# برنامج تدريبي قائم على مدخل التفكير التصميمي لتنمية مهارات تسويق الذات وخفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي – جامعة حلوان

اعداد

**أ.م.د/ هند محمد إبراهيم المظلوم**
أستاذ مساعد بقسم إدارة مؤسسات الأسرة
والطفولة بكلية الاقتصاد المنزلي–
جامعة حلوان
Drhend.almazloom@gmail.com

**أ.م.د/ أرزاق محمد عطية اللوزي**
أستاذ مساعد المناهج وطرق التدريس
بقسم الاقتصاد المنزلى التربوى
كلية الاقتصاد المنزلي– جامعة حلوان
akmohamed2003@gmail.com

**مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية**

**معرف البحث الرقمي DOI:10.21608/jedu.2020.35683.1024**

**المجلد السادس العدد الثلاثون . سبتمبر 2020**

**الترقيم الدولي**

**P-ISSN: 1687-3424 E- ISSN: 2735-3346**

**موقع المجلة عبر بنك المعرفة المصري** https://jedu.journals.ekb.eg/

**موقع المجلة** http://jrfse.minia.edu.eg/Hom

**العنوان: كلية التربية النوعية . جامعة المنيا . جمهورية مصر العربية**

# برنامج تدريبي قائم على مدخل التفكير التصميمي لتنمية مهارات تسويق الذات وخفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي – جامعة حلوان

د.هند محمد إبراهيم المظلوم، د.أرزاق محمد عطية اللوزي

**ملخص البحث**

يهدف البحث الحالي إلي قياس فاعلية برنامج تدريبي قائم علي مهارات التفكير التصميمى لتنمية مهارات تسويق الذات، وخفض قلق المستقبل المهنى لدي طلاب كلية الاقتصاد المنزلي بمختلف التخصصات، وتكونت عينة الدراسة من عينة أساسية قوامها (350) طالب، وعينة تجريبية قوامها (85) طالب مقيدين بكلية الاقتصاد المنزلي– جامعة حلوان، واشتملت أدوات البحث على استمارة البيانات العامة، مقياس مهارات تسويق الذات، مقياس قلق المستقبل المهني، برنامج تدريبي قائم على مدخل التفكير التصميمي (إعداد الباحثتان) ، واتبع البحث المنهج الوصفى، والمنهج الشبه التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة.

**وأظهرت نتائج البحث:** وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى0.05– 0.01 في مهارات تسويق الذات تبعاً لمتغيرات البحث (التخصص– النوع– الفرقة الدراسية) ، وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى0.05– 0.01 في قلق المستقبل المهني بأبعاده تبعاً لمتغيرات البحث (التخصص– النوع– الفرقة الدراسية)، وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى 0.01 بين مهارات تسويق الذات وأبعاد قلق المستقبل المهني، ووجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 بين أفراد عينة البحث التجريبية في متوسطات مهارات تسويق الذات، وأبعاد قلق المستقبل المهني قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي.

**وتوصي الباحثتان** بعقد دورات تدريبية وورش عمل بوحدات التدريب بالكليات المختلفة لتنمية وصقل مهارات تسويق الذات لدى طلاب الجامعة، واللازمة للانخراط في سوق العمل والحصول على فرصة للتوظيف.

**الكلمات المفتاحية:** التفكير التصميمي ، تسويق الذات ، قلق المستقبل المهني.

**Abstract**

The current research aims to measure the effectiveness of a training program based on design thinking skills to develop self-marketing skills, and reduce the anxiety of the professional future for students of the faculty of Home Economics in various disciplines, the sample of study is formed from (350) students as amain sample and (85) students as an experimental sample enrolled in the Faculty of Home Economics - Helwan University, and the research tools included a general data form, a measure of self-marketing skills, a measure of future professional anxiety , A training program based on the design thinking entrance (prepared by two researchers), and the research followed the descriptive method and The semi-experimental approach for one experimental group. **The results of the research showed:** There are differences which have statiscally significant at the level of 0.05-0.01 in the skills of self-marketing according to research variables (specialization - type - the academic group), and the presence of differences with statistically significant at the level of 0.05-0.01 in the anxiety of the professional future with its dimensions according to research variables (Specialization - Type – Academic group), a negative correlation between the self-marketing skills and the dimensions of the future career anxiety, and the presence of statistically significant differences at the level of 0.01 significance among the experimental research sample individuals in the averages of the self-marketing skills, and the dimensions of the professional future anxiety before After applying the program in favor of telemetry.

The researchers recommend holding training courses and workshops in the colleges' training units to develop and refine the self-marketing skills of university students.

**Key words:** Design thinking, Self-marketing, Career anxiety.

**مقدمة البحث**

فى ظل التغيرات العالمية المتسارعة والتطور التكنولوجى والمنافسة العالية فى الأسواق والتجدد المستمر فى المهارات التى يتطلبها سوق العمل، والتى تكون أسرع من مواكبة الجامعات لهذه المهارات المتجددة، مما يتطلب الأمر ضرورة العمل الجاد نحو تطوير مهارات الطلبة حتى تتماشى مع سوق العمل وتقليل الفجوة بين احتياجات سوق العمل من مهارات مختلفة، والمهارات التى يكتسبها الطلبة بالجامعات حتى يمكن التقليل من نسبة البطالة التى تتفشى بين خريجى الجامعات .

وتشكل مرحلة ما بعد التخرج هاجسا لمعظم الخريجين خاصة في البلدان التي لديها ندرة في فرص العمل، و لاسيما أن الجامعات تضخ سنويًا آلاف الخريجين لسوق العمل تنقصهم مهارات مهنية ومعارف حول متطلبات سوق العمل لم يتم التطرق لها خلال الدراسة الجامعية، فالخريج بحاجة إلى اكتساب المهارات و الخبرات التي تميزه عن غيره ليكون قادراً علي المنافسة ضمن الأعداد الكبيرة من الخريجين المتقدمين للوظائف في ظل عدد الوظائف المحدود ، ويصل إلى ما يصبو إليه من طموحات، ويتحقق الاستقرار المهنى لديه.( ابراهيم معالى و سماح عليان ،2019)

وقد أوضحت بعض الدراسات افتقار خريجي الجامعات إلي العديد من المهارات الأساسية اللازمة في سوق العمل كمهارة تطوير الذات والقدرة علي الاقناع والقدرة علي المرونة والتكيف، ومهارة المقابلة الشخصية، ومهارة كتابة السيرة الذاتية، والتى تعد من أهم العوائق الكامنة أمام حصول الخريجين علي فرصة عمل، ومن هذه الدراسات دراسة عبد العزيز أبو نبعه (2001 )، ودراسة عارف العطارى وأحمد لبابنة ( 2010) ، ودراسة ضياء هاشم أبو جبل (2016 ) التي أشارت إلى ضرورة تدريب الطلبة أثناء دراستهم الجامعية على المهارات الشخصية واكتساب مهارات تسويق الذات بهدف تنمية وتطوير المخزون المهاري لديهم وتجهيزهم للعمل فور انتهاء دراستهم الجامعية في التخصصات المختلفة،

ويعد تسويق الذات Self – marketing أحد المواضيع الحديثة في أدبيات التسويق التى يجب أن يمتلكها الخريجين. ولقد ازدادت أهميتها بسبب تعقيدات الحياة والتي أدت إلي وجود مواقف تستوجب توفر القدرات التسويقية لضمان نجاح الفرد في

الحياة العملية . فالشخص الذي يمتلك مهارات تسويق الذات لديه القدرة علي اعادة هندسة ذاته تماشيًا مع المتغيرات البيئية المختلفة التي تتحتم الخروج من الاستراتيجيات التقليدية إلي إستراتيجيات أكثر تطوراً وذكاءًا ، كما تبرز قدرة الفرد علي الابداع و الابتكار ، والقدرة علي اقناع الاخرين و اظهار المهارات و القدرات و الخبرات الخاصة به. حتي يصبح هذا الشخص له شأن في المحيط الذي يرغب العمل به أو الجهة المستهدفة . (Mania, Holmlund ,2014 ) ، (مدحت أبو النصر، 2010)

وقد أثبتت عديد من الدراسات والبحوث السابقة مدي أهمية تنمية مهارات تسويق الذات، وذلك لضمان حصول الخريجين علي فرصة عمل وتقليل من البطالة بعد التخرج ومنها دراسة كل من : ( Creed.P., Bloxsome. T., & Johnston (2006, ، ( أسماء سعيد، 2016)، ( مريم مرزوق وأخرون، 2019 ). كما أكدت دراسة ( Morgan ,2004 ) أن المسوق لذاته يتمتع برؤية مستقبلية توجة تحركاته في الأسواق المستهدفة . فضلاً عن أمتلاكه الشغف لانجاز المهام وتحقيق الأهداف الذاتية، وأوصت دراسة (Mc Corkle . et.al ,2013)، ( منال الخضر ، 2010 ) بضرورة تطوير مهارات تسويق الذات لدى الشخص المسوق لنفسه والتي تعد مرتكزات حيوية للنجاح و الحصول علي العمل المهنى .

لذا بات من الضروري التدريب علي تنمية مهارات تسويق الذات والتى تعد من المفاتيح الأساسية للنجاح في سوق العمل ، حيث أن تنمية تلك المهارات لدى الخريجين تعمل علي الحد من البطالة وتمكن الشباب من ايجاد وظائف مناسبة وفق تخصصاتهم ، كما أنها تخفض من قلق المستقبل المهنى لديهم.

ويعد قلق المستقبل المهني نوع من أنواع القلق، يؤدي إلى تأثيرات تُغير مجرى حياة الشباب وخاصة لما له من إفرازات وانعكاسات على غيره من المشكلات، باعتباره الأساس الذي يبحث عنه كل الطلاب بعض التخرج وله أثره القوي على الاتزان النفسي والشعور بالأمن والثقة بالنفس ووسيلة لاكتساب الفرد مكانة في المجتمع. (أحمد المومني ونعيم مازن، 2013).

وتتعدد أبعاد قلق المستقبل المهنى فنجد منها ما يتعلق بشخصية الفرد وطبيعتة البيولوجية واستعداداته النفسية التي تدفعه إلى قلق المستقبل المهني، ونجد

منها ما يتعلق بالجانب التعليمي للفرد كنوع التخصص الذي درسه ومدى صعوبته ومدى احتياج السوق الوطني لخريجي هذا التخصص، كذلك نجد البعد الاجتماعي والثقافي، وهو راجع إلى البيئة الاجتماعية والثقافية السائدة في الأسرة والمجتمع.(صفية ملوكة، 2018) .

وقد بين كل من إياد إشتيه ومحمد شاهين (2015) أن قلق المستقبل المهنى قد يؤثر على مستوى الطموح لدى الشباب، ويعطل أهدافه ويفقده القدرة على حل المشكلات، مما يؤدي إلى ضعف فعالية الذات التي ترتبط بعدم التركيز والنقص، ويجعل الفرد في صراع أثناء اختياره لتخصص مهنة المستقبل.

ويشير كلا من شاكر المحاميد ومحمد السفاسفة (2007)، عطاف أبوغالي ونظمي أبومصطفى (2016) إلى أن سبب ارتفاع قلق المستقبل المهني لدى الطلبة قد يرجع إلى تزايد أعداد الخريجين وقلة فرص العمل المتاحة بالإضافة إلى الإقبال المتزايد على التعليم الجامعي غير المقترن بتخطيط حقيقي لحاجة سوق العمل، كذلك عدم تلائم المهن المعروضة في سوق العمل مع التخصصات الدراسية للخريجين .

وقد أكدت عديد من البحوث والدراسات ارتفاع قلق المستقبل المهني لدى الطلبة الجامعيين ومنها دراسة كل من: سارة بكار (2013)، سهيلة أحمادي ومسعودة سالمي (2015)، رانية سوفي (2017)، وفسرت صبرينة بوسدر (2013) هذا الارتفاع في قلق المستقبل المهني إلي صعوبة انضمام الطلبة الجامعيين إلى القوى العاملة، مما يجعلهم في حالة من القلق حول وظيفة المستقبل.

وانطلاقاً من ضرورة تفعيل التوجه التربوي والمهنى والذي يهتم باعداد طلاب اليوم ليتمكنوا ليس فقط من خوض غمار عالمٍ مجهول ومعقد، بل وأيضًا لديهم القدرة على تسويق ذاتهم للحصول علي فرصة عمل واختزال قلق المستقبل المهنى لديهم . فقد ركزت بعض الدراسات والبحوث الاكاديمية لبحث الأساليب والطرق والبرامج التدريبية التى من شأنها صناعة الشخصية وتنمية المهارات والأدوات التي يحتاجها الفرد لتسويق ذاته قبل الدخول في قوة العمل، والتخطيط السليم لمهنة المستقبل، وادارة و تطوير ذاته و تنمية الثقة الابداعية لديه بما يتفق وحاجة سوق العمل، وتبديد حاجز الخوف والرهبة من المستقبل المهنى. مثل دراسة (Andrusia & Haskins, 2000)، ودراسة

(Shepherd ,2005 )، وموسى هياجنه (2014)، عويضة محمد (2015)، (Daniel, A. D.,2016 )، سالم مزلوه وعبد العزيز غازى (2017)، سماح عبد الرحيم ( 2017 ) حنان رزق (2018)، مروة حسين ( 2018 )، ، فيما توجه البعض الاخر بدعم وتعزيز هذه المهارات في المناهج الدراسية مثل دراسة شيرين زكى (2014)، ودراسة (Manai, A., & Holmlund, M., ,2015) .

وعليه فإنه لابد من البحث والنظر فى الأساليب والطرق التى يمكن من خلالها بناء قدرات الخريجين وتمكينهم للاندماج في سوق العمل، وقد ظهر فى الأونة الاخيرة بعض مداخل التفكير التى عنيت بتنمية القدرات الابداعية والتحليلية هو مدخل التفكير التصميمى . الذى يعد أحد مداخل التفكير التي يحتاجها الطلاب في القرن الحادي والعشرين بهدف تطوير وسائل مبتكرة ليكونوا فاعلين قادرين على ابتداع حلول تصنع الفارق في مجتمعاتهم اليوم قبل الغد.

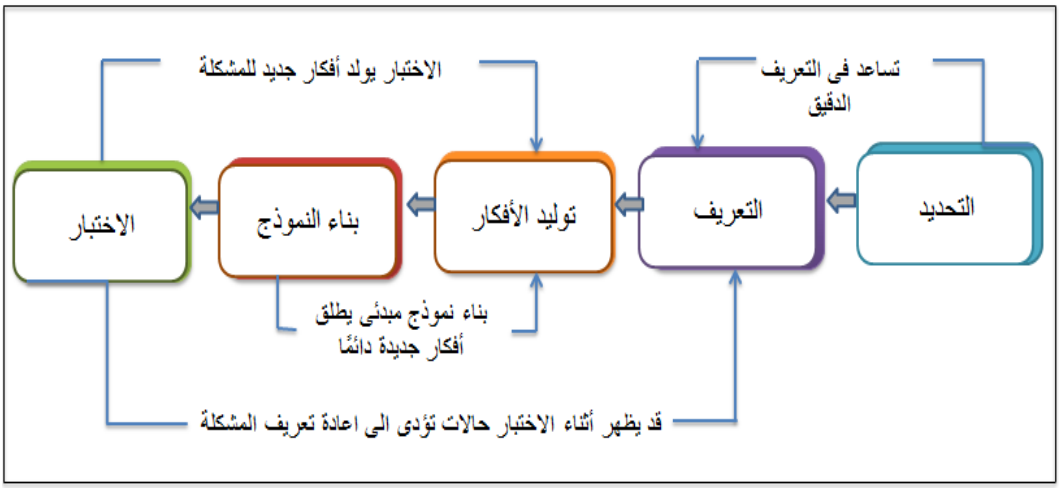
ويعد مدخل التفكير التصميمى Design Thinking approach من المداخل التفكير الحديثة والمرتبطة بمجالى التصميم والتخطيط ، باعتباره وسيلةً لتحديد الفرص الجديدة ومصدرَ إلهامٍ لإطلاق طاقات الإبداع والابتكار، فهو شكل من أشكال التفكير المبني على اكتساب المعلومات، وتحليل المعارف، وطرح الحلول. ( Denning, A . D.,2016)

ويتميّز هذا الأسلوبُ بالقدرةَ على استخدام التصميم لتطوير الخبرة الانسانية و تزويد الطلاب بالمهارات الابداعية ( Long ,C.,2012) . حيث أنه يجمع بين: التعاطفِ مع ظروف مشكلة ما، والإبداعِ في توليد رؤىً وحلول منطقيّةٍ لها، وفي تحليل وتكييف هذه الحلول تبعا لظروف المشكلة، وإلهام الأفكار الجديدة، وغرس الثقة عن طريق خوض غمار مخاطر مدروسة. فهو تفكيرٌ يبدأ بالهدف، بدلا من البدء بمشكلة معيّنة، ويأخذ الحاضر والمستقبل في الإعتبار. ( فؤاد اياد خصاونة ، 2015) .

ويشير كل من: (Razzouk, R., & Shute, ( Carroll, et al. , 2010) (V., 2012؛ (Noweski,c.et al, 2012) إلى أن قدرة التفكير التصميمى تكمن في مساعدة الشباب على استخدام مهاراتهم ليبصحوا صُنَّاع التغيير ، مبدعين قادرين على التفكير بشكل منطقى، ووضع رؤيةٍ مختلفة للمستقبل والعمل على تحقيق تلك الرؤية

والتحلى بالرؤى الإبداعية ، و تطوير الثقة في قدرتهم على تعلم مهارات جديدة وابتداع الأفكار واستنباط الحلول وتجريبها .

فالتفكير التصميمي منهجاً يعتمد على محور إنساني، لبحث المشاكل و توليد رؤى وحلول منطقية لها، وبناء الأفكار في صورة متكاملة وذات معنى، وهذا النوع من التفكير يشمل خمس مهارات هي: التعاطف، والتحديد، والتصور، وبناء النموذج، والاختبار.(Jansson, G., & Lidelöw, H.,2016)، ( أحمد همام ، 2018) .




**شكل (1) مراحل التفكير التصميمى**

وقد أوضحت الدراسات التى تناولت مدخل التفكير التصميمى مثل دراسة كل من: ( Dorst,K.2010) Noel, L.A. ,&Liub. T.L., 2017) (Chasanidou, D. et. al.,2015)، ( مروة طه ، 2018 )،( حنان رزق ، 2018) أنه يساعد على تنمية القدرة على الإبداع في توليد الأفكار والحلول، ويشجع على الاستقصاء والتقييم الذاتى والتى بدورها تجعل من الطلاب روادًا وقادة فى المستقبل قادرين على مواجهة تغييرات فرص العمل المستقبلى .

وتأسيسًا لما سبق فان التفكير التصميمى منهجية معينة للتفكير تقوم على أساس "بناء" الأفكار، ويُشجَّع على التفكير خارجَ الصندوق، ودراسة الوضع بشكل أفضل للتعرف على المشاكل الموجودة والتمكن من وضع حلول مناسبة لها. فهو يقود الشباب إلى تطوير معرفتهم بأحوال عالمهم بشكل متعمق وهادف، وتكوين فهمٍ واعٍ لدورهم في هذا العالم، والتركيز بشكل أكبر على مستقبلهم المهنى والعمل على بنائه.

