصلابة النفسية نسبة كبيرة من التباين.

### تعقيب على البحوث الدراسات السابقة

- أسفرت نتائج معظم الدراسات عن وجود علاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني، ووجود علاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر؛ مما يعكس دور الصلابة النفسية في تخفيف القلق، وتأثير القلق في تحديد مسارات العمل.
- تنوع عينات البحث؛ حيث اشتملت على (طلاب الجامعة، المعلمين، الأطباء... وغيرهم)؛ مما يعزز إمكانية تعميم النتائج.
- اختلاف نتائج الدراسات وفقاً للعينة المستهدفة؛ مما يشير إلى احتمالية تأثير السياق الاجتماعي والمهني على العلاقة بين المتغيرات.
- في حين أن هناك محدودية في الدراسات التي بحثت العلاقة بين الاتجاه نحو العمل وقلق المستقبل المهني، وبينه وبين الصلابة النفسية.
- عدم توفر دراسات -في حدود علم الباحثة- تناولت دور الصلابة النفسية في تعديل العلاقة بين متغيرات البحث (قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل).
- لم تفسر بعض الدراسات الفروقات الثقافية وتأثيرها على العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني.
- بعض الدراسات أغفلت تأثير العوامل البيئية والمجتمعية مثل الظروف الاقتصادية والسياسات التعليمية على قلق المستقبل المهني.

### فروض البحث

- ١- توجد علاقة دالة إحصائياً بين كل من الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني ومتغير الاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.

٢- يُسهم كل من الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني إسهامًا دالًا إحصائيًا في التنبؤ بالاتجاه نحو العمل الحر لدى عينة من طلاب الجامعة.

٣- تؤدي الصلابة النفسية دورًا في تعديل العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.

### منهج البحث وإجراءاته

#### أولاً: التصميم البحثي

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي، نظرًا لطبيعة مشكلة البحث وأهدافه وفروضه، والذي يُعد الأنسب للكشف عن طبيعة العلاقة بين المتغيرات الثلاثة محل الدراسة، وهي: الصلابة النفسية، وقلق المستقبل المهني، والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.

#### ثانيًا: عينة البحث

**العينة الاستطلاعية:** للتحقق من الخصائص القياسية للأدوات، تم تطبيق مقاييس البحث الحالي على عينة استطلاعية قوامها (٥٠) طالبًا وطالبة من طلاب جامعة بني سويف، ممن تتوافر لديهم الخصائص ذاتها التي تتوافر لدى العينة الأساسية، بمتوسط عمر (٢٠،٩٤) عامًا، وانحراف معياري (٣،٥٥)، وذلك بعد التأكد من وضوح صياغة البنود والتعليمات، ومدى ملائمتها وفهمها من قبل المشاركين. وقد تم الالتزام بالاعتبارات الأخلاقية، بما في ذلك احترام حق الأفراد في حرية المشاركة، وتقدير اختيارهم في الإجابة على أدوات البحث أو الامتناع عنها.

**العينة الأساسية:** تكوّنت العينة الأساسية للبحث الراهن من (٢٥١) طالبًا وطالبة، منهم (١٩٠) من الإناث و(٦١) من الذكور، ممن يدرسون في الفرق النهائية بمختلف كليات جامعة بني سويف النظرية والعملية. تراوحت أعمارهم ما بين (٢٠: ٢٥) عامًا، بمتوسط عمر (٢١،١١) عامًا، وانحراف معياري (٣،٦٧)، وذلك بعد استبعاد عدد من الطلاب الذين يمارسون أعمالًا حرة فعليًا، لضمان

اتساق خصائص العينة مع أهداف البحث الحالي. حرصت الباحثة على أن تشمل العينة تنوعاً من حيث التخصصات الأكاديمية، لتغطي أكبر عدد ممكن من كليات الجامعة، بما يتناسب مع طبيعة الدراسة النظرية والعملية؛ حيث اشتملت العينة طلاباً من كليات: العلاج الطبيعي، الطب البيطري، الهندسة، التعليم الصناعي، الصيدلة، التربية، الآداب، التربية للطفولة المبكرة، علوم ذوي الاحتياجات الخاصة، الحقوق، التجارة، الخدمة الاجتماعية، العلوم، والإعلام.

ويوضح الجدول (١) بيانات العينة بشكل تفصيلي:

جدول (١) مواصفات عينة البحث وفقاً لعدد من المتغيرات الديموجرافية

| النوع                 | النوع       | العدد | النسبة |
|-----------------------|-------------|-------|--------|
| النوع                 | ذكور        | ٦١    | ٢٤,٣%  |
|                       | إناث        | ١٩٠   | ٧٥,٧%  |
| الكلية                | التصنيف     | العدد | النسبة |
|                       | نظرية       | ١٦٥   | ٦٥,٧%  |
|                       | عملية       | ٨٦    | ٣٤,٣%  |
| المرحلة الدراسية      | الفرقة      | العدد | النسبة |
|                       | الرابعة     | ٢٢٦   | ٩٠%    |
|                       | أخرى        | ٢٥    | ١٠%    |
| الإقامة               | السكن       | العدد | النسبة |
|                       | حضر         | ١٦٣   | ٦٥%    |
|                       | ريف         | ٨٨    | ٣٥%    |
| المستوى المادي للأسرة | المستوى     | العدد | النسبة |
|                       | متوسط       | ١٧٦   | ٧٠%    |
|                       | مرتفع       | ٥٠    | ٢٠%    |
|                       | منخفض       | ٢٥    | ١٠%    |
| الحالة الاجتماعية     | الحالة      | العدد | النسبة |
|                       | أعزب        | ٢١٣   | ٨٥%    |
|                       | متزوج       | ٢٥    | ١٠%    |
|                       | منفصل       | ١٣    | ٥%     |
| التقدير العام         | التقدير     | العدد | النسبة |
|                       | جيد جداً    | ١٤٢   | ٥٦,٦%  |
|                       | جيد         | ٦٣    | ٢٥,١%  |
|                       | ممتاز       | ٣٨    | ١٥,١%  |
|                       | مقبول       | ٨     | ٣,٢%   |
| العائل                | حالة العائل | العدد | النسبة |
|                       | يوجد        | ١٧٢   | ٦٨,٥%  |
|                       | لا يوجد     | ٧٩    | ٣١,٥%  |

### ثالثاً: أدوات البحث

لتحقيق أهداف البحث استخدمت الباحثة: مقياس الصلابة النفسية (عماد مخيمر ٢٠٠٢)، مقياس قلق المستقبل المهني (إعداد الباحثة)، ومقياس اتجاه الطلاب نحو العمل الحر (إعداد الباحثة).

أولاً: مقياس الصلابة النفسية (إعداد عماد مخيمر، ٢٠٠٢)

**وصف المقياس:** يتكون المقياس من ٤٦ فقرة، تتم الإجابة عنها في ثلاثة مستويات: (دائماً، أحياناً، أبداً)، وتتراوح الدرجة لكل فقرة ما بين ١ : ٣، وذلك على النحو التالي: دائماً = ٣، أحياناً = ٢ وأبداً = ١، وبذلك تتراوح الدرجة على المقياس ما بين ٤٦ : ١٣٨ درجة؛ حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الصلابة النفسية والعكس. ويشمل المقياس ١٥ فقرة تُصحح بطريقة عكسية وهي (٧، ١١، ١٦، ٢١، ٢٣، ٢٥، ٢٨، ٣٢، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨، ٤٢، ٤٦، ٤٧). ويتكون المقياس من ثلاثة أبعاد: الأول بُعد الالتزام: يشمل ١٦ فقرة (١، ٤، ٧، ١٠، ١٣، ١٦، ١٩، ٢٢، ٢٥، ٢٨، ٣١، ٣٤، ٣٧، ٤٠، ٤٣، ٤٦)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى شعور الفرد بالمسؤولية والارتباط الجاد بأهدافه ومهامه، وعدم الاستسلام بسهولة. الثاني بُعد التحكم: يشمل ١٥ فقرة (٢، ٥، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ٢٠، ٢٣، ٢٦، ٢٩، ٣٢، ٣٥، ٣٨، ٤١، ٤٤)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى اعتقاد الفرد بقدرته على التأثير في مجريات حياته وتحمل مسؤولية قراراته وسلوكياته. الثالث بُعد التحدي: يشمل ١٥ فقرة (٣، ٦، ٩، ١٢، ١٥، ١٨، ٢١، ٢٤، ٢٧، ٣٠، ٣٣، ٣٦، ٣٩، ٤٢، ٤٥)، تشير الدرجة المرتفعة على بُعد التحدي إلى أن الفرد يرى التغيرات والصعوبات فرصاً للنمو والتعلم وليست تهديداً.

### الخصائص القياسية لمقياس الصلابة النفسية

#### الاتساق الداخلي للمقياس:

١- الاتساق الداخلي للمفردات: وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين

كل فقرة من فقرات المقياس والبُعد الذي تنتمي إليه باستخدام معامل ارتباط

بيرسون كما هو موضح بالجدول (٢)



جدول (٢) معاملات الارتباط بين فقرات كل بُعد من أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للبُعد

| بُعد الالتزام |                | بُعد التحكم |                | بُعد التحدي |                |
|---------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|
| الفقرة        | معامل الارتباط | الفقرة      | معامل الارتباط | الفقرة      | معامل الارتباط |
| ١             | **٠,٤٧٦        | ٢           | **٠,٤٤٧        | ٣           | **٠,٥١٦        |
| ٤             | **٠,٢٣٢        | ٥           | **٠,٥١٧        | ٦           | **٠,٥٩٣        |
| ٧             | **٠,٤٠٧        | ٨           | **٠,٤٦٨        | ٩           | **٠,٤٤١        |
| ١٠            | **٠,٥٦١        | ١١          | **٠,٢٣١        | ١٢          | **٠,٥٢٤        |
| ١٣            | **٠,٤٣٢        | ١٤          | **٠,٣٨٦        | ١٥          | **٠,٥٨٧        |
| ١٦            | **٠,٤٩٤        | ١٧          | **٠,٣٨٨        | ١٨          | **٠,٣٣٢        |
| ١٩            | **٠,٥٢٢        | ٢٠          | **٠,٢٨٥        | ٢١          | **٠,١٩١        |
| ٢٢            | **٠,٢٩٥        | ٢٣          | **٠,٢٥٨        | ٢٤          | **٠,٥١١        |
| ٢٥            | **٠,٣٨١        | ٢٦          | **٠,٥٤٣        | ٢٧          | **٠,٦٢٠        |
| ٢٨            | **٠,١٤٨        | ٢٩          | **٠,٣٣٨        | ٣٠          | **٠,٥٨٦        |
| ٣١            | **٠,٥٣٥        | ٣٢          | **٠,٢٠٥        | ٣٣          | **٠,٥١٧        |
| ٣٤            | **٠,٣١٨        | ٣٥          | **٠,٣٠٦        | ٣٦          | **٠,٢٣٠        |
| ٣٧            | **٠,٣٥٢        | ٣٨          | **٠,٢٣١        | ٣٩          | **٠,٣٩٢        |
| ٤٠            | **٠,٣٥٢        | ٤١          | **٠,٣٦٤        | ٤٢          | **٠,٣٥٣        |
| ٤٣            | **٠,٤٩٨        | ٤٤          | **٠,٢٦٨        | ٤٥          | **٠,١٣٠        |
| ٤٦            | **٠,٤٦٩        |             |                |             |                |

يتضح من الجدول (٢) أن جميع الفقرات لها ارتباط دال إحصائياً مع البُعد الذي تنتمي إليه عند مستوى دلالة (٠,٠١) أو (٠,٠٥)؛ مما يشير إلى اتساق داخلي جيد للمقياس، وهو ما يدعم صدق المقياس، ويعزز إمكانية الاعتماد عليه في أغراض البحث العلمي.

٢- الاتساق الداخلي للأبعاد مع الدرجة الكلية: وذلك بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد الفرعية لمقياس الصلابة النفسية (الالتزام، التحدي، التحكم) بعضها بعضاً، وكذلك بينها وبين الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح بالجدول (٣):

جدول (٣) مصفوفة ارتباطات أبعاد الصلابة النفسية

| الأبعاد  | الالتزام | التحكم  | التحدي  | الكلية |
|----------|----------|---------|---------|--------|
| الالتزام | --       |         |         |        |
| التحكم   | **٠,٤٤٠  | --      |         |        |
| التحدي   | **٠,٦٧٣  | **٠,٥١٩ | --      |        |
| الكلية   | **٠,٨٦٧  | **٠,٧٣٥ | **٠,٨٩٤ | --     |

يتضح من الجدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛ مما يدل على أن كل بُعد يرتبط بدرجة عالية مع باقي الأبعاد، ومع الدرجة الكلية للصلابة النفسية، وهو ما يعكس اتساقاً داخلياً جيداً للمقياس ويدعمه لأغراض البحث.

**صدق المقياس:** أجرى عماد مخيمر (٢٠٠٢) معاملات صدق لمقياس الصلابة النفسية وتراوحت ما بين معاملات متوسطة ومرتفعة.

#### ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات مقياس الصلابة النفسية باستخدام معامل ألفا كرونباخ، بالإضافة إلى طريقة القسمة النصفية (فردى/ زوجي)، حيث بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ (٠,٧٠٣) لبُعد الالتزام، و(٠,٧١٧) لبُعد التحكم، و(٠,٧٥٩) لبُعد التحدي، وهي دلالات تشير إلى اتساق مقبول إلى جيد. كما أسفرت نتائج القسمة النصفية عن قيم بلغت (٠,٧١١) لبُعد الالتزام، و(٠,٧١٠) لبُعد التحكم، و(٠,٧٢١) لبُعد التحدي، مما يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات والاتساق بين بنوده عبر أبعاده الثلاثة، وبما يضمن صلاحيته للتطبيق في الدراسة الحالية.

