التوجه الزمنى لدى ذوى أعراض الوسواس القهرى من طلبة الجامعة فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية والأكاديمية

إعداد

منال عبدالفتاح عبدالمنعم مراد

د / محمد شعبان احمد

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية – جامعة الفيوم

د/محمد حسنين هليل

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة الفيوم

مستخلص البحث:

هدف البحث إلى تعرف الفروق فى التوجه الزمنى لدى طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهرى والتى تُعزى إلى كل من النوع(ذكور/إناث) الفرقة الدراسية(الأولى,الثانية ,الثالثة,الرابعة),تخصص الكليات(عملية,نظرية).تكونت عينة البحث من (323) طالب وطالبة منهم(126) طالب,(197) طالبة من طلبة جامعة الفيوم للعام الجامعى (2022–2023).,بمتوسط عمرى(20.2) عاماً وانحراف معيارى(1.84)ممن لديهم أعراض الوسواس القهرى.تم استخدام مقياس التوجه الزمنى النسخة المختصرة (زيمباردووبويدو1999)(ترجمة الباحثون),مقياس الأعراض الوسواس القهري(إعداد أمارة يحى عرفه,2014).أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات متوسطى عينة الدراسة من طلاب الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري فى التوجه الزمنى تُعزى إلى متغير النوع(الذكور والاناث

), وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات متوسطى عينة الدراسة من طلاب الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري فى التوجه الزمنى تُعزى إلى متغير الفرقة الدراسية الأربعة(الأولى,الثانية,الثالثة,الرابعة), وتوجد فروق تُعزى لتخصص الكليات (النظرية والعملية)فى بُعد الماضى السلبي.حيث كانت الفروق فى اتجاه طلاب وطالبات الكليات العملية ذوى أعراض الوسواس القهرى.

الكلمات المفتاحية: التوجه الزمنى، أعراض الوسواس القهرى, المتغيرات الديموجرافية ، المتغيرات الأكاديمية

Time Orientation among Fayoum University students with Symptoms of Obsessive Compulsive disorder in the light of some demographic and academic variables

Abstract

The aim of the research is to identify the differences in time orientation according to the variables: the gender (males-females), college(theoretical and applied) and study groups(first/second/third/fourth)among fayoum university students with Symptoms of Obsessive Compulsive disorder.the sample of the study consisted of(323)students(126 males /197females)for the Year(2022-2023) with mean age (20.2)years and SD(1.84).the researcher used Obsessive Compulsive Symptoms Questionnaire (by Amara Yahya Arfa,2014)and The Zimbardo Time Perspective Inventory (short form)(1999)(translated by the researchers).Results show that there are no statistically significant differences attributed to the gender variable (male-female),study groups (first/second/third/fourth) and college(theoretical and applied)except for the past negative for the applied college .

Key Words: Time Orientation, Symptoms of Obsessive Compulsive disorder, demographic variable , academic variables

أولًا: مقدمة البحث:

تهتم العديد من الدراسات بتناول كيفية إدراك الافراد بصورة حقيقية لمتغيرات الزمن,ومدى اختلافهم فى ذلك,حيث يعتبر إدراك الزمن مؤشرللحكم على سواء الافراد اوعدمه.فالزمن مقياس لحياتهم وموضوع تجربة,و يختلف إدراك هذه التجربة من فرد لآخر (على شاكرالفتلاوي,2010).يمكن تحديد نمط الشخصية وتكوين صورة واضحة عنها من خلال فهم استجابات الافرادالمختلفة لمواقف الحياة,وبمعرفة البعد الزمنى المُسيطر عليها ,يمكننا معرفة دوافع السلوك ومحركاته والاتجاه والمدى الذى تتبعه الشخصية فى النمو والتطور , فأفعالنا ليست رهينة اللحظة التى نجدأنفسنا فيها بل تعتمد على كل ما عشناه وما نتوقعه فى المستقبل (fraiss,1963).كما أن الحياة النفسية للفرد تكمن فى المواقف المختلفة التى يتخذها المرء تجاه ماضيه وحاضره ومستقبله (على شاكر الفتلاوى,2010).

يُشكل التوجه الزمنى جانب أساسي فى طريقة تنظيم حياة الفرد وطريقة تقييمه لتجاربه الخاصة, فالبعض يتأثر بأحداث ماضية وينعكس ذلك على سلوكه وتفكيره,و البعض الآخر يسعى من أجل المستقبل ويخطط له,ويمتلك البعض الآخر توجه آني وباللحظة القائمة بدرجة كبيرة. لذلك يُعد الدور الرئيسى للتوجه الزمنى هو المحافظة على اتساق الأفكاروإظهار السلوك الملائم للموقف, من خلال توظيف المعلوات السابقة من أجل استجابة آنية أو تحقيق هدف مستقبلى,وإختيار البعد الزمنى النفسي المناسب الذى يحافظ على توازنه النفسي ويمّكنه من الانتقال بمرونة بين الازمنه,فالفرد الذى يمتلك مرونة الانتقال بين أبعاد الزمن كما يقتضى الموقف يكون لديه منظور زمنى متوازن(zimbardo&boyd,2008 ,45).

أول من استخدم مفهوم منظور الزمن هو (Aile,1912) للتعبير عن الأهداف أو الأحداث التى يتصورها الفرد حول مستقبله, وبعدها أدرج(كيرت ليفن,1942) هذا المفهوم وعرفه بأنه "مجمل آراء الفرد عن ماضيه ومستقبله النفسيين فى لحظة معينة",وارتبط عنده السلوك الفعلى بالتوقعات الحالية للأهداف المستقبلية وليس الهدف نفسه.

ويعكس التوجه الزمنى قدرة الأفراد علي التكيف مع المتغيرات الزمنية, فتكون أفضل لدى من يتمتعون بمرونة في منظورهم الزمنى و يشير هذا الي خلوهم من الاضطرابات النفسية ,فسيطرة بعد زمنى معين يكون مؤشر على انخفاض مستوى الصحة النفسية,وكذلك فإن انخفاض مستوى الصحة النفسية مؤشر دال علي عدم الترابط المنطقي لادراك الزمن.