وتضم كلية الاقتصاد المنزلى العديد من التخصصات التى يتطلبها سوق العمل ومنها : تخصص التغذية وعلوم الأطعمة ، والملابس والنسيج، وادارة مؤسسات الأسرة والطفولة، والاقتصاد المنزلى التربوى، والصناعات الجلدية . ولاشك أن طلاب السنة النهائية بالكلية بحاجة ماسة إلى اكتساب المهارات والقدرات والكفاءات التى تؤهلهم للحصول علي الوظيفة المناسبة وفق تخصصهم بعد التخرج. ومن هنا يتضح ضرورة تدريب الطلاب على ممارسة التفكير التصميمى ، حيث أنه يوفر لهم ممارسة التفكير بشكل منطقى وعملى، ويزودهم بمهارات تفكير متقدمة تمكنهم من إكتساب شخصية متكاملة وقادرة على مواجهة الحياة المهنية والتى تعد الشق الأهم لجعلهم روادًا وقادة المستقبل. الامر الذي دفع الباحثتان الى اعداد برنامج تدريبى قائم على مهارات التفكير التصميمى لتنمية مهارات تسويق الذات وخفض قلق المستقبل المهنى لدى طلاب الفرقة الرابعة بكلية الاقتصاد المنزلى – جامعة حلوان.

**مشكلة البحث**

البحث عن وظيفة المستقبل واحدة من أكبر المشكلات التي تواجه الشباب بعد التخرج، فالعمل هو الأمل الذي يبحث عنه كل شاب وفتاة مقبلين علي الحياة بعد تخرجهم من الجامعة، فهو أساس التقدم والشعور بالأمن والثقة بالنفس، حيث أصبح لا يتم الاعتماد على المعارف المهارات والمؤهلات التي اكتسابها الطلاب خلال فترة دراسته الجامعية فقط، بل هناك عديد من المهارات والطرق التي من خلالها يمكن الوصول إلى الوظيفة بشكل بسيط وخاصة في تلك الفترة التي أصبح يعاني منها الشباب من حالة كبيرة من البطالة. (هبة محمد، 2010)

ويعد دخول سوق العمل أهم مرحلة انتقالية يمر بها الشباب، إذ تشير معدلات البطالة المرتفعة بين الشباب إلي وجود مشكلة حقيقية في الانتقال من المؤسسات التعليمية إلي مواقع العمل، ويعزي السبب في ذلك إلي افتقاد كثير من الخريجين الجدد للعديد من المهارات الأساسية لتسويق الذات في سوق العمل كمهارة تطوير الذات والقدرة علي الاقناع والقدرة علي المرونة والتكيف مع التغيرات والثقة بالذات،ومهارة كتابة السيرة الذاتية. والتي تعتبر من أهم المهارات التي يجب أن يمتلكها الخريجين لعرض مهاراتهم وخبراتهم لأرباب الأعمال . فالمشكلة ما زالت قائمة بين الخريج

الجامعي وسوق العمل الذي ما زال يرفضه، وبخاصة عندما تشترط الخبرة والكفاءة لقبوله في هذا السوق. وحين يفتقد الطالب الجامعي مهارات تسويق ذاته للانغماس في سوق العمل، فإن ذلك يوقعه فريسة للشكوك حول مستقبله ويكون عرضه لقلق المستقبل المهني.(إياد إشتيه ومحمد شاهين، 2015)

**ولقد نبع الإحساس بمشكلة البحث من خلال عدة شواهد أهمها:**

**أولًا:** من خلال طبيعة عمل الباحثتان كأعضاء هيئة تدريس بالكلية قد لاحظتا وجود فجوةٍ كبيرة بين مهارات الخريجين وبين متطلبات سوق العمل بحيث يوجد عدد كبير من الخريجين بمعدلات مرتفعة ليس لديهم القدرة على تقديم وتسويق قدراتهم ومؤهلاتهم لدى الجهات المشغلة. والتى تحظى بإهتمام متزايد من قبل أرباب العمل بالإضافة الي المؤهلات العلمية المتخصصة، ووجود نسبة بطالة كبيرة بين الخريجين وذلك بسبب عدم امتلاكهم للمهارات والقدرات التى تؤهلهم لسوق العمل.

**ثانياً:** تم بناء استمارة استطلاع رأى بواسطة نماذج (Google Drive) من خلال رابط https://forms.gle/2S3xYeQcwyjNu2Rc8 وتم إرسالها الكترونياً من خلال وحدة متابعة الخريجين بالكلية إلى مجموعة من (خريجين" كلية الاقتصاد المنزلي" بالتخصصات المختلفة) بهدف التعرف على أرائهم فيما يتعلق بضرورة اكتسابهم للمهارات والقدرات التى تعينهم على تسويق ذواتهم لدى أرباب العمل أثناء فترة دراستهم الجامعية، ومدى حاجتهم إليها، وقد استجاب للاستطلاع (10) خريجين من كل تخصص ( باجمالى (50) خريج بمختلف التخصصات)، وأسفرت نتائج الاستطلاع عن انخفاض نسبة معرفتهم أو التدريب على اكتساب تلك المهارات أثناء فترة الدراسة الجامعية، مما دفع البعض منهم للالتحاق ببعض الدورات التى تنمى هذه المهارات بعد التخرج حتى يمكنهم تطوير مهارات عرض قدراتهم المختلفة أمام المسؤولين ومن بيدهم السلطة من أجل الحصول على وظيفة.

**ثالثاً:** نتائج الدراسات والأدبيات والبحوث السابقة المرتبطة بموضوع البحث، والتى أظهرت ما يلى:

- **مهارات تسويق الذات:** فقد أوصت نتائج دراسة كل من( عبد العزيز أبو نبعه، 2001 )،( يوسف حجيم الطائي، 2009 )،( Mc Corkle , et.al , 2013)،

( شيرين صالح، 2014)، (Mania & Holmlund ,2015)، (سماح عبد الرحيم،2017)، (خولة الصانع وأنمار الكيلانى، 2018)، (مريم مرزوق واخرون ،2019) بضرورة الاهتمام بتعزيز اكتساب المهارات الشخصية ومهارات تسويق الذات لدي الطلاب بالمراحل الدراسية المختلفة وطلاب الجامعة وخصوصاً المهارات التى يبحث عنها أصحاب الأعمال الخاصة بالثقة بالذات والقدرة على الاقناع، المرونة والتكيف وتطوير الذات، كما أكدت هذه الدراسات على ضرورة استحداث مساقات دراسية خاصة بتدريب الطلبة علي مهارات تسويق الذات، والتحاقهم بورش تدريبية لاكتسابهم تلك المهارات لتساعدهم فى المنافسة للحصول على وظيفة مناسبة فى سوق العمل.

- **قلق المستقبل المهنى** : قد أثبتت نتائج دراسة كل من: (Balanowski, W, 2005) ، شاكر المحاميد ومحمد السفاسفة (2007)، (عبد المحسن الحديبي، 2007)، (Zhang, 2007)، ( نيفين المصري، 2011)، (منصور عويضة ،2015)، (أحمد الوهيبي، 2018) أن ارتفاع مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة يقترن بالتخطيط الحقيقي لحاجة سوق العمل، ويكون نابعاً من عدم تحقيق الطموحات المادية والمعنوية وعدم القدرة على تكوين أسرة في المستقبل، فضلاً عن تولد الإحساس بقلق المستقبل المهني نتيجة لسوء التخطيط واختيار الطالب للتخصص الدراسي الذي يؤهله إلى المهنة التي يرغب فيها.
- **مدخل التفكير التصميمى:** نتائج الدراسات السابقة التى أثبتت مدى فاعلية استخدام التفكير التصميمى في تنمية المهارات المختلفة ودفع الشباب لاستخدام مهاراتهم لحل المشكلات، وتحسين وتطوير الذات وتنمية الكفاءة الذاتية لديهم، وغرس الثقة بالنفس وتشجيع الابداع، وإلهام الأفكار الجديدة في تخيل مستقبل مختلف والعمل على بنائه مثل دراسة : ( Razzouk, R., & Shute, V., 2012) ، ودراسة (Koh, J., et al., 2015) ، ودراسة (Jansson & Viklund & Lidelöw, 2016)، ودراسة ( Noel.L.&Liub,T.L.,2017 )، ودراسة ( سالم مزلوه وعبدالعزيز غازي ،2017)، ودراسة ( مروة طه ،2018)، ودراسة (حنان عبدالله ،2018 )، ودراسة ( رشا محمود و هبه فؤاد ، 2019) .

انطلاقاً مما سبق وتماشياً مع ما دعت اليه عديد من البحوث والدراسات من ضرورة الاهتمام باكتساب الخريجين إلى المهارات المناسبة سواء أكان ذلك في المهارات الشخصية أو الصفات الايجابية أو السمات والتي يمكن استخدامها لتنمية مهارات التسويق الذاتي ومساعدتهم على عرض ما يمتلكون والمنافسة عبره فى سوق العمل . تم تحديد مشكلة البحث الحالي والتى تكمن فى ضعف مستوى اكتساب الطلاب لمهارات تسويق الذات والتي تعين الخريجين على النجاح في الحصول على فرصة عمل مناسبة وفق تخصصاتهم ، كما أنها قد تخفض من قلق المستقبل المهنى لديهم. **وتتبلور مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي:**

**ما فاعلية برنامج تدريبي قائم علي مدخل التفكير التصميمى لتنمية مهارات تسويق الذات وخفض قلق الستقبل المهنى لدي طلاب كلية الاقتصاد المنزلى – جامعة حلوان ؟**

**ويتفرع من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:**

1- ما الأهمية النسبية لمهارات تسويق الذات لدى طلاب العينة الأساسية للبحث؟

2- ما الأهمية النسبية لأبعاد قلق المستقبل المهني لدى طلاب العينة الأساسية للبحث؟

3- ما الفروق في مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) لدي طلاب العينة الأساسية للبحث فى ضوء بعض المتغيرات (التخصص- النوع- الفرقة الدراسية) ؟

4- ما الفروق في قلق المستقبل المهني بأبعاده (الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي) لدي طلاب العينة الأساسية للبحث في ضوء بعض المتغيرات (التخصص- النوع- الفرقة الدراسية) ؟

5- ما العلاقة بين مهارات تسويق الذات بمحاورها(تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) وقلق المستقبل المهني بأبعاده (الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي) ؟

6- ما فاعلية برنامج تدريبي قائم علي مدخل التفكير التصميمي لتنمية مهارات تسويق الذات وخفض قلق المستقبل المهني لدي طلاب العينة التجريبية بكلية الاقتصاد المنزلي –جامعة حلوان ؟

**أهداف البحث**

يهدف البحث الحالي إلى إعداد برنامج تدريبي قائم على مدخل التفكير التصميمي لتنمية مهارات تسويق الذات وخفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي– جامعة حلوان وذلك من خلال:

1- التعرف على الأهمية النسبية لمهارات تسويق الذات لدى طلاب العينة الأساسية للبحث.

2- التعرف على الأهمية النسبية لأبعاد قلق المستقبل المهني لدى طلاب العينة الأساسية للبحث.

3- الكشف عن دلالة الفروق في مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات– القدرة على الاقناع– المرونة والتكيف– الثقة بالذات– مهارة كتابة السيرة الذاتية) لدي طلاب العينة الأساسية للبحث في ضوء بعض المتغيرات (التخصص– النوع– الفرقة الدراسية).

4- الكشف عن دلالة الفروق في قلق المستقبل المهني بأبعاده ( الاستعداد النفسي والجوانب البدنية– قلق التخصص– القلق الاجتماعي والاقتصادي) لدي طلاب العينة الأساسية للبحث في ضوء بعض المتغيرات (التخصص– النوع– الفرقة الدراسية).

5- رصد العلاقة بين مهارات تسويق الذات بمحاورها(تطوير الذات– القدرة على الاقناع– المرونة والتكيف– الثقة بالذات– مهارة كتابة السيرة الذاتية) وقلق المستقبل المهني بأبعاده (الاستعداد النفسي والجوانب البدنية– قلق التخصص– القلق الاجتماعي والاقتصادي).

6- التعرف علي فاعلية البرنامج التدريبي القائم علي مدخل التفكير التصميمي لتنمية مهارات تسويق الذات لدي طلاب العينة التجريبية بكلية الاقتصاد المنزلي.

7- التعرف علي فاعلية البرنامج التدريبي القائم علي مدخل التفكير التصميمي لخفض قلق المستقبل المهني لدي طلاب العينة التجريبية بكلية الاقتصاد المنزلي.

**أهمية البحث**

قد يسهم هذا البحث ونتائجه فيما يلي:

1- يُعد هذا البحث استجابة للاتجاهات العالمية والمحلية التى دعت بضرورة اعتماد الطلاب على أنفسهم فى تسويق ذواتهم ، ومراجعة خططهم الانية والمستقبلية للبحث عن الوظيفة، والاهتمام بتأهيل الأفراد الذين لديهم قلق من المستقبل المهنى .

2- حيوية وحداثة البحث الحالى حيث يتناول موضوعًا جديدًا ينصب على مرحلة دراسية مهمة وهي المرحلة الجامعية ، والتي بعدها يتم تحديد مسار الطالب إما الانطلاق فى سوق العمل، وإما الوقوف فى صفوف البطالة .

3- يسلط الضوء على أهمية توظيف البرامج التدريبية القائمة على مدخل التفكير التصميمى وخطواته لما له من دور فعال في مساعدة الشباب على صقل مهاراتهم ليصبحوا صُنَّاع التغيير مبدعين قادرين على وضع رؤيةٍ مختلفة للمستقبل المهنى.

4- قد تفيد نتائج البحث القيادات الجامعية والمسئولين والمعنيين فى وزارة التعليم العالى على كيفية دمج مهارات تسويق الذات فى المناهج والمقررات الدراسية وتدريبهم عليها حسب طبيعة كل كلية ووفق التخصصات المختلفة .

5- تكمن أهمية البحث فى تقديم أدوات قياس مقننة (مهارات التسويق الذاتي ، و قلق المستقبل المهنى ) بعد التحقق من خصائصهما السيكومترية و هو ما يثرى ميدان التوجيه المهني .

6- تمثل الدراسة محاولة جادة لتلبية الحاجة الميدانية إلي وجود مداخل تفكير حديثة يُقتدي بها فى تنمية مهارات تسويق الذات واختزال قلق المستقبل المهنى لدى الطلاب بالمراحل الجامعية المختلفة .

**فروض البحث**

في ضوء أدبيات البحث ونتائج البحوث والدراسات السابقة، افترضت الباحثتان الفروض التالية:

1- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) لدي طلاب العينة الأساسية للبحث فى ضوء بعض المتغيرات (التخصص- النوع- الفرقة الدراسية).

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية في قلق المستقبل المهنى بأبعاده ( الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي) لدي طلاب العينة الأساسية للبحث فى ضوء بعض المتغيرات ( التخصص- النوع- الفرقة الدراسية).

3- توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة احصائية بين مهارات تسويق الذات بمحاورها ( تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) وقلق المستقبل المهنى بأبعاده( الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي).

4- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلاب العينة التجريبية في مهارات تسويق الذات بمحاورها( تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لصالح التطبيق البعدي.

5- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلاب العينة التجريبية في قلق المستقبل المهني بأبعاده(الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي) قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لصالح التطبيق البعدي.

**الإسلوب البحثى**

**أولاً: منهج البحث:**

نظراً لطبيعة البحث الحالى فقد اعتمد على المنهجين الآتيين:

**أ_ المنهج الوصفي:** يستخدم في هذا البحث المنهج الوصفي التحليلي باستخدام الدراسات المقارنة والعلاقات الارتباطية، وذلك لتحليل مهارات تسويق الذات، وقلق المستقبل المهني لدى طلاب عينة البحث الأساسية

**ب- المنهج شبه التجريبي:** يستخدم في هذا البحث المنهج شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة، حيث يتم القياس القبلي والبعدي لذات المجموعة للتعرف علي الفروق في مستوى مهارات تسويق الذات، وقلق المستقبل المهني لطلاب عينة الدراسة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي القائم على مدخل التفكير التصميمي المُعد.

**ثانياً: المصطلحات العلمية والمفاهيم الاجرائية:**

**البرنامج التدريبي:** يعرفه حسن الطعانى( 2007) بأنه "مجموعة من الخطوات و الاجراءات والمهارات العملية التي تقدم للمتدربين بهدف تنمية معارفهم ومهاراتهم، بحيث تسهم في رفع أدائهم لتحقيق الهدف المرجو من البرنامج".

**ويعرف اجرائيًا بأنه:** " مجموعة من الاجراءات والخطوات المنظمة التى تم اعدادها وتنفيذها بشكل مدروس لتزويد طلاب كلية الاقتصاد المنزلى بمعلومات ومعارف معينة وتطوير مهاراتهم، وتنمية قدراتهم، للتعبير عن أنفسهم بصورة ايجابية أمام المسئولين من أجل الحصول علي وظيفة مناسبة" .

**مدخل التفكير التصميمي:** تعرفه مروة طه ( 2018) بأنه " مدخل من مداخل التدريس التى تقوم على مجموعة من الافتراضات التى ترتكز على الانسان وتتيح للطلاب فرصة التجريب والحصول على التغذية الراجعة، من أجل ايجاد حلول جديدة و مبتكرة

وتعرفه رشا عودة (2018) بأنه " أداة بفكر المصمم يستطيع من خلالها الطالب توليد الأفكار الإبداعية، وتطوير الخطط الاستراتيجية وتحويل النظريات إلى نموذج واقعي قابل للتطبيق، من أجل اقتناص الفرص ومواجهة التحديات واتخاذ القرارات .

**ويعرف اجرائيًا بأنه:**"منهجية للتفكير تتضمن مجموعة من الإجراءات و الخطوات متمثلة فى ( التعريف، التحديد، توليد الافكار، بناء النموذج ، الاختبار) والتى يساعد التدريب عليها إلى تنمية قدرة الطلاب على التأمل وتوليد الأفكار الابداعية، وممارسة التقصى وابتكار الحلول، وجعلهم أكثر ذكاءًا نحو تطوير ذواتهم ونموها لضمان تحقيق الاستقرار المهنى" .

**تسويق الذات:** يعرفه سعدون جثير وسارة سعيد (2017) بأنه " مجموعة الطرق والأساليب والوسائل التي تتصف بالثقة بالذات والذكاء الشخصي والقدرة علي الاقناع و

كذلك اعادة هندسة الذات التي يمتلكها شخص ما لأجل الوصول إلي الابداع في تسويق ذاته للفئة المستهدفة واثارة اعجابهم ورضاهم بالشخص المسوق .

وقد عرفه (Manai,2011 ) بأنه سلسلة من الأنشطة المستمرة المرتبطة بالحياة المهنية والشخصية، تستهدف استغلال الفرص المستقبلية عبر امتلاك مهارات لتسويق مايمتلك الفرد، ويتطلب النجاح تطوير الذات، وتحديد الأهداف والأولويات، وبذل الجهد والثقة بالنفس لتحقيق النجاح في الحياة العملية .

ويعرف يوسف الطائي (2009) تسويق الذات بأنه " مجموعة الطرق و الأساليب و الوسائل التي تتصف بالثقة بالذات و الذكاء الشخصي و القدرة علي الاقناع و كذلك اعادة هندسة الذات التي يمتلكها شخص ما لأجل الوصول إلي الابداع في تسويق ذاته للفئة المستهدفة واثارة اعجابهم ورضاهم بالشخص المسوق .

**ويُعرف تسويق الذات اجرائيًا بأنه:** " مجموعة من المهارات المراد تنميتها لدى الطلاب والتى تتصف بالثقة بالذات واكساب ثقافة الاقناع والقدرة على التكييف مع المتغيرات والتأثير على الأخرين وتطوير الذات وذلك من أجل ضمان النجاح في الحياة العملية والتخطيط للمستقبل الوظيفي. ويقاس بالدرجة الكلية التى يحصل عليها الطالب على مقياس مهارات التسويق المعد لذلك .