#### ثانياً: مقياس قلق المستقبل المهني (إعداد الباحثة)

وفقاً لاطلاع الباحثة على التراث النظري الخاص بمفهوم قلق المستقبل المهني، وما تضمنته من مراجع ومصادر عربية وأجنبية متنوعة، وكذلك مراجعة عدد من المقاييس والدراسات السابقة التي تناولت المفهوم، صاغت الباحثة فقرات المقياس بشكل علمي دقيق يتجنب الألفاظ الغامضة، ويُرَاعَى وضوح الصياغة وسهولة الفهم، بما يتناسب مع خصائص العينة المستهدفة، وتم عرض الصورة الأولية للمقياس على لجنة تحكيم تضم عشرة من أساتذة علم النفس، مرفقة بالتعريف الإجرائي للمفهوم، بالإضافة إلى شرح هدف المقياس، وطريقة تطبيقه وتصحيحه، وذلك بغرض تقييم الفقرات من حيث مدى ملاءمتها للأهداف المرجوة، ووضوحها من الناحية اللغوية والنفسية، وتم اعتماد نسبة اتفاق لا تقل عن ٨٠% بين المحكمين كمعيار لقبول الفقرات، وتم تعديل صياغة عدد من الفقرات في ضوء الملاحظات المقدمة، وحذف بعضها الآخر. كما أجرت الباحثة دراسة استطلاعية لتجريب الصياغة على عينة مماثلة للعينة الأساسية من حيث

الخصائص، وذلك بهدف التحقق من مدى وضوح البنود وسهولة فهمها، وقد أظهرت النتائج وجود اتفاق عام بين أفراد العينة على فهم العبارات، وعدم وجود صعوبات دلالية أو لغوية تعيق استيعاب مضمون المقياس.

**وصف المقياس:** يتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٥) فقرة، لقياس قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة، وقد تم إعدادها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة ذات الصلة، وتتوزع الفقرات لتعكس الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية والجسمية المرتبطة بقلق الطالب تجاه مستقبله المهني، مثل: الخوف من عدم الحصول على مهنة مناسبة، الشعور بعدم الأمان، التوقعات السلبية، الانفعالات الجسدية: كاضطراب المعدة وتسارع ضربات القلب، وضعف الحافز الدراسي. يُجيب المفحوص عن الفقرات باستخدام مقياس ليكرت خماسي التدرج، يتضمن البدائل: (دائمًا - كثيرًا - أحيانًا - قليلًا - نادرًا)، وتُعطى الدرجات على النحو التالي: ٥ درجات للاستجابة "دائمًا"، ودرجة واحدة للاستجابة "نادرًا"، مع مراعاة عكس الدرجات في الفقرات العكسية (٥، ٧، ١١، ١٤، ١٨، ٢٠، ٣١)، وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع مستوى قلق المستقبل المهني، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاضه.

#### الاتساق الداخلي للمقياس:

وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل المهني باستخدام معامل ارتباط بيرسون كما هو موضح بالجدول (٤).

جدول (٤) معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل المهني

| الفقرة | معامل الارتباط | الفقرة | معامل الارتباط | الفقرة | معامل الارتباط | الفقرة | معامل الارتباط |
|--------|----------------|--------|----------------|--------|----------------|--------|----------------|
| ١      | ٠,٤٨٨          | ١٠     | ٠,٧٦٥          | ١٩     | ٠,٥٥٢          | ٢٨     | ٠,٦٤٠          |
| ٢      | ٠,٦٠٤          | ١١     | ٠,٤٦٦          | ٢٠     | ٠,٣٢٨          | ٢٩     | ٠,٦٦٧          |
| ٣      | ٠,٦٣٠          | ١٢     | ٠,٥٥٧          | ٢١     | ٠,٥٧٨          | ٣٠     | ٠,٧٤٤          |
| ٤      | ٠,٦٣١          | ١٣     | ٠,٦٥٨          | ٢٢     | ٠,٤٠٩          | ٣١     | ٠,٣٧١          |
| ٥      | ٠,٤٣٥          | ١٤     | ٠,٣٨٥          | ٢٣     | ٠,٦٠٠          | ٣٢     | ٠,٧٣١          |
| ٦      | ٠,٤٩٣          | ١٥     | ٠,٤٤٦          | ٢٤     | ٠,٦٢٧          | ٣٣     | ٠,٤٩٧          |
| ٧      | ٠,٣٧٢          | ١٦     | ٠,٥٤٥          | ٢٥     | ٠,٤٥١          | ٣٤     | ٠,٤٢٩          |
| ٨      | ٠,٥٢٠          | ١٧     | ٠,٨١٠          | ٢٦     | ٠,٧٧٣          | ٣٥     | ٠,٤٤٤          |
| ٩      | ٠,٦٣٨          | ١٨     | ٠,٣٦٥          | ٢٧     | ٠,٥٩١          |        |                |

يتضح من الجدول (٤) أن جميع الفقرات لها ارتباط دال إحصائيًا مع الدرجة الكلية للمقياس عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) أو (٠,٠٠٥)؛ مما يشير إلى اتساق داخلي جيد للمقياس، ويعزز إمكانية الاعتماد عليه في أغراض البحث العلمي.

#### صدق المقياس

##### صدق الارتباط بمحك<sup>١</sup> (الصدق التلازمي):

اعتمدت الباحثة في حساب صدق مقياس قلق المستقبل المهني نوع الصدق التلازمي أو صدق الارتباط بمحك على مقياس قلق المستقبل المهني للطلبة المقبلين على التخرج (مشري وآخرون، ٢٠١٨). والذي يتكون من ٣٥ فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد (التفكير السلبي والمتشائم في المستقبل المهني، المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني، والمظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني) في صيغة عبارات تقريرية، تقابلها خمسة بدائل للإجابة (موافق جدًا، موافق، محايد، معارض، معارض جدًا)، وتصحح على التوالي بالدرجات من ٥: ١ لبدائل الإجابة الخمسة (٥ موافق جدًا وصولاً إلى ١ لمعارض جدًا)، وجميع الفقرات إيجابية التصحيح، ويتم احتساب درجة المشارك على المقياس بجمع درجاته على كل بُعد، وجمع درجاته على الأبعاد للحصول على الدرجة الكلية. وبحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجتي مقياسي قلق المستقبل المهني بالبحث الحالي وقلق المستقبل المهني المحك كان معامل الارتباط (٠,٤٨٢\*\*) عند مستوى دلالة ٠,٠٠٢؛ مما يدل على وجود ارتباط دال بالمحك، ويشير إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق.

##### ثبات المقياس:

قامت الباحثة بتقدير ثبات مقياس قلق المستقبل المهني باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وطريقة القسمة النصفية (بطريقة الفردي/ الزوجي)؛ حيث بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ (٠,٩٢٨)، كما بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة القسمة النصفية (٠,٩١٨)، وهي قيم مرتفعة، تشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، ويُعد صالحًا للتطبيق على عينة البحث الحالي.

##### ثالثًا: مقياس الاتجاه نحو العمل الحر

1 Concurrent validity

بعد الاطلاع على التراث النظري الخاص بمفهوم الاتجاه نحو العمل الحر، والذي تضمن العديد من المراجع والمصادر المتنوعة، والاطلاع على المقاييس والدراسات العربية والأجنبية التي اهتمت بقياسه؛ بهدف الوصول إلى صياغة علمية واضحة لأبعاد المقياس وفقراته، من حيث البُعد عن الألفاظ الغامضة، وقابليتها للفهم بما يتناسب مع العينة، وسهولة القراءة، قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولى على لجنة من المحكمين، تضم (١٠) من أساتذة علم النفس، موضحة الهدف، والتعريف الإجرائي للمفهوم، والأبعاد، وطريقة التطبيق والتصحيح، وذلك لإبداء الرأي في بنود المقياس من حيث:

- مدى ملائمته للهدف الذي وضع لقياسه.
  - مدى ملائمة الأبعاد المختلفة للمقياس.
  - مدى ملائمة كل فقرة من الفقرات للبُعد الخاص بها.
  - وضوح الفقرات والألفاظ من الناحية اللغوية والنفسية.
  - مع إدراج التعديلات اللازمة للعبارات والألفاظ التي تحتاج إلى تعديل.
- تم تقييم التحكيم من خلال اعتماد نسبة (٨٠%) فأكثر، كنسبة اتفاق بين المحكمين على فقرات المقياس، كما تم تعديل صياغة بعض الفقرات وفقاً لملاحظات المحكمين، وحذف عدد منها أيضاً، وقامت الباحثة بإجراء تجربة الصياغة "فهم الألفاظ" على العينة الاستطلاعية، لتحديد مستوى فهم الفقرات، وأوضحت النتائج وجود اتفاق عام لدى أفراد العينة على فهم الفقرات، وعدم وجود أي صعوبات في تطبيق المقياس، أو بعض الألفاظ الغامضة أو غير المفهومة.
- وصف المقياس:**

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٦٨) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد، تمثل مكونات الاتجاه نحو العمل الحر وهي: البُعد المعرفي (٢٤ فقرة)، ويعكس مدى وعي الطالب ومعلوماته ومعتقداته حول العمل الحر، مثل تصويره عن الاستقرار المادي، الفرص المتاحة، ضمانات العمل، وأثر التخصص الجامعي على النجاح في هذا المجال. والبُعد الوجداني (٢٥ فقرة)، ويعكس مشاعره الإيجابية أو السلبية المرتبطة بالعمل الحر مثل الرضا، التحفيز، الثقة بالنفس، الاستقلالية، والانفعالات المعيقة أو الداعمة. والبُعد السلوكي (١٩ فقرة)

ويعكس استعداد الطالب السلوكي والعملية نحو خوض تجربة العمل الحر، كالبحث عن فرص، المشاركة في برامج التدريب، وبناء العلاقات مع ذوي الخبرة. يُجيب الطالب عن كل فقرة وفقاً لمدى اتفاقها معه باستخدام مقياس ليكرت الخماسي الذي يتكوّن من البدائل: (أوافق بشدة، أوافق، أوافق إلى حد ما، أرفض، أرفض بشدة)، وتُحسب الدرجات من (٥) إلى (١) على التوالي، مع عكس التصحيح في الفقرات العكسية وتشمل: في بُعد المكون المعرفي: (٢، ٣، ٧، ١٤، ١٦، ١٧، ٢٢، ٢٣، ٢٥)، في بُعد المكون الوجداني: (٢، ٣، ٨، ١٨، ٢٢، ٢٣، ٢٤)، وفي بُعد المكون السلوكي: (١٠، ١٨). كما يُحسب المجموع الكلي للمقياس بجمع درجات المفحوص على جميع الفقرات بعد إجراء التصحيح العكسي، بحيث تعكس الدرجة المرتفعة اتجاهاً إيجابياً (قوياً) نحو العمل الحر، بينما تعكس الدرجة المنخفضة اتجاهاً سلبياً (ضعيفاً).

#### الاتساق الداخلي للمقياس

١- الاتساق الداخلي للمفردات: وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والبُعد الذي تنتمي إليه باستخدام معامل ارتباط بيرسون كما هو موضح بالجدول (٥).

جدول (٥) معاملات الارتباط بين فقرات كل مكون (بُعد) من مكونات الاتجاه نحو العمل الحر والدرجة الكلية للبعد

| المكون المعرفي |                | المكون الوجداني |                | المكون السلوكي |                |
|----------------|----------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|
| الفقرة         | معامل الارتباط | الفقرة          | معامل الارتباط | الفقرة         | معامل الارتباط |
| ١              | ***,٣٠٢        | ٢٥              | ***,٥٩٢        | ٥٠             | ***,٦١٧        |
| ٢              | *,٠٧٨          | ٢٦              | ***,٣١٩        | ٥١             | ***,٧٢٦        |
| ٣              | ***,٣٢٤        | ٢٧              | ***,٣٨٦        | ٥٢             | ***,٦٧٤        |
| ٤              | ***,٣٩٣        | ٢٨              | ***,٤٦٧        | ٥٣             | ***,٦٩٢        |
| ٥              | ***,٢٠٧        | ٢٩              | ***,٥١٩        | ٥٤             | ***,٥٦١        |
| ٦              | ***,٤٠٣        | ٣٠              | ***,٥٨٣        | ٥٥             | ***,٤٨٥        |
| ٧              | ***,٢٣٢        | ٣١              | ***,٣٨٧        | ٥٦             | ***,٧١٥        |
| ٨              | ***,٢٣         | ٣٢              | ***,٥٣٢        | ٥٧             | ***,٧٠٨        |
| ٩              | ***,٣٦٤        | ٣٣              | ***,٦٠٦        | ٥٨             | ***,٣٤٥        |
| ١٠             | ***,٣٤١        | ٣٤              | ***,٤٣٥        | ٥٩             | ***,٤٢٦        |
| ١١             | ***,٣٤٨        | ٣٥              | ***,٥٤١        | ٦٠             | ***,٧٠٩        |
| ١٢             | ***,٣٩٢        | ٣٦              | ***,٥٩٩        | ٦١             | ***,٧٢٤        |
| ١٣             | ***,٢٩٥        | ٣٧              | ***,٦٦٥        | ٦٢             | ***,٧٥١        |
| ١٤             | ***,٢٩٢        | ٣٨              | ***,٦٥١        | ٦٣             | ***,٧٢٩        |
| ١٥             | ***,٢١٤        | ٣٩              | ***,٥٧٩        | ٦٤             | ***,٦٦٢        |
| ١٦             | ***,٣٤٦        | ٤٠              | ***,٦٩٣        | ٦٥             | ***,٧٠٤        |
| ١٧             | ***,٣٤٤        | ٤١              | ***,٢٥٨-       | ٦٦             | *,١٢٩          |
| ١٨             | ***,٤٧٧        | ٤٢              | ***,٦٨٤        | ٦٧             | ***,٦٩١        |
| ١٩             | ***,٥٦٦        | ٤٣              | ***,٤٩٥        | ٦٨             | ***,٦١١        |
| ٢٠             | ***,٣٥٢        | ٤٤              | ***,٥٢٨        |                |                |
| ٢١             | ***,٢٠٩        | ٤٥              | ***,٢٧٧        |                |                |
| ٢٢             | ***,٣٤٥        | ٤٦              | ***,٣٣١        |                |                |
| ٢٣             | ***,٤٥٧        | ٤٧              | ***,٢٤٢        |                |                |
| ٢٤             | ***,١٦٥        | ٤٨              | ***,٥٨٥        |                |                |
|                |                | ٤٩              | ***,٣٨٨        |                |                |

يتضح من الجدول (٥) أن جميع الفقرات لها ارتباط دال إحصائيًا مع البعد الذي تنتمي إليه عند مستوى دلالة (٠,٠١) أو (٠,٠٥)؛ مما يشير إلى اتساق داخلي جيد للمقياس، وهو ما يدعم صدق المقياس، ويعزز إمكانية الاعتماد عليه

في أغراض البحث العلمي.