ويعانى بعض طلاب الجامعة من سيطرة الأفكار والوساوس تقودهم الي بعض الأفعال القهرية.لذا يواجه الأفراد ذوى أعراض الوسواس القهري العديد من المشاكل ومنها علاقتهم المضطربة مع الوقت والتى يسودها الشك وعدم اليقين ومحاولة السيطرة عليه عبرالسلوكيات القهرية, وترودهم مخاوف كبيرة فى مواجهة المستقبل (مني الكحلوت,2019). وشعور بفقدان السيطرة على كل ما هو قادم وما يعقبه من عقاب أو شعور بالخزى ,كما تباينت الآراء حول تقديرهم للوقت وأظهروا تباين أكبر فى أحكامهم الزمنية وأظهروا إنشغالهم الكبير بالحاضر و الإستغراق في تفاصيله أكثر من الماضى وأحداثه ومحاولة السيطرة على التهديدات المحتملة(Siegman,1962;Epley&Ricks,1963;Meerloo,1970) ونظراً لأن تطور الشخصية وتاريخها سواء كان بالنمو أو التقلص يعتمد علي البيئة والظروف الشخصية ,من حيث (أفعالنا,مزاجنا,قدراتنا,) ومدى تعرضها للتوترات المختلفه بين اللحظة الواقعية والمحتملة,تتأثر استمرارية الوقت وتدفقه في حالة الاصابة ببعض

الاضطرابات النفسية,فيعجز الفرد عن أن يعيش حاضره كإستكمال لماضيه.ويتغير الترتيب الموضوعى للوقت ويصعب دمجه مع تكويننا الشخصى(صيرورتنا),فيستمر تحرك عقارب الساعة, لكن هذا التحرك لا ينتج عنه نمو فى تيار الزمن النفسي للفرد ويُصاب بجمود الصيرورة (moskalewicz,2018).ويعجز الفرد عن تصفية وغربلة الماضى ,وجعل ما هو ماضى ماضى أو التقدم نحو المستقبل. ومع تكرار معايشة الخبرات الصادمة فى الماضى وسعيه لتجنب تذكر تلك الخبرات المؤلمة والتشاؤم من المستقبل, يجعله لا يستطيع أن يهتدى بمعالمه الزمنية,ويؤدى إلى انقطاع تناغم نظام توظيف منظور الزمن واضطراب معنى السلوكيات من حيث أن لها بعد زمنى, فخبرات الماضى وأهداف المستقبل هى ما تحدد التوجه نحو الماضى أو المستقبل (سليمان جارالله,2012).

يتأثر التوجه الزمنى لدى الأفراد بعدة عوامل تتداخل فيما بينها.وتلعب الاسرة دوراً هام ورئيسى فى خلق التوجهات الزمنية المختلفة التى يكتسبها الطفل خلال التعلم العرضى وأثناء الطفولة والمراهقة,ويتشكل من خلال تجمع خبراته السابقة ويتطور متأثراً بالثقافة ,التنشئة الإجتماعية,الدين ,الطبقة الاجتماعية, الأسرة(هالة عبد اللطيف,2015;زيمباردو وبويد 1999). وأضافت(هناء الكساسبة,2021) أن الفرد يتأثر بعدة عوامل منها المرحلة العمرية وسرعة وتيرة الحياة,قيم الفرد,أفكاره,مشاعره,ونشاطه الذى يشغله. فلا يوجد شخصين لهم نفس التوجه الزمنى,فهو مكون معرفي ونفسي يعكس اتجاهات الفرد ,ومعتقداته وقيمه المرتبطة بالزمن(zimbardo&Boyd ,2008,50).لم تقف الدراسات السابقة بشكل حاسم على الفروق بين الذكور والإناث في التوجه الزمنى,أو الفروق تبعاً لتخصص الكلية أو الفرقة الدراسية ,وتباينت الآراء,حيث أشارت دراسة(Mello&Worrell,2013)إلى عدم وجود فروق في التوجه الزمنى تُعزى لمتغير العمر والجنس والتحصيل

الدراسي.واتفق مع هذه النتيجة دراسة(زياد بركات ,2019)من حيث عدم وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغيرات الجنس,التحصيل والجامعة والتخصص.بينما اشارت دراسة (أحمد محمد نورى محمود ,2003)إلى سيطرة التوجه الزمنى نحو المستقبل على سلوك الطالبات أكثر من الطلاب ,اما التوجه الزمنى نحو الحاضر والماضى سيطرعلي سلوك الطلاب أكثرمن الطالبات .أكدت دراسة(صفاء صبح,عبير زيزفون,2019) على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوجه المستقبلى تبعاً لمتغيرالجنس والكلية ,بينما وُجدت فروق تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

ثانياً: مشكلة البحث

لاحظ الباحثون تبنى بعض طلاب الجامعة لبعض الأفكار والوساوس القهرية,فيواجهون مشكلة كبيرة فى إضاعة الوقت وإهداره. وبالرغم من إقرار الفرد بسُخف أفكاره وعدم منطقيتها إلا أنها تأتى رغماً عنه,وقد تُتبَع بأفعال قهرية لإخماد حالة التوتر والقلق الناتجة من تلك الأفكار.و يعجز الفرد عن إدارة وقته بشكل جيد و يقضى وقت طويل في فعل أى شئ يُطلب منه سواء كان على مستوى انجاز واجباته الجامعية أومسؤولياته الإجتماعية. ويستهلك طاقته فى مراجعة كل حدث بعناية و يعانى من عدم قدرته على إدراك "الإجراء النهائى"(أى ادراكه أنه قد أنهى فعل شئ ما,يراجع كل فعل ويشك فى كل خطوة قد أنجزها بالفعل, ويفتقد اليقين والشعور بإكتمال الفعل).وهذا شعورمُعذِب يُشعره بأن أفعاله ليست صحيحة و لم تكتمل كما يجب,ويستلزم ذلك تكرارها إلى ما لانهاية, وإذا قُوطع هذا السلوك بواسطة فكرة أو شئ,فإنه يبدأ من جديد وهذا يستهلك وقته, وبينما يُراقب الفرد أفعاله بدقة تضيع وحدة العمل ويفقد شعوره بالانجاز.لا يحمل مستقبله سوى التكرار لما قام به منذ قليل,ولا يقدم أى جديد ولا ينتظر أى تغيير,فالتغيير بالنسبة له تهديد محتمل وسميت هذه

الصفة بالعقم الزمانى أو إحتجاز الزمن. يصعب عليه مواجهة الخطط اللحظية,ويضعهم هذا الأمر في مشكلة كبيرة في إدراكهم للوقت وتكوين أحكام زمنية صحيحة أو منطقية , وتقييمهم للمناطق الزمنية (الماضى,الحاضر,والمستقبل)علي أنها ايجابية أو سلبية, مما قد يؤدى الي توجههم لبُعد زمنى بعينه وانشغالهم به أو محاولة الهروب منه وتجنبه .

ونظراً لأهمية التوجه الزمنى كمفتاح رئيسى للتعرف على سمات شخصية الفرد ومنظوره للحياه,ولأن لكل بُعد تأثيره المختلف على الحياة العلمية والمهنية والاجتماعية ,وفى ظل نُدرة الدراسات العربية التى تناولت التوجه الزمنى لذوى أعراض الوسواس القهرى(في حدود إطلاع الباحثين) كان من الضرورى تعرف الفروق فى التوجه الزمنى لدى طلاب الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهرى والتى تُعزى إلى كل من النوع(ذكور /إناث),الفرقة الدراسية,الكليات(عملية,نظرية).