**وقد تناولت الدراسة الحالية مهارات تسويق الذات التالية:**

- **تطوير الذات:** تعنى إدراة الفرد لذاته إدارة إيجابية من خلال تنمية واكتساب المهارات الجديدة التى تجعله يشعر بالرضا وتعينه على التركيز على أهدافه في الحياة وتحقيقها بشكل فعال .
- **القدرة على الاقناع:** تعنى القدرة على إجادة مهارات الاتصال والتمكن من فنون الحوار وأدبه للتأثير على الآخرين وإخضاعهم لفكرة أو رأي ما .
- **المرونة والتكيف:** تعنى قدرة الفرد على التكيّف والاستجابة للتحديات التي سوف يتعرض لها، ومن ثم التكيّف معها بنجاح .
- **الثقة بالذات:** تعنى إيمان الفرد بطاقاته وإمكانيّاته، وقدراته، وقراراته وهي مفتاح من مفاتيح النجاح في الحياة

- **مهارة كتابة السيرة الذاتية:** وتعرف بالقدرة على كتابة السيرة الذاتية بطريقة ملائمة بحيث تكون مقنعة وفعالة وواضحة، وتكتب بشكل مهنى جذاب لأصحاب العمل.

**مفهوم قلق المستقبل المهني:**

**يُعرف قلق المستقبل المهني علي أنه** "حالة من التوتر وعدم الاطمئنان والخوف والضيق عندما يفكر الطالب في مهنة المستقبل ناتجة عن توقعات وتعميمات بأن الفرص المهنية تتضاءل، وأن الحصول علي مهنة ذات مكانة مرموقة وعائد اقتصادي جيد قد يصبح أمراً صعب المنال مهما بذل من جهد، ومهما كانت مؤهلاته وإعداده الأكاديمي". (هشام مخيمر، 2013)

**ويُعرف أحمد الوهيبي (2018) قلق المستقبل المهني بأنه** "حالة انفعالية يشعر معها الطالب بالخوف تجاه مستقبله المهني يصاحبه انخفاض شديد في مستوى الشعور بالأمن والطمأنينة، نتيجة أفكار سلبية حول عدم حصوله على مقعد دراسي بمؤسسات التعليم العالي، أو عدم التحاقه بأحد المسارات المهنية وبالتالي صعوبة إيجاد وظيفة له تُحقق طموحاته المستقبلية".

**وتعرف الباحثتان قلق المستقبل المهني إجرائياً بأنه** "حالة من التوجس والخوف تعتري طلاب كلية الاقتصاد المنزلي بمختلف تخصصاتهم، وتفقدهم الشعور بالأمان تجاه مستقبلهم الوظيفي، وتنهك طاقاتهم الفكرية في ما إذا كانوا سيحصلون على عملاً مستقبلاً أم لا؟ ويقاس بالدرجة الكلية التى يحصل عليها الطالب على مقياس قلق المستقبل المهنى المعد لذلك ".

**وقد تبنت الباحثتان ثلاثة أبعاد لقلق المستقبل المهني وهي كالتالي:**

1- **الاستعداد النفسي والجوانب البدنية:** هذا يتعلق بشخصية الطالب وطبيعته البيولوجية واستعداده النفسي للتوتر والشعور بالقلق من مستقبل مهني مجهول بعد التخرج، فضلا عن التقلبات المزاجية التي تؤدي بدورها لظهور بعض النوبات والأعراض الجسدية لكثرة التفكير في وظيفة المستقبل.

2- **قلق التخصص:** هو حالة من الخوف والتشاؤم والتوتر في تحقيق الطموحات المهنية للطالب الجامعي، وشعوره باليأس في الحصول علي فرصة عمل في مجال تخصصه بعد التخرج، والقلق من مدى احتياج سوق العمل لهذا التخصص، فضلا

عن الشعور بعدم الثقة في الشهادة الجامعية أن تحقق له وظيفة تناسب قدراته وإمكانياته.

3- **القلق الاجتماعي والاقتصادي:** هي شعور الطالب الجامعي بالقلق تجاه وضعه الاجتماعي ومكانته في المجتمع بعد التخرج في حالة عدم الحصول علي فرصة عمل، ومدى قبول ورفض المجتمع له، والقلق من عدم توفير عائد مادي مناسب له ولأسرته في المستقبل.

**ثالثاً: حدود البحث:**

يتحدد هذا البحث على النحو التالى :

**1- الحدود البشرية للبحث:**

**تكونت عينة البحث من ثلاث مجموعات :**

أ- **عينة الدراسة الاستطلاعية** : تكونت من (40) طالب وطالبة المقيدين بالفرق (الثانية- الثالثة- الرابعة) من التخصصات المختلفة بكلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان، وذلك لتقنين أدوات البحث (استمارة البيانات العامة- مقياس مهارات تسويق الذات- مقياس قلق المستقبل المهني) .

ب- **عينة الدراسة الأساسية:** تكونت من (350) طالب وطالبة المقيدين بالفرق الدراسية ( الثانية - الثالثة - الرابعة) من التخصصات المختلفة بكلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان.

جـ - **عينة الدراسة التجريبية:** تكونت من (85) من طلاب كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان من الربيع الأدنى من العينة الأساسية من منخفضي مهارات تسويق الذات ومرتفعي مستوى قلق المستقبل المهني.

2- **الحدود المكانية للبحث:** تم تطبيق أدوات البحث على طلاب كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة حلوان من مختلف التخصصات، وذلك بمقر الكلية في 65ش المطبعة الأهلية- حي بولاق- القاهرة.

3- **الحدود الزمنية للبحث:** تم تطبيق تجربة البحث في الفصل الدراسي الأول للعام الجامعى 2019-2020 م.

**رابعاً: أدوات البحث: قامت الباحثتان بإعداد أدوات القياس التالية:**

**1- إستمارة البيانات العامة :**

أعدت هذه الإستمارة بهدف الحصول على بعض البيانات العامة لطلاب كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان، ومنها (التخصص- النوع- الفرقة الدراسية) والتي تفيد في تحديد خصائص عينة الدراسة.

**2- مقياس مهارات تسويق الذات:**

قامت الباحثتان بإعداد مقياس مهارات التسويق الذاتى، وتم بناءه وفق الإجراءات التالية:

أ- **الهدف من المقياس:** هدف المقياس الحالي إلي قياس مدي اكتساب الطلاب لمهارات تسويق الذات، والتي تعتبر من أهم المهارات التي يجب أن يمتلكها الشباب لعرض مهاراتهم وخبراتهم وقدراتهم على أرباب العمل.

ب- **صياغة مفردات المقياس:** تم بناء مقياس مهارات التسويق الذاتي بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة العربية والأجنبية في مجال التسويق الذاتي والتي تطرقت إلى المهارات اللازمة لتسويق الذات ومنها: عبد العزيز أبو نبعة (2001)؛ ( Farrell, 2006)؛ منال الخضر(2010) ؛ مدحت أبو النصر (2010) ؛ أمل النجار(2015) ؛ سماح عبد الرحيم (2017)، وتكون المقياس من (80) عبارة خبرية مقسمة إلى خمسة محاور، وتتحدد الإستجابة عليه وفق ثلاث خيارات (تنطبق- تنطبق إلى حدٍ ما- لا تنطبق) على مقياس متصل (3، 2، 1) للعبارات موجبة الصياغة ، (3,2,1) للعبارات سالبة الصياغة . وبذلك تكون أعلى درجة للمقياس هي (240) وأقل درجة هي (80)، **وتتمثل محاور المقياس فيما يلي:**

1- **تطوير الذات:** ويتكون هذا المحور من (13) عبارة خبرية لقياس قدرة الطالب على إدراة ذاته إدارة إيجابية من خلال الاهتمام بتنمية واكتساب المهارات الجديدة، والسعي وراء معرفة كل ما هو جديد في مستجدات سوق العمل، وجمع معلومات عن احتياجات المؤسسات لتحديد الدورات التي سوف يلتحق بها الطلاب في المستقبل لتتماشي مع احتياجات السوق المحلية والعالمية، مع الحرص على تقييم نتائج الأعمال بعد الانتهاء منها لتحديد نقاط القوة والضعف والعمل على تعديلها.

2- **القدرة على الاقناع:** ويتكون هذا المحور من (17) عبارة خبرية لقياس القدرة على إجادة مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين والتمكن من فنون الحوار وأدبه والاعتماد على الموضوعية أثناء المناقشة للتأثير على الآخرين وإخضاعهم لأفكاري، وعرض وجهة النظر بطريقة منطقية ودون إطالة، مع تجنب الاسهاب والاطالة في عرض الأفكار أمام الآخرين، والحرص على استخدام ألفاظ الربط والانتقال من فكرة لأخرى.

3- **المرونة والتكيف:** ويتكون هذا المحور من (16) عبارة خبرية لقياس القدرة على التكيّف والاستجابة للتحديات ومواجهة الواقع مهما كان مؤلماً، والقدرة على التعامل مع الأحداث الغير متوقعة والتفكير في التصدي لها بطريقة إيجابية، ومن ثم التكيّف معها بنجاح، فضلاً عن القدرة على وضع خطط بديلة لتجنب الفشل في المواقف المختلفة، والسعي وراء تحقيق الهدف بأكثر من طريقة، والحرص على إعادة ترتيب الأهداف والأولويات عند وجود ما يصعب تحقيقه منها.

4- **الثقة بالذات:** ويتكون هذا المحور من (17) عبارة خبرية لقياس القدرة على إيمان الفرد بطاقاته وإمكانيّاته، وقدراته الذاتية، والاعتماد على النفس في حل المشكلات، والحفاظ على الثبات الانفعالي عند مواجهة عقبات الحياة، مع الاصرار على تحقيق الطموحات المستقبلية وعدم الخضوع لليأس والاحباط، فضلا عن الحرص على إنجاز المهام بشكل متميز عن الآخرين، والاستمرار في توقع النجاح فيما يسند للفرد من أعمال والاعتماد على الثقة بالذات.

5- **كتابة السيرة الذاتية:** ويتكون هذا المحور من (17) عبارة خبرية لقياس القدرة على بالقدرة على كتابة السيرة الذاتية بطريقة ملائمة بحيث يعرض فيها الفرد مؤهلاته العلمية بطريقة موثقة، ويظهر مهاراته وقدراته بعرض الدورات التدريبية التي حصل عليها مع توضيح الجهات المعنية المسئولة عن هذه الدورات، بالإضافة إلى مراعاة التسلسل الزمني في سرد السيرة الذاتية من الأقدم إلى الأحدث، وترتيب الخبرات حسب أهميتها ودرجة صلتها بالعمل الذي يود الالتحاق به، مع الاهتمام بأن تكون طريقة كتابة السيرة الذاتية مقنعة و فعالة وواضحة، وتكتب بشكل مهنى جذاب لأصحاب العمل.

**ج- الخصائص السيكومترية لمقياس تسويق الذات:**

قامت الباحثتان بالتحقق من توافر الشروط السيكومترية (الصدق-الثبات) للمقياس كالآتي:

**أولاً: صدق المقياس**

اعتمدت الباحثتان في هذا البحث على صدق المحكمين، والصدق الاحصائى وفيما يلي توضيح لذلك.

1- **صدق المحكمين (الصدق الظاهري):** تم عرض المقياس فى صورته الأولية على مجموعة من السادة الأساتذة المتخصصين بمجال المناهج والتدريس، ومجال إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة ؛ وذلك لإبداء الرأي حول مدى انتماء العبارات للبعد التي تندرج تحته، ومدى مناسبة العبارة للهدف العام من المقياس، ومدى وضوح العبارات وملائمتها لمستوى الطلاب ، واقتراح التعديل بما يرونه مناسبا سواء بالحذف أو بالإضافة، وبناءا على أرائهم قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اتفق عليها المحكمين، وقد استبقت الباحثتان على العبارات التي اتفق على صلاحيتها السادة المحكمين بنسبة 88% فأكثر. مع تعديل وحذف بعض العبارات في بعض المحاور وقامت الباحثتان بالتعديلات المشار إليها.

2- **الصدق الاحصائى (الاتساق الداخلي للمقياس):** تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل الارتباط ( معامل ارتباط بيرسون ) بين الدرجة الكلية لكل محور( تطوير الذات، القدرة على الاقناع، المرونة والتكيف، الثقة بالذات، كتابة السيرة الذاتية) والدرجة الكلية للمقياس (مهارات تسويق الذات)، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (1) قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس

| محاور مقياس مهارات تسويق الذات | الارتباط | الدلالة |
|---|---|---|
| المحور الأول: تطوير الذات | 0.792 | 0.01 |
| المحور الثاني: القدرة على الاقناع | 0.881 | 0.01 |
| المحور الثالث: المرونة والتكيف | 0.707 | 0.01 |
| المحور الرابع: الثقة بالذات | 0.914 | 0.01 |
| المحور الخامس: كتابة السيرة الذاتية | 0.826 | 0.01 |

يتضح من جدول (1) أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (0.01) لاقترابها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس محاور المقياس .

**ثانياً: ثبات المقياس**

تم حساب ثبات المقياس بتطبيقه على عينة من طلاب كلية الاقتصاد المنزلى غير عينة البحث وذلك باستخدام عدة طرق وهي: معامل الفا كرونباخ Alpha Cronbach، التجزئة النصفية Split-half معامل اسبيرمان براون Spearman-Brown، جيوتمان Guttman. والجدول التالى (3) يوضح معاملات الثبات التى تم الحصول عليها.

جدول ( 2 ) قيم معامل الثبات لمحاور مقياس مهارات تسويق الذات

| محاور مقياس مهارات تسويق الذات | معامل الفا | التجزئة النصفية | اسبيرمان براون | جيوتمان |
|---|---|---|---|---|
| المحور الأول: تطوير الذات | 0.772 | 0.735 | 0.808 | 0.761 |
| المحور الثاني: القدرة على الاقناع | 0.841 | 0.802 | 0.875 | 0.830 |
| المحور الثالث: المرونة والتكيف | 0.928 | 0.888 | 0.953 | 0.916 |
| المحور الرابع: الثقة بالذات | 0.881 | 0.842 | 0.914 | 0.870 |
| المحور الخامس: كتابة السيرة الذاتية | 0.795 | 0.753 | 0.821 | 0.782 |
| ثبات مقياس مهارات تسويق الذات ككل | 0.863 | 0.821 | 0.897 | 0.851 |

يتضح من جدول (2) أن جميع قيم معاملات الثبات: معامل الفا، التجزئة النصفية، اسبيرمان براون، جيوتمان دالة عند مستوى 0.01 مما يدل على ثبات مقياس مهارات تسويق الذات ، وصلاحيته للتطبيق .

و- الصورة النهائية للمقياس: بالتأكد من صدق وثبات مقياس تسويق الذات، أصبح فى صورته النهائية مكون من (80) عبارة ( ملحق1) صالحاً للتطبيق على عينة البحث .

**3- مقياس قلق المستقبل المهني:**

أ- **الهدف من المقياس:** أعد هذا المقياس بهدف التعرف علي مستوى القلق والاضطراب الناتج عن التفكير في مصير الطالب بالالتحاق بوظيفة المستقبل بعد تخرجه من الجامعة.

ب- **صياغة مفردات المقياس:** تم بناء مقياس قلق المستقبل المهني بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت دراسة قلق المستقبل المهني ومنها: (عبد

المحسن الحديبي، 2007)، (Zhang, 2007)، ( نيفين المصري، 2011)، (منصور عويضة، 2015)، (أحمد الوهيبي، 2018)، (صفية ملوكة، 2018) ، (سحر عبود، 2015)، (شيماء حسان، 2016) ، ويتكون المقياس من (56) عبارة خبرية مقسمة على ثلاثة محاور، وتتحدد الإستجابة عليها وفق ثلاث خيارات (تنطبق- تنطبق إلى حدٍ ما- لا تنطبق) على مقياس متصل (3، 2، 1) للعبارات موجبة الصياغة، (3,2,1) للعبارات سالبة الصياغة. وبذلك تكون أعلى درجة للمقياس هي (168) وأقل درجة هي (56)، **وتتمثل محاور المقياس فيما يلي:**

1- **الاستعداد النفسي والجوانب البدنية:** ويتكون هذا المحور من (19) عبارة خبرية لقياس مستوى القلق الذي يتولد بداخل الفرد نتيجة الشعور بالتوتر بمجرد الحديث عن وظيفة المستقبل، والإحساس بعدم تكافؤ فرص العمل أمام الخريجين، مع سيطرة مشاعر اليأس وعدم الأمان في الحصول على فرصة عمل مستقبلاً ومدى مناسبتها لمهارات وقدرات الفرد، بالإضافة إلى ظهور بعض الأعراض البدنية التي تصيب الفرد بمجرد التفكير في مهنة المستقبل ومنها الصداع والدوار وضعف القدرة الجسمية على أداء الأعمال، وفقدان الشهية.

2- **قلق التخصص:** ويتكون هذا المحور من (18) عبارة خبرية لقياس مستوى القلق الناتج عن عدم توافر فرص عمل في مجال تخصص الفرد بعد التخرج، والشعور بأن مجال تخصص الفرد لا يحقق له الأمان المادي مستقبلاً، واحتياج الفرد للحصول على دورات تدريبية لصقل المهارات في مجال التخصص، وعدم الثقة في الشهادة الدراسية التي سوف يحصل عليها الفرد أو أنها ستكون فرصة للتوظيف حتى، بالإضافة للشعور بالخوف من مواجهة مشكلة البحث عن وظيفة في مجال التخصص.

3- **القلق الاجتماعي والاقتصادي:** ويتكون هذا المحور من (19) عبارة خبرية لقياس مستوى القلق الناتج عن شعور الفرد بعدم تحقيق الاستقرار الأسري نتيجة لعدم الحصول على وظيفة في المستقبل، وعدم تأمين الظروف المادية للأسرة في المستقبل، والخوف من عدم تحقيق مكانة اجتماعية في المجتمع لعدم توفر الوظيفة المناسبة، والخوف من نظرة المجتمع للفرد العاطل الذي لا يستطيع تحقيق الاكتفاء

الاقتصادي لأسرته، مع الشعور بالتوتر من عدم الحصول على وظيفة تحظى بالقبول الاجتماعي.

**ج- الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل المهني:**

**أولاً: صدق المقياس**

1- **صدق المحتوى Validity Content:** تم التحقق من صدق مقياس قلق المستقبل المهني بعرضه على مجموعة من السادة الأساتذة المتخصصين بمجال المناهج والتدريس، وعلم النفس، وإدارة مؤسسات الأسرة والطفولة – كلية الإقتصاد المنزلي- جامعة حلوان، لإبداء الرأي في مدى صحة ووضوح صياغة مفردات المقياس للغرض الذي وضع من أجله، وقد أبدوا موافقتهم علي عبارات مقياس قلق المستقبل المهني بنسبة 90% مع تعديل وحذف بعض العبارات في بعض المحاور وقامت الباحثتان بالتعديلات المشار إليها.

2- **صدق التكوين Construct Validity:** تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل الارتباط ( معامل ارتباط بيرسون) بين الدرجة الكلية لكل محور( الاستعداد النفسي والجوانب البدنية، قلق التخصص، القلق الاجتماعي والاقتصادي) والدرجة الكلية للمقياس ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (3) قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس

| محاور مقياس قلق المستقبل المهني | الارتباط | الدلالة |
|---|---|---|
| المحور الأول : الاستعداد النفسي والجوانب البدنية | **0.926** | **0.01** |
| المحور الثاني : قلق التخصص | **0.803** | **0.01** |
| المحور الثالث : القلق الاجتماعي والاقتصادي | **0.751** | **0.01** |

يتضح من جدول (3) أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (0.01) لاقترابها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس محاور المقياس .

**ثانيا : ثبات المقياس**

تم التحقق من ثبات مقياس قلق المستقبل المهني باستخدام معامل الفا كرونباخ Alpha Cronbach، التجزئة النصفية Split-half معامل اسبيرمان براون Spearman-Brown، جيوتمان Guttman. والجدول التالى (4) يوضح معاملات الثبات التى تم الحصول عليها.