٢- الاتساق الداخلي للأبعاد مع الدرجة الكلية: وذلك بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاه نحو العمل الحر (المكون المعرفي، المكون الوجداني، المكون السلوكي) بعضها البعض، وكذلك بينها وبين الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح بالجدول (٥):

جدول (٥) مصفوفة ارتباطات مكونات (أبعاد) الاتجاه نحو العمل الحر

| الأبعاد         | المكون المعرفي | المكون الوجداني | المكون السلوكي | الكلية |
|-----------------|----------------|-----------------|----------------|--------|
| المكون المعرفي  | --             |                 |                |        |
| المكون الوجداني | ٠,٦١٣**        | --              |                |        |
| المكون السلوكي  | ٠,٢٣٤**        | ٠,٣٣٤**         | --             |        |
| الكلية          | ٠,٧١٧**        | ٠,٨٢٩**         | ٠,٧٥١**        | --     |

يتضح من الجدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠,٠٠١)؛ مما يدل على أن كل بُعد يرتبط بدرجة عالية مع باقي الأبعاد، ومع الدرجة الكلية، وهو ما يعكس صدق اتساق داخلي جيد للمقياس ويدعم لأغراض البحث.

**صدق المقياس:**

**صدق الارتباط بمحك (الصدق التلازمي)**

اعتمدت الباحثة في حساب صدق مقياس الاتجاه نحو العمل الحر بحساب الصدق التلازمي أو صدق الارتباط بمحك على مقياس اتجاهات الشباب نحو العمل الحر (عبد القوي، ٢٠١٨). يتكون من ٣٠ فقرة، تقابلها خمسة بدائل للإجابة (موافق تمامًا، موافق كثيرًا، موافق، موافق قليلًا، لا أوافق)، وتصحح على التوالي بالدرجات من ١: ٥ لبدائل الإجابة الخمسة (١ = لا أوافق، وصولاً إلى ٥ = موافق تمامًا)، وعليه فإن درجات المقياس تتراوح ما بين (٣٠: ١٥٠). أشارت النتائج إلى أن معامل الارتباط بين درجتَي مقياسي الاتجاه نحو العمل الحر (٠,٥٢٥\*\*) عند مستوى دلالة ٠,٠٠١، مما يدل على وجود ارتباط دال بالمحك، ويشير إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق.



### ثبات المقياس:

قامت الباحثة بتقدير ثبات مقياس الاتجاه نحو العمل الحر باستخدام معامل ألفا كرونباخ وطريقة القسمة النصفية (فردى/ زوجي). أظهرت النتائج أن قيمة معامل ألفا كرونباخ بلغت (٠،٨٠٠) للمكون المعرفي، و(٠،٨٦٧) للمكون الوجداني، و(٠،٩٠٨) للمكون السلوكي، وهي جميعها تشير إلى مستويات مرتفعة من الثبات الداخلي. كما أسفرت طريقة القسمة النصفية عن قيم بلغت (س٠،٨٥٧) للمكون المعرفي، و(٠،٨٨٢) للمكون الوجداني، و(٠،٩١٨) للمكون السلوكي، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات، ويصلح للاستخدام في البحث الحالي.

جدول (٦) يوضح صدق الارتباط بمحك لمقياس قلق المستقبل المهني ومقياس الاتجاه نحو العمل الحر في البحث الحالي

| مقاييس المحك | قلق المستقبل المهني    | الاتجاه نحو العمل الحر | مستوى الدلالة |
|--------------|------------------------|------------------------|---------------|
| مقاييس البحث | قلق المستقبل المهني    | -                      | ٠،٠٠٢         |
|              | الاتجاه نحو العمل الحر | **٠،٥٢٥                | ٠،٠٠١         |

جدول (٧) يوضح معاملات ثبات مقاييس البحث الحالي بطريقتي معامل ألفا- كرونباخ والقسمة النصفية

| أدوات البحث            | أبعاد المقياس   | معامل ألفا- كرونباخ | القسمة النصفية |
|------------------------|-----------------|---------------------|----------------|
| الصلابة النفسية        | الالتزام        | ٠،٧٠٣               | ٠،٧١١          |
|                        | التحكم          | ٠،٧١٧               | ٠،٧١٠          |
|                        | التحدي          | ٠،٧٥٩               | ٠،٧٢١          |
| الاتجاه نحو العمل الحر | المكون المعرفي  | ٠،٨٠٠               | ٠،٨٥٧          |
|                        | المكون الوجداني | ٠،٨٦٧               | ٠،٨٨٢          |
|                        | المكون السلوكي  | ٠،٩٠٨               | ٠،٩١٨          |
| قلق المستقبل المهني    |                 | ٠،٩٢٨               | ٠،٩١٨          |

### إجراءات البحث

بعد التحقق من الخصائص القياسية لأدوات البحث قامت الباحثة بتطبيق المقاييس على العينة الأساسية التي تم اختيارها بطريقة عشوائية طبقية، مع

مراعاة تنوع التخصصات والنوع، وذلك خلال الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠٢٣: ٢٠٢٤، بعد أن تم التنسيق مع الإدارات المختصة بالكليات المستهدفة؛ لتسهيل الوصول إلى طلاب الفرق النهائية الذين يمثلون مجتمع البحث. تم تطبيق مقاييس البحث على العينة المتاحة (مقياس الصلابة النفسية، مقياس قلق المستقبل المهني، ومقياس الاتجاه نحو العمل الحر) على التوالي في جلسة واحدة، بهدف ضمان تجانس ظروف القياس، وتقليل أثر العوامل الخارجية، وتضمن التطبيق ثلاثة أشكال وفقاً لطبيعة الظروف والإمكانات المتاحة؛ حيث تم التطبيق بشكل فردي، وجماعي، وإلكتروني باستخدام نماذج جوجل، وتم إيضاح هدف البحث وتعليمات الإجابة للمشاركين، والتأكيد على سرية البيانات واستخدامها لأغراض علمية فقط، مع التأكيد على عدم استعجال المشاركين. تم التطبيق خلال عدة جلسات، واستغرقت عملية التطبيق ما بين ١٥ إلى ٢٠ دقيقة في الجلسة الواحدة. وبعد استرجاع الاستمارات والتأكد من استيفائها لشروط الصلاحية الإحصائية، تم ترميز البيانات وإدخالها إلى الحاسب الآلي تمهيداً لمعالجتها باستخدام برنامج SPSS.

#### الأساليب الإحصائية:

لتحقيق أهداف البحث والتحقق من صحة الفروض تمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام برنامج (SPSS- 26) من خلال الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث: المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وتحليل الارتباط (معامل ارتباط بيرسون)، معامل ألفا كرونباخ، والقسمه النصفية، والانحدار المتعدد، كما تم استخدام نموذج التفاعل رقم (١) على طريقة العمليات الكبرى Process Macro الذي طوره أندرو هايز (Hayes, 2022) والمُصمَّم للعمل ضمن برنامج SPSS، الخاصة بالمعالجة الإحصائية Moderation، وذلك لفحص الدور المعدل لمتغير الصلابة النفسية.

#### نتائج البحث:

فيما يلي عرض للنتائج الإحصائية المتعلقة بمتغيرات البحث (الصلابة

النفسية، قلق المستقبل المهني، والاتجاه نحو العمل الحر) لدى عينة من طلاب الجامعة. يوضح الجدول التالي (٨) الخصائص الإحصائية العامة لكل متغير من حيث عدد المشاركين، والقيم الصغرى والكبرى، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية.

جدول (٨) الإحصاءات الوصفية للمتغيرات الأساسية في البحث الحالي (ن = ٢٥١)

| المتغير                | العينة | القيمة الصغرى | القيمة الكبرى | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|------------------------|--------|---------------|---------------|-----------------|-------------------|
| الصلابة النفسية        | ٢٥١    | ٩٧,٠٠         | ١٩٤,٠٠        | ١٦١,٠٤٣٨        | ١٥,٣٦٧٥٧          |
| قلق المستقبل المهني    | ٢٥١    | ٧٩,٠٠         | ٢١٨,٠٠        | ١٣٤,٦٦٩٣        | ٢٤,٤٦٥٤٥          |
| الاتجاه نحو العمل الحر | ٢٥١    | ١٢٧,٠٠        | ٣١١,٠٠        | ٢٣٤,١٢٣٥        | ٢٥,١٤٢٨٩          |

يتضح من الجدول (٨) أن المتوسط الحسابي لمتغير الاتجاه نحو العمل الحر بلغ (٢٣٤,١٢) بانحراف معياري قدره (٢٥,١٤)، وذلك ضمن مدى تراوح بين (١٢٧) كحد أدنى و (٣١١) كحد أقصى من الدرجات. كما بلغ المتوسط الحسابي لمتغير الصلابة النفسية (١٦١,٠٤) بانحراف معياري قدره (١٥,٣٧)، في حين تراوحت درجاته ما بين (٩٧) إلى (١٩٤). أما قلق المستقبل المهني فقد بلغ متوسطه الحسابي (١٣٤,٦٧) بانحراف معياري قدره (٢٤,٤٧)، وبتوزيع تراوح بين (٧٩) إلى (٢١٨) درجة. وقد بلغ عدد أفراد العينة (٢٥١) مفحوصاً ممن كانت بياناتهم صالحة للتحليل. تشير هذه القيم إلى وجود تباين ملحوظ في استجابات المفحوصين على المقاييس الثلاثة؛ مما يعكس مستويات مختلفة من الصلابة النفسية، وقلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر بين طلاب الجامعة.

### نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد علاقة دالة إحصائية بين كل من الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني ومتغير الاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة".

للتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون<sup>١</sup> لقياس طبيعة العلاقة بين المتغيرات الثلاثة، كما هو موضح في الجدول (٩):  
جدول (٩) معاملات الارتباط بين كل من متغيري الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني ومتغير الاتجاه نحو العمل الحر (ن = ٢٥١)

| المتغيرات           | الاتجاه نحو العمل الحر | مستوى الدلالة |
|---------------------|------------------------|---------------|
| الصلابة النفسية     | ٠,٣٧٦**                | ٠,٠١          |
| قلق المستقبل المهني | -٠,١٢٧*                | ٠,٠٥          |

يتضح من الجدول (٩) وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الحر؛ حيث بلغ معامل الارتباط ٠,٣٧٦، وهو دال عند مستوى ٠,٠١؛ مما يعني أنه كلما زادت الصلابة النفسية لدى الطلاب زاد اتجاههم الإيجابي نحو العمل الحر. كما يتضح وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر؛ حيث بلغ معامل الارتباط -٠,١٢٧، وهو دال عند مستوى ٠,٠٥؛ بما يدل على أن ارتفاع مستويات القلق بشأن المستقبل المهني يرتبط بانخفاض الاتجاه نحو العمل الحر أو يرتبط باتجاه سلبي نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.

#### نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "يُساهم كل من الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بالاتجاه نحو العمل الحر لدى عينة من طلاب الجامعة".

للتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل الانحدار الخطي المتعدد<sup>٢</sup>؛ وذلك لتقدير مدى إسهام كل من متغيري (الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني) في تفسير تباين متغير الاتجاه نحو العمل الحر. ويعرض الجدول (١٠) النتائج التفصيلية لهذا التحليل.  
جدول (١٠) نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد لتقدير إسهام كل من الصلابة النفسية

1 Pearson Correlation  
2 Multiple Linear Regression

وقلق المستقبل المهني في التنبؤ بالاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة (ن = ٢٥١)

| الاتجاه نحو العمل الحر |          |          |               |         |          |               | المتغيرات           |
|------------------------|----------|----------|---------------|---------|----------|---------------|---------------------|
| نسبة                   | معامل    | معامل    | قيمة ف الكلية | قيمة ت  | دلالة ت  | الثابت (ألفا) |                     |
| الإسهام في التباين     | الانحدار | الارتباط |               |         |          |               |                     |
| ١٣٪                    | ٠,٦٤٣٩   | ٠,٣٦     | ٢٠,٤١٧***     | ٦,٠٤٨** | ٠,٠٠١    | ١٢٤,٧٢٢٥      | الصلابة النفسية     |
| ١٪                     | ٠,٠٠٤٢٤  | ٠,١٢     | -             | ٠,٦٣٤   | ٠,٥٢٧    | -             | قلق المستقبل المهني |
|                        |          |          |               |         | غير دالة |               |                     |

يتضح من الجدول (١٠) الذي أظهر تحليل الانحدار الخطي المتعدد أن الصلابة النفسية تُعد متغيراً تنبؤياً دالاً إحصائياً بالاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة؛ إذ بلغت قيمة معامل الانحدار ٠,٦٤٣٩، وكانت قيمة ت المصاحبة له ٦,٠٤٨ بدلالة إحصائية قوية أقل من ٠,٠٠١؛ مما يشير إلى أنه كلما زادت درجات الصلابة النفسية لدى الطالب، زاد الاتجاه نحو العمل الحر أو كلما كان الاتجاه نحو العمل الحر إيجابياً بشكل دال إحصائياً. ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية الخاصة بالاتجاه نحو العمل الحر على النحو التالي: الاتجاه نحو العمل الحر  $124,72 + 0,64 \times$  الصلابة النفسية. في حين لم يكن قلق المستقبل المهني متغيراً دالاً بالاتجاه نحو العمل الحر، إذ بلغت قيمة معامل الانحدار ٠,٠٠٤٢٤، وقيمة ت ٠,٦٣٤ بدلالة إحصائية غير دالة ٠,٥٢٧؛ مما يعني أن قلق المستقبل لا يُعد مؤشراً كافياً لتفسير الاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة.

### نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على "تؤدي الصلابة النفسية دوراً في تعديل العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة".

### الصلابة النفسية (Moderator)



شكل (١) يبين النموذج النظري للعلاقة المفترضة بين متغيرات البحث للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام نموذج التفاعل رقم (١) على طريقة العمليات الكبرى Process macro الذي طوره أندرو هايز (Hayes, 2022)، والمُصمَّم للعمل ضمن برنامج SPSS، الخاص بتحليل التفاعل Moderation، مع تفعيل خيار تمركز المتغيرات حول المتوسط (Mean Centering)، وتطبيق تحليل Bootstrap باستخدام ٥٠٠٠ عينة للحصول على ثقة أعلى، وذلك وفقاً للنموذج شكل (١).

جدول (١١) ملخص النموذج العام لتحليل التأثير المعدل (Model Summary)

| معامل الارتباط R | معامل التحديد R <sup>2</sup> بعد التفاعل | معامل التحديد R <sup>2</sup> قبل التفاعل | متوسط مربع الخطأ | قيمة ف | درجات الحرية | مستوى الدلالة الإحصائية |
|------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|------------------|--------|--------------|-------------------------|
| ٠,٣٩٥            | ٠,١٥٦                                    | ٠,٠١٤٢٣                                  | ٥٣٩,٨٠٧          | ١٥,٢٦  | ٢٤٧,٣        | ٠,٠٠٠                   |

يتضح من الجدول (١١) أن معامل الارتباط  $R = ٠,٣٩٥$ ؛ مما يشير إلى وجود علاقة ارتباط متوسطة بين متغيرات البحث، كما يتضح معامل التحديد قبل التفاعل أو تأثير الدور المعدل لمتغير الصلابة النفسية  $R^2 = ٠,٠١٤٢٣$ ، في حين كان معامل التحديد بعد التفاعل  $R^2 = ٠,١٥٦$ ، أي أنه أظهر زيادة دالة  $(٠,١٥٦ - ٠,٠١٤٢٣ = ٠,٠١٣٧)$  وهو ما يعزز دور الصلابة النفسية كمتغير معدل. ويفسر النموذج التفاعلي حوالي ١٥,٦% من التباين في الاتجاه نحو العمل الحر؛ حيث بلغت قيمة  $F = ١٥,٢٦$  عند مستوى دلالة  $(٠,٠٠٠)$  وهي دالة إحصائية؛ مما يشير إلى أن النموذج ككل صالح، ويمكن الاعتماد عليه في تفسير العلاقة.

جدول (١٢) نتائج تحليل التأثير المعدل للصلابة النفسية في العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة

| المتغير                  | المعامل ب | الخطأ المعياري | قيمة ت | مستوى الدلالة | الحد الأدنى لفاصلة الثقة | الحد الأعلى لفاصلة الثقة |
|--------------------------|-----------|----------------|--------|---------------|--------------------------|--------------------------|
| الثابت                   | ٢٣٥,١٥    | ١,٥٥           | ١٥١,٣٦ | ٠,٠٠٠         | ٢٣٢,٠٩                   | ٢٣٨,٢١                   |
| قلق المستقبل المهني      | ٠,٠٤٤     | ٠,٠٦٦          | ٠,٦٦   | ٠,٥٠٧         | ٠,٠٨٧-                   | ٠,١٧٥                    |
| الصلابة النفسية          | ٠,٦٠١     | ٠,١٠٨          | ٥,٥٧   | ٠,٠٠٠         | ٠,٣٨٨                    | ٠,٨١٤                    |
| تفاعل الصلابة في العلاقة | ٠,٠٠٦     | ٠,٠٠٣          | ٢,٠٠   | ٠,٠٤٦         | ٠,٠٠٠١                   | ٠,٠١٢٧                   |

يتضح من الجدول (١٢) أن معامل قلق المستقبل المهني = ٠,٠٤٤، عند مستوى (٠,٥٠٧) وهو غير دال إحصائياً، أي أن القلق بمفرده لا يتنبأ باتجاه الطلاب نحو العمل الحر، في حين كان معامل الصلابة النفسية = ٠,٦٠١، عند مستوى (٠,٠٠٠) أي أنه دال بقوة؛ بما يشير إلى أن الصلابة النفسية بشكل مباشر تؤثر تأثيراً موجباً وقوياً في الاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة. كما يتضح من الجدول أن معامل التفاعل بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني = ٠,٠٠٦، وهو دال عند مستوى (٠,٠٤٦)، بما يشير أن الصلابة النفسية تعدّل العلاقة بين القلق المهني والاتجاه نحو العمل الحر.

جدول (١٣) التأثير المشروط "Conditional effects" عند مستويات مختلفة من

الصلابة باستخدام Johnson-Neyman

| مستوى الصلابة النفسية | تأثير قلق المستقبل المهني على الاتجاه نحو العمل | الدلالة          |
|-----------------------|-------------------------------------------------|------------------|
| ١٥,٠- منخفض جداً      | ٠,٠٥٢-                                          | غير دال          |
| ٠,٩٥ متوسط            | ٠,٠٥٠                                           | غير دال          |
| ١٥,٦ مرتفع            | ٠,١٤٤                                           | غير دال لكن قريب |
| ٢٦,٣٦ مرتفع جداً      | ٠,٢١٣                                           | دال (P= 0.050)   |

يتأثر بعدد من السمات النفسية الداخلية، التي تُعد مكوناتاً للصلابة النفسية، فوفقاً لنظرية (Tesser & Schwarz, 2001)، يُعبر الاتجاه نحو العمل الحر عن حالة من الاستعداد العقلي تؤثر في استجابات الفرد للمواقف المتعلقة بمفهوم معين؛ مما يعزز من أهمية

الصلابة النفسية في تشكيل الاتجاه نحو العمل الحر؛ كما يُعزز هذا التوجه ما أشارت إليه نظرية الكفاءة الذاتية (Bandura, 1997) بأن الأفراد الذين يتمتعون بثقة عالية في قدراتهم يكونون أكثر استعدادًا لخوض تجارب غير تقليدية، مثل تأسيس مشروعات خاصة. وتُعد الصلابة النفسية إطارًا جامعًا لهذه السمات، إذ ترتبط بالشعور بالتحكم والالتزام والتحدي، ما يُكسب الفرد مرونة في التكيف، واستقلالية في القرار، وقدرة أكبر على التعامل مع ضغوط العمل الحر. وفي ضوء النتائج الحالية التي كشفت عن علاقة طردية بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الحر، يمكن تفسير ذلك بأن الأفراد ذوي الصلابة النفسية يتمتعون بمستوى مرتفع من الانضباط الذاتي والثقة بالقرارات الشخصية، كما أنهم أقل تأثرًا بالعوامل المثبطة، وأكثر ميلًا إلى تحقيق الذات عبر الاستقلالية المهنية، ويُعزز ذلك بُعد "التحدي" كأحد أبعاد الصلابة النفسية، بما يتضمنه من استعداد لمواجهة الفشل، والإصرار على النجاح، والقدرة على تجاوز المعوقات، وهي خصائص محورية لنجاح تجربة العمل الحر.

أما فيما يخص العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر فقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة؛ حيث يُعزى انخفاض الاتجاه نحو العمل الحر إلى ارتفاع مستويات القلق المهني. وقد دعمت العديد من الدراسات هذه النتيجة، خاصة في ظل الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية العالمية المتغيرة، ومنها دراسة (Hammad, 2016) التي أظهرت علاقة سالبة بين قلق المستقبل والاتجاه نحو التخصص الأكاديمي، مشيرة إلى أن الطلبة القلقين مهنيًا يظهرون ترددًا في اتخاذ قرارات مهنية جريئة مثل العمل الحر، ويميلون إلى الخيارات المؤسسية الأكثر استقرارًا. كما أظهرت دراسة (عبد و القرنى، ٢٠١٨) علاقة عكسية بين قلق المستقبل والاتجاه نحو العمل الحر، لكنها أشارت إلى أن هذه العلاقة تتباين باختلاف مستوى القلق؛ حيث أظهر منخفضو القلق توجهًا أكثر إيجابية نحو العمل الحر، في حين ارتبط ارتفاع القلق بانخفاض هذا التوجه، ما يدعم فرضية الدراسة الحالية حول العلاقة السالبة بين قلق المستقبل والاتجاه نحو العمل الحر.

وفي السياق ذاته أظهرت دراسة (Darwish et al., 2021) أن طلاب جامعة الحسين بن طلال يعانون قلقًا مهنيًا مستقبليًا مرتفعًا، مرتبطًا بشكل مباشر بالتوتر الأسري؛ مما أثر في توازنهم النفسي وقدرتهم على اتخاذ قرارات مهنية مستقلة كاختيار العمل الحر. توصلت أيضًا دراسة (Zhou et al., 2022) إلى أن ارتفاع عدم تحمل الغموض خلال جائحة كوفيد-١٩ كان مرتبطًا بزيادة القلق المهني المستقبلي بين طلاب الجامعات الصينيين، مما أثر في توجهاتهم المهنية، وساهم في انخفاض رغبتهم في خوض تجارب مهنية جديدة كالعمل الحر، كما أبرزت الدراسة دور الاكتئاب والخوف من الجائحة كوسيطين في هذه العلاقة، وهو ما



يعزز أهمية العوامل النفسية في تشكيل التوجه المهني لدى الشباب. كما أكدت دراسة (Samawi et al., 2022) أن برامج التمكين النفسي تسهم في تقليل القلق المهني، ما يفتح المجال أمام خيارات غير تقليدية كالعمل الحر عند انخفاض مستويات التوتر. من ناحية أخرى أظهرت دراسة (Shindi et al., 2023) أن الاكتئاب الوسيط الناتج عن قلق المستقبل المهني يحدّ من القدرة على التخطيط للمسار المهني، ويثبط النية في تبني مشاريع عمل حر مستقبلية. وأكدت دراسة (Noor et al., 2023) أن اختيار التخصص المهني المناسب يخفف من مشاعر القلق المرتبطة بالمستقبل، ويعزز الثقة في اتخاذ قرارات مهنية مرنة، بما في ذلك التوجه نحو العمل الحر.

ويدعم نتيجة الفرض الحالي ما توصل إليه (Bozkurt, 2023) في دراسته التي ركزت على العاملين في قطاع الضيافة؛ حيث كشفت أن عدم تحمل الغموض يؤثر سلباً في نية تغيير المهنة، ويزيد من القلق المهني، مما يحد من التوجه نحو نماذج عمل بديلة مثل العمل الحر. وخلصت دراسة (Elfina & Andriany, 2023) إلى أن الكفاءة الذاتية المهنية تُعد عاملاً حاسماً في خفض القلق المهني المستقبلي؛ حيث أكدت النتائج أن انخفاض الثقة بال قدرات المهنية يترافق مع انخفاض الرغبة في خوض العمل الحر كخيار بديل. وأخيراً أشارت دراسة (Elfina & Andriany, 2024) إلى أن قلق المستقبل المهني أحد أهم القضايا المتفاقمة لدى الخريجين الجدد في ظل الأوضاع غير المستقرة لسوق العمل؛ حيث ينعكس ذلك القلق في صورة تردد وخوف من خوض تجارب مهنية جديدة وغير تقليدية، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين الكفاءة الذاتية المهنية وقلق المستقبل المهني؛ مما يعني أن انخفاض الكفاءة الذاتية -والتي تُعد بدورها أحد محددات الاتجاه المهني- يرتبط بزيادة الشعور بالقلق حيال المستقبل المهني.

وهو ما تؤكد الاتجاهات النظرية المختلفة المفسرة لقلق المستقبل المهني، ويُعزز هذا ما ذكره (Zaleski, 1996) في تأطيره النظري لمفهوم قلق المستقبل، مؤكداً أن الأفراد الذين يعانون هذا النوع من القلق ينخفض لديهم الإحساس بالقدرة على التخطيط والسيطرة، ما يحد من انفتاحهم على الخيارات المهنية الجديدة. فمن منظور الاتجاه السلوكي يُعد قلق المستقبل المهني استجابة متعلمة مكتسبة نتيجة خبرات سلبية سابقة، ما يؤدي إلى تجنب المخاطرة والسعي إلى الأمان الوظيفي، مما يُضعف الدافعية نحو العمل الحر (زيدان، ٢٠٢٣). في حين رأى الاتجاه المعرفي أن قلق المستقبل ينشأ من خلل في التفسير والتنبؤ، أي عندما يعجز الفرد عن تصور مستقبل مهني واضح، فيُصاب بالإحباط والعجز، ويفضل المسارات المضمونة على التجريب والمبادرة، وهو ما يتنافى مع متطلبات العمل الحر (عمرأوي، ٢٠٢٣). أما الاتجاه التحليلي فيربط القلق بصراعات داخلية لا شعورية، مثل الشعور بالنقص أو الخوف

من الفشل، مما يُثبِّط الحافز نحو الاستقلال المهني (جارش، ٢٠٢٣). ويضيف الاتجاه الإنساني أن القلق نتيجة لفقدان الهدف والمعنى؛ ما يجعل الشخص متردداً أو عاجزاً عن اتخاذ قرارات مهنية مستقلة (المحاميد والسفاسفة، ٢٠٠٧).