ثالثاً:تساؤلات الدراسة:

1. ما الفروق فى التوجه الزمني بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة ذوي أعراض الوسواس القهري ؟
2. ما الفروق في التوجه الزمني بين الكليات العملية والنظرية لدي طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري ؟
3. ما الفروق في التوجه الزمنى وفقاً للفرقة الدراسية(أولى/ثانية/ثالثة/رابعة) لدي طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري ؟

رابعاً: أهداف البحث يهدف البحث الحالي إلى:

1.تعرف الفروق فى التوجه الزمني لدي طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري تبعا لمتغير النوع (ذكور /إناث).

2.تعرف الفروق فى التوجه الزمني لدي طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري تبعا لمتغيرالكلية(عملية/نظرية).

3.تعرف الفروق فى التوجه الزمني لدي طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري تبعا لمتغير الفرق الدراسية(أولى/ثانية/ثالثة/رابعة).

خامساً: أهمية البحث

أ- **الأهمية النظرية:**يركز البحث على إثراء التراث النفسي في ظل ندرة الدراسات العربية في حدود إطلاع الباحثين التى تناولت التوجه الزمنى لدى طلاب الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهرى,مما يسهم في مواجهة مشكلة الطلاب ومساعدتهم على حُسن إدارة الوقت وتبنى منظور زمنى متوازن مبني على تقيّيمهم لخبراتهم الماضية ورسم توقعات مستقبلية.وركز البحث على تعرف الفروق بين الذكور والإناث,وطلبة الفرق الدراسية الأربعة,وكذلك التخصصات العملية والنظرية .

ب- الأهمية التطبيقية:

يمكن الاستفادة من نتائج البحث

1- في إعداد ندوات تعليمية هدفها التدريب على تعزيز المواقف الايجابية لدى الفرد وإعادة تقييم المواقف السلبية فى ضوء الأستفادة من التجارب السابقة للوصول إلى منظور زمنى متوازن.

2- وتصميم برامج للتعريف بأعراض الوسواس القهرى وخفض أعراضه ,والتعامل مع المشاكل الناتجة عنه .

سادساً: مصطلحات البحث الإجرائية:

اضطراب الوسواس القهرى Obsessive Compulsive Disorder:

أ- واحد من اضطرابات القلق الواردة فى الدليل التشخيصى والإحصائى الرابع المعدل، ويتميز بوجود إما وساوس أو أفعال قهرية تصل شدتها إلى الدرجة التى تستهلك الوقت – تستغرق أكثر من ساعة يوميا – أو تُسبب ضيقا ملحوظا، أو تؤثر بشكل كبير على النظام الروتينى لحياة الفرد، أوتتداخل فى أدائه الوظيفى أوالأكاديمى أو نشاطاته وعلاقاته الاجتماعية المعتادة. وفى وقت ما من مسار الاضطراب يدرك الفرد أن وساوسه أو أفعاله القهرية زائدة أوغير معقولة("457- 456, 2000, APA) يتضمن اضطراب الوسواس القهرى عنصرين أساسيين هما:

1- الوساوس: وتُعرَّف بأنها" أفكار أو اندفاعات أو صور ذهنية مُقتَحمة ومستمرة ,تقتحم مجرى الوعى فجأة وتتداخل مع النشاط الذى يؤديه الفرد .

2- القهر: ويعرف بأنه قوة داخلية لا تُقاوم,تُجبر علي القيام بعمل ضد إرادة الفرد الذى يؤدى العمل ,كما لو كان هناك شخص ثان داخل الشخص يأمره فيطيع .

ب- أعراض الوسواس القهري Symptoms of obsessive compulsive:

هي مؤشرات على مجموعة من الأفكار و الأفعال التي تتصف بالوسواسية و القهرية والمحددة في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها الطالب بجامعة الفيوم للعام الجامعي 2023/2022 على مقياس أعراض الوسواس القهري ل(أمارة يحي عرفة, 2014)

ج_التوجه الزمنىTime Orientation:

هو تقييم المناطق الزمنية (الماضي ,الحاضر والمستقبل)علي أنها ايجابية وسلبيةوهو العملية اللاواعية غالبا,التي تعزى من خلالها التدفق المستمر للتجارب الشخصية والاجتماعية إلي فئات زمنية ,تساعد علي إعطاء الترتيب,التماسك,والمعني لتلك الأحداث.وبهذا فالتوجهات الزمنيه تشير إلي التوجه نحو الماضي والمستقبل أساسا الذين يمكنهما أن يتعايشان مع بعضهما البعض من غير ان يتناقضا,أي أحدهما لا يلغي وجود الاخر .حتمايصبح الماضي مستقبل والمستقبل ماضي وهكذا(Zimbardo,2008,p.34).

د_المتغيرات الديموجرافية:تشمل فى البحث(النوع).

هـ_ المتغيرات الاكاديمية: تشمل فى البحث (تخصص الكلية – الفرق الدراسية الأربعة)

سابعًا: الإطار النظري

التوجه الزمنى Time orientation

–يركز على شاكر الفتلاوى(2000) على أن التوجه الزمنى مُوجه للسلوك ويعكس التكامل بين الماضى والحاضر والمستقبل فى آماله ورغباته,وأن ما يصدر عن الفرد من سلوك ليس وليد اللحظة الراهنة بل يعبرعن خبراته الماضية وتطلعاته المستقبلية

–حدد كل من(زيمباردو وبويد,1999) التوجه الزمنى على أنه العملية اللاواعية التى تتيح للفرد بناء وتقييم خبراته من خلال العلاقات التى يكونها بين أحداث الحياة ,وموقعها الزمنى والتى تعطى الترتيب,التماسك ,والمعنى للأحداث.وإعتبره سيرورة نفسية تُصنف عبرها التجارب الشخصية والاجتماعية إلى تصنيفات زمنية, أشبه بالإطار المعرفى الذى يتدخل فى عمليات التشفير والاحتفاظ والتذكر مما يعطى معنى ونسق للتجربه المعاشه .وإفترض (على شاكر الفتلاوى ,2010)أن البناء

النفسي للماضى وتوقع المستقبل يكمن فيه التصور التطبيقى للحاضر, حيث يقرر الفرد اختيار السلوك المناسب بناءً على تذكره لخبرات ماضيه السلبية أو الإيجابية أو يرسم توقعات تجاه مستقبله أو عبر تركيزه على الموقف الحاضر سواء كان ذلك فى وضعية استسلام (حتمية)أو بحثاً عن متعة.