جدول ( 4 ) قيم معامل الثبات لمحاور مقياس قلق المستقبل المهني

| محاور مقياس قلق المستقبل المهني | معامل الفا | التجزئة النصفية | اسبيرمان براون | جيوتمان |
|---|---|---|---|---|
| المحور الأول: الاستعداد النفسي والجوانب البدنية | 0.859 | 0.812 | 0.884 | 0.847 |
| المحور الثاني : قلق التخصص | 0.747 | 0.703 | 0.773 | 0.732 |
| المحور الثالث : القلق الاجتماعي والاقتصادي | 0.911 | 0.875 | 0.942 | 0.902 |
| ثبات مقياس قلق المستقبل المهنى ككل | 0.815 | 0.776 | 0.847 | 0.804 |

يتضح من جدول (4) أن جميع قيم معاملات الثبات: معامل الفا، التجزئة النصفية، اسبيرمان براون، جيوتمان دالة عند مستوى 0.01 مما يدل على ثبات مقياس قلق المستقبل المهنى و صلاحيته للتطبيق .

و – الصورة النهائية للمقياس: بالتأكد من صدق وثبات مقياس قلق المستقبل المهنى. أصبح فى صورته النهائية مكون من (56) عبارة (ملحق2) صالحاً للتطبيق على عينة البحث.

**خامسًا : بناء البرنامج التدريبي**

**وقد مر بناء البرنامج بعدة مراحل فيما يلى:**

**1- الهدف من البرنامج التدريبى** : استهدف البرنامج التدريبى تحقيق الأهداف العامة التالية:

- تدريب الطلاب على استخدام التفكير التصميمى للتغلب على المشكلات التى تواجههم بطريقة ابداعية خلاقة.
- تدريب الطلاب على ممارسة مهارات تسويق الذات وتوظيفها في إعداد الأفكار الابداعيه نحو تطوير ذواتهم وبناء الثقة بالذات فى التعامل مع الاخرين والقدرة على التكيف مع متغيرات سوق العمل .
- تدريب الطلاب على استخدام خطوات التفكير التصميمى فى اعداد وكتابة سيرة ذاتية مستوفاة الشروط
- تنمية المشاعر الايجابية لدى الطلاب والتي تجعلهم يشعرون بالأمل في الحصول على فرصة عمل، والتفاؤل بشأن مستقبلهم المهنى .

**وقد تم تحديد الأهداف الإجرائية لجلسات البرنامج فى ضوء هذه الأهداف العامة.**

**2- أسس بناء البرنامج التدريبى:**

اعتمدت الباحثتان فى بناء البرنامج التدريبى على بعض الدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات الصلة بموضوع البحث، وكذلك الاستفادة من بعض البرامج العربية والأجنبية فى مجال التدريب على تطبيق وتنفيذ التفكير التصميمى وخطواته: (Ling, D., 2015)، (UNDP,2017)، سالم العنزى و عبد العزيز العمرى (2017)، (مروة طه، 2017)، حنان رزق (2018) ،( غياث هوارى و كندة المعمار، 2019) ، **وتم تحديد خطوات التفكير التصميمى القائم عليها البرنامج التدريبى و المتمثلة فيما يلى:**

- **التعاطف** : يعد أسلوب التعاطف هو ما نقوم به لفهم الأشخاص فى نطاق المشكلة الخاص بنا، و هو الجهد الذى نقوم به للفهم الدقيق للمشكلة من خلال التعرف على الصعوبات التي يواجهها الأفراد وكذلك احتياجاتهم الجسدية والعاطفية ورغباتهم، و معرفة كيف يفكرون فى مشكلتهم ويتفاعلون معه .
- **التحديد** : يتعلق أسلوب التحديد فى عملية التفكير التصميمى بإضافة الوضوح و التركيز إلى حيز المشكلة ، حيث إن تحديد التحدى الذى يتبناه المفكر التصميمى بناءً على ما عرفه عن مستفيده و عن السياق لهو فرصةُ له أن يصبح خبيرًا فى الموضوع و يكسب تعاطفًا تجاه الشخص الذى تصمم له ؛ وتهدف هذه الخطوة إلى فلترة المعلومات التي تم جمعها في المرحلة الأولى وتصَنيفها في زوايا وأقسام.
- **توليد الأفكار**: تركز مهارة توليد الأفكار على توليد أكبر قدر من الأفكار التي من الممكن أن تكون حلولًا مبتكرة للمشكلة استنادًا على نتائج المرحلتين السابقتين ثم تحكيم الأفكار وفق قابلية التنفيذ من ناحية عقلية فهى تمثل عملية " التوسع" من حيث المفاهيم و النتائج ، فهى تعد المواد الخام اللازمة لبناء النماذج .
- **بناء النماذج الأولية** : اهتم هذا الأسلوب بتحويل الأفكار إلى منتجات وخدمات فعلية في صلب عملية التنفيذ بحيث يقربنا من الحل النهائى، و يتم اختبارها وتكرارها وتنقيتها. فالنموذج الأولي يساعد على جمع التعليقات وتحسين الفكرة بسرعة و بسعر زهيد لكنها كفيلة بإثارة ردود فعل مفيدة من المستفيدين، ويمكن للنموذج الأولى أن يكون أكثر دقة فى المراحل اللاحقة.

- **الاختبار** : وتعرف هذه المهارة على أنها اختبار أفضل الحلول التي تمت نمذجتها في مرحلة إعداد النماذج الأولية لاختيار الأنسب للمستفيدين بعد أخذ إضافاتهم وتحسيناتهم واقتراحاتهم بعين الاعتبار.

3- **محتوى البرنامج التدريبى:** اشتملت عملية التخطيط للبرنامج تحديد المحتوى التطبيقى للبرنامج، وتحديد المدى الزمنى. وقد بلغت عدد جلسات البرنامج التدريبى (6) جلسات. مدة كل جلسة (90) دقيقة، واستغرق تطبيق البرنامج (ستة أسابيع) بواقع جلسة تدريبية فى الأسبوع. حيث تتضمن البرنامج جلسة تمهيدية تناولت فيها الباحثتان تعريف الطلاب بأهمية البرنامج التدريبى، والأهداف العامة للبرنامج، وأوجه الاستفادة منه، وخمسة جلسات تم تدريب الطلاب فيها على ممارسة مهارات تسويق الذات من خلال خطوات مدخل التفكير التصميمى، وفى نهاية البرنامج وزعت الباحثتان استطلاع رأى لتقييم الطلاب للبرنامج التدريبى وتحديد أوجه الاستفادة منه فى حياتهم المهنية المستقبلية .

4- **الأنشطة التعليمية والوسائل المستخدمة فى تنفيذ البرنامج التدريبى:** تنوعت الأنشطة والوسائل المستخدمة طبقاً للتفكير التصميمى التى تم التدريب عليها وبما يسهم فى تحقيق الأهداف المرجوة، ومن هذه الأنشطة والوسائل ( السبورة التعليمية – فيديو تعليمي – بوربيونت– مراجعة مادة علمية – أوراق عمل– كتابة تقارير– التكليفات المنزلية – مشاهدة نماذج واقعية لخطط تسويق الذات – جلسات عصف ذهنى ومناقشات)، كما تضمن البرنامج مجموعة من التوجيهات والإرشادات التى تساعد الطلاب على الابداع و التقصى و العمل التعاونى، وتوفير جو مشجع على التعبير والمناقشة والانطلاق الحر للأفكار الابداعية، واحترام الآراء المختلفة وتنمية الاتصال والتواصل بين الطلاب وبعضهم البعض.

5- **أساليب تقويم البرنامج:** لتقويم تدريب الطلاب خلال البرنامج تم استخدام الأسئلة الشفهية والتحريرية المفتوحة والملاحظة المباشرة، والتقويم الذاتى، وفحص أوراق العمل والأنشطة والتدريبات المختلفة. بالإضافة إلى أدوات التقويم الخاصة بالبحث (مقياس التسويق الذاتى ، مقياس قلق المستقبل المهنى).

6- **التأكد من صلاحية البرنامج:** تم عرض البرنامج التدريبى بصورته المبدئية على مجموعة من الأساتذة المتخصصين بمجال المناهج والتدريس ومجال علم النفس، ومجال ادارة مؤسسات الأسرة والطفولة للاستفادة من آرائهم حول هدف البرنامج التدريبى وأهميته، وإمكانية تطبيقه، ومدى مناسبة الجلسات من حيث المحتوى والزمن والأنشطة المستخدمة . وبعد إجراء التعديلات المناسبة أصبح البرنامج فى صورته النهائية صالحاً للتطبيق على مجموعة البحث ( ملحق 3). والجدول التالى رقم (5) يوضح التخطيط العام لجلسات البرنامج التدريبى .

**جدول (5) التخطيط العام لجلسات البرنامج التدريبى القائم على مدخل التفكير التصميمى لتنمية مهارات تسويق الذات واختزال قلق المستقبل المهني لطلاب كلية الاقتصاد المنزلى– جامعة حلوان**

| الجلسة وعنوانها | الأهداف التعليمية لجلسات البرنامج | محتوى الجلسة | استراتيجيات وأساليب التعلم | الأدوات و الوسائل التدريبية المستخدمة | أساليب التقويم | الزمن |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **الجلسة الأولى**<br>التعارف و التعريف بمفاهيم البرنامج التدريبى | **فى نهاية الجلسة يكون المتدرب قادر أن:**<br>**أولاً: الأهداف المعرفية:**<br>1- يحدد أهداف البرنامج.<br>2- يستنتج أهمية البرنامج.<br>3- يجد علاقة بين محاور البرنامج.<br>4- يعرف التفكير التصميمى<br>5- يعدد مهارات التفكير التصميمى<br>6- يستنبط أهمية ممارسة التفكير التصميمى فى الحياة العملية .<br>**ثانيا : الأهداف المهارية**<br>1- يصمم قائمة بالمواصفات الواجب توافرها فى مسوق الذات<br>2- تطبق خطوات التفكير التصميمى فى بعض المواقف العملية بطريقة صحيحة.<br>**ثالثاً: الأهداف الوجدانية:** | – أهداف البرنامج.<br>– أهمية البرنامج.<br>– محاور البرنامج (التفكير التصميمى مهارات تسويق الذات ، قلق المستقبل المهنى)<br>– مفاهيم فى التفكير التصميمى<br>– خطوات التفكير التصميمى ( التعريف، التحديد ، توليد الأفكار، النموذج المبدئى، الاختبار<br>4- أهمية التدريب على ممارسة التفكير التصميمى. | – الخريطة الذهنية<br>– الأسئلة والمناقشة<br>– استراتيجية فكر – زاوج – شارك.<br>– العصف الذهنى<br>– استراتيجية حدائق الأفكار<br>–أنشطة اثرائية وتمارين<br>– مدخل التفكير التصميمى | – السبورة البيضاء<br>– جهاز الحاسب<br>– جهاز العرض ( الداتاشو)<br>– أوراق عمل<br>– فيديو تعليمى يوضح أهمية ممارسة التفكير التصميمى و خطواته | – تقييم مبدئى لتحديد الخلفية المعرفية لدى الطلاب والمرتبطة بمحاور البرنامج التدريبى .<br>– أسئلة مفتوحة النهائية<br>– تقييم تتابعى لتحديد أداء الطلاب على الانشطة و المهام المختلفة .<br>– تقييم نهائى لتقييم ما تم اكتسابه بعد تلقى الجلسة التدريبية | ساعتان |

| الجلسة وعنوانها | الأهداف التعليمية لجلسات البرنامج | محتوى الجلسة | استراتيجيات وأساليب التعلم | الأدوات و الوسائل التدريبية المستخدمة | أساليب التقويم | الزمن |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1- يقدر أهمية البرنامج التدريبى على المستوى الشخصى و المهنى.<br>2- يشارك بايجابية فى المناقشات المطروحة.<br>3- يؤمن بأهمية اكتساب مهارات تسويق الذات .<br>4- يفاخر بذاته على ممارسة التفكير التصميمى . | | | | | |
| **الجلسة الثانية**<br>التفكير التصميمى وتنمية مهارة القدرة على الاقناع | **فى نهاية الجلسة يكون المتدرب قادر أن:**<br>**أولاً: الأهداف المعرفية:**<br>1- يعرف مهارة القدرة على الاقناع وأهميتها فى مجال تسويق الذات<br>2- يستنتج عناصر العملية الاقناعية وشروط نجاحها.<br>3- يجيد علاقة بين امتلاك مهارة الاقناع ونجاح المقابلة الشخصية<br>4- يستنبط أهمية التدريب على استخدام التفكير التصميمى فى تنمية مهارة القدرة على الاقناع .<br>**ثانيا : الأهداف المهارية** | - استهلال وتحديد أهداف الجلسة التدريبية<br>- تعريف مهارة الاقناع و أهميتها كأحد مهارات تسويق الذات<br>- عناصر العملية الاقناعية وشروط نجاحها .<br>- أهم مهارات المقابلة الشخصية<br>- عوامل نجاح المقابلة الشخصية<br>- التفكير التصميمى ودوره فى تنمية مهارة القدرة على الاقناع<br>- تطبيق عملى افتراضى لاجراء مقابلة | - الأسئلة.والمناقشة<br>- العصف الذهنى.<br>- العمل التعاونى.<br>- النمذجة.<br>- خرائط المفاهيم<br>- أنشطة اثرائية وتمارين.<br>- مدخل التفكير التصميمى | - السورة البيضاء<br>- جهاز الحاسب<br>- العروض التقديمية التفاعلية Power Point لمحتوى الجلسة التدريبية.<br>- أوراق عمل للطلاب<br>- فيديو تعليمى يعرض النقاط الهامة عند اجراء المقابلة الشخصية<br>- بطاقات تعليمية.<br>- لوحات إرشادية. | - أسئلة مفتوحة النهائية<br>- تقييم ذاتى للحكم على أداء الأنشطة و المهام المطلوبة أثناء تطبيق خطوات التفكير التصميمى<br>- تقييم تتابعى للمهام التدريبية المختلفة أثناء الجلسة<br>- تقييم نهائى للوقوف على مواطن القوة والضعف فى أداء الطلاب | ساعتان |

| الجلسة وعنوانها | الأهداف التعليمية لجلسات البرنامج | محتوى الجلسة | استراتيجيات وأساليب التعلم | الأدوات و الوسائل التدريبية المستخدمة | أساليب التقويم | الزمن |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1- يصمم مواقف تنمى القدرة على الاقناع وتعتمد على استخدام خطوات التفكير التصميمى.<br>2- يطبق خطوات التفكير التصميمى فى تحديد عناصر المقابلة الشخصية<br>**ثالثاً: الأهداف الوجدانية:**<br>1- يكتسب اتجاها ايجابيا نحو أهمية تنمية مهارة القدرة على الاقناع.<br>2- يتفاعل بجدية عند أداء الأنشطة باستخدام التفكير التصميمى | شخصية. | | | | |
| **<u>الجلسة الثالثة</u>**<br>التفكير التصميمى وتنمية مهارة كتابة السيرة الذاتية | **فى نهاية الجلسة يكون المتدرب قادر أن:**<br>**أولاً: الأهداف المعرفية:**<br>1- يوضح معنى السيرة الذاتية وأهميتها في تسويق الذات<br>2- تعدد أنواع السيرة الذاتية<br>3- يحدد أهم محتويات السيرة الذاتية.<br>4 – يستنتج فنيات كتابة السيرة الذاتية<br>5- يجيد علاقة بين استخدام التفكير التصميمى و اكتساب | – استهلال وتحديد أهداف الجلسة التدريبية<br>– مفهوم السيرة الذاتية وأهميتها كأحد مهارات تسويق الذات<br>– محتويات السيرة الذاتية<br>– فنيات كتابة السيرة الذاتية ومعايير جودتها<br>– التفكير التصميمى ودوره فى تنمية مهارة كتابة السيرة الذاتية | – الأسئلة.والمناقشة<br>– العصف الذهنى.<br>– العمل التعاونى.<br>– استراتيجية ( K. W.L)<br>– النمذجة.<br>– التعلم النقال<br>– أنشطة اثرائية وتمارين .<br>– مدخل التفكير التصميمى | – السبورة البيضاء<br>– جهاز الحاسب<br>– العروض التقديمية التفاعلية Power Point لمحتوى الجلسة التدريبية.<br>– أوراق عمل للطلاب<br>– فيديو تعليمى يعرض النقاط الهامة عند اعداد السيرة الذاتية و أهم نماذجها .<br>– بطاقات تعليمية. | – أسئلة مفتوحة النهائي<br>– تقييم ذاتى للحكم على كتابة السيرة الذاتية .<br>– تقييم تتابعى للمهام التدريبية المختلفة أثناء الجلسة باستخدام التفكير التصميمى.<br>– تقييم نهائى لأوجه استفادة الطلاب من الجلسة التدريبية | ساعتان |

| الجلسة وعنوانها | الأهداف التعليمية لجلسات البرنامج | محتوى الجلسة | استراتيجيات وأساليب التعلم | الأدوات و الوسائل التدريبية المستخدمة | أساليب التقويم | الزمن |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | مهارة كتابة السيرة الذاتية .<br>**ثانيا : الأهداف المهارية**<br>1- يكتب قائمة تضم أهم معايير تقييم جودة السيرة الذاتية<br>2- يطبق خطوات التفكير التصميمى فى كتابة سيرة ذاتية مستوفاة الشروط<br>**ثالثاً: الأهداف الوجدانية:**<br>1- يدرك أهمية العناية بمظهر ومعلومات السيرة الذاتية<br>2- يؤمن بقدرته على كتابة السيرة الذاتية بطريقة صحيحة. | - تطبيق عملى على كتابة السيرة الذاتية باستخدام خطوات التفكير التصميمى | | | | |
| **<u>الجلسة الرابعة</u>**<br>التفكير التصميمى وتنمية مهارة الثقة بالذات | **فى نهاية الجلسة يكون المتدرب قادر أن:**<br>**أولاً: الأهداف المعرفية:**<br>1- يعرف مفهوم الثقة بالذات وأهميتها فى تسويق الذات<br>2- يستنتج أسباب و معوقات الثقة بالذات .<br>3- يعدد عناصر و مصادر الثقة بالذات<br><br>**ثانيا : الأهداف المهارية**<br>**1**- يطبق التفكير التصميمى فى التغلب على مشكلات ضعف الثقة بالذات . | - استهلال وتحديد أهداف الجلسة التدريبية<br>- مفهوم الثقة بالذات وأهميتها كأحد مهارات تسويق الذات<br>- عناصر و مصادر بناء الثقة بالذات<br>- أسباب ضعف الثقة بالذات .<br>- التفكير التصميمى ودوره فى بناء ثقة الفرد بذاته .<br>- التفكير التصميمى ودوره فى التغلب على | - الأسئلة.والمناقشة<br>- العصف الذهنى.<br>- العمل التعاونى.<br>- استراتيجية خرائط التفكير<br>- النمذجة.<br>- استراتيجية حل المشكلات<br>- أنشطة اثرائية وتمارين .<br>- مدخل التفكير التصميمى | - السبورة البيضاء<br>- جهاز الحاسب<br>- العروض التقديمية التفاعلية Power Point لمحتوى الجلسة التدريبية.<br>- أوراق عمل للطلاب<br>- فيديو تعليمى يعرض مصادر بناء الثقة بالذات<br>- بطاقات تعليمية. | - أسئلة مفتوحة النهائية للتعرف على الخلفية المعرفية المرتبط بمحتوى الجلسة<br>- تقييم ذاتى للحكم على مستوى تقدير الفرد لذاته.<br>- تقييم تتابعى للمهام التدريبية المختلفة أثناء الجلسة باستخدام التفكير التصميمى.<br>- تقييم نهائى لأوجه استفادة الطلاب من الجلسة التدريبية | ساعتان |