وتأسيساً على ما سبق، تؤكد جميع المعطيات أن ارتفاع قلق المستقبل المهني يُمثل عاملاً معيقاً أمام تبني العمل الحر؛ إذ يمثل عائقاً إدراكياً وانفعالياً ومعرفياً أمام توجه الفرد نحو العمل الحر، ويقلل من قدرته على المبادرة واتخاذ القرارات المرتبطة بالاستقلال المهني، يتضح من الجدول (١٣) أنه عند المستويات المنخفضة والمتوسطة للصلابة النفسية، لم يكن لقيم قلق المستقبل المهني أي تأثير دال على الاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة، في حين يصبح تأثير قلق المستقبل المهني دال إحصائياً عند مستوى (٠،٠٥٠)، وبلغ ٠،٢١٣؛ مما يعني أن الطلاب الذين يتمتعون بصلابة نفسية مرتفعة جداً، هم فقط من يظهر لديهم تأثير إيجابي لقلق المستقبل المهني على الاتجاه نحو العمل الحر، أي يتحول تأثير قلق المستقبل المهني لديهم من عامل سلبي مثبط إلى عامل إيجابي محفز، وأنه في ظل المستويات المرتفعة من الصلابة النفسية لا يجعلهم قلق المستقبل المهني يتراجعون، بل يدفعهم لاتخاذ خطوات إيجابية للتحكم في مستقبلهم المهني، وذلك مقارنةً بمن لديهم مستويات منخفضة أو متوسطة من الصلابة النفسية، وهو ما يُبرز دور الصلابة النفسية كحاجز نفسي أو "منظم داخلي" للاستجابة.

### مناقشة النتائج

#### مناقشة نتائج الفرض الأول:

أسفرت نتائج الفرض الأول الخاصة بالعلاقة بين متغيري الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الحر عن وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة؛ حيث بلغ معامل الارتباط (٠،٣٧٦) عند مستوى دلالة ٠،٠٠١؛ مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت الصلابة النفسية زاد توجه الطلاب الإيجابي نحو العمل الحر؛ ويمكن أن يُعزى ذلك إلى أن الطلاب ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتمتعون بقدرة أكبر على مواجهة التحديات والضغوط؛ مما يجعلهم أكثر استعداداً للإقدام على تجارب مهنية غير

تقليدية مثل العمل الحر. وهي نتيجة تتسق بدرجة كبيرة مع ما توصلت إليه العديد من البحوث الدراسات السابقة، التي أثبتت الدور الإيجابي للصلابة النفسية في دعم الأفراد على اتخاذ قرارات مهنية قائمة على الاستقلال والاعتماد على الذات، كخيار العمل الحر، بصورة مباشرة أو غير مباشرة، ومنها دراسة (القاضي، ٢٠١٩) التي أسفرت عن وجود علاقة موجبة دالة بين الصلابة النفسية والميول الريادية لدى طلاب الجامعات، إذ يعد الاتجاه نحو العمل الحر أحد أبرز مظاهر الميل الريادي، ويتطلب مستوى عاليًا من الصلابة النفسية، بما تحمله من سمات التحدي والالتزام والثقة بالتحكم. وهو ما أكدته دراسة (إسماعيل والرشيدي، ٢٠٢٠) التي ركزت على تفسير العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة بالكويت، ووجدت علاقة دالة بين الصلابة وبعض أبعاد الرضا الوظيفي، لا سيما بُعدي "التحكم" و"التحدي"؛ وهو ما يُعد مؤشرًا على امتلاك المعلمات الأكثر صلابة قدرًا أعلى من المرونة والتكيف في بيئة العمل، مما يعكس استعدادًا نفسيًا لتبني نمط العمل الحر عند توفر الظروف الملائمة، كما أشارت أن بُعد التحدي كان الأكثر تفسيرًا للتباين في الرضا الوظيفي بنسبة بلغت ٣٢,٤%؛ ما يعزز من مصداقية فرضية أن الأشخاص الذين يرون في التحديات فرصًا للنمو هم الأكثر ميلًا للعمل المستقل. كذلك اتفقت دراسة (Alqahtani & Alshammari, 2022) مع نتائج البحث الحالي؛ حيث استهدفت دراسة نفس المتغيرات لدى عينة من الشباب السعودي خلال جائحة كوفيد-١٩، والتي كشفت عن وجود علاقة دالة بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الحر، كما بيّنت أن الصلابة تُسهم كعامل مساعد يعزّز من تأثير مركز الضبط الداخلي والكفاءة الذاتية على اتخاذ قرار العمل المستقل، خاصةً في ظل الظروف المتقلبة التي تميزت بها تلك الفترة. وفي السياق ذاته أكدت دراسة (عبد العال، ٢٠٢٢) أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتمتعون بقدرة أكبر على المبادرة، وتحمل الغموض، والثقة بالتحكم في مستقبلهم المهني، وكلها عناصر تسهم في تعزيز الاتجاه نحو العمل الحر بين الخريجين الجامعيين. أيضًا دراسة

(Hassan, 2023) التي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية وبعض السلوكيات المهنية، مثل الاستقلالية والتخطيط الذاتي، والتي تعد مؤشرات ضمنية لقابلية الأفراد مرتفعي الصلابة لتقبل العمل الحر كبديل للعمل المؤسسي؛ حيث يتيح لهم هذا النمط من العمل مستوى أعلى من التحكم واتخاذ القرار. وأخيراً تعزز نتائج البحث الحالي دراسة (Marliyah, 2023) التي ركزت على العلاقة بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الريادي؛ حيث أسفرت نتائجها عن أن الطلاب ذوي الصلابة المرتفعة يعانون بدرجة أقل قلق المستقبل والعكس، ما يمنحهم قدرة أكبر على خوض تجارب العمل الحر بثقة.

يتضح من مجمل هذه الدراسات أن الصلابة النفسية لا تقتصر على كونها آلية دفاعية ضد الضغوط، بل تمتد لتشكّل دافعاً داخلياً لاتخاذ قرارات مهنية أكثر استقلالاً ومرونة، كما في حالة الاتجاه نحو العمل الحر، والذي يتطلب مستوى من المبادرة، الثقة بالذات، والقدرة على المواجهة، وهي كلها سمات أصيلة في الشخصية الصلبة نفسياً؛ وعليه تُسهم هذه النتائج في دعم صحة الفرض الأول للبحث الحالي، وتؤكد أن الطلاب ذوي الصلابة النفسية المرتفعة أكثر ميلاً بشكل دال إلى العمل الحر، لا سيما في البيئات المتغيرة التي تتطلب قرارات سريعة ومواقف مرنة. وهو ما تشير إليه أيضاً الأطر النظرية ذات الصلة بالسلوك المهني، إلى أن الميل نحو العمل الحر ويُضعف الثقة بالقدرات الشخصية، ويزيد من الحاجة للأمان الوظيفي؛ مما يؤدي إلى عزوف الشباب عن الانخراط في نماذج العمل المستقل أو الريادي، وهو ما يستدعي ضرورة تعزيز الكفاءة الذاتية وتقديم الدعم النفسي والمهني لخفض القلق المستقبلي لدى طلاب الجامعة، بهدف تهيئتهم نفسياً ومهنيّاً لاختيار مسارات عمل أكثر مرونة وابتكاراً.

#### مناقشة نتائج الفرض الثاني:

أوضحت نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد، أن الصلابة النفسية تعد متغيراً تنبؤياً دالاً إحصائياً بالاتجاه نحو العمل الحر، دلالة قوية عند مستوى

(٠,٠٠١)؛ مما يشير إلى أن زيادة مستوى الصلابة النفسية لدى الأفراد تؤدي إلى ارتفاع اتجاههم نحو العمل الحر بشكل إيجابي دال. أما قلق المستقبل المهني، فقد أظهر قدرة تنبؤية غير دالة، ولم يكن له تأثير مباشر في التنبؤ بالاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة. وتتسق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه عدة دراسات سابقة بيّنت دور الصلابة النفسية في تعزيز الدافعية نحو الإنجاز والاستقلالية المهنية، وهو ما يؤكد أهمية إدراجها ضمن برامج الإعداد المهني والتخطيط الوظيفي الموجهة لفئة الشباب الجامعي. ففي إطار دراسة عابرة للثقافات (Gorgievski et al., 2018)، قام الباحثون بتحليل العلاقة بين القيم الشخصية والاتجاه نحو العمل الحر باستخدام نموذج يجمع بين نظرية القيم الإنسانية ونظرية السلوك المخطط، لدى عينة قوامها ٨٢٣ طالبًا جامعيًا، من أربع دول أوروبية (إسبانيا، ألمانيا، هولندا، بولندا)، كشفت النتائج أن القيم النفسية المرتبطة بالاستقلالية، والإنجاز، والسلطة، أي ما يُعرف بـ "الصلابة الشخصية والدافعية الذاتية"، تؤدي دورًا تنبؤيًا في تعزيز الاتجاه نحو العمل الحر، كما تبين أن هذه العلاقة تتم جزئيًا من خلال الاتجاهات الإيجابية نحو ريادة الأعمال، والكفاءة الذاتية المدركة، والمعايير الاجتماعية؛ مما يشير إلى دور العوامل النفسية والمعرفية والاجتماعية في تشكيل التوجه المهني الريادي. كما أظهرت نتائج دراسة (Farradinna et al., 2019) التي أُجريت على عينة ٢١١ من طلاب جامعة رباو الإسلامية، أن الصلابة النفسية تمثل أحد المتغيرات النفسية القادرة على التنبؤ بالاتجاه الإيجابي نحو العمل الحر؛ حيث توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية والنية في ممارسة أنشطة ريادية، وقد بلغت قيمة معامل

$Z = 4,916$ ، وهي تفوق القيمة الحرجة  $1,96$ ؛ مما يشير إلى قوة دلالة العلاقة، كما بلغ معامل الارتباط بين المتغيرين  $0,322$ ؛ بما يشير إلى أنه كلما زادت مستويات الصلابة النفسية لدى الطلاب، زاد توجههم نحو العمل الحر، وقد أوصى الباحثون بأهمية تبني برامج تدريبية جامعية تعزز المهارات الشخصية

والتحفيز الذاتي لما لها من دور في دعم هذا الاتجاه.

أشارت أيضاً نتائج دراسة (Ndlovu & Ferreira, 2019) إلى أن الصلابة النفسية أحد المتغيرات أهم التنبؤية بالتكيف المهني، وهو أمر يُعد شرطاً أساسياً لاتخاذ قرارات مهنية غير تقليدية، مثل العمل الحر، فالشباب ذوو الصلابة النفسية المرتفعة يمتلكون قدرة أكبر على التكيف مع الضغوط المهنية المتغيرة؛ ما يجعلهم أكثر استعداداً لخوض تجربة العمل الحر. كما بيّنت دراسة (Margaça et al., 2021) ضمن سياق الاهتمام بدور العوامل النفسية في تشكيل التوجه نحو العمل الحر، والتي هدفت إلى بناء نموذج سببي يفسّر النية نحو ريادة الأعمال في ضوء نظرية السلوك المخطط، مع التركيز على الصلابة النفسية والرفاهية النفسية كوسيطين محتملين، لدى عينة من ٦٤٤ طالباً جامعياً، أسفرت نتائجها عن وجود فروق دالة بين الذكور والإناث؛ حيث تفوقت الإناث في درجات التحكم السلوكي المدرك والمعيّار الذاتي والنية الريادية، بينما تفوق الذكور في الرفاهية النفسية، وأظهرت أن الصلابة النفسية تؤدي دوراً وسيطاً مهماً في تعزيز العلاقة بين الاتجاهات الإيجابية والتحكم السلوكي المدرك من جهة، وبين النية الريادية من جهة أخرى لدى الإناث، مما يُشير إلى أن الاتجاه النفسي والشخصي نحو العمل الريادي يمثل محدداً أساسياً لدى الطالبات، وتؤكد النتائج أهمية إدماج البُعد النفسي وخاصة الصلابة النفسية- في تصميم البرامج الجامعية التي تستهدف تعزيز التوجه نحو العمل الحر. وفي نفس الصدد أكدت دراسة (Alniaçık et al., 2021) أن الصلابة النفسية لها تأثير إيجابي على تصورات الطلاب نحو مستقبلهم المهني، بما يعزز النية في العمل الحر أو اتخاذ قرارات مهنية مستقلة، وأنها تمثل قوة دافعة داخلية تمكّن الفرد من تصور مستقبل مهني مختلف عن المسار التقليدي، وهو جوهر الاتجاه نحو العمل الحر. وتبين من خلال دراسة (Astuti & Sunarsi, 2023) بعد جائحة كوفيد-١٩ أن الصلابة النفسية إلى جانب الدافعية الريادية تفسّر ما نسبته ٢٨,٩% من الفروق في اتجاه الأفراد نحو العمل الحر، خاصةً لدى من لا يمتلكون وظائف ثابتة، وأن الصلابة النفسية تُعد

من العوامل المحورية التي تسهم في تعزيز الاتجاه نحو العمل الحر لدى الشباب الذين لا يملكون فرص عمل تقليدية، مما يبرز أهميتها كأحد المتغيرات التفسيرية الرئيسية في تشكيل الاستعداد النفسي لخوض تجربة العمل الحر.