يعد التوجه الزمني أحد العمليات اللاشعورية التي تتيح للفرد بناء وتقييم خبراته من خلال العلاقات التي يكونها بين أحداث الحياة وموقعها الزمني (زياد بركات ,2019).وقد يصعب علي الشخص أحياناً أن يعيش حاضره نتيجة سيطرة أحداث الماضي عليه وإعطائه أهمية بالغة أوالعكس ,فتكون رغبته في أن يتفادى أحداث معينة في الماضي أوالحاضر أوالمستقبل وبالتالي يلجأ إلي زمن آخر هروبا من واقع اليم(على شاكر الفتلاوى,2010).

ميز مقياس زيمباردو بين طريقتين مختلفتين للغاية للتركيز على الحاضر.يعيش الفرد ذوالتوجه للحاضر الممتع هنا والآن,باحثاً عن المتعة,يستمتع بالأنشطة,يسعى للإثارة والأحاسيس الجديدة,منفتح على المغامرات.وبالرغم من ذلك يحمل هذا التوجه جانب سلبى,وهوعواقب إشباع المتعة الحالية,أى خطر الإستسلام للإغراءات ,مما قد يؤدى فعلياً إلى جميع أنواع الإدمان,الحوادث والإصابات ,الفشل الأكاديمى والمهنى.وعلى الجانب الآخر الحاضر القدرى المصحوب بالعجز واليأس والإعتقاد بأن القوى الخارجية هى المتحكمة في حياة الفرد(Boniwell,2005).

إرتبط الماضى بالتركيز على الأسرة والتقاليد وديمومة الذات عبر الزمن والتركيز على التاريخ.وهذا قد يكون له شكلين,إما سلبي أو إيجابى.يعكس الماضى الإيجابى الدفء,المتعة,العاطفة والمشاعر ونظرة الحنين إلى الماضى مع التركيز علي استمرارية المحافظة على العلاقات مع العائلة والأصدقاء لذلك إشتمل المقياس على عبارت مثل:تتبادر إلى الذهن الذكريات والأوقات السعيدة,أستمتع بسماع القصص

كيف كانت الأمور فى الماضى الجميل .بينما يتصف الماضى السلبى بعبارات تعكس التجارب المؤلمة والذكريات الكريهة.لذلك ارتبط التوجه الزمنى بعديد من القيم والتوجهات مثل الإنجاز الأكاديمى ,الصحة,النوم,نمط الأحلام وحتى اختيار شريك الحياة.يعد التوجه الزمنى مُنبِئ بمساحة كبيرة من السلوكيات علي سبيل المثال نمط القيادة الخطر,الجنوح,السلوك الجنسي,تعاطى الكحول أو المخدرات (Boniwell,2005)

تتفاعل ابعاد الزمن الثلاثة في حياة الفرد إما بصورة صحيحة أو تسود واحدة منه وتتغلب علي الباقي في مرحلة ما من حياته,وتتحدد المكانة التى يكتسبها أي بعد بُناءًعلي القيمة التى نحددها له(ماهر محمدعلى,1985).يؤدى التآلف بين أبعاد التوجه الزمنى,وارتباطه بمستوى معتدل من الاتزان الانفعالى إلي بناء شخصية سوية قائمة على التكامل بين مكوناتها وهذا ما يعبرعن السلوك التكيفى لدى طلبة الجامعة(علي شاكرالفتلاوى,2000).

ثامناً:نماذج ونظريات مفسرة للتوجه الزمنى

نموذج برجسون للزمان والديمومة

من النماذج الحديثة التى ترجمة الخبرات في ضوء الزمن **نموذج برجسون للديمومة**.فقد أضاف مفهوم جديد فى ضوء مدرسة التحليل النفسي وهو ما يكافئ عند فرويد فكرة فض الصراع الأوديبى أو الصراع مع الماضى, فالفرد وفقاً لهذا النموذج يبنى منظوره الزمنى الخاص علي تراكم خبرات الماضى فى تتابع مستمر دون انقطاع ,ويستمر بناء الشخصية نتيجة تداخل وامتزاج تلك الخبرات ,فتصبح حياة الفرد مليئة باللحظات المتصلة التى يكون فيها الماضى مُوجِه للسوك

الديمومة الحقيقية في وجهة نظر برجسون سيل زمنى معاش له طبيعة نفسية تساهم فيها الذاكرة ولها جانبان :جانب سطحى (غير شخصى) يماثل الزمن المكانى,وجانب ذاتى يُطابق الديمومة أو(الزمن الشخصى) ويظهر فى تذكر الأحداث الخاصة الفريدة. ويتراكم الماضى على الماضى بتتابع مستمر,ويحتفظ بذاته آليا ويتم إستدعائه عند الحاجة.ويُقاس وجود الفرد بقدرما يتذكر الماضى الذى عاشه وبقدر شعوره بالإستمرار الذى يربطه بالحاضر(توفيق الشريف,1992).

أشار برجسون إلى إستحالة تكرار شعور بعينه حتى لو تكررت الظروف لأنها لاتؤثر فى نفس الشخص,بل هى لحظة جديدة فى تاريخه ,فيستمر بناء شخصيتنا كل لحظة عن طريق تكديس التجارب,ويستمر التغير,دون تكرار لحالة نفسية سابقة,وإن ظهرت مماثلة لما سبقها,لذلك فإن ديمومتنا لا يمكن أن تعود.وهكذا تنمو شخصيتنا وتتضح دون انقطاع,وكل لحظة من لحظاتها عنصر جديد,ينضم إلى ما كان موجود منها من قبل ,بل ويصعب التنبوء به

تختلف الديمومة عن معنى الزمان الطبيعى الذى يُقاس بالسنين والشهور والأيام والساعات ,فالديمومة لاتكف عن التدفق والإستمرار,فالحياة لا تتألف من مجموعة لحظات. إن الوقت النفسي هو ما يجعل من حياتنا وحدة زمانية تضم لحظات متصلة,فوجود الماضى لا ينفصل عن وجود الحاضر و يتداخل الماضى والمستقبل باستمرار فى الحاضر,لأن الحاضر هو ادراك للماضى القريب,وتحديد للمستقبل القريب ومن المستحيل أن نُقيم حد فاصل بين الماضى والحاضر أو بين الذاكرة والشعور. فالشعور هو نقطة الصلة بين الماضى والمستقبل ,لأنه انتباه الى لحظة بعينها,ولا يُسمح لكل الذكريات بالنفاذ الى مجال الشعور إلا النافعة والمؤثر منها وما يُكسب اللحظة معنى وقيمة,وبالتالى فإن ماضينا القريب يوجه فعلنا فى اللحظة الحاضرة.عندما يفقد الماضى قدرته على توجيه اللحظة الحاضرة ,يُقطع صلته

بالشعور,لكنه لا يكف عن الوجود,ويظل محفوظاً فى اللاشعور ,لأنه لا يقوم بدور فعال فى توجيه حركتنا وأفعالنا الحاضرة (طيرشي كمال,2015).