| الجلسة وعنوانها | الأهداف التعليمية لجلسات البرنامج | محتوى الجلسة | استراتيجيات وأساليب التعلم | الأدوات و الوسائل التدريبية المستخدمة | أساليب التقويم | الزمن |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2- يتدرب على توظيف خطوات التفكير التصميمى لتعزيز الثقة بالذات<br>**ثالثاً: الأهداف الوجدانية:**<br>1- يقدر أهمية اكتساب أساليب بناء الثقة بالذات .<br>2- يشارك بايجابية فى تحديد إنعكاسات ضعف الثقة على سلوك الفرد فى مجال العمل | مشكلات ضعف الثقة بالذات | | | | |
| **الجلسة الخامسة**<br>التفكير التصميمى وتنمية مهارة تطوير الذات | **فى نهاية الجلسة يكون المتدرب قادر أن:**<br>**أولاً: الأهداف المعرفية:**<br>1- يعرف مفهوم تطوير الذات وأهميتها فى مجال تسويق الذات.<br>2- يستنتج الهدف من تطوير الذات و تنمية الشخصية .<br>3- يعدد أربعة من أساليب تطوير الذات وفقا للتخصص الأكاديمى<br>4- توضح الصفات الواجب توافر فى الشخص الذى يريد تطوير ذاته.<br>5- يجيد علاقة بين استخدام التفكير التصميمى و امتلاك مهارة تطوير الذات | - استهلال وتحديد أهداف الجلسة التدريبية<br>- تعريف مهارة تطوير الذات و أهميتها فى مجال تسويق الذات .<br>- اهداف تطوير الذات و تنمية الشخصية للعمل الوظيفى .<br>- أساليب ومصادر تطوير الذات .<br>- مواصفات الشخصية الايجابية التى تسعى لتطوير ذاتها .<br>- خطوات التفكير التصميمى ودورها فى اكتساب مهارة تطوير الذات . | - العصف الذهنى.<br>- العمل التعاونى.<br>- المناقشة<br>- استراتيجية الخريطة الذهنية<br>- استراتيجية التخيل الموجه .<br>- استراتيجية ( K. W.L)<br>- أنشطة اثرائية وتمارين .<br>- مدخل التفكير التصميمى . | - السبورة البيضاء<br>- جهاز الحاسب<br>- العروض التقديمية التفاعلية Power Point لمحتوى الجلسة التدريبية.<br>- أوراق عمل للطلاب<br>- فيديو تعليمى يشرح أساليب تطوير الذات<br>- بطاقات تعليمية. | - أسئلة مفتوحة النهائية لتحديد أهداف الجلسة<br>- تقييم تتابعى للحكم على استخدام الطلاب لخطوات التفكير التصميمى أثناء أداء مهام الجلسة التدريبية<br>- تقييم نهائى للوقوف على أداء الطلاب وتحديد مدى الاستفادة من محتوى الجلسة التدريبية | ساعتان |

| الجلسة وعنوانها | الأهداف التعليمية لجلسات البرنامج | محتوى الجلسة | استراتيجيات وأساليب التعلم | الأدوات و الوسائل التدريبية المستخدمة | أساليب التقويم | الزمن |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **ثانيا : الأهداف المهارية**<br>**1**- يستخدم التفكير التصميمى فى تحديد متطلبات تطوير ذاته وفق التخصص الاكاديمى .<br>**2**- يطبق خطوات التفكير التصميمى فى اعداد خطة لتطوير ذاته وفق متطلبات العمل الوظيفى .<br>**ثالثاً: الأهداف الوجدانية:**<br>**1**- يفاخر بقدرته على تنمية شخصيته والسعى لتطوير ذاته.<br>**2**- يقدر أهمية اكتساب مهارة تطوير الذات . | | | | | |
| **<u>الجلسة السادسة</u>**<br>التفكير التصميمى وتنمية مهارة التكييف والمرونة | **فى نهاية الجلسة يكون المتدرب قادر أن:**<br>**أولاً: الأهداف المعرفية:**<br>1- يعرف مفهوم القدرة على التكيف و المرونة .<br>2- يستنتج أهمية امتلاك مهارة القدرة على التكيف فى مجال تسويق الذات<br>3- يعدد طرق زيادة القدرة على التكيف و المرونة مع المتغيرات فى مجال العمل. | - استهلال وتحديد أهداف الجلسة التدريبية<br>- تعريف مهارة القدرة على التكيف و المرونة<br>- أهمية مهارة القدرة على التكيف ودورها فى مجال تسويق الذات<br>- الطرق المتبعة لزيادة القدرة على التكيف و المرونة مع المتغيرات .<br>- مهارة التكيف و | - العصف الذهنى.<br>- المناقشة<br>- استراتيجية التخيل الموجه .<br>- النمذجة<br>- أنشطة اثرائية وتمارين .<br>- استراتيجية الخريطة الذهنية<br>- مدخل التفكير التصميمى | السبورة البيضاء<br>- جهاز الحاسب<br>- جهاز ( داتاشو)<br>- العروض التقديمية التفاعلية Power Point لمحتوى الجلسة التدريبية.<br>- أوراق عمل للطلاب<br>- فيديو تعليمى يشرح طرق التكيف و التعامل بمرونة مع متغيرات | - أسئلة مفتوحة النهائية<br>- تقييم مرحلى لأداء الطلاب للمهام المختلفة أثناء الجلسة التدريبية باستخدام التفكير التصميمى<br>- تقييم نهائى واستطلاع رأى المتدربين حول جلسات البرنامج ومدى الاستفادة<br>- التقييم البعدى للبرنامج من خلال تطبيق الأدوات البحثية (مقياس تسويق الذات - | ساعتان |

| الجلسة وعنوانها | الأهداف التعليمية لجلسات البرنامج | محتوى الجلسة | استراتيجيات وأساليب التعلم | الأدوات و الوسائل التدريبية المستخدمة | أساليب التقويم | الزمن |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 4- يجيد علاقة بين التكيف والمرونة وحل مشكلات البطالة.<br>5- يقترح بدائل للعمل الوظيفى باستخدام التفكير التصميمى.<br>**ثانيا : الأهداف المهارية**<br>1- يطبق خطوات التفكير التصميمى فى اعداد خطة لتسويق الذات فى سوق العمل<br>**ثالثاً: الأهداف الوجدانية:**<br>1- يدرك اهمية قبول التغيير والتكيف مع المستجدات .<br>2- تهتم بتقويم نواتج التعلم المستهدفة من البرنامج التدريبى. | المرونة ودورها فى حل مشكلة البطالة<br>- خطوات التفكير التصميمى ودوره فى تطوير مهارة التكيف والمرونة للحصول على فرص اضافية فى مجال العمل<br>- انهاء البرنامج | | الحياة | مقياس مقياس قلق المستقبل المهنى) | |

**سادسًا :اجراءات تنفيذ البرنامج التدريبى:**

- **التطبيق القبلى لأدوات البحث:** تم تطبيق مقياس تسويق الذات، ومقياس قلق المستقبل المهنى على الطلاب عينة البحث بكلية الاقتصاد المنزلى- جامعة حلوان قبل تطبيق البرنامج التدريبى، وذلك فى الفصل الدراسى الأول للعام الجامعى (2019-2020) وذلك لضبط مستوى المجموعة قبل إجراء التجربة عليها.

- **تنفيذ البرنامج:** تم تنفيذ البرنامج التدريبى على عينة البحث التجريبية والبالغ عددهم (85) طالب المقيدين بالفرق (الثانية- الثالثة- الرابعة) من التخصصات المختلفة بكلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان خلال الفصل الدراسى الاول للعام الجامعى (2019-2020) وذلك وفقًا للخطة الزمنية الموضوعة لجلسات البرنامج التدريبى.

- **التطبيق البعدى لأدوات البحث:** بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التدريبى تم تطبيق مقياس تسويق الذات، ومقياس قلق المستقبل المهني بعديًا على طلاب عينة البحث التجريبية.

**سابعًا: المعالجات الإحصائية**

تم إجراء المعالجات الإحصائية بإستخدام برنامج Spss.x، برنامج SAS لتحديد المتوسطات الحسابية، الإنحراف المعياري، التكرارات، النسب المئوية، معامل إرتباط بيرسون، الفروق بين المتوسطات بإستخدام إختبار T.Test، تحليل التباين في إتجاه واحد بإستخدام F.Test، إختبار أقل فروق معنوي L.S.D، وحساب الوزن النسبى ومعامل الإنحدار، وحساب معامل ايتا لمعرفة مدى تأثير البرنامج التدريبي على طلاب كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان؛ وذلك من أجل إستخراج النتائج ومناقشتها وتفسيرها.

**ثامنًا: نتائج البحث وتحليلها وتفسيرها :**

**أولاً: النتائج الوصفية**

**1- وصف العينة الأساسية للبحث:**

**جدول (6) وصف عينة البحث الأساسية (ن =350 )**

| البيان | الفئة | العدد | النسبة المئوية% |
|---|---|---|---|
| النوع | ذكور | 134 | %38.3 |
| | إناث | 216 | %61.7 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| التخصص | الملابس والنسيج | 57 | %16.3 |
| | التغذية وعلوم الأطعمة | 51 | %14.6 |
| | الصناعات الجلدية | 14 | %4 |
| | الاقتصاد المنزلي التربوي | 118 | %33.7 |
| | إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة | 110 | %31.4 |
| الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية | 103 | %29.4 |
| | الفرقة الثالثة | 131 | %37.4 |
| | الفرقة الرابعة | 116 | %33.1 |

يتضح من الجدول السابق رقم (6) أن مايقرب من ثلثى طلاب العينة الأساسية إناث بنسبة 61.7% ، بينما بلغت نسبة الذكور 38.3% ، كما تبين أن أكثر طلاب عينة البحث تخصص الاقتصاد المنزلي التربوي بنسبة 33.7%، وأقل عدد من الطلاب تخصص الصناعات الجلدية بنسبة 4% ، وكان أعلى عدد من الطلاب في الفرقة الدراسية الثالثة بنسبة 37.4%، وأقل عدد من الطلاب في الفرقة الدراسية الثانية بنسبة 29.4%.

**2- وصف عينة البحث التجريبية:**

جدول (7) وصف عينة البحث التجريبية ( ن= 85)

| البيان | الفئة | العدد | النسبة المئوية% |
|---|---|---|---|
| **النوع** | ذكور | 32 | %37.6 |
| | إناث | 53 | %62.4 |
| **التخصص** | الملابس والنسيج | 19 | %22.4 |
| | التغذية وعلوم الأطعمة | 13 | %15.3 |
| | الصناعات الجلدية | 7 | %8.2 |
| | الاقتصاد المنزلي التربوي | 25 | %29.4 |
| | إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة | 21 | %24.7 |
| **الفرقة الدراسية** | الفرقة الثانية | 22 | %25.9 |
| | الفرقة الثالثة | 29 | %34.1 |
| | الفرقة الرابعة | 34 | %40 |

يتضح من الجدول السابق رقم (7) أن ما يقرب من ثلثى طلاب عينة البحث التجريبية إناث بنسبة 62.4% ، بينما بلغت نسبة الذكور 37.6% ، كما تبين أن أكثر طلاب عينة البحث التجريبية تخصص الاقتصاد المنزلي التربوي بنسبة 29.4%، وأقل عدد من الطلاب تخصص الصناعات الجلدية بنسبة 8.2% ، وكان أعلى عدد

من طلاب العينة التجريبية في الفرقة الدراسية الرابعة بنسبة 40%، وأقل عدد من الطلاب في الفرقة الدراسية الثانية بنسبة 25.9%.

**3- اختلاف الوزن النسبي لمهارات تسويق الذات بين أفراد عينة البحث الأساسية**

جدول (8) الوزن النسبي لمهارات تسويق الذات

| مهارات تسويق الذات | الوزن النسبي | النسبة المئوية% | الترتيب |
|---|---|---|---|
| تطوير الذات | 410 | %20.9 | الثاني |
| القدرة على الاقناع | 374 | %19.1 | الرابع |
| المرونة والتكيف | 426 | %21.8 | الأول |
| الثقة بالذات | 392 | %20 | الثالث |
| مهارة كتابة السيرة الذاتية | 356 | %18.2 | الخامس |
| المجموع | 1958 | %100 | |

يتضح من جدول (8) أن مهارة المرونة والتكيف تأتي في المرتبة الأولى ضمن مهارات تسويق الذات بنسبة 21.8% يليها مهارة تطوير الذات بنسبة 20.9%، ثم تأتي مهارة الثقة بالذات في المرتبة الثالثة ضمن مهارات تسويق الذات بنسبة 20%، يليها مهارة القدرة على الاقناع في الترتيب الرابع بنسبة 19.1%، وأخيراً جاءت مهارة كتابة السيرة الذاتية في الترتيب الخامس بنسبة 18.2%، **ويتضح من هذا: أن** طلاب الكلية لديهم مهارة المرونة والتكيف أكثر من غيرها من مهارات تسويق الذات وهذا يتضح في قدرة الطلاب على الالتحاق ببعض الوظائف أو الأعمال خلال فترة دراستهم الجامعية، دون التقيد بالتخصص الدراسي كمحاولة منهم لتحقيق التكيف والمرونة في البحث عن البدائل المختلفة للالتحاق بمهنة تحقق لهم الاكتفاء الذاتي، وتأتي مهارة كتابة السيرة الذاتية في المرتبة الخامسة والأخيرة **ويعزى ذلك** أن طلاب الكلية ليس لديهم الخبرة الكافية بفنيات كتابة السيرة الذاتية وخصوصاً أنهم ما زالوا في مرحلة الدراسة بالجامعة ولم تتح لهم الفرصة بعد للالتحاق بشركات أو مصانع يتطلب التقدم لها تقديم السيرة الذاتية.

**4- اختلاف الوزن النسبي لأبعاد قلق المستقبل المهني بين أفراد عينة البحث الأساسية**

جدول (9) الوزن النسبي لأبعاد قلق المستقبل المهني

| قلق المستقبل المهني | الوزن النسبي | النسبة المئوية% | الترتيب |
|---|---|---|---|
| الاستعداد النفسي والجوانب البدنية | 344 | %31.4 | الثالث |
| قلق التخصص | 368 | %33.7 | الثاني |
| القلق الاجتماعي والاقتصادي | 381 | %34.9 | الأول |
| المجموع | 1093 | %100 | |

يتضح من جدول (9) أن مستوى القلق الاجتماعي والاقتصادي كأحد أبعاد قلق المستقبل المهني يأتي في المرتبة الأولى بنسبة 34.9%، يليه قلق التخصص بنسبة 33.7%، وأخيراً الاستعداد النفسي والجوانب البدنية بنسبة 31.4%. **وتفسر الباحثتان ذلك:** بأن قلق الطلاب من النظرة المجتمعية والخوف من عدم تحقيق الأمان المادي وتوفير بيئة مادية اقتصادية لأسرهم يأتي في مقدمة أبعاد قلق المستقبل المهني، يليه الخوف والقلق من عدم توافر فرص عمل مناسبة لمجال التخصص الدراسي للطالب، أو وجود فائض في الخريجين مع ازدياد المنافسة بين التخصصات في سوق العمل، وأخيراً يأتي الاستعداد النفسي للطالب في القلق من المستقبل المهني وشعوره باليأس من الحصول على وظيفة تحقق له الأمان المادي والاجتماعي، كل هذا يتبعه ظهور بعض الأعراض البدنية الناتجة عن هذا الاستعداد النفسي وما يُخلفه وراءهُ من أمراض مستقبلية.

**ثانيًا: النتائج في ضوء فروض البحث :**

- النتائج في ضوء الفرض الأول : والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية في مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) لدي طلاب العينة الأساسية للبحث فى ضوء بعض المتغيرات (التخصص- النوع- الفرقة الدراسية)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء اختبار (ت) للوقوف علي دلالة الفروق بين متوسطات مهارات تسويق الذات تبعاً لمتغيرات (التخصص- النوع) ، وتحليل التباين لإيجاد قيمة (ف) للوقوف علي دلالة الفروق في مهارات تسويق الذات تبعاً لمتغير (الفرقة الدراسية)، واختبار LSD لإيجاد اتجاه الفروق في حالة وجودها لمتغير (الفرقة الدراسية).

جدول (10) دلالة الفروق في مهارات تسويق الذات بمحاورها تبعاً لمتغير التخصص ن=350

| مهارات تسويق الذات | التخصص | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | العينة | درجات الحرية | قيمة (ت) | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| تطوير الذات | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 34.111 | 3.625 | 122 | 348 | 7.635 | دال عند 0.01 لصالح العلمي |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 25.209 | 2.091 | 228 | | | |
| القدرة على الاقناع | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 36.621 | 3.035 | 122 | 348 | 0.881 | 0.423 غير دال |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 35.914 | 3.299 | 228 | | | |
| المرونة والتكيف | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 30.112 | 2.751 | 122 | 348 | 14.293 | دال عند 0.01 لصالح الأدبي |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 45.054 | 3.992 | 228 | | | |
| الثقة بالذات | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 39.924 | 3.627 | 122 | 348 | 17.006 | دال عند 0.01 لصالح العلمي |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 22.637 | 2.183 | 228 | | | |
| مهارة كتابة السيرة الذاتية | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 33.455 | 3.203 | 122 | 348 | 0.711 | 0.593 غير دال |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 32.917 | 3.654 | 228 | | | |
| المجموع الكلى للمقياس | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 174.223 | 9.355 | 122 | 348 | 12.268 | دال عند 0.01 لصالح العلمي |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 161.731 | 10.229 | 228 | | | |

يتضح من جدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارتى ( تطوير الذات ، الثقة بالذات ) لصالح التخصص العلمي **ويرجع ذلك** أن نظرًا لتعدد مجالات عمل طلاب التخصصات العلمية بالكلية ( الملابس والنسيج- التغذية وعلوم الأطعمة- الصناعات الجلدية) قد يكون لديهم معرفة وتحديد واضح لأهم المهارات التى يجب صقلها و تطويرها بعد التخرج لتزيد من فرصة اثبات ذاتهم وكفاءتهم والثقة بقدراتهم على المنافسة عند الالتحاق بالوظيفة المناسبة . ويتفق ذلك مع دراسة ( عارف العطارى وأحمد لبابنة ،2010 ) وتختلف مع دراسة ( أحلام غازى ، 2006) ، كما

يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة المرونة والتكيف لصالح التخصص الأدبي **ويرجع ذلك:** لمحدودة فرص العمل المتاحة لطلاب التخصصات الأدبية بالكلية (الاقتصاد المنزلي التربوي– إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة) مما يجعلهم أكثر مرونة وايجابية فى تهيئة أنفسهم لتقبل العمل بوظائف لا تتوافق مع تخصصاتهم بعد التخرج، ويتفق ذلك مع دراسة **(Challeger, 2002)** ، في حين لا توجد فروق دالة احصائياً في مهارتي (القدرة على الاقناع، ومهارة كتابة السيرة الذاتية)؛ وذلك تبعاً لمتغير التخصص. **وتفسر الباحثتان هذه النتيجة** : بأن برامج الاعداد بالدراسة الجامعية لا تهيأ للطلاب الاعداد الكافى من خلال عقد الدورات التدريبية وورش العمل لاكتساب المهارات التى تمكنهم من معرفة كيفية كتابة السيرة الذاتية ، وعرض خبراتهم للاخرين بشكل واضح ومتسلسل و بطريقة موثقة مثل مهارة الاتصال والحوار و ثقافة المناقشة، وربط الافكار والقدرة على ابراز نقاط القوة التى تجعلهم مقنعين في أدائهم أثناء كتابة السيرة الذاتية أو اجراء المقابلات الشخصية بعد التخرج ، ويتفق ذلك مع دراسة ( ابراهيم باجس و سماح خليل ، 2019)