**وتفسر الباحثة أنه قد يُعزى ذلك إلى أن الصلابة النفسية تمثل عنصراً نفسياً حاسماً يعزز من قدرة الفرد على التعامل مع التحديات والمخاطر المهنية بثبات ومرونة، الأمر الذي يُكسبه ثقة أكبر باتخاذ قرارات مهنية مستقلة، مثل التوجه نحو العمل الحر.** فالأفراد ذوو الصلابة النفسية المرتفعة غالباً ما يتميزون بإحساس قوي بالتحكم، والتزام واضح بأهدافهم، ونزعة إيجابية لمواجهة التحديات؛ مما يجعلهم أكثر استعداداً للانخراط في مجالات مهنية تتطلب قدرًا عاليًا من المسؤولية والمبادرة الذاتية، كقيادة الأعمال والعمل الحر. في حين لا يُعد قلق المستقبل المهني دائماً دافعاً مباشراً للسلوك المهني، بل قد يعمل في أحيان كثيرة كمُنبط لاتخاذ قرارات مهنية محفوفة بالمخاطرة، ومن المرجح أن الأفراد الذين يعانون مستويات مرتفعة من القلق إزاء مستقبلهم المهني، لا يُقبلون على العمل الحر باعتباره خياراً يزيد من حالة عدم اليقين لديهم، بل ربما يفضلون البدائل الأكثر استقراراً وأماناً، وبالتالي فإن القلق لا يُسهم بشكل مباشر في تشكيل الاتجاه نحو العمل الحر، ربما يتحقق ذلك في وجود متغيرات أخرى -مثل الصلابة النفسية- تعدّل من أثره أو تُمكن الفرد من توجيهه بصورة وظيفية نحو التخطيط والسعي، بدلاً من الاستسلام للتردد والانكفاء.

### **مناقشة الفرض الثالث:**

تعكس النتائج الإحصائية بالجداول (١١، ١٢، ١٣) صورة متكاملة وقوية تُثبت وجود تأثير دال إحصائياً للصلابة النفسية كمتغير مُعدل في العلاقة بين قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب الجامعة؛ حيث تشير إلى أن قلق المستقبل لا يؤثر في الاتجاه نحو العمل الحر إلا لدى الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من الصلابة النفسية، ويُصنف هذا التفاعل ضمن

التأثيرات التفاعلية المعززة<sup>1</sup>، أي أنه في ظل الصلابة النفسية المرتفعة، يتحول تأثير قلق المستقبل المهني على الاتجاه نحو العمل الحر من تأثير سلبي أو غير دال إلى تأثير إيجابي، فلا يثبطهم القلق بشأن المستقبل المهني، على العكس، يدفعهم بشكل إيجابي نحو الاتجاه للعمل الحر، ربما لأنهم أكثر قدرة على تحويل القلق إلى دافع للعمل والتحكم في مصيرهم، بحيث يصبح الأفراد الأكثر صلابة قادرين على تحويل مشاعر القلق بشأن مستقبلهم المهني إلى قوة دافعة نحو تبني خيار العمل الحر، مما يُبرز الدور الوقائي والتنظيمي للصلابة النفسية في توجيه الاستجابات السلوكية لمواقف التهديد المستقبلية، ويظهرون قدرة أعلى على مقاومة تأثيرات القلق المهني السلبية؛ مما يفسر استمرار توجههم نحو العمل الحر حتى في ظل مشاعر القلق وعدم اليقين المرتبطة بالمستقبل المهني.

وتتسق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة (Ukil & Jenkins, 2023) بهدف الكشف عن العلاقة بين كل من الصلابة النفسية والخوف من الفشل (كأحد أوجه قلق المستقبل المهني)، وتأثيرهما في الاتجاه نحو الأعمال الريادية لدى الشباب الجامعي، في بيئة يعاني فيها الأفراد ضعف فرص العمل التقليدي، وارتفاع نسب البطالة. تكونت العينة من ٢٣٨ طالباً جامعياً في السنتين الثالثة والرابعة، أسفرت النتائج عن أن الصلابة النفسية تُسهم بشكل دال في التنبؤ الإيجابي بالاتجاه نحو العمل الحر، كما أن لها دوراً غير مباشر يتمثل في خفض التأثير السلبي لمتغير الخوف من الفشل على هذا الاتجاه؛ حيث أظهر الأفراد ذوو الصلابة النفسية المرتفعة ميلاً أكبر لاختيار العمل الريادي رغم ما يعانونه من قلق مهني أو مخاوف تتعلق بمستقبلهم الوظيفي، مقارنةً بأقرانهم الأقل صلابة، أي أن الصلابة النفسية تعمل كآلية حماية تعزز قدرة الأفراد على تجاوز المخاوف وتدفعهم نحو اتخاذ قرارات أكثر استقلالية ومخاطرة إيجابية في مجال العمل. كما أشارت دراسة (Ukil & Almashayekhi, 2024) إلى الدور التفاعلي الحاسم للصلابة النفسية كمتغير معدل في العلاقة بين الخوف من عدم اليقين



المهني والاتجاه نحو العمل الحر لدى الشباب الجامعي، لدى عينة مكونة من ٥٥٣ طالبًا وطالبة، كشفت نتائجها عن أن الصلابة النفسية لا تقتصر على تأثيرها المباشر في تعزيز النية الريادية، بل تلعب دورًا تفاعليًا يُسهم في تعديل أثر الخوف المرتبط بالمستقبل المهني، من خلال التخفيف من حدة تأثيره السلبي، بل وتحويله إلى دافع إيجابي نحو المبادرة والاستقلالية المهنية، وقد بيّنت الدراسة أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتمتعون بقدرة أعلى على إعادة تفسير مشاعر القلق والخوف المرتبطة بعدم اليقين المهني، وتوظيفها كحافز بناءة تدفعهم نحو تخطيط مستقبلهم المهني بإرادة وثقة واستقلالية، في المقابل أوضحت النتائج أن الخوف من عدم اليقين المهني -كأحد أبعاد قلق المستقبل المهني- يُعد من المتغيرات التنبؤية السلبية التي تُضعف من النية الريادية، وتحد من التوجه نحو العمل الحر، خصوصًا في حال غياب الموارد النفسية التكيفية كالصلابة النفسية.

وفي نفس الصدد أظهرت دراسة (Steinbrink & Ströhle, 2024) على عينة من الرياضيين، أن الصلابة النفسية تُعد عاملًا نفسيًا حاسمًا في توجيه الأفراد نحو العمل الحر، خاصةً في السياقات المهنية ذات التحديات العالية مثل الرياضات الاحترافية، استندت الدراسة إلى نظرية السلوك المخطط لتحليل تأثير الصلابة النفسية على النية الريادية لدى عينة مكونة من ١٩٥ رياضيًا محترفًا و١٤٢ فردًا غير رياضي، باستخدام تحليل التباين ونمذجة المعادلات الهيكلية، أظهرت النتائج أن الصلابة النفسية تؤثر بشكل غير مباشر في النية نحو العمل الحر، من خلال مكونات (الاتجاهات الشخصية، المعايير الذاتية، والتحكم السلوكي المدرك). كما بينت المقارنة بين المجموعتين أن الأفراد ذوي الخبرة في مجالات تتطلب صلابة مرتفعة (مثل الرياضيين المحترفين) يظهرون مستوى أعلى من الاستعداد للعمل الريادي مقارنةً بغيرهم، خاصةً في ظل ارتفاع إدراكهم لقدرتهم على التحكم بسلوكهم المهني. كما أشارت دراسة (Mehdi, & Singh, 2025) في إطار نظرية تنظيم الانفعال إلى أن الخوف من الفشل المهني -

بوصفه أحد أشكال القلق المرتبط بالمستقبل المهني - يمكن أن يؤدي إلى انخفاض مستويات الرفاه النفسي لدى الأفراد، إلا أن هذا الأثر لا يحدث بطريقة مباشرة فقط، بل يتم من خلال الطريقة التي ينظم بها الفرد انفعالاته، وقد قدمت الدراسة نموذجًا تفسيريًا يتضمن تنظيم الانفعال كمتغير وسيط في العلاقة بين الخوف من الفشل والرفاه النفسي، كما اختبرت الدور المعدل الذي تؤديه الصلابة النفسية، والتي أثبتت أنها تقلل من حدة العلاقة السلبية بين الخوف الريادي وتنظيم الانفعالات.

وبناءً عليه أظهرت نتائج البحث الحالي دعمًا قويًا للإطار النظري الذي انطلقت منه؛ حيث كشفت التحليلات الإحصائية عن دلالة العلاقة بين الصلابة النفسية والاتجاه نحو العمل الحر، وهو ما يعكس أهمية هذا المتغير كأحد المراكز النفسية المحفزة على تبني الخيارات المهنية غير التقليدية، خاصة بعدما أشارت النتائج إلى أن الصلابة النفسية لم تكتفِ بدورها المباشر في التنبؤ بالاتجاه نحو العمل الحر، بل امتد تأثيرها لتعديل العلاقة بين قلق المستقبل المهني وهذا الاتجاه، مما يدل على قوتها كتكوين نفسي قادر على تعزيز قدرة الفرد على مواجهة الغموض وتحويل التهديدات إلى فرص مهنية، وتُعزز هذه النتائج من قناعتي كباحثة بأن الصلابة النفسية تمثل موردًا داخليًا أساسيًا ينبغي تعزيزه ضمن برامج الإرشاد المهني لإعداد الشباب لسوق العمل، خاصة في ظل الواقع المتغير الذي يفرض أشكالًا جديدة من التوظيف، كريادة الأعمال والعمل المستقل، وما يدعم رؤيتي كباحثة في هذا السياق، أن عددًا من الدراسات السابقة الحديثة -العربية والغربية على حد سواء- أكدت أن الاتجاه نحو العمل الحر لا يتشكل بمعزل عن البنية النفسية الداخلية للفرد، وأن متغيرات مثل الصلابة النفسية، الكفاءة الذاتية، وتنظيم الانفعالات تُعد أكثر أهمية من مجرد المشاعر السلبية العابرة كالقلق، ما دامت هذه المشاعر تُدار بفاعلية، كما أن القلق بحد ذاته ليس دائمًا عائقًا، بل قد يصبح عنصرًا محفزًا إذا توفر لدى الفرد أدوات نفسية تعينه على مواجهته، وهو ما تنطبق عليه الصلابة النفسية تحديدًا.

وتأسيساً على ذلك، تُقدّم نتائج البحث الحالي مساهمة علمية واضحة في إثراء فهمنا للعوامل النفسية المؤثرة في سلوك العمل الحر، وتدعو إلى تبني مقاربة نفسية تكاملية عند الإعداد المهني للشباب، كما تؤكد أهمية بناء برامج إرشادية وتدريبية تستند إلى تعزيز الصلابة النفسية، وتطوير مهارات التكيف مع المستقبل، بما يهيئهم لخوض تجارب مهنية ناجحة رغم التحديات والضغوط.

#### توصيات:

- ١- تفعيل برامج الإرشاد النفسي والمهني داخل الجامعات، من خلال برامج الدعم النفسي وتنمية الصلابة النفسية لدى طلاب السنوات النهائية، مع التركيز على تدريبهم على مهارات التكيف مع ضغوط المستقبل المهني.
- ٢- تعزيز الاتجاه نحو العمل الحر عبر توجيه الطلاب نحو فرص ريادة الأعمال والعمل الحر، وذلك من خلال ورش عملية تُثمي التفكير الابتكاري، وتُقلل من حدة القلق المرتبط بعدم وضوح المستقبل المهني.
- ٣- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول العوامل النفسية المؤثرة على التوجه المهني، كدراسات مقارنة، للتحقق من دور متغيرات (مثل الصلابة النفسية، الكفاءة الذاتية المهنية، الدعم الاجتماعي) كمتغيرات وسيطة أو معدلة في العلاقة بين القلق المهني والاختيارات المهنية المستقبلية.
- ٤- بحث الفروق في قلق المستقبل المهني والاتجاه نحو العمل الحر بين طلاب التخصصات النظرية والتطبيقية.

## المراجع:

- أبو النيل، محمود السيد. (٢٠٠٩). علم النفس الاجتماعي عربيًا وعالميًا، مكتبة الأنجلو المصرية.
- أحمادي، سهيلة. (٢٠١٩). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية.
- إسماعيل، عفاف، والرشيدي، منيرة. (٢٠٢٠). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة في الكويت. مجلة كلية التربية - جامعة الأزهر، (٣) ١٨٧، ٢٠٩ - ٢٣٨.
- إسماعيل، هبة حسين، والرشيدي، نشمية عمهوج حمدان. (٢٠٢٠). علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، (٣٠) ١٠٧، ٤٦٧ - ٥٠٣.
- الاسمري، مشبب بن غرامة حسن. (٢٠١١). العمل الحر في مواجهة ظاهرة البطالة: دراسة اجتماعية تحليلية في ضوء بعض التجارب المحلية والعالمية. مؤتمر كلية الآداب والعلوم الإنسانية سايس بفاس. المغرب، ٦ - ٤٠.
- الأمارة، أسعد شريف مجدي. (٢٠١٣). دراسة نفسية لمستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الرابعة الجامعية، لارك، (٢/٥)، ٢٦٣ - ٢٧٩.
- بدران، عمرو حسن أحمد، وعلي، محمد الشحات إبراهيم، وأبو صالح، جيلان هشام أحمد. (٢٠١٦). البناء العاملي لمقياس قلق المستقبل المهني للطلاب الجامعي. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة - جامعة المنصورة، ٢٦، ١ - ١٧.
- البهنسي، أمل ناصر حلمي. (٢٠٢٣). مهارات ما وراء الانفعال وعلاقتها التنبؤية بقلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية - جامعة دمياط، ٣٨ (٨٦)، ١ - ٨٦.