إن الزمان النفسي قد يطول أو يقصر,قد ينكمش أو يتمدد تبعاً لمحتويات الشعور.فإدراكنا للحظة الحاضرة يكون وحدة نفسية حية ,تمر بأطوار مختلفة,وكلما كان الانتقال من طور الى الطور التالى صعب,ظهرت اللحظة الحاضرة طويلة وواسعة.أما اذا كان الانتقال داخل اللحظة النفسية يسيراً ,تنكمش اللحظة وتبدو قصيرة.

وبالتالى تكون الديمومة عند برجسون سيلان داخلى نفسي لا يقبل التقطع وتقوم الكثرة الكمية فيه على التجاور,بينماتقوم الكثرة الكيفية على التداخل أو الامتزاج ,وهى أحد سمات الزمان.تكشف الديمومة عن حياتنا النفسية الباطنية لأنها مُعاَشة ومُجرَبة من طرف الشعور.ولا تعنى الانتقال من حالة نفسية إلى أخرى ,وكأن هناك ذاتاً ثابتة تتابع فوقها الحالات النفسية المتغيرة ,وإنماهى تغيرنا فى كل لحظة من لحظات وجودنا دون أن تنقطع الصلة بين الماضى والحاضر.

يتصل الماضى بالحاضر عن طريق شدة الحالة النفسية التى تكشف عن ديمومة زمانية متواصلة,كلما تقدمت الحالة النفسية على طريق الزمان , تتضخم باللحظات الزمانية التى تضمها اليها ,ونشعر بإنتقالنا من حالة لأخرى , فنحن نتغير كيفياً بشكل مستمر ودائم ,وأى حالة من حالاتنا الوجدانية ما هى الا تغير ,لأنها تجرى فى الزمان وبذلك اعتبر برجسون الزمان هو الديمومه,والزمان هو الحركة والحركة حياة والحياة تتغير والتغير ديمومة ولهذا فإن الحياة النفسية هى ديمومة بالدينامية ".

وإعتبر برجسون الحديث عن حالات نفسية ثابتة يشوه عملية التغير ويقضى على صفة الزمانية,و يقضى على المستقبل ,لأن الإهتمام بالثابت هو اهتمام بالحاضر

المقطوع عن ماضيه ومستقبله وهذا لا يتوافق مع الحياة النفسية.وتكشف خاصية تفرد كل لحظة من لحظات الديمومة عن عدم القدرة على التنبؤ بما ستكون عليه اللحظة التالية,وبذلك تنعدم السببية فى الديمومة,لأن الحالة النفسية لا يمكنها أن تتكرر ,فالماضى لا يعود بل يتغير ليصبح حاضراً,والحاضريتحول ليصبح ماضى ,وهذا يعنى أن الحاضر الذى عشناه ليس هو الماضى,وبالتالى فإن العودة أو التكرار تعنى انكار الديمومة.تكون الحرية بالإتصال المستمر والطمأنينة التى تعمل على **إنماء الذات** وبالتالى ليس هناك أى صراع بين الانسان وذاته وإنما هناك ديمومة متصلة دائبة,وحركة ديناميكية حية مستمرة(فريدة غيوة, 1998 ; Bergson,1907).

تاسعاً:بعض الدراسات السابقة

هدفت دراسة(أحمد محمد نورى,2003)إلى التعرف على التوجه الزمنى لدى بعض الطلبة في جامعة الموصل وتعرف الفروق بين الطلبة وفقاً لمتغير الجنس والتحصيل الدراسي .تكونت العينة من (100) طالب وطالبة .توصلت النتائج إلى أن التوجه الغالب للطلاب كان توجه المستقبل والحاضر وأن لديهم توجه زمنى ضعيف نحو الماضى,وأظهرت النتائج إلى وجود فروق في التوجه الزمنى تبعاً لمتغير النوع ,بينما لا توجد فروق فى التوجه الزمنى تبعاً لمتغير التحصيل الدراسى.

هدف بحث(**صفاء صبح,عبير زيزفون,**2019)إلى تعرف مستوى المنظور المستقبلي لدى طلبة الجامعة وتعرف الفروق في المنظور المستقبلى لديهم تبعاً لمتغيرات الجنس ,الكلية,السنه الدراسية.أظهرت النتائج إلى ارتفاع المنظور المستقبلى لدى طلبة الجامعة ,وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في المنظور المستقبلى تبعاً لمتغير الجنس والكلية ,بينما وجدت فروق تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

هدفت دراسة (**ناصر حسين ناصر,2018**)الي التعرف على التوجهات المستقبلية ومحددات النجاح الأكاديمى لدى طلبة الجامعة ومعرفة الفروق تبعاً لمتغيرات الجنس,التخصص,الصفوف الدراسية(الثانى–الرابع),تكونت عينة البحث من (400) طالب وطالبة .كشفت النتائج عدم تمتع طلبة الجامعة بتوجهات مستقبلية ومحددات للنجاح الأكاديمى ,وعدم وجود فروق تبعاً لمتغيرات :الجنس ,التخصص الدراسي,الصفوف الدراسية.

هدفت دراسة(**Mello&Worrell,2013**)إلى معرفة إدراك الموهوبين والمراهقين للتوجه الزمنى في ضوء متغيرات العمر,الجنس والتحصيل الدراسي.تكونت العينة من (301)طالب وطالبة من طلبة الثانوية العامة والجامعة.أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في مستوى إدراك التوجه الزمنى تبعاً لمتغير العمر والجنس والتحصيل الدراسي

تعقيب على الإطار النظري:

تباينت الدراسات السابقة فى نتائجها التى توضح الفروق فى التوجه الزمنى والتى تُعزى للمتغيرات الديموجرافية .حيث أشارت دراسة (انعام لفتة موسى,2012;زياد بركات,2019)إلى عدم وجود فروق في التوجه الزمنى تُعزى للنوع واختلفت مع دراسة (جلال عزيز حميد البدرانى,2004).وأشارت دراسة(حمزة الربابعة,هناء الكساسبة,2022) إلى عدم وجود فروق تبعاً لمتغير الفرق الدراسية و اختلفت هذه النتيجة مع دراسة(صفاء صبح,عبير زيزفون,2019) .أشارت دراسة (صفاء صبح,عبير زيزفون,2019 ;حمزة الربابعة,هناء الكساسبة,2022)إلى عدم وجود فروق تبعاً لمتغير التخصص واختلف مع دراسة (أمنية زمام,2021) .