جدول (11) دلالة الفروق في مهارات تسويق الذات بمحاورها تبعاً لمتغير النوع ن=350

| مهارات تسويق الذات | النوع | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | العينة | درجات الحرية | قيمة (ت) | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| تطوير الذات | ذكور | 20.418 | 2.298 | 134 | 348 | 14.429 | دال عند 0.01 لصالح الإناث |
| | إناث | 37.205 | 3.012 | 216 | | | |
| القدرة على الاقناع | ذكور | 44.613 | 4.014 | 134 | 348 | 15.521 | دال عند 0.01 لصالح الذكور |
| | إناث | 28.259 | 2.337 | 216 | | | |
| المرونة والتكيف | ذكور | 42.230 | 4.633 | 134 | 348 | 18.879 | دال عند 0.01 لصالح الذكور |
| | إناث | 23.621 | 2.011 | 216 | | | |
| الثقة بالذات | ذكور | 41.012 | 3.957 | 134 | 348 | 0.536 | 0.239 غير دال |
| | إناث | 40.883 | 4.127 | 216 | | | |
| مهارة كتابة السيرة الذاتية | ذكور | 46.726 | 4.111 | 134 | 348 | 0.639 | 0.489 غير دال |
| | إناث | 47.055 | 4.269 | 216 | | | |
| المجموع الكلى للمقياس | ذكور | 194.999 | 11.924 | 134 | 348 | 16.296 | دال عند 0.01 لصالح الذكور |
| | إناث | 177.023 | 9.717 | 216 | | | |

يتضح من جدول (11) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة تطوير الذات لصالح الإناث **ويرجع ذلك:** أن الاناث أكثر رغبة و تحمسًا للتغيير والتطوير

الذاتى كما يتمتعن بطموح ورغبة شديدة فى العمل بمجال التخصص الأكاديمى ورفض التنقل بين الوظائف المختلفة ، بالاضافة إلى قلة المسئووليات التى تقع على عاتقهن مقارنة بالذكور . مما يجعلهن يسعون إلى تطوير واكتساب المهارات الجديدة التى تصقل مهاراتهن وتؤهلهن لسوق العمل، ويتفق ذلك مع دراسة ( مريم مرزوق وأخرون ، 2019)، كما أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارتى( القدرة على الإقناع لصالح، ومهارة المرونة والتكيف ) لصالح الذكور، كما أوضحت النتائج عدم وجود فروق دالة احصائياً بين الذكور و الاناث في مهارتي ( الثقة بالذات، ومهارة كتابة السيرة الذاتية). والمجموع الكلي لمقياس مهارات تسويق الذات لصالح الذكور؛ وذلك عند مستوى دلالة ( 0.01) **وتفسر الباحثتان هذه النتيجة:** بأن أغلب الذكور يسعون للعمل أثناء فترة الدراسة بالجامعة بوظائف مختلفة فى بعض الاحيان قد لا تتوافق مع مجال تخصصهم الاكاديمى وذلك لتوفير متطلباتهم واشباع حاجاتهم واكتساب خبرة ومعرفة بسوق العمل ، مما يتيح لهم فرصة التفاعل مع الآخرين في محيط العمل ،واكتساب سمات عديدة وخبرات تجعلهم أكثر تكيفًا وتؤهلهم لسوق العمل وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ( مؤمن خلف ، 2016)، ودراسة ( أحلام غازى، 2006) التى أوضحتا أن الذكور أكثر اهتمامًا لامتلاك مهارات تسويق الذات من الاناث ، بينما تختلف مع نتائج دراسة ( ابراهيم معالى و سماح عليان ، 2019) التى أثبتت عدم وجود فروق تبعا لمتغير النوع حيث أنهم لديهم نفس الاهتمام فى الحصول على فرصة عمل وامتلاك مهارات تسويق الذات .

جدول (12) تحليل التباين للفروق في متوسطات مهارات تسويق الذات بمحاورها تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية ن=350

| مهارات تسويق الذات | الفرقة الدراسية | مجموع المربعات | متوسط المربعات | درجات الحرية | قيمة (ف) | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| تطوير الذات | بين المجموعات | 14418.944 | 7209.472 | 2 | 56.750 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 44082.218 | 127.038 | 347 | | |
| | المجموع | 58501.162 | | 349 | | |
| القدرة على الاقناع | بين المجموعات | 13613.302 | 6806.651 | 2 | 37.491 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 62999.930 | 181.556 | 347 | | |
| | المجموع | 76613.232 | | 349 | | |
| المرونة والتكيف | بين المجموعات | 13195.284 | 6597.642 | 2 | 30.508 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 75042.634 | 216.261 | 347 | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | المجموع | 88237.918 | | 349 | | |
| الثقة بالذات | بين المجموعات | 14001.801 | 7000.901 | 2 | 45.665 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 53198.512 | 153.310 | 347 | | |
| | المجموع | 67200.313 | | 349 | | |
| مهارة كتابة السيرة الذاتية | بين المجموعات | 14582.537 | 7291.269 | 2 | 61.879 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 40887.643 | 117.832 | 347 | | |
| | المجموع | 55470.180 | | 349 | | |
| المجموع الكلى للمقياس | بين المجموعات | 14145.886 | 7072.943 | 2 | 49.196 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 49888.898 | 143.772 | 347 | | |
| | المجموع | 64034.784 | | 349 | | |

يتضح من جدول (12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية، ولبيان اتجاه دلالة الفروق تم تطبيق اختبار (LSD) للمقارنات المتعددة وفيما يلي بيان بذلك.

جدول (13) دلالة الفروق في مهارات تسويق الذات بمحاورها تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية ن=350

| مهارات تسويق الذات | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م= 17.468 | الفرقة الثالثة م= 24.100 | الفرقة الرابعة م=32.296 |
|---|---|---|---|---|
| تطوير الذات | الفرقة الثانية | - | | |
| | الفرقة الثالثة | 6.632** | - | |
| | الفرقة الرابعة | 14.828** | 8.196** | - |
| القدرة على الاقناع | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م= 28.087 | الفرقة الثالثة م= 30.456 | الفرقة الرابعة م= 41.325 |
| | الفرقة الثانية | - | | |
| | الفرقة الثالثة | 2.369* | - | |
| | الفرقة الرابعة | 13.238** | 10.869** | - |
| المرونة والتكيف | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م= 25.726 | الفرقة الثالثة م= 38.081 | الفرقة الرابعة م= 40.332 |
| | الفرقة الثانية | - | | |
| | الفرقة الثالثة | 12.355** | - | |
| | الفرقة الرابعة | 14.606** | 2.251* | - |
| الثقة بالذات | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م= 27.096 | الفرقة الثالثة م= 36.278 | الفرقة الرابعة م= 45.620 |
| | الفرقة الثانية | - | | |
| | الفرقة الثالثة | 9.182** | - | |
| | الفرقة الرابعة | 18.524** | 9.342** | - |
| | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م= | الفرقة الثالثة م= | الفرقة الرابعة |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| مهارة كتابة السيرة الذاتية | | 24.499 | 35.516 | م=48.777 |
| | الفرقة الثانية | – | | |
| | الفرقة الثالثة | **11.017 | – | |
| | الفرقة الرابعة | **24.278 | **13.261 | – |
| المجموع الكلى للمقياس | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م=122.876 | الفرقة الثالثة م=164.431 | الفرقة الرابعة م=208.350 |
| | الفرقة الثانية | – | | |
| | الفرقة الثالثة | **41.555 | – | |
| | الفرقة الرابعة | **85.474 | **43.919 | – |

يتضح من جدول (13) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات– القدرة على الاقناع– المرونة والتكيف– الثقة بالذات– مهارة كتابة السيرة الذاتية) والمجموع الكلي للمقياس تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية لصالح الفرقة الرابعة، **وترجع الباحثتان ذلك إلي:** أن الفرقة الرابعة تعد المرحلة النهائية لمواجهة سوق العمل وخروج الطلاب للحياة العملية، فكثيرًا ما يشغل تفكيرهم فى هذه المرحلة رسم المسار المهني الخاص بهم، وما يجب اكتسابه من مهارات شخصية وقدرات تؤهلهم لسوق العمل و بالتالى يكونوا أكثر وعيًا ولديهم رؤية واضحة وخبرة عملية عن بعض المهارات التي يحتاجها العمل ومتطلباته ومشكلاته أكثر من طلاب الفرقة الثانية والثالثة .

**وفي ضوء ما سبق عرضه من نتائج يكون قد تحقق صحة الفرض الأول**

- **النتائج في ضوء الفرض الثاني:** والذي ينص علي أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية في قلق المستقبل المهني بأبعاده ( الاستعداد النفسي والجوانب البدنية– قلق التخصص– القلق الاجتماعي والاقتصادي) لدي طلاب العينة الأساسية للبحث في ضوء بعض المتغيرات (التخصص– النوع– الفرقة الدراسية)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء اختبار (ت) للوقوف علي دلالة الفروق بين متوسطات مهارات تسويق الذات تبعاً لمتغيرات (التخصص– النوع) ، وتحليل التباين لإيجاد قيمة (ف) للوقوف علي دلالة الفروق في مهارات تسويق الذات تبعاً لمتغير (الفرقة الدراسية)، واختبار LSD لإيجاد اتجاه الفروق في حالة وجودها لمتغير (الفرقة الدراسية).

جدول (14) دلالة الفروق في قلق المستقبل المهني بأبعاده تبعاً لمتغير التخصص ن=350

| قلق المستقبل المهني | التخصص | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | العينة | درجات الحرية | قيمة (ت) | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الاستعداد النفسى والجوانب البدنية | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 33.301 | 3.057 | 122 | 348 | 11.367 | دال عند 0.01 لصالح الأدبي |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 47.159 | 4.222 | 228 | | | |
| قلق التخصص | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 21.183 | 2.368 | 122 | 348 | 14.274 | دال عند 0.01 لصالح الأدبي |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 37.321 | 3.454 | 228 | | | |
| القلق الاجتماعى والاقتصادي | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 25.510 | 2.158 | 122 | 348 | 19.234 | دال عند 0.01 لصالح الأدبي |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 44.361 | 4.330 | 228 | | | |
| المجموع الكلى للمقياس | علمي (ملابس ونسيج- تغذية- صناعات جلدية) | 79.994 | 7.325 | 122 | 348 | 36.624 | دال عند 0.01 لصالح الأدبي |
| | أدبي (تربوي- إدارة مؤسسات) | 128.841 | 8.546 | 228 | | | |

يتضح من جدول (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل المهني بأبعاده (الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي)، والمجموع الكلي للمقياس لصالح التخصص الأدبي وذلك عند مستوى دلالة 0.01. ، ومنه يتضح ارتفاع قلق المستقبل المهني لدى طلاب التخصصات الأدبية مقارنة بطلاب التخصصات العلمية بكلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان، **وتفسر الباحثتان ذلك:** بأن فرص العمل المتاحة والمتوفرة في الأسواق تتناسب أكثر مع طلاب التخصصات العلمية بالكلية (الملابس والنسيج- التغذية وعلوم الأطعمة- الصناعات الجلدية) وذلك لما لها من طابع عملي تطبيقي ، يتماشى مع متطلبات سوق العمل المحلية وهذا يحد من الشعور بالقلق نحو المستقبل المهني لطلاب التخصصات العلمية، على العكس طلاب التخصصات الأدبية والمتمثلة في (الاقتصاد المنزلي التربوي- إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة) والذي يزيد مستوى القلق من المستقبل المهني عندهم لقلة فرص العمل المعروضة في السوق المحلية بالإضافة إلى فائض الخريجين من نفس تخصصاتهم عن حاجة سوق العمل. واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل

من عبدالمحسن الحديبي (2007)، غالب المشيخي (2009)، هيام عابد (2015)، سهيلة أحمادي ومسعودة سالمي (2015)، وأحمد الوهيبي (2018) في وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلاب التخصصات العلمية والأدبية في قلق المستقبل المهني لصالح التخصصات الأدبية. في حين اختلفت نتائج الدراسة مع دراسة كل من التيجاني بن طاهر (2010)، جيهان سويد وآخرون (2017)، شيماء المالكي (2018)عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التخصصات العلمية والأدبية في قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة.

جدول (15) دلالة الفروق في قلق المستقبل المهني بأبعاده تبعاً لمتغير النوع ن=350

| قلق المستقبل المهني | النوع | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | العينة | درجات الحرية | قيمة (ت) | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الاستعداد النفسي والجوانب البدنية | ذكور | 52.521 | 4.938 | 134 | 348 | 16.676 | دال عند 0.01 لصالح الذكور |
| | إناث | 31.644 | 3.214 | 216 | | | |
| قلق التخصص | ذكور | 46.061 | 4.333 | 134 | 348 | 16.385 | دال عند 0.01 لصالح الذكور |
| | إناث | 29.927 | 2.451 | 216 | | | |
| القلق الاجتماعى والاقتصادي | ذكور | 54.515 | 4.663 | 134 | 348 | 10.483 | دال عند 0.01 لصالح الذكور |
| | إناث | 38.247 | 2.938 | 216 | | | |
| المجموع الكلى للمقياس | ذكور | 153.097 | 9.493 | 134 | 348 | 42.159 | دال عند 0.01 لصالح الذكور |
| | إناث | 99.818 | 7.987 | 216 | | | |

يتضح من جدول (15) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل المهني بأبعاده (الاستعداد النفسي والجوانب البدنية– قلق التخصص– القلق الاجتماعي والاقتصادي) ، والمجموع الكلي للمقياس لصالح الذكور، وذلك عند مستوى دلالة 0.01. ومنه يتضح ارتفاع قلق المستقبل المهني لدى الطلبة الذكور مقارنة بالإناث، **وتفسر الباحثتان ذلك:** بأن الطلبة الذكور تقع على عاتقهم تحمل العديد من المسئوليات الاجتماعية والأسرية تجعلهم أكثر تفكيرا وانشغالاً بتأمين مستقبلهم المهني عن الإناث، بالإضافة للعادات والتقاليد السائدة في مجتمعاتنا العربية التي تفرض على الذكور تحمل مسئوليات أكبر مقارنة بالإناث في جانب بناء وتكوين الأسرة والانفاق عليها سواء كونه ابن أو زوج. وتتفق هذه النتيجة ودراسة كل من عبدالمحسن الحديبي (2007)، وسارة بكار (2013)، و مجذوب قمر (2015) ، هيام عابد (2015)،

محمد القحطاني (2016)، و وأحمد الوهيبي (2018) في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل المهني تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور. في حين اختلفت مع نتائج دراسة كل من (Ari, 2011)، وأحمد جبر (2012)، جيهان سويد وآخرون (2017)، شيماء المالكي (2018) حيث تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات وفقاً للجنس لصالح الإناث. واتفقت دراسة كل من Balanowski,W (2005) ، راجي الصرايرة ونايل الحجايا (2008)، التيجاني بن طاهر (2010)، وموسى هياجنه (2014)، وحنين الطراد (2016)، ورانية سوفي (2017)، وصفية ملوكة (2018) في عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين في قلق المستقبل المهني .

جدول (16) تحليل التباين للفروق في متوسطات قلق المستقبل المهني بأبعاده تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية ن=350

| قلق المستقبل المهني | الفرقة الدراسية | مجموع المربعات | متوسط المربعات | درجات الحرية | قيمة (ف) | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الاستعداد النفسي والجوانب البدنية | بين المجموعات | 12858.829 | 6429.415 | 2 | 25.964 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 85927.475 | 247.630 | 347 | | |
| | المجموع | 98786.304 | | 349 | | |
| قلق التخصص | بين المجموعات | 14317.343 | 7158.672 | 2 | 53.799 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 46172.633 | 133.062 | 347 | | |
| | المجموع | 60489.976 | | 349 | | |
| القلق الاجتماعي والاقتصادي | بين المجموعات | 13496.762 | 6748.381 | 2 | 35.374 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 66197.569 | 190.771 | 347 | | |
| | المجموع | 79694.331 | | 349 | | |
| المجموع الكلي للمقياس | بين المجموعات | 13751.837 | 6875.919 | 2 | 40.198 | 0.01 دال |
| | داخل المجموعات | 59355.225 | 171.053 | 347 | | |
| | المجموع | 73107.062 | | 349 | | |

يتضح من جدول (16) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل المهني بأبعاده (الاستعداد النفسي والجوانب البدنية– قلق التخصص– القلق الاجتماعي والاقتصادي) تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية، ولبيان اتجاه دلالة الفروق تم تطبيق اختبار (LSD) للمقارنات المتعددة وفيما يلي بيان بذلك.

جدول (17) دلالة الفروق في قلق المستقبل المهني بأبعاده تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية ن=350

| قلق المستقبل المهني | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م=35.588 | الفرقة الثالثة م = 49.635 | الفرقة الرابعة م=50.019 |
|---|---|---|---|---|
| الاستعداد النفسي والجوانب البدنية | الفرقة الثانية | – | | |
| | الفرقة الثالثة | 14.047** | – | |
| | الفرقة الرابعة | 14.431** | 0.384 | – |
| قلق التخصص | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م= 30.777 | الفرقة الثالثة م= 42.795 | الفرقة الرابعة م= 51.169 |
| | الفرقة الثانية | – | | |
| | الفرقة الثالثة | 12.018** | – | |
| | الفرقة الرابعة | 20.392** | 8.374** | – |
| القلق الاجتماعي والاقتصادي | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م= 32.025 | الفرقة الثالثة م= 34.392 | الفرقة الرابعة م= 48.881 |
| | الفرقة الثانية | – | | |
| | الفرقة الثالثة | 2.367* | – | |
| | الفرقة الرابعة | 16.856** | 14.489** | – |
| المجموع الكلى للمقياس | الفرقة الدراسية | الفرقة الثانية م= 98.390 | الفرقة الثالثة م=126.822 | الفرقة الرابعة م=150.069 |
| | الفرقة الثانية | – | | |
| | الفرقة الثالثة | 28.432** | – | |
| | الفرقة الرابعة | 51.679** | 23.247** | – |

يتضح من جدول (17) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل المهني بأبعاده (الاستعداد النفسي والجوانب البدنية– قلق التخصص– القلق الاجتماعي والاقتصادي) والمجموع الكلي للمقياس تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية لصالح الفرقة الرابعة، **وترجع الباحثتان ذلك:** إلي ارتفاع مستوى القلق لدى طلاب الفرقة النهائية من التعليم الجامعي نتيجة لقرب وصولهم إلى مشارف تحمل مسئوليات وأعباء الحياة وبالتالي ضرورة الالتحاق بوظيفة بعد التخرج تؤمن حياتهم الاجتماعية والاقتصادية مقارنة بالفرق الدراسية الأخرى الذين مازالوا في إطار التعليم الجامعي، الذي يشغل وقتهم؛ وبالتالي فهم اقل قلقاً من مهنة المستقبل عن طلاب الفرقة الرابعة. واتفقت النتيجة مع دراسة كل من: محمود مندوه (2006)، وعبدالمحسن الحديبي (2007)، وخيرية أحمد (2014) في وجود فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل المهني لصالح طلاب الفرقة الرابعة. في حين اختلفت النتائج مع دراسة كل من أحمد جبر (2012)،

ومحمد القرشي (2012)، وأحمد المومني، نعيم مازن (2013) في عدم وجود فروق في قلق المستقبل تبعاً لمتغير الفرق والمستويات الدراسية الجامعية المختلفة.

**وفي ضوء ما سبق عرضه من نتائج يكون قد تحقق صحة الفرض الثاني .**

- **النتائج في ضوء الفرض الثالث:** والذي ينص على أنه " توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة احصائية بين مهارات تسويق الذات بمحاورها( تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) وقلق المستقبل المهنى بأبعاده(الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين مقياس مهارات تسويق الذات ومقياس قلق المستقبل المهني لدي عينة البحث الأساسية كما هو موضح بالجدول التالي.