البيرقدار، تهديد عادل فاضل. (٢٠١١). الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية. مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، ١١ (١)، ٢٨: ٥٦.

جارش، دليلة. (٢٠٢٣). قلق المستقبل وعلاقته بوجهة الضبط ودافعية الإنجاز لدى الطلبة المقبلين على التخرج من الجامعات ومراكز التكوين المهني [رسالة دكتوراه غير منشورة]. جامعة أم البواقي، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية.

جبر، رضا عبد الرزاق. (٢٠٢١). قلق المستقبل المهني وعلاقته باليقظة العقلية وفاعلية الذات الأكاديمية ومستوى التحصيل لدى طلاب البرامج النوعية والعادية بكلية التربية. مجلة البحث العلمي في التربية، ٢٢ (٢)، ١٢٥-١٨٧.

حسن، رهنف. (٢٠٢٣). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الأطباء العاملين في مشافي مدينة دمشق. سلسلة العلوم التربوية، (٤٥) ٣٩، ٦١-١٣١.

الحسيني، عاطف مسعد، وراشد، راشد مرزوق. (٢٠١٢). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الذكاء الوجداني لتخفيف قلق المستقبل لدى معلمي التربية الخاصة. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، ١٨ (٤)، ١٣٩-١٧٠.

خنفر، فتحية، ونوار، شهرزاد. (٢٠١٤). الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى الطالب الجامعي [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة قاصدي مرباح - ورقلة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

دباغ، يمينه، والخير، الزهراء. (٢٠٢٠). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة أحمد دراية - أدرار، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية.

دردير، هبة إسماعيل حامد. (٢٠٢٣). اتجاهات طلاب الاقتصاد المنزلي نحو العمل الحر والعمل بالمشروعات الصغيرة. مجلة المعهد العالي للدراسات النوعية، ٣ (١٠)، ١٩٧٥-٢٠٥٢.

الريدي، سفيان بن إبراهيم. (٢٠٢٠). قلق المستقبل المهني وتقدير الذات كمنبئات بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ٣ (١٨٧)، ١٢٠ - ١٦٦.

رزق، أمينة. (٢٠١٦). قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية (دراسة ميدانية لدى عينة من الشباب في مراكز الإيواء المؤقت في مدينتي دمشق والسويداء [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، جامعة دمشق.

رشوان، أشرف محمد طه. (٢٠١٨). دور جامعة أسيوط فرع الوادي الجديد في تنمية ثقافة العمل الحر لدى طلابها كمدخل لحل مشكلة البطالة. مجلة كلية التربية - جامعة المنوفية، ٣٣ (١)، ١٨١ - ٢٣٥.

زقاوة، أحمد عابد. (٢٠١٣). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة التكوين المهني. مجلة الدراسات التربوية والنفسية - جامعة السلطان قابوس، ٧ (٢)، ١٨٦ - ١٩٩.

زكي، أسماء يحيى عزت. (٢٠٢٣). تأثير برنامج مقترح لمهارات التمكين النفسي على التوجه الإيجابي نحو الحياة وقلق المستقبل المهني لدى الطالبات الملمات بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق. مجلة بحوث التربية الشاملة، ٢، ٢٥ - ٤٧.

زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥). الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط ١. القاهرة: عالم الكتب.

الزواهرة، محمد خلف. (٢٠١٥). العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٣ (١٠)، ٤٨ - ٨٠.

زيدان، أحمد سعيد. (٢٠٢٣). فاعلية العلاج بالقبول والالتزام في تنمية المرونة النفسية لخفض قلق المستقبل المهني لدى طالبات شعبة التربية الخاصة بجامعة السويس: دراسة تجريبية إكلينيكية. مجلة التربية الخاصة، ١٢ (٤٤)، ٢٥٠ - ٢٦٢.

السفاسفة، محمد إبراهيم محمد. (٢٠١٧). قلق المستقبل وعلاقته بالتوجهات  
الهدفية والكفاءة الذاتية المدركة لدى الطلبة الخريجين في جامعة مؤتة.  
البلقاء للبحوث والدراسات، (٢٠) ٢، ٩-٣١.

سليمان، شيماء محمد عبد العزيز، والعطواني، عبد العظيم عبد السلام، والبيلاوي،  
إيهاب عبد العزيز، وعبد الحليم، ولاء فوزي. (٢٠٢٣). الخصائص  
السيكومترية لمقياس قلق المستقبل المهني لدى طلاب التعليم النوعي.  
المجلة العلمية لدراسات وبحوث التربية النوعية، ٩ (٤)، ٧٥٨-٧٧١.  
عمرأوي، سميرة. (٢٠٢٣). قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة  
التكوين: دراسة ميدانية بمركز التكوين المهني إناث لرسالة ماجستير  
غير منشورة. جامعة أحمد دراية - أدرار، كلية العلوم الإنسانية  
والاجتماعية والعلوم الإسلامية.

سيد، سعاد كامل قرني. (٢٠١٩). فاعلية العلاج بالقبول والالتزام في خفض قلق  
المستقبل المهني لدى طلاب شعبة التربية الخاصة. مجلة كلية التربية  
- جامعة أسيوط، ٣٥ (٥)، ٢٣٤-٢٨١.

الشمري، سعود بن عايد بن عياد. (٢٠٢٣). قلق المستقبل وعلاقته بالصلاية  
النفسية لدى طلاب السنة التحضيرية بجامعة حائل. مجلة الخدمة  
النفسية، ١٦ (٦)، ٢٥٦-٢٩٥.

شند، سميرة محمد إبراهيم. (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لمقياس الصلاة  
والنفسية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٤٤)، ٤٤٥-  
٤٦٢.

الضمور، ختام علي. (٢٠٢٢). فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى نموذج معالجة  
المعلومات في تنمية مهارة حل المشكلات وخفض قلق المستقبل المهني  
لدى طالبات الصف الثاني عشر في المدارس الخاصة في محافظة الكرك.  
مجلة مؤتة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، ٣٧ (١٢)، ١٩٥-٢٣٣.

عبد الرحمن، سحر على عبد العزيز. (٢٠١٨). أثر برنامج قائم على التعلم التشاركي عبر محررات الويب في تنمية بعض مهارات إدارة المشروعات الصغيرة والاتجاه نحو العمل الحر لدى طلاب التعليم الفني التجاري. *المجلة الدولية للتعليم بالإنترنت* ١٧ (١)، ١٤٥ - ١٨٨.

عبد العال، دعاء محمود. (٢٠٢٢). دور الصلابة النفسية في التوجه نحو العمل الحر لدى الخريجين الجامعيين. *المجلة المصرية لعلم النفس*، ٣٦ (٢)، ٢٥٥ - ٢٧٨.

عبد اللطيف، صابرين ضاحي السيد. (٢٠١٦). قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية. *مجلة كلية التربية، جامعة حلوان*، (٢٢) ٢، ٨٦٥ - ٩١٤.

عبد المطلب، صبري بديع. (٢٠٢٥). الشباب وثقافة العمل الحر: دراسة حالة على عينة من الشباب بمحافظة دمي. *المجلة العلمية لكلية الآداب - جامعة دمياط*، (٥٨)، ٤٦٤.

عبد، أشرف على السيد، والقرني، حسن بن ناصر بن حسن. (٢٠١٨). قلق المستقبل وعلاقته بالاتجاه نحو العمل لدى طلاب الجامعة. *مجلة العلوم التربوية - كلية التربية بقنا*، (٣٧) ١، ٢٣٤ - ٢٥٠.

عثماني، ابتهاج. (٢٠٢٠). قلق المستقبل المهني وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى طلبة علوم التربية: جامعة العربي بن مهيدي تخصص الإرشاد والتوجيه نموذجًا لرسالة ماجستير غير منشورة. *كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية. العدوان، زيد السليمان، وداود، احمد عيسى. (٢٠٢٣). الدراسات الاجتماعية وأساليب تدريسها. عمان: دار اليازوري العلمية.*

عردات، هلا خليل أحمد. (٢٠١٧). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من أسرهن في منطقة اعبلين لرسالة ماجستير غير منشورة. *كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن.*



عيد، محمد إبراهيم. (٢٠٠٥). مدخل إلى علم النفس الاجتماعي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

الغافري، نصراء مسلم حمد. (٢٠٢٠). تأكيد الذات وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدى طلبة الكلية المهنية بعبري - سلطنة عُمان: دراسة نفسية اجتماعية. المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة التخصصات، (٢٠)، ١-٣٢.

القاضي، فاطمة عبد الرحمن. (٢٠١٩). الصلابة النفسية وعلاقتها بالميل الريادية لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٣ (٢٨)، ١٠٥-١٢٣.

الكردي، أسماء صفوت جمال حسن. (٢٠٢٣). الجدارات الإدارية الداعمة لريادة الأعمال وعلاقتها بالاتجاه نحو العمل الحر وتمكين الشباب. المجلة العلمية لعلوم التربية النوعية، (١٧)، ٧٥٠-٨٤١.

مجيد، سوسن شاكر. (٢٠١٣). أسس بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ط ١. مركز دبيونو لتعليم التفكير.

المحاميد، شاكر عقلة، والسفاسفة، محمد إبراهيم. (٢٠٠٧). قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٨ (٣)، ١٢٧-١٤٢.

محمد، شيرين حلمي محمود، وعبد المعطي، محمد السيد، وعبد الحميد، عزة خضري. (٢٠١٧). قلق المستقبل المهني لدى المعلمين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. دراسات تربوية واجتماعية - جامعة حلوان، ٢٣ (٤)، ٩٢٧-٩٧٢.

مخيمر، عماد. (١٩٩٦). إدراك القبول/ الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية، (٢)، ٢٧٥-٢٩٩.

مخيمر، هشام محمد إبراهيم. (٢٠١٣). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالدافع للإنجاز الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٣ (٧٩)، ٤٩٧-٥٥٠.

مسافر، على عبد الله علي. (٢٠١٨). قلق المستقبل المهني لدى طلاب التربية الخاصة في ضوء المتغيرات. مجلة جامعة جازان للعلوم الإنسانية، ٧ (١)، ١٤٧-١٦٣.

مشري، سلاف، وفلاح، خولة، وجوادي، وسيلة. (٢٠١٨). مقياس قلق المستقبل المهني للطلبة المقبلين على التخرج. مجلة العلوم الاجتماعية - جامعة الأغواط، ٧ (٣١)، ٢٧٣-٢٨٨.

مصطفى، محمد كمال. (٢٠٢٠). ثقافة العمل الحر والمشروعات الصغيرة. جمعية إدارة الأعمال العربية، ١٧ (سبتمبر)، ٣٠-٣٥.

المصلوخي، مضحي بن ساير بن حميد. (٢٠٢٣). فاعلية برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي لخفض قلق المستقبل لدى الباحثين عن العمل من خريجي الجامعات الحكومية بمدينة الرياض. مجلة القلم، ١٠ (٣٥)، ٢٧٨-٣٢٧.

المطيري، يوسف فهد رزقان المهلكي. (٢٠٢٣). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الطائف. مجلة بحوث التعليم والابتكار، (٣) ١٠، ٧٠-١٠٠.

المقبالي، تعريف على حميد سيف، والخواجة، عبد الفتاح محمد سعيد. (٢٠٢٠). قلق المستقبل المهني وعلاقته بفاعلية الذات المهنية لدى طلبة دبلوم التعليم العام بمحافظة جنوب الباطنة في سلطنة عُمان. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٤ (٣٧)، ٢٠-٣٨.

يمينة، هدييل إيبس مقبل. (٢٠١٨). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من الشباب في التكوين المهني. مجلة دراسات نفسية وتربوية، ٨ (١)، ١٢٩-١٤٤.

Abebe, A. (2015). Attitudes of undergraduate students towards self-employment in Ethiopian public universities. *International journal of business and management review*, 3(7), 1-10.

Abun, D. (2021). Effect of attitude toward work, work environment on the employees' work self-efficacy. *Work Environment on the Employees' Work Self-Efficacy*.

- <https://doi.org/10.2139/ssrn.XXXXXXX>.
- Akmaliah, L. P. Z., & Hisyamuddin, H. (2009). Choice of self-employment intentions among secondary school students. *Journal of International Social Research*, 2(9).
- Alniaçık, E., Of, M., Balkaş, J., Tülemmez, S., Mirzayev, M., & Alfarra, H. (2021). The effects of university students' psychological resilience and hopelessness on career future perceptions during the pandemic process. *Business & Management Studies: An International Journal*, 9(1), 248.
- Alniaçık, Ü., Erat, S., & Acar, A. (2021). The role of psychological resilience and hopelessness in shaping students' future career perceptions during the pandemic. *Journal of Entrepreneurship Education*, 24(Special Issue 1), 1–13.
- Alqahtani, A., & Alshammari, F. (2022). Psychological resilience, locus of control, and self-efficacy as predictors of self-employment intentions among Saudi youth. *Journal of Entrepreneurial Studies*, 8(2), 45–62.
- ALvi, I. (2021). Direct, Indirect and Conditional Indirect Effects of Communication and Career Anxiety on Perceived Stress during Interviews in University Students—A PLS SEM Model. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 13(2), 1-20, DOI: <https://dx.doi.org/10.21659/rupkatha.v13n2.50>
- Astuti, R., & Sunarsi, D. (2023). *Intensi Berwirausaha: Peran Hardiness dan Motivasi Berwirausaha*. ResearchGate.
- Azadi, R., Ahadi, H., & Hatami, H. R. (2021). The relationship of psychological wellbeing and psychological hardiness with the mediating role of social support in women with breast cancer. *The Horizon of Medical Sciences*, 27(1), 18–33. <https://doi.org/10.32598/hms.27.1.3093.2>.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Banks, J. K., & Gannon, L. R. (1988). The influence of hardiness on the relationship between stressors and psychosomatic symptomatology. *American Journal of Community Psychology*, 16, 25–37.
- Bartone, P. T., Hystad, S. W., Eid, J., & Brevik, J. I. (2012). Psychological hardiness and coping style as risk/resilience factors for alcohol abuse. *Military medicine*, 177(5), 517-524.
- Bartone, P. T., Kelly, D. R., & Matthews, M. D. (2013). Psychological hardiness predicts adaptability in military leaders: A prospective study. *International Journal of Selection and Assessment*, 21(2), 200-210.