عاشراً:فروض البحث:

1. توجد فروق دالة إحصائياً في أبعاد التوجه الزمني لدي عينه من طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري تُعزى إلي متغير النوع(ذكور /إناث).
2. توجد فروق دالة إحصائياً في أبعاد التوجه الزمني لدي عينه من طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري تُعزى إلى الكليات(العملية والنظرية)
3. توجد فروق دالة في أبعاد التوجه الزمني لدي عينه من طلبة الجامعة ذوى أعراض الوسواس القهري تُعزى إلى الفرق الدراسية الأربعة .

الحادى عشر: إجراءات البحث: من حيث

1_ منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي.

2- **مجتمع البحث:** تألف مجتمع البحث من طلبة جامعة الفيوم لعام (2022-2023).

3- **عينة البحث:**تم اختيار عينة البحث من طلبة جامعة الفيوم لعام (2022-2023).

أ_عينة التحقق من الخصائص السيكومترية

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية,من جامعة الفيوم من الكليات العملية والنظرية لعام 2022وعددها (220) ,(82 ذكور,138إناث)

ب_العينة الأساسية:

تم تطبيق أدوات أدوات الدراسة بعد التأكد من الخصائص السيكومترية لها ,على عينة من طلا ب جامعة الفيوم,حيث بلغ عددهم(323)طالب وطالبة.

ج_أداة البحث: استخدم الباحثون

1.مقياس أعراض الوسواس القهرى إعداد (أمارة يحى عرفة,2014).

2.مقياس التوجه الزمنى (1999,زيمباردوبويد) ترجمة الباحثون.

وفيما يلى الخصائص السيكومترية لمقياس الأعراض الوسواسية من حيث صدقه وثباته:

أ : مقياس الأعراض الوسواسية إعداد(أمارة يحى عرفه,2014)

1- مبررات اختيار المقياس:

اطلعت الباحثة على عدد من المقاييس المُتاحة في قياس أعراض الوسواس القهرى ولكن واجهت بعض المشاكل في الاعتماد عليها ومن تلك المشاكل:

1_عدم قدرتها على تغطية كافة أعراض الوسواس القهرى

2_غموض صياغة بعض العبارات.

3_وجود بعض العبارات التى لا تقيس أعراض الوسواس القهرى وإنما بعض سمات الشخصية الوسواسية.

4_بعضها لا يحتوى علي عبارات لقياس وساوس الشك فى الصلاة أو الطهارة أو الوضوءأو النجاسه لأنها مقاييس أجنبية مترجمة وبعضها لايلائم البيئة العربية.

لذلك اعتمدت الباحثة على مقياس (أمارة يحي,2014) لقياس الأعراض الوسواسية .

5_ لأن الهدف الرئيسى للبحث وهو معرفة الاعراض الوسواسية وليس تشخيص اضطراب الوسواس القهرى

6_لأنه مؤلف وليس مترجم وعباراته تلائم البيئة العربية .

2- **الهدف من المقياس:**قياس الاعراض الوسواسية .

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: الصدق: تم حساب الصدق للمقياس فى صورته الأصلية باستخدام صدق التكوين من خلال الإرتباط بمحك (المقياس العربي للوسواس القهرى,أحمد عبدالخالق1992).بينما تم حساب الصدق في البحث الحالى باستخدام الطرق التالية:

1–صدق التحليل العاملي التوكيدى وتم حسابه ببرنامج (Amos23) وتبين ارتفاع مؤشرات حسن المطابقة و تشبع بنود المقياس علي عوامله وذلك فى ضوء مؤشرات جودة المطابقة ,حيث كانت النسبة كا2ودرجات الحرية فى المدى المثالى(1.710).بالاضافة إلى ارتفاع مؤشرات المطابقة المعيارى,ومؤشر المطابقة التزايدى,ومؤشر جودة المعايرة,ومؤشر المطابقة المقارن,بالاضافة الى مؤشر جذرمتوسط الخطأالتقريبى RMSEA حيث بلغت قيمته(.057) مما يؤكد مطابقة النموذج للبيانات ,وتمتعه بدلالات الصدق العاملى على العينة.

2_ صدق المقارنة الطرفية:

قام الباحثون بحساب الصدق التمييزى لمقياس أعراض الوسواس,ثم حساب المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لكل مجموعة ,ثم حساب قيمة "ت"لإختبار دلالة الفرق بينهما

واتضح أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب بالمجموعة العليا والطلاب بالمجموعة الدنيا وذلك فى اتجاه الطلاب بالمجموعة العليا وعليه فإن الاختبار يتميز بدرجة مقبولة من الصدق التمييزى,وقابل للتطبيق.

ثانياً:الثبات :قد تم حساب الثبات للنسخة الأصلية من المقياس بطريقة التجزئة النصفية,ومعامل ألفا,وإعادة التطبيق وتمتع المقياس بنسبة ثبات عالية.أما حساب الثبات فى البحث الحالى قد تم عن طريق:

1_(حساب ثبات ألفا):

قام الباحثون بحساب ثبات المقياس عن طريق حساب الثبات بمعامل ألفا كرونباخ,فوجدوا أن معامل ثبات مفردات المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول(1)

المتغير	عدد العبارات	معامل ثبات ألفاكرونباخ ن=220
1–الأفكار	32	.882
2–الأفعال	28	.871

ثانيا: مقياس التوجه الزمنى:ل(فيليب زيمباردو وبويد,1999)(ترجمة الباحثون):

الصدق: تم حساب الصدق والثبات للمقياس فى صورته الأصلية باستخدام التحلي العاملى ومعامل الثبات ألفا كرونباخ ومعامل ثبات إعادة التطبيق

بينما تم حساب الصدق في البحث من خلال

1_ التحليل العاملى التوكيدى:

وتم حسابه ببرنامج (Amos)وتبين ارتفاع مؤشرات حسن المطابقة

2_الصدق التمييزى:

قام الباحثون بحساب الصدق التمييزى لمقياس التوجه الزمنى وتم بعد ذلك حساب المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لكل مجموعة ,ثم حساب قيمة "ت"لإختبار دلالة الفرق بينهما:

واتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب بالمجموعة العليا والطلاب بالمجموعة الدنيا وذلك لصالح الطلاب بالمجموعة العليا,مما يشير إلى صدق المقياس.

حساب الثبات:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ:

جدول(2)

الأبعاد	ألفا كرونباخ ن=220
ماضى سلبي	.705
ماضى إيجابى	.759
حاضر ممتع	.556
حاضر قدرى	.684
مستقبل	.575

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات مرتفعة,مما يجعلنا نثق فى ثبات المقياس.