جدول (18) معاملات الارتباط بين مهارات تسويق الذات ومقياس قلق المستقبل المهني لدي عينة البحث الأساسية

| قلق المستقبل المهني / مهارات تسويق الذات | الاستعداد النفسي والجوانب البدنية | قلق التخصص | القلق الاجتماعي والاقتصادي | قلق المستقبل المهنى ككل |
|---|---|---|---|---|
| تطوير الذات | -0.735** | -0.625* | -0.922** | -0.816** |
| القدرة على الاقناع | -0.904** | -0.837** | -0.781** | -0.703** |
| المرونة والتكيف | -0.861** | -0.756** | -0.602* | -0.885** |
| الثقة بالذات | -0.641* | -0.808** | -0.918** | -0.845** |
| مهارة كتابة السيرة الذاتية | -0.777** | -0.892** | -0.637* | -0.744** |
| مهارات تسويق الذات ككل | -0.870** | -0.715** | -0.824** | -0.791** |

يتضح من جدول (18) وجود علاقة ارتباطيه دالة سالبة عند مستوى دلالة 0.01 بين مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) وقلق المستقبل المهني بأبعاده(الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي

والاقتصادي)، **وتفسر الباحثتان ذلك:** بأن تنمية مهارات تسويق الذات لدى الطلاب والعمل على تطوير وتنمية امكاناتهم وقدراتهم بما يتناسب مع احتياجات سوق العمل، فضلا عن امتلاكهم لخصائص الحوار الجيد باستخدام الأساليب المُقعنة والاعتماد على المنطق ومسببات الأمور، والقدرة على برهنة المشكلات وإعطاء مبررات مُقعنة لها، مما يساعد على لفت الانتباه وكسب عقول أرباب العمل لتلك الأساليب، بالإضافة إلى قدرة الطالب على إيجاد بدائل متعددة لفرص العمل إذا فشل في الحصول على أخرى والتكيف مع الظروف المختلفة التي يمر بها حتى يصل إلى هدفه والالتحاق بوظيفة تتلاءم مع إمكاناته وقدراته وتحقق له ولأسرته مستوى معيشي مناسب، كل ذلك لا يتحقق إلا إذا امتلك الطالب الثقة في مهاراته وقدراته والتي تُعد بمثابة المولد والحافز للالتحاق بالوظائف المختلفة ومقابلة أرباب العمل، وكذلك مهارته في كتابة وعرض السيرة الذاتية التي تحوي بياناته العلمية والدورات التي الّتحق بها مسبقا وما حصل عليه من شهادات وخبرات مرتبطة بمجال عمل الوظيفة التي يود الالتحاق بها، فكلما ارتفع مستوى مهارات تسويق الذات انخفض مستوى القلق والخوف من المستقبل المهني الذي يشغل تفكير الطلاب والخريجين من الجامعات، وانخفض معه الاستعداد النفسي للفرد للشعور بالخوف من مهنة المستقبل، وقلت حدة الأعراض البدنية الناتجة عن التفكير في شبح البطالة، فضلا عن انخفاض الشعور بالقلق من ندرة الوظائف في مجال تخصص الفرد، أو أن الخريجين من نفس تخصصه أعدادهم كبيرة وتفوق طاقة الأسواق المحلية، بالإضافة إلى انخفاض شعور الفرد بالخوف من النظرة المجتمعية له في حال عدم الحصول على وظيفة أو خوفه من عدم قدرته على تحقيق مستوى اقتصادي يسمح لأسرته أن تعيش في حالة مادية آمنة وتلبي احتياجاتهم الحياتية. وانفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من حنان الجمال ونوال بخيت (2008)، سلوى عبد الباقي (2013)، إياد إشتيه ومحمد شاهين (2015) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين قلق المستقبل المهني وفعالية الذات. كما اتفقت مع نتائج

دراسة (Meng & Lowa, 2012) والتي أظهرت وجود علاقة طردية بين تطوير الذات لدى طلبة الجامعة وبين توقعات الايجابية وتفاعلهم تجاه مهنة المستقبل المستقبلية، فالطلبة الذين لديهم القدرة على تطوير ذاتهم يكون إدراكهم للتوقعات المستقبلية أكبر، ودراسة تهاني الحربي (2018) والتي أسفرت عن وجود علاقة عكسية بين قلق المستقبل لدى الطلاب والثقة بالذات ومستوى الطموح، كذلك أكدت دراسة كل من إياد اشتيه ومحمد شاهين (2015)، وصفية ملوكة (2018) وجود علاقة ارتباطية سالبة بين توقعات الكفاءة الذاتية والمتمثلة في الثقة بالذات وتقدير الذات وفعالية الذات وكلها مهارات مهمة لتسويق الذات وبين قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة.

**وفي ضوء ما سبق عرضه من نتائج يكون قد تحقق صحة الفرض الثالث**

- **النتائج في ضوء الفرض الرابع:** والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلاب العينة التجريبية في مهارات تسويق الذات بمحاورها(تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لصالح التطبيق البعدي".

جدول (19) الفروق بين متوسطات أفراد عينة البحث التجريبية في مهارات تسويق الذات قبل تطبيق البرنامج وبعده

| فاعلية البرنامج | | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | العينة | درجات الحرية | قيمة( ت ) | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| تطوير الذات | القبلي | 16.635 | 1.527 | 85 | 84 | 17.225 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 37.225 | 3.111 | | | | |
| القدرة على الاقناع | القبلي | 20.487 | 2.353 | 85 | 84 | 22.634 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 45.510 | 4.021 | | | | |
| المرونة والتكيف | القبلي | 19.471 | 1.938 | 85 | 84 | 19.479 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 42.136 | 4.296 | | | | |
| الثقة بالذات | القبلي | 21.394 | 2.446 | 85 | 84 | 25.188 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 49.035 | 4.523 | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **مهارة كتابة السيرة الذاتية** | القبلي | 22.883 | 2.157 | 85 | 84 | 21.716 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 47.027 | 3.998 | | | | |
| **مهارات تسويق الذات ككل** | القبلي | 100.87 | 8.736 | 85 | 84 | 51.294 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 220.933 | 12.025 | | | | |

يتضح من جدول (19) أن هناك فروقاً دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0,01 بين افراد عينة البحث التجريبية فى مهارات تسويق الذات قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لصالح القياس البعدي؛ وبالأخص مهارة الثقة بالذات، يليها القدرة على الاقناع، يليها كتابة السيرة الذاتية، يليها المرونة والتكيف، ثم مهارة تطوير الذات، حيث بلغت قيم ت على التوالي (25.188، 22.634، 21.716، 19.479، 17.225) وهي قيم دالة عند مستوى دلالة (0.01) مما يدل على وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات تسويق الذات ككل لصالح القياس البعدي .

ولمعرفة حجم تأثير البرنامج التدريبى القائم على مدخل التفكير التصميمى فى تنمية مهارات تسويق الذات لطلاب كلية الاقتصاد المنزلى تم تطبيق معادلة ايتا: t = قيمة ( ت ) = 51.294 ، df = درجات الحرية = 84 ، وبحساب حجم التأثير وجد إن n2 = 0.969− كما هو موضح فى المعادلة التالية :

$$n^2 = \frac{t^2}{t^2 + df} = 0.969$$

ويمكن تحويل قيمة ايتا $n^2$ الي قيمة d المقابلة لها، وبحساب قيمة d وجد أنها بلغت (11.13) − كما هو موضح فى المعادلة التالية :

$$d = \frac{2\sqrt{n^2}}{\sqrt{1-n^2}} = 11.13$$

ويتضح من قيمة n2 التى بلغت (0.969) ، وقيمة d التى بلغت (11.13) أن حجم تأثير البرنامج التدريبى كبير. مما يؤكد فاعلية البرنامج التدريبي القائم على مدخل

التفكير التصميمى في تنمية مهارات تسويق الذات لدى الطلاب كلية الاقتصاد المنزلى، **وترجع الباحثتان ذلك إلى ما يلى :**

- ساعد التفكير التصميمى من خلال تطبيق مهاراته أثناء الجلسات على زيادة التواصل بين المتدرب و الطلاب و تفعيل أدوارهم المتمثلة فى انخراطهم بتنفيذ الأنشطة والمهام المطلوبة منهم أثناء الجلسات بصورة تعاونية، والحوار والتأمل والمناقشة وتنظيم الأفكار وخلق روابط بينها، وتحليل ودمج المفاهيم وتركيبها واختيار العبارات المناسبة فى التحدث واحترام وتقبل الأراء ومناقشتها بمنطقية أدى إلى تكوين رؤية شاملة لاكتساب مهارتى القدرة على الاقناع وكتابة السيرة الذاتية . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من: ( أحلام احمد ، 2006) ، ودراسة ( مريم واخرون ،2019) ، ودراسة ( ابراهيم باجس وسماح خليل ، 2019) التى أكدت فاعلية البرامج التدريبية الابداعية فى تنمية مهارات تسويق الذات التى تزيد من قدرة الطلاب على المنافسة فى سوق العمل .
- أدى تنوع الأنشطة والاستراتيجيات المستخدمة في البرنامج التدريبى والتى ساعدت الطلاب على تنشيط الذهن واعمال العقل نحو توليد الأفكار المرتبطة بطوير ذاتهم لمواكبة المستجدات المستقبلية فى مجال تخصصاتهم المختلفة ، وتعرفهم على ما يمتلكون من مهارات تميزهم عن غيرهم، كما أنها أثارت دافعية الطلاب نحو تكوين أفكار مستجدة وعملية لحل مشكلات التى تواجههم أثناء التخطيط لتسويق ذاتهم فى سوق العمل. وتشجيعهم على التخلى عن الأفكار النمطية، و تدريبهم على المرونة و التكييف مع المتغيرات وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من:( شيرين زكى،2014)، (Jaggars, et al., 2015)، (Ohly& Pluckthan& Kissel, 2017) والتى أثبتت فاعلية التفكير التصميمى فى تنمية فى مهارة تطوير الذات، ودراسة (Cupps, 2014) التى أكدت نتائجها فاعلية التفكير التصميمى فى تنمية مقدرة الطلاب على حل المشكلات والتكييف مع القيود وابتكار ماهو جديد للمشكلات التى تواجههم .

- ساعد البرنامج التدريبي من خلال الطرائق والاستراتيجيات وخطوات التفكير التصميمى التي استخدمت وممارسة الطلاب للأنشطة والمهام المتضمنة بجلسات البرنامج التدريبى على زيادة كفاءة وقدرة الطلاب على التفاعل الإيجابي لمواجهة الظروف والمشكلات وتجاوز الصعوبات والعقبات، واتخاذ القرار المناسب، وإظهار العادات والسلوكيات المقبولة فى التعامل مع الآخرين، والتي أسهمت فى كسب الثقة بالنفس، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: (Farrell, 2006 )،( ماجد شعيب، 2011 )،( مريم مرزوق واخرون ، 2019) والتى أشارت نتائجها أن النجاح في تسويق الذات مرتبط بمعتقدات الفرد عن كفاءته الذاتية .

**وفي ضوء ما سبق عرضه من نتائج يكون قد تحقق صحة الفرض الرابع.**

- **النتائج في ضوء الفرض الخامس:** والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلاب العينة التجريبية في قلق المستقبل المهني بأبعاده(الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي) قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لصالح التطبيق البعدي".

جدول (20) الفروق بين متوسطات أفراد عينة البحث التجريبية في قلق المستقبل المهني قبل تطبيق البرنامج وبعده

| فاعلية البرنامج | | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | العينة | درجات الحرية | قيمة( ت ) | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الاستعداد النفسي والجوانب البدنية | القبلي | 24.336 | 2.127 | 85 | 84 | 28.632 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 55.552 | 5.118 | | | | |
| قلق التخصص | القبلي | 22.361 | 2.145 | 85 | 84 | 24.365 | 0.01لصالح البعدى |
| | البعدى | 48.874 | 4.268 | | | | |
| القلق الاجتماعي والاقتصادي | القبلي | 26.914 | 2.363 | 85 | 84 | 22.024 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 51.035 | 4.992 | | | | |
| قلق المستقبل المهنى ككل | القبلي | 73.611 | 7.520 | 85 | 84 | 47.631 | 0.01 لصالح البعدى |
| | البعدى | 155.461 | 9.227 | | | | |

يتضح من جدول (20) أن هناك فروقاً دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0,01 بين أفراد عينة البحث التجريبية فى قلق المستقبل المهني قبل وبعد تطبيق البرنامج

التدريبي لصالح القياس البعدى؛ وبالأخص الاستعداد النفسي والجوانب البدنية، يليها قلق التخصص، ثم القلق الاجتماعي والاقتصادي، حيث بلغت قيم ت على التوالي (28.632، 24.365، 22.024) وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0,01، مما يدل على استفادة أفراد العينة التجريبية من البرنامج التدريبي القائم على مدخل التفكير التصميمي ومن المعارف والمهارات التي يحتويها البرنامج التدريبى القائم على مدخل التفكير التصميمى .

ولمعرفة حجم تأثير البرنامج التدريبى القائم على مدخل التفكير التصميمى فى خفض قلق المستقبل لطلاب كلية الاقتصاد المنزلى تم تطبيق معادلة ايتا: t = قيمة ( ت ) = 47.631 ، df = درجات الحرية = 84 ، وبحساب حجم التأثير وجد أن n2= 0.964− كما هو موضح فى المعادلة التالية :

$$n^2 = \frac{t^2}{t^2 + df} = 0.964$$

ويمكن تحويل قيمة ايتا n2 الي قيمة d المقابلة لها، وبحساب قيمة d وجد أنها بلغت (10.37 ) − كما هو موضح فى المعادلة التالية:

$$d = \frac{2\sqrt{n^2}}{\sqrt{1-n^2}} = 10.37$$

ويتضح من قيمة n2 التى بلغت (0.964) ، وقيمة d التى بلغت (10.37) أن حجم تأثير البرنامج التدريبى كبير. مما يؤكد فاعلية البرنامج التدريبي القائم على مدخل التفكير التصميمى في خفض قلق المستقبل المهنى لدى الطلاب كلية الاقتصاد المنزلى ، **وترجع الباحثتان ذلك إلى ما يلى :**

- أدى تعدد الأنشطة والاستراتيجيات والأساليب والمهام القائمة علي مهارات التفكير التصميمى المتبعة في البرنامج التدريبى ، فضلا عن المعارف المتعلقة بمهارات التفكير التصميمي وأهمية ممارسته في الحياة العملية ساعد على خفض قلق المستقبل المهني،
- حفزت المهام و التمارين القائمة علي مهارات التفكير التصميمى في تحرير الطلاب من القيود الفكري وعوامل الاحباط والخوف من المستقبل وإطلاق العنان في التفكير للتخطيط للمستقل المهنى .

- اعتمد البرنامج التدريبى على توظيف خطوات التفكير التصميمى فى خلق مواقف افتراضية لما قد يتعرض له الطلاب أثناء القيام بتوظيف ذواتهم فى سوق العمل والمشكلات التى يمكن مواجهتها مما ساعد علي تحرير دافعية الطلاب من البقاء عالقين في الفشل الذي قد يعترضهم ومساعدتهم أن يصبحوا مليئين بالطاقة والايجابية نحو اطلاق العنان حول حلها. والذى كان أثر واضح فى خفض قلق المستقبل المهنى لديهم ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: محمد الشافعي ووفاء عبدالرازق (2005)، وإبراهيم إبراهيم (2006)، عبدالمحسن الحديبي (2007)، عادل محمد (2010)، وسحر عبود (2015)، شيماء حسان (2016) والتي أشارت نتائجها إلى فعالية البرامج التدريبية و الارشادية في خفض قلق المستقبل المهني لدى عينة الدراسة.

**وفي ضوء ما سبق عرضه من نتائج يكون قد تحقق صحة الفرض الخامس.**

**ملخص النتائج :**

1- تختلف الأوزان النسبية لمهارات تسويق الذات لدى طلاب عينة البحث الأساسية، حيث جاءت مهارة مهارة المرونة والتكيف في المرتبة الأولى بنسبة 21.8%، يليها مهارة تطوير الذات بنسبة 20.9%، ثم تأتي مهارة الثقة بالذات في المرتبة الثالثة بنسبة 20%، يليها مهارة القدرة على الاقناع بنسبة 19.1%، وأخيراً جاءت مهارة كتابة السيرة الذاتية بنسبة 18.2%.

2- تختلف الأوزان النسبية لأبعاد قلق المستقبل المهني لدى طلاب عينة البحث الأساسية، حيث جاء القلق الاجتماعي والاقتصادي في المرتبة الأولى بنسبة 34.9%، يليه قلق التخصص بنسبة 33.7%، وأخيراً الاستعداد النفسي والجوانب البدنية بنسبة 31.4%.

3- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مهارات تسويق الذات (تطوير الذات- الثقة بالذات) تبعاً لمتغير التخصص ، لصالح التخصص العلمي، في حين توجد فروق ذات دلالة احصائية في مهارة (المرونة والتكيف) لصالح التخصص الأدبي، وعدم وجود فروق في مهارة (القدرة على الاقناع- كتابة السيرة الذاتية) تبعاً لمتغير التخصص.

4- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مهارات تسويق الذات (تطوير الذات) تبعاً لمتغير النوع، لصالح الإناث، في حين توجد فروق ذات دلالة احصائية في مهارة (المرونة والتكيف- القدرة على الاقناع) لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في مهارة (الثقة بالذات- كتابة السيرة الذاتية) تبعاً لمتغير النوع.

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) تبعاً لمتغير الفرقة الدراسية لصالح الفرقة الرابعة.

6- توجد فروق ذات دلالة احصائية في أبعاد قلق المستقبل المهني تبعاً لمتغيرات (التخصص- النوع- الفرقة الدراسية) لصالح التخصص الأدبي، والطلاب الذكور، وطلاب الفرقة الرابعة.

7- توجد علاقة ارتباطيه دالة سالبة عند مستوى دلالة 0.01 بين مهارات تسويق الذات بمحاورها (تطوير الذات- القدرة على الاقناع- المرونة والتكيف- الثقة بالذات- مهارة كتابة السيرة الذاتية) وقلق المستقبل المهني بأبعاده(الاستعداد النفسي والجوانب البدنية- قلق التخصص- القلق الاجتماعي والاقتصادي).

8- توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسطات درجات طلاب العينة التجريبية في مهارات تسويق الذات قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لصالح التطبيق البعدي.

9- توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسطات درجات طلاب العينة التجريبية في قلق المستقبل المهني قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لصالح التطبيق البعدي.

**توصيات البحث:**

- ضرورة إعادة النظر في أهداف التعليم الجامعي من قبل الجهات المختصة بحيث يتجاوز ما يتحصّل عليه الطالب من المقررات وحدها، بل السعي إلى كتساب الكثير من المهارات الأخرى التي تُمكن الخريج من اكتساب شخصية متكاملة قادرة على تسويق ذاته لمواجهة الحياة المهنية بعد التخرج .
- ضرورة إعادة التفكير في استراتيجيات ومداخل التدريس من قبل أعضاء هيئة التدريس بالجامعات والتي تعزز قدرة طلابها نحو التأمل في المشكلات، والبحث

والتقصي، وتوليد الأفكار الابداعية ووضع الخطط المبدئية لحلها. والتي بدورها تعمل على مواجهة تحديات سوق العمل للحد من مشكلة البطالة.