- Bartone, P. T., Ursano, R. J., Wright, K. M., & Ingraham, L. H. (1989). The impact of a military air disaster on the health of assistance workers. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 177, 317–326.
- Bentea, C. C. (2015). Relationships between personality characteristics and attitude towards work in school teachers. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 180, 1562-1568. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.02.314>.
- Bhaskar, C. V., & Soundiraraj, S. (2013). A Study on Change in the Attitude of Students towards English Language Learning. *English language teaching*, 6(5), 111-116.
- Bozkurt, H. Ö. (2023). The Effect of Uncertainty Intolerance on Career Anxiety and Career Change Intention: A Case Study of the Hospitality Industry. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 15(3), 2084-2095.
- Cole, M. S., Bruch, H., & Vogel, B. (2006). Emotion as mediators of the relations between perceived supervisor support and psychological hardiness on employee cynicism. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 27(4), 463-484.
- Crowley, B. J., Hayslip Jr, B., & Hobdy, J. (2003). Psychological hardiness and adjustment to life events in adulthood. *Journal of adult development*, 10(4), 237-248.
- Dalmış, A. B., Büyükkatak, E., & Sürücü, L. (2025). Psychological Resilience and Future Anxiety Among University Students: The Mediating Role of Subjective Well-Being. *Behavioral Sciences*, 15(3), 244.
- Darwish, M. A. A., Banat, S. M., & Aleid, W.A. (2021). Future career anxiety and its relationship with marital distress among the al-hussein bin talal university students. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 15(1)pp 1:6, <https://doi:10.5812/ijpbs.101398>.
- Desai, R. B. (2017). Psychological hardiness among college students. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(3), 80-84.
- Eagly, A. H., & Chaiken, S. (1993). *The psychology of attitudes*. Harcourt brace Jovanovich college publishers.
- Elfina, M. L., & Andriany, D. (2023). Career Self-Efficacy and Future Career Anxiety on Indonesian Fresh Graduates During Pandemic. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 24-32, <https://DOI:10.17977/um001v8i12023p2432>.
- Elfina, M. L., & Andriany, D. (2024). Career self-efficacy and future career anxiety on indonesian fresh graduates during pandemic.

- Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 11.
- Farradinna, S., Ruzain, R. B., & Putri, S. F. G. (2019). The Influence of Personality Hardiness on Entrepreneurial Intention. In *In Proceedings of the Second International Conference on Social, Economy, Education and Humanity* (251-258). SCITEPRESS—Science and Technology Publications.
- Figueroa, W. S., & Zoccola, P. M. (2015). Individual differences of risk and resiliency in sexual minority health: The roles of stigma consciousness and psychological hardiness. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 2(3), 329.
- Gorgievski, M. J., Stephan, U., Laguna, M., & Moriano, J. A. (2018). Predicting entrepreneurial career intentions: Values and the theory of planned behavior. *Journal of Career Assessment*, 26(3), 457–475. <https://doi.org/10.1177/1069072717714541>.
- Greenwald, A. G., Brock, T. C., & Ostrom, T. M. (Eds.). (2013). *Psychological foundations of attitudes* (263). Academic Press.
- Haddock, G., & Maio, G. R. (2008). Attitudes: Content, structure and functions. *Introduction to social psychology: A European perspective*, 112-133.
- Hadi, A., Suwidagdh, D., & Ningsih, R. (2022). Peningkatan Kemampuan Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kecemasan Karier akibat Pandemi Covid-19. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(1), 46-53.
- Hammad, M. A. (2016). Future anxiety and its relationship to students' attitude toward academic specialization. *Journal of Education and Practice*, 7(15), 54-65.
- Hassan, A. (2023). The Relationship between Psychological Hardiness and Career Concerns among Physicians in Damascus Hospitals. *Journal of Psychology and Mental Health*, 12(2), 223–243.)
- Hystad, S. W., Eid, J., & Brevik, J. I. (2011). Effects of psychological hardiness, job demands, and job control on sickness absence: A prospective study. *Journal of Occupational Health Psychology*, 16(3), 265.
- Ireri, A. M., Thuku, P., & Karugu, N. I. (2013). Relationship among occupational identity, attitude toward work, age and gender of first year university students in Kenya. *Psychology and Social Behavior Research*, 1(4), 88-97.
- Isah, U. G., & Garba, A. S. (2015). Analysis of student's attitudes toward self-employment intention in tertiary institution in Nigeria'. *International Journal of Small Business and Entrepreneurship Research*, 3(3), 1-11.
- Jarwan, A. S., & Al-frehat, B. M. (2020). Emotional Divorce and Its Relationship with Psychological Hardiness. *International*

- Journal of Education and Practice*, 8(1), 72-85.
- Kalb, G., & Meekes, J. (2024). *Nursing before and after COVID-19: Outflows, inflows, and self-employment* (Working Paper No. 01/24). Applied Economic & Social Research.
- Kamau, J. N., Njau, M. M., & Wanyagi, J. (2014). *Factors influencing work attitude among 'y' generation; a case of africa nazarene university. European Scientific Journal, ESJ, 10 (10).*
- Khaledian, M., Hasanvand, B., & Pour, S. H. (2013). The relationship of psychological hardiness with work holism. *International Letters of Social and Humanistic Sciences* (5), 1-9.
- Khaledian, M., Sadeghi, H., Kiamarsi, A., & Nazari, A. (2013). The relationship between hardiness and workaholism among high school teachers. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 439-443.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Zola, M. A. (1983). Type A and hardiness. *Journal of Behavioral Medicine*, 6, 41-51.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., Puccetti, M. C., & Zola, M. A. (1985). Effectiveness of hardiness, exercise, and social support as resources against illness. *Journal of Psychosomatic Research*, 29, 525-533.
- Kobasa, S.C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 168-177.
- Kobryniewicz, D., & Branscombe, N. R. (1997). Who considers themselves victims of discrimination?: Individual difference predictors of perceived gender discrimination in women and men. *Psychology of women quarterly*, 21(3), 347-363.
- Kowalski, C. M., & Schermer, J. A. (2019). Hardiness, perseverative cognition, anxiety, and health-related outcomes: A case for and against psychological hardiness. *Psychological reports*, 122(6), 2096-2118.
- Kuprieieva, O., Traverse, T., Serdiuk, L., Chykhantsova, O., & Shamykh, O. (2020). Fundamental assumptions as predictors of psychological hardiness of students with disabilities. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 10(1).
- Lambert, V. A., Lambert, C. E., & Yamase, H. (2003). Psychological hardiness, workplace stress and related stress reduction strategies. *Nursing & Health Sciences*, 5(2), 181-184.
- Maharani, C. A., & Oktariana, Y. (2020). Hubungan kesejahteraan psikologis dengan aspirasi karir siswa SMA di Bandar Lampung. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(2), 18-25.

- Margaça, C., Hernández-Sánchez, B., Sánchez-García, J. C., & Cardella, G. M. (2021). The roles of psychological capital and gender in university students' entrepreneurial intentions. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648528>.
- Marliyah, L. (2023). The relationship between resilience and entrepreneurial attitude of university students in Semarang. *Indonesian Journal of Business and Entrepreneurship (IJBE)*, 9(2), 220-220.
- Mehdi, S. A., & Singh, L. B. (2025). Effect of entrepreneurial fear of failure: a moderated mediation model of resilience and emotion regulation. *Journal of Entrepreneurship in Emerging Economies*, (ahead-of-print).
- Mishra, S. K., & Yadav, B. (2013). Job anxiety and personality adjustment of secondary school teachers in relation of gender and types of teacher. *Educational Research International*, 1(1), 105-126.
- Muschalla, B., Linden, M., & Olbrich, D. (2010). The relationship between job-anxiety and trait-anxiety—A differential diagnostic investigation with the Job-Anxiety-Scale and the State-Trait-Anxiety-Inventory. *Journal of anxiety disorders*, 24(3), 366-371.
- Ndlovu, V., & Ferreira, N. (2019). Students' psychological hardiness in relation to career adaptability. *Journal of Psychology in Africa*, 29(6), 598-604.
- Noor, H., Nabeel, T., & Mehwish, A. (2023). Development and Validation of Career Anxiety Scale for Adolescents with Hearing Impairment. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 38(3).
- Peker, M., & Ulu, M. (2018). The Effect of Pre-Service Mathematics Teachers' Beliefs about Mathematics Teaching-Learning on Their Mathematics Teaching Anxiety. *International Journal of Instruction*, 11(3), 249-264. <http://doi.org/10.12973/iji.2018.11318a>.
- Rhodewalt, F., & Zone, J. B. (1989). Appraisal of life change, depression, and illness in hardy and nonhardy women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 81-88.
- Sadeghi, A., & Einaky, S. (2021). Relationship between psychological hardiness and resilience with mental health in athlete students in the Guilan Unit of University of Applied Science and Technology. *Sociology Mind*, 11, 10-24. <https://doi.org/10.4236/sm.2021.111002>.
- Samawi, F. S., Al-Rimawi, S. A. K., & Arabiyat, A. A. H. (2022). The effectiveness of a training program based on psychological empowerment to reduce future professional anxiety among

- students. *International Journal of Instruction*, 15(1), 219-236.  
<https://doi.org/10.29333/iji.2022.15113a>.
- Shindi, Y. A., Emam, M. M., & Farhadi, H. (2023). Does fear of COVID-19 prolongation lead to future career anxiety among adolescents? The mediating role of depressive symptoms. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 16(3), 527-536, <https://doi.org/10.1007/s40653-022-00506-w>.
- Srivastava, S., & Sen, A. K. (1995). Role stress, job anxiety, job involvement, and job satisfaction among three groups of organizational employees: A factor analytic study. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 1(3), 252-261.
- Steinbrink, K. M., & Ströhle, C. (2024). The entrepreneurial intention of top athletes—does resilience lead the way?. *International Entrepreneurship and Management Journal*, 20(2), 607-629.
- Susanty, A., & Miradipta, R. (2013). Employee's job performance: The effect of attitude toward works, organizational commitment, and job satisfaction. *Jurnal Teknik Industri*, 15(1), 13-24.
- Tesser, A., & Schwarz, N. (2001). Attitudes and attitude change. In A. Tesser & N. Schwarz (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Intraindividual processes* (pp. 627–672). Blackwell Publishers.
- Thai, M., Unno, S., Montgomery, S., & Benitez, B. (2014). The development and validation of a scale of career anxiety. *Northwestern University*.
- Totskiy, D., Alekhin, A., Leonenko, N., Pultcina, C., Belyaeva, S., & Guzi, L. (2021). The psychological hardiness of students with a high insomnia index during the covid-19 pandemic. In *E3S Web of Conferences* (Vol. 258, p. 07092). EDP Sciences.
- Ukil, M. I., & Almashayekhi, A. (2024). Interested to start a venture but worried about the future: Investigating the role of resilience in fear of career uncertainty and entrepreneurial intention. *Acta Psychologica*, 243, 104148.
- Ukil, M. I., & Jenkins, A. (2023). Willing but fearful: resilience and youth entrepreneurial intentions. *Journal of Small Business and Enterprise Development*, 30(1), 78-99.
- Upadhyay, V. (2024). Examining the relationship between Hardiness and Future anxiety among Working Professionals. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology*, 2(5), 1403-1427.
- Voyten, K. K. (1997). *Construct validity of four self-concept constructs: Self-esteem, self-efficacy, hardiness and instrumentality* (Doctoral dissertation, The Ohio State University).



- Zakaria, Z., Sukomardojo, T., Sugiyem, S., Razali, G., & Iskandar, I. (2023). Menyiapkan Siswa untuk Karir Masa Depan Melalui Pendidikan Berbasis Teknologi: Meninjau Peran Penting Kecerdasan Buatan. *Journal on Education*, 5(4), 14141-14155.
- Zaleski, Z. (1996). Future anxiety: Concept, measurement, and preliminary research. *Personality and individual differences*, 21(2), 165-174, [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(96\)00070-0](https://doi.org/10.1016/0191-8869(96)00070-0).
- Zanna, M. P., Johnson, B. T., & Kumkale, G. T. (2005). Attitudes: Introduction and scope. In D. Albarracín, B. T. Johnson, & M. P. Zanna (Eds.), *The handbook of attitudes* (Vol. 2, pp. 3–20). Lawrence Erlbaum Associates.
- Zhou, T., Bao, Y., Guo, D., Bai, Y., Wang, R., Cao, X.,... & Hua, Y. (2022). Intolerance of uncertainty and future career anxiety among Chinese undergraduate students during COVID-19 period: Fear of COVID-19 and depression as mediators. *Frontiers in Public Health*, 10, 1015446. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1015446>.