الثانى عشر:نتائج فروض البحث وتفسيرها:

نتائج الفرض الأول : ونصه "" توجد فروق دالة إحصائياً في التوجه الزمنى لدى ذوى أعراض الوسواس القهري تبعا لمتغير النوع(ذكور/إناث) "وللتحقق من صحة الفرض تم حساب قيمة (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات عينة الدراسة من الذكور والاناث فى التوجه الزمنى ، ويعرض جدول (3) التالى نتائج تحليل اختبار(ت) قيمة (ت) ودلالتها الاحصائية للفرق بين متوسطي درجات عينة الدراسة من الذكور والاناث فى التوجه الزمنى لدى ذوى أعراض الوسواس القهري

جدول(3)

الابعاد	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) د.ح (321)	مستوى الدلالة
الماضى_السلبي	ذكر	126	11.59	2.56	1.51	0.131 غير دالة
	انثي	197	11.11	2.87		
الحاضر_الممتع	ذكر	126	11.44	3.36	1.59	0.111 غير دالة
	انثي	197	16.85	3.23		
المستقبل	ذكر	126	17.06	3.30	0.757	0.450 غير دالة
	انثي	197	16.78	3.24		
الماضى_الايجابي	ذكر	126	16.60	4.40	0.511	0.610 غير دالة
	انثي	197	16.35	4.07		
الحاضر_القدرى	ذكر	126	10.32	2.69	1.68	0.093 غير دالة
	انثي	197	9.79	2.76		

دلت نتائج الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيا بين درجات متوسطى عينة الدراسة من الذكور والاناث ذوى أعراض الوسواس القهري فى التوجه الزمنى.وبالتالى لم يتحقق الفرض .

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة(انعام لفتة موسى,2012;زياد بركات,2019;صفاء صبح ,عبير زيزفون,2019 ;حمزة الربابعة,هناء الكساسبة,2022) والتى أشارت إلى عدم وجود فروق في مستوى التوجه الزمنى تبعاً لمتغير الجنس.واختلفت مع دراسة

(جلال عزيز حميد البدرانى,2004)حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن الإناث أكثر توجهاً نحو المستقبل والحاضر وأن الذكور أكثر توجهاً نحو الماضى.

ويمكن تفسير ذلك بأن الطلاب والطالبات يواجهون نفس الظروف والضغوط ويواجهون نفس التطورات النفسية التى تلحق بالمرحلة العمرية,ونتيجة تجانس خصائصهم النمائية ,ينعكس ذلك على توجههم الزمنى والمتأثر بتقارب مستواهم الإجتماعى والتعليمى ,وتشابه ضغوط المرحلة ومشاكلهم الإجتماعية .وهذا يتفق مع (هالة عبد اللطيف,2015) حيث أشارت إلى تأثر التوجه الزمنى بعدة عوامل منها المرحلة العمرية,القيم الثقافية والفردية والاجتماعية ,وافكار الفرد ومشاعره والنشاط الذى يستحوذ علي وقته والعمل الذى يمارسه والسياق الثقافى الذى يتأثر بالمجتمعات.

وفى ضوء نظرية التوجه الزمنى ل(زيمباردو وبويد 1999) فإن التوجه الزمنى يتشكل لدى الفرد من خلال تجمع خبراته السابقة ,ثم يتطور ويتأثر بالثقافة ,التربية,الدين ,الطبقة الاجتماعية, الأسرة, وهذا ما أشار إليه ووضحه (سليمان جار الله,2012) من تداخل أبعاد الزمن والعوامل المؤثره فيه كالثقافة والعوامل البيولوجية وخبرات الفرد.

نتائج الفرض الثاني:ونصه : " توجد فروق دالة إحصائياً في التوجه الزمنى لدى ذوى أعراض الوسواس القهري تبعا لمتغير الفرقة الدراسية" استخدم الباحثون اختبار (One Way ANOVA) للتحقق من صحة هذا الفرض.

جدول(4)

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
الماضى_السلبي	بين المجموعات	19.79	3.00	6.60	0.87	0.46
	داخل المجموعات	2429.68	319.00	7.62		
	المجموع	2449.47	322.00			
الحاضر_الممتع	بين المجموعات	45.91	3.00	15.30	1.42	0.24
	داخل المجموعات	3428.00	319.00	10.75		
	المجموع	3473.91	322.00			
المستقبل	بين المجموعات	19.09	3.00	6.36	0.60	0.62
	داخل المجموعات	3406.12	319.00	10.68		
	المجموع	3425.21	322.00			
الماضى_الايجابي	بين المجموعات	90.42	3.00	30.14	1.72	0.16
	داخل المجموعات	5581.38	319.00	17.50		
	المجموع	5671.80	322.00			
الحاضر_القدرى	بين المجموعات	26.62	3.00	8.87	1.18	0.32
	داخل المجموعات	2398.38	319.00	7.52		
	المجموع	2425.00	322.00			

دلت نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق فى التوجه الزمنى تبعا لمتغير الفرقة الدراسية أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيا فى التوجه الزمنى تبعا لمتغير الفرقة الدراسية لدى ذوى أعراض الوسواس القهري . وبالتالى لم يتحقق الفرض

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (حمزة الربابعة,هناء الكساسبة,2022) من حيث عدم وجود فروق تبعاً لمتغير الفرق الدراسية و اختلفت هذه النتيجة مع دراسة(صفاء

صبح,عبير زيزفون,2019) حيث وجدت فروق في التوجه للمستقبل لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير الفرق الدراسية لصالح الطلبة في سنة التخرج.ويمكن تفسير ذلك بالتقارب العمري بين الفرق الدراسية وانتماء الطلاب الي فئات عمرية متقاربة ,كما أن التوجه الزمنى يتأثر بمجمل آراء الفرد ومعتقداته التى تكونت عبر مراحل النمو المختلفة وتجاربه السابقة, كما تلعب ظروف البيئة والثقافة الاجتماعية السائدة الدور الأكبر في تشكيل توجهه الزمنى .