- اهتمام الأقسام العلمية المختصة بالكليات والجامعات المختلفة بتضمين المناهج الجامعية مواد تتعلق بتعريف الطلاب بإمكاناتهم وقدراتهم وإكسابهم مجموعة من المهارات اللازمة لتسويق الذات والتي تسهل دخولهم إلى سوق العمل.
- عقد ورش عمل و دورات تدريبية لتنمية التفكير التصميمي وآلية تطبيقه لإكساب الطلاب القدرة على التفكير خارجَ الصندوق واقتراح الحلول الإبداعية لتخيل مستقبل مهني مختلف والعمل على بنائه .
- توعية الخريج بضرورة تحمل المسئولية وصقل مهاراته في مجال تسويق الذات فالخريج الذي يملك القدرة والوعي اللازم لتسويق خبراته و مهاراته يكون أكثر قدرة من غيره على اقتحام سوق العمل والحصول على فرصة عمل .
- محاولة التخلص من كافة العوائق التي تحول بين الشباب وسوق العمل ومن أهم هذه العوائق التي يجب التخلص منها هي الثقافات الخاطئة ومن بينها ثقافة العيب والتي تقوم على رفض الشاب العمل بوظيفة ما كونها لا تتناسب مع المكانة الاجتماعية.
- الاهتمام بالتعليم الجامعي ووضع برامج وخطط تدريبية للشباب قبل تخرجهم من الجامعة لتهيئة وصقل مهاراتهم اللازمة سواء للتوظيف لدى الغير أو للتوظيف الذاتي وإدارة المشروعات الصغيرة.
- تفعيل برامج واستراتيجيات الارشاد المهني من خلال الدورات التدريبية المقدمة لطلاب كلية الاقتصاد المنزلي بما يتلاءم مع متطلبات سوق العمل من تخصصات الكلية المختلفة.

**مراجع البحث:**

**أولاً: المراجع العربية :**


1- ابراهيم باجس معالى ، سماح خليل عليان (2019): " تنمية المهارات الشخصية و مهارات البحث عن عمل لدى العاطلين عن العمل ( البطالة ) فى الاردن، مجلة المنارة للبحوث والدراسات، المجلد (25) ، العدد (1) .

2- إبراهيم محمود إبراهيم (2006): فاعلية الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم الفني ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أسيوط.

3- أحلام أحمد غازي ( 2006 ) : العوامل المؤثر في درجة نجاح في تحقيق التسويق الشخص " دراسة وصفية في الأردن ، رساله باطستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا . الجامعة الاردنية

4- أحمد بن سالم بن سعيد الوهيبي (2018): قلق المستقبل المهني وعلاقته بأنماط التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة دبلوم التعليم العام في سلطنة عمان، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوي- سلطنة عمان.

5- أحمد محمد المومني ونعيم محمود مازن (2013): قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات.المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، (2)، 173: 185

6- أحمد محمود جبر (2012): العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلقالمستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كليةالتربية، جامعة الأزهر، غزة.

7- أحمد ياسر همام (2018): " فاعلية وحدة مقترحة في ضوء مدخل ( STEM ) لتنمية مهارات التفكير التصميمي في مادة العلوم لدى تلاميذ المدارس الرسمية للغات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ، جامعة حلوان.

8- أسماء سعيد عوض( 2016 ): " استخدام اليات الحوار المجتمعي ونشر ثقافة تسويق الذات بمنظمات المجتمع المدني "، مجلة الخدمة الاجتماعية، عدد ( 55 ) ، يناير، مصر

9- أمل أحمد النجار ( 2015): برنامج توجيهي جمعي في إكساب مهارات البحث عن عمل (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة السلطان قابوس، مسقط .

10- إياد إشتيه و محمد شاهين (2015): قلق البطالة وعلاقته بفعالية الذات لدى طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس. المجلة الأردنية في العلوم التربوية.

11- تهاني محمد الحربي (2018): قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، العدد الثامن، ص 68-88، الرياض.

12- التيجاني بن الطاهر (2010): مصادر الضغوط النفسية كما يدركها الطلبة الجامعيين وعلاقتهما بقلق المستقبل، دراسة مقارنة على عينة من طلبة جامعة الأغواط، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد(1).

13- جيهان علي السيد سويد (2012): الكفاءة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل المهني والقيم لدى طلاب الجامعة المصريين والسعوديين دراسة ميدانية عبر ثقافية، مجلة الارشاد النفسي، العدد 31، ص 109-178.

14- جيهان علي السيد سويد وآخرون (2017): قلق المستقبل المهني وعلاقته بالدافعية للإنجاز في ضوء التخصص الأكاديمي لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية، المؤتمر الدولي الخامس- العربي التاسع عشر للاقتصاد المنزلي، في الفترة من 16-17 أكتوبر 2017.

15- حسن أحمد الطعانى (2007): " التدريب مفهومه وفعاليته فى بناء البرامج التدريبية و تقويمها " عمان ، دار الشروق .

16- حنان الجمال، ونوال بخيت (2008): قلق البطالة وعلاقته بجودة الحياة وفعالية الذات لدى طلبة السنة النهائية بكلية التربية ، بجامعة المنوفية، مجلة البحوث النفسية والتربوية، م1 ، 285 -327.

17- حنان عبدالله رزق (2018 ): " أثر استراتيجية قائمة على مدخل التفكير التصميمي في تدريس الرياضيات على الكفاءة الذاتية لدى طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة" مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، العدد (100) . أغسطس

18- حنين محمود الطراد (2016): قلق المستقبل وعلاقته بالاختيار المهني في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارس الأغوار الجنوبية، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن.

19- خولة عبدالعزيز الصانع، أنمار مصطفي الكيلانى ( 2018): درجة مواءمة أسلوب حل المشكلات المستخدم فى الجامعات الرسمية من قبل الأكاديميين الإداريين فى الأردن مع خطوات التفكير التصميمي من وجهة نظرهم ، المجلة التربوية الأردنية ، مجلد (3) ، عدد (4) .

20- خيرية أحمد (2014): قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا.

21- راجي الصرايرة ونايل الحجايا (2008): القلق على المستقبل المهني وعلاقته بالرضا عن الدراسة والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي والنوع لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة الطفيلة التقنية، مجلة التربية ، 32 (4).

22- رانية سوفي (2017): الرضا عن التوجيه الجامعي وعلاقته بقلق المستقبل المهني لدىطلبة علم النفس. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة زيان، عاشور، الجلفة.

23- رشا عمر عودة (2018): أثر إدارة تصميم العمليات على اتخاذ القرارات من خلال التفكير التصميمي في المنظمات الأهلية المحلية في قطاع غزة . رسالة الماجستير غير منشورة، كلية الاقتصاد والعلوم الإدارية ، جامعة الأزهر، غزة

24- رشا محمود بدوى عبد العال، هبه فؤاد سيد فؤاد ( 2019) منهج مقترح فى العلوم قائم على التفكير التصميمى لتنمية الوعى الصحى و المهارات الحياتية لدى دارسى ما بعد محو الأمية"، مجلة كلية التربية فى العلوم التربوية ، مجلد (43) ، العدد (1) .

25- سارة بكار (2013): أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة أبي بكر بلقايد، رسالة ماجستير غير منشورة. تلمسان، الجزائر .

26- سالم بن مزلوه العنزي ، عبدالعزيز بن غازي راضي العمري (2017): " فاعلية برنامج تدريبي قائم علي التفكير التصميمي في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى الطلاب الموهوبين بمدينة تبوك " المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد (6) ، العدد (4)

27- سحر عبدالغني عبود (2015): فعالية برنامج إرشادى لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، العدد 34، أغسطس.

28- سعدون حمود جثير ، سارة علي سعيد (2017 ): " منظور مفاهيمي لتسويق الذات " مجلة العلوم الاقتصادية و الادارية ، العدد ( 102 ) ، المجلد (24 ) ، ص 39- 70 ، بغداد .

29- سلوى عبد الباقي (2013): مسببات القلق : خبرات الماضي والحاضر في مخاوف المستقبل وعلاقتها بفعالية الذات، مجلة دراسات نفسية وتربوية، مجلد (58)، القاهرة .

30- سماح خليل عبد الرحيم ( 2017 ): فاعلية ببرنامج توجية معني في تنمية المهارات الشخصية ومهارات البحث عن عمل لدي العاطلين عن العمل ( البطالة ) في الأردن، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية الدراسات العليا . جامعة العلوم الاسلامية العالمية، عمان

31- سهيلة أحمادي ومسعودة سالمي (2015): قلق المستقبل المهني وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمة لخضر، الوادي.

32- شاكر المحاميد، محمد السفاسفة (2007): قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية، المجلد 8، العدد 3، جامعة البحرين، الأردن.

33- شيرين صالح زكى (2014): " فاعلية بعض استراتيجيات التعلم النشط فى تنمية المفاهيم و المهارات التسويقية لدى طلاب المدارس الثانوية التجارية فى ضوء التقويم الشامل " رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة كفر الشيخ .

34- شيماء جلال علي حسان (2016): برنامج إرشادي لتنمية التفكير الايجابي وأثره في خفض قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بني سويف، مصر.

35- شيماء شعبان محمد المالكي (2018): قلق المستقبل المهني وعلاقته بالدافعية للإنجاز والتخصص الأكاديمي لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، مصر.

36- صبرينة بوسدر (2013):علاقة فاعلية الذات ومستوى الطموح بدافعية الإنجاز الرياضي لدى الرياضي المصاب. رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.

37- صفية ملوكة (2018): أثر توقع الكفاءة الذاتية على قلق المستقبل المهني لدى الطالب الجامعي المقبل على التخرج، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة.

38- ضياء هاشم محمد أبو جبل ( 2016): أثر برنامج التدريب والتدريب الإشرافي والصفات الشخصية في تحسين مهارات التوظيف لدى الخريجين: دراسة تطبيقية على التدريب والتشغيل لدى شركة جوال_ قطاع غزة )، رسالة ماجستير غير متشورة، الجامعة الإسلامية، غزة .

39- عادل علي محمد (2010): أثر برنامج إرشادي للعلاج بالواقع في خفض قلق المستقبل عند الطلاب فاقدي الأبوين في المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ، جامعة بغداد ، العراق.

40- عارف العطارى، أحمد حسن لبابنة ( 2010): مدي إسهام التعليمَ العالى الاردنى فى تنمية موارد البشرية من وجهة نظر الخريجينَ وأصحاب العمل، مجلة إتحاد الجامعات العربيةَ . مجلد (56 ) ، ص ص. 257 – 289 .

41- عبد العزيز أبو نبعه ( 2001): " مقومات تسويق الذات في سوق العمل دجراسة تطبيقية علي الموظفين الجدد بقطاع البنوك في عمان المجله المصرية للدراسات التجارية – مجلد 25 ، عدد ( 2 ) ص 382 – 349

42- عبدالمحسن مصطفى عبدالتواب الحديبي (2007): فعالية الإرشاد النفسي الديني في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية بأسيوط، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أسيوط.

43- عطاف أبو غالي ونظمي أبو مصطفى (2016): التنبؤ بقلق المستقبل المهني في ضوء الرضا عن الدراسة وتوجهات أهداف الإنجاز لدى طلبة اختصاص الإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة الأقصى، مجلة جامعة الأقصى، 1 (20)، 103-141.

44- غالب محمد علي المشيخي (2009): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.

45- غياث هوارى ، كندة المعيار (2019): " التفكير التصميمى فى الابتكار الاجتماعى ، الراجحى الانسانية .

46- فؤاد اياد خصاونة ( 2015) " عملية التفكير الابداعى فى التصميم " مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية ، المجلد 42 ، ملحق (1) .

47- ماجد محمد شعيب ( 2011 ): " أثر إدارة الذات على فرص التشغيل: دراسة تطبيقية على خريجي كلية مجتمع (تدريب غزة) الأقسام الفنية، رسالة ماجستير غير متشورة. الجامعة الاسلامية، فلسطين.

48- مجذوب أحمد محمد أحمد قمر (2015): تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموجرافية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة دنقلا، السودان.

49- محمد الشافعي ، ووفاء عبد الرازق (2005): فاعلية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية ، جامعة الملك سعود ، مؤتمر كلية الدراسات الإنسانية بجامعة الأزهر ، المنعقد من 26-27 سبتمبر .

50- محمد القحطاني (2016): قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار غير العقلانية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب وطالبات قسم علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، العدد 41، ص 31-70.

51- محمد القرشي (2012): الدافع للإنجاز وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى- المملكة العربية السعودية.

52- محمود محمد مندوه (2006): قلق المستقبل وعلاقته ببعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة- الجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد 16، جامعة عين شمس.

53- مدحت محمد أبو النصر ( 2010): **اعادة هندسة الذات** " المجموعة العربية للتدريب و النشر، مصر .

54- مروة حسين إسماعيل طه (2018): " نموذجٌ تدريسيٌّ قائم على مَدخل التفكير التصميميّ في تنمية بعض مهارات القرن ال21 لدى الطالبات المعلمات، شعبة جغرافيا بكلية البنات، مجلة التربية، المجلد (28)، العدد (2) ، جامعة الاسكندرية

55- مريم مرزوق اليحيائية ، منى عبد الله البحرانية ،علي مهدي كاظم (2019): "فاعلية برنامج تدريبي في تنمية مهارات التسويق الذاتي لدى طلبة الصف الحادي عشر في سلطنة عمان ، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد (5) العدد ( 3 ) .

56- منال الخضر( 2010): " ظاهرة العلامة التجارية الشخصية"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنوبة، تونس.

57- منصور بن محمد بن على بن محمد عويضة (2015): قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة العلا، رسالة ماجستير غيرمنشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية

58- موسى هياجنة (2014): الذكاء الثقافي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة الناصرة، رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية، عمان، الأردن.

59- مؤمن خلف عبد الواحد (2016): " دور المهارات الناعمة فى الحصول على الوظائف الاكاديمية (دراسة تطبيقية على وزارة التربية و التعليم العالى– قطاع غزة، مجلة جامعة فلسطين للأبحاث و الدراسات، المجلد (6)، العدد (2)، يونيو .

60- نادية أوشن (2015): التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الحاج لخضر، باتنة، الجزائر.

61- نيفين عبدالرحمن المصري (2011): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.

62- هبة مؤيد محمد (2010): قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة البحوث التربوية والنفسية، 32- 379.

63- هشام مخيمر (2013): قلق المستقبل المهني وعلاقته بالدافع للإنجاز الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية 23 (79)، ص 497- 550.

64- هيام عابد (2015): قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طلبة الثانوية العامة في محافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

65- ياسمين صلاح الدين الدسوقي الجمل (2015): قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح وإدارة الوقت لدى طلاب كليات الاقتصاد المنزلي، رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.

66- يوسف جحيم الطائي ( 2009 ): أنموذج تسويق الذات و علاقته بمهارات التفكير الابداعي " دراسة تحليلية لأراء عينه من المجيبين " مجلة القادسية للعلوم الادارية و الاقتصادية – كلية الادارة و الاقتصاد – جامعة الكوفه ، العراق .

**ثانياً : المراجع الأجنبية :**


1. Andrusia . D, & Haskins . R., ( 2000) " Brand yourself : How to Create an Identity for a brilliant career , handbook , NY : Ballantine books publish . New York .
2. Ari, R. (2011): Analysis of ego identity process of adolescents in terms of attachment styles and gender. Procedia social and Bchavioral sciences, 2(10) , 744-750.
3. Balanowski,w.(2005): Anxiety about professional future among young Doctors.International. Journal of Occupation medicine and Environmental Health,18(4), 367-374.
4. Carroll, M., Goldman, S., Britos, L., Koh, J., Royalty, A., & Hornstein, M. (2010). Destination, imagination and the fires within: Design thinking in a middle school classroom. International Journal of Art & Design Education, 29(1), 37-53.
5. Challeger, John A. (2002). "Strategies for Job Seekers" The Futurist, July –August, pp42-44.
6. Chasanidou, D., Gasparini, A. A., & Lee, E. (2015, August). Design thinking methods and tools for innovation. In International Conference of Design, User Experience, and Usability (pp. 12-23). Springer International Publishing.
7. Creed. P., Bloxsome. T., & Johnston. K.,(2006) Self-esteem and Self-efficacy outcomes for unemployed individuals attending occupational skills training programs. Griffith University. Australia.
8. Cupps E. ( 2014) Introducing transdisciplinary design thinking in early undergraduate education to facilitate collaboration and innovation،lowa State University.
9. Daniel, A. D. (2016). Fostering an entrepreneurial mindset by using a design thinking approach in entrepreneurship education. Industry and Higher Education, 30(3), 215-223.
10. Dorst, K. (2010). The nature of design thinking. In Design thinking research symposium. DAB Documents.
11. Farrell. C.,(2006) The Development of a marketing self-efficacy scale:an assessment of reliability and construct validity, Ryerson University .
12. Jaggars, Shanna Smith ;Hodara, Michelle; Cho, Sung-Woo; Xu, Di (2015). " Three Accelerated Developmental Education

Programs : Features, Student Outcomes, and Implications", Community College Review, Vol 43, No.1, Jan, pp3-26.
13. Jansson, G., Viklund, E., & Lidelöw, H. (2016). Design management using knowledge innovation and visual planning. Elsevier B.V
14. Koh, J., Chai, C., Wong, B., & Hong, H. (2015). Design thinking for education: conceptions and applications in teaching and learning. Springer Singapore Heidelberg New York Dordrecht London..
15. Ling, D. (2015). design thinking workshops, talks or consultations, creative Group LLP and Daniel Ling All nights reserved. Printed n Singapore.
16. Long, C. (2012). Teach Your Students to Fail Better with Design Thinking. Learning & Leading with Technology, 39(5), 16-20
17. Long, C. (2012). Teach Your Students to Fail Better with Design Thinking. Learning & Leading with Technology, 39(5), 16-20.
18. Manai, Aicha and Holmlund, Maria (2015), Self-Marketing Brand Skills for Business Students, Marketing Intelligence & Planning, Vol. 33, Iss.5, 749- 762.
19. Manai. A., & Holmlund. M.,(2014) Self-marketing brand skills for business students Hanken School of Economics. Finland .
20. Mania . A, & holmlund . M, ( 2015 ) Self Marketing brand Skills for Business Students . Marketing and intelligence planning journal . vol (33) . issues (5) .
21. Mc Corkle , Denny E., Alexander ., Joe .F, & Diriker , Memo. F , (2013) " Developing self – marketing skills for student carwwr success . Journal of Marketing Educating . vol . 14.
22. Meng, Z. and Lowe, S. (2012): Keep an Eye on Future Feelings: Interpersonal Affective Forecasting and Self-Regulation
23. Morgan, J. (2014, November 11). The 7 principles of the future employee. Retrieved from http://www.forbes.com/.
24. Noel, L. A., & Liub, T. L. (2017). Using Design Thinking to Create a New Education Paradigm for Elementary Level Children for Higher Student Engagement and Success. Design and Technology Education: an International Journal, 22(1).

25. Noel, L. A., & Liub, T. L. (2017). Using Design Thinking to Create a New Education Paradigm for Elementary Level Children for Higher Student Engagement and Success. Design and Technology Education: an International Journal, 22(1).
26. Noweski, C., Scheer, A., Büttner, N., von Thienen, J., Erdmann, J., & Meinel, C. (2012). Towards a paradigm shift in education practice: Developing twenty-first century skills with design thinking. In Hasso Plattner, C. Meinel,& L. Leifer (Eds.), Design thinking research (71-94). Heidelberg, Germany: Springer.
27. Ohly,S.; Pluckthan,L;. Kissel,D, (2017) Developing Students' Creative Self-Efficacy Based on Design-Thinking: Evaluation of an Elective University Course ،Psychology Learning and Teaching ،(16) 1 p125-
28. Shapland, A. (2017). The Importance of Design Thinking . Social Business Journal.
29. Shepherd, Ifan (2005),From Cattle and Coke to Charlie: Meeting the Challenge of Self Marketing and Personal Branding , Journal of Marketing Management, Vol.,(21), No. 5
30. Zhang,w. (2007): Why IS: Understanding Undergraduate students' Intentions to choose an Information sysyems Major- Journal of Information systems Education, V18, N 4, P 447-458.