نتائج الفرض الثالث: ونصه" توجد فروق دالة إحصائياً في التوجه الزمنى لدى ذوى أعراض الوسواس القهري تبعا لمتغير نوع الدراسة(عملية–نظرية)" وللتحقق هذا الفرض قام الباحثون بحساب قيمة (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات عينة الدراسة من طلاب الكليات النظرية والعملية فى التوجه الزمنى

قيمة (ت) ودلالتها الاحصائية للفرق بين متوسطي درجات عينة الدراسة من طلاب الكليات النظرية والعملية فى التوجه الزمنى لدى ذوى أعراض الوسواس القهري

جدول(5)

الابعاد	الدراسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) د.ح (321)	مستوى الدلالة
الماضى_السلبي	عملية	122	11.74	2.66	2.25	0.025دالة
	نظرية	201	11.03	2.79		
الحاضر_الممتع	عملية	122	17.48	3.27	1.72	0.086 غير دالة
	نظرية	201	16.84	3.28		
المستقبل	عملية	122	17.11	3.16	0.922	0.35 غير دالة
	نظرية	201	16.76	3.32		

الابعاد	الدراسة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) د.ح (321)	مستوى الدلالة
الماضى_الايجابي	عملية	122	16.49	3.90	0.153	0.87 غير دالة
	نظرية	201	16.42	4.38		
الحاضر_القدرى	عملية	122	10.30	2.78	1.52	0.12 غير دالة
	نظرية	201	9.82	2.71		

دلت نتائج الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيا بين درجات متوسطى عينة الدراسة من طلاب الكليات النظرية والعملية فى التوجه الزمنى ذوى أعراض الوسواس القهري فى أبعاد التوجه الزمنى ماعداالماضى السلبي فى اتجاه طلاب الكليات العملية.وبالتالى تم قبول الفرض . اتفقت هذه النتيجة بشكل جزئى مع دراسة (صفاء صبح,عبير زيزفون,2019 ;حمزة الربابعة,هناء الكساسبة,2022)من حيث عدم وجود فروق تبعاً لمتغير التخصص ودراسة (أمنية زمام,2021) فكانت النسبة الدنيا لصالح الكليات العلمية وإنخفاض توجههم للماضى السلبى.كما اتفقت هذه النتيجة بشكل جزئي مع (زياد بركات ,2019;محمد بني يونس,2007) والتى أشارت الي عدم وجود فروق بين أفراد الدراسة تبعاًلمتغير التخصص

ويمكن تفسير ذلك بأن التوجه الزمنى يتأثر برؤية الفرد العامة ونشأته وبيئته وليس للتخصص الأكاديمى دور كبير في تشكيله بصورة مباشره,كما أنه رغم اختلاف الكليات النظرية والعملية إلا أن التخصصات تتداخل فيما بينها .ويميل الطلاب في الكليات العملية إلى اتباع الاسلوب العلمى في حل المشكلات والمواقف التى تواجههم واستنباط الحلول ووضع البدائل ويتم ذلك بإعتمادهم على الخبرات السابقة

الثالث عشر:التوصيات والبحوث المقترحات:في ضوء نتائج البحث الحالى يمكن صياغة بعض الوصيات التالية:

1. عقد ندوات إرشادية لطلاب الجامعة لتوضيح أهمية التوجه الزمنى المتوازن المبنى علي مرونة التنقل بين الأزمنة بحسب ما يقتضيه كل موقف .
2. عقد ندوات إرشادية لطلاب الجامعة لتوضح أعراض الوسواس القهرى ونسبة إنتشاره وكيفية التعامل معه .

البحوث المقترحة:يوصى بإجراء الدراسات التالية:

–التوجه الزمنى وعلاقته ببعض الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة .

–التوجه الزمنى وعلاقته بأنماط المعاملة الوالدية لدى المراهقين.

–التوجه الزمنى وعلاقته بقلق المستقبل المهنى لدى طلبة الجامعة .

–التوجه الزمنى وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية.

–الفروق في التوجه الزمنى وفقاً لمتغيرات العمر والمستوى الإجتماعى والوظيفى لدى المعلمات المطلقات .

قائمة المراجع

أحمدمحمد نورى محمود (2003).التوجه الزمنى لدى طلبة الجامعة,*مجلة أبحاث كلية التربية الأساسي*,(3) ,218–238.

أمارة يحي عرفة,جمعة سيد يوسف (2014). المخططات المعرفية المختلة المنبئة باضطراب الوسواس القهرى,*مجلة دراسات عربيه*,13(4).

إنعام لفتة موسي (2012).التوجه الزمنى وعلاقته بتقدير الزمن لدى طلبة الجامعة.*مجلة العلوم التربوية والنفسية*, 89, 83–117.

أوتوفينخل.(ترجمة).صلاح مخيمر وعبده رزق (1969).**نظرية التحليل النفسي في العصاب** .القاهرة .الانجلو المصرية.

توفيق الشريف (1992). الزمن والديمومة عند برقسون,*المجلة التونسية للدراسات الفلسفية*,ع12 . تم استرجاعها من http://search.mandumah.com/Record/667323

جلال عزيز حميد البدرانى (2004).الأمن النفسي وعلاقته بالتوجه الزمنى لدى طلبة جامعة الموصل,رسالة ماجستير .

حمزة الربابعة,هناء الكساسبة (2022).القدرة التنبؤية لأبعاد منظور زمن المستقبل بالأمل فى العمل لدى طلبة جامعة اليرموك.*المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية*,130–152

داون شلتز(1983).**نظريات الشخصية**,ترجمة حمد دلى كربولى وعبد الرحمن القيسى,مطبعة جامعة بغداد.

زياد بركات (2019).التوجه الزمني لدى طلبة الجامعات الفلسطينية,*مجلة العلوم النفسية والتربوية*,(2)12,5–33.

سلطان بن موسى العويضة (2009).الفروق فى مستويات أبعاد التوجه الزمنى وعلاقتها بمستويات الاتزان الانفعالى لدى عينة من طلبة جامعةعمان الاهلية. 103,114–133.

–سليمان جار الله ,محمدصغيرشرفى(2012) العلاقة ما بين اضطراب شدة ما بعد الصدمة ومنظور الزمن .المجلة العربية للطب النفسي, 23(1) 85–86

سيف محمد رديف الجبورى (2022).أبعاد التوجه الزمنى وعلاقتها بالصحة النفسية لدى تدريسيي جامعة بغداد.*مجلة جامعة الانبار للعلوم الانسانية* . 1, 105–136. تم استرجاعها من

http://search.mandumah.com/Record/1271734

صفاء صبح ,عبير زيزفون (2019).مستوى المنظور المستقبلى لدى طلبة جامعة تشرين فى ضوء بعض المتغيرات.*مجلة جامعة تشرين* ,41(6):101–116.

–طارق محمد بدر (2015).الابعاد الخمسة لمنظور الزمن وعلاقتها بالاتزان الانفعالى لدى اساتذة جامعة القادسية.*مجلة القادسية للعلوم الانسانية* .18(23),427–471. تم استرجاعها من

https://www.iasj.net/iasj/download/df53521825c81f88

طيرشى كمال (2015). الفلسفة الروحانية عند هنرى رغسون , 2(1), 116–134. تم استرجاعها من http://search.mandumah.com/Record/1001918

عبد الرحمن بدوى(1955):الزمان الوجودى,ط2,مكتبة النهضة المصرية,القاهرة.

–على شاكر الفتلاوى(2000).التوجه الزمنى وعلاقته بالوجدانات الموجبه والسالبة لدى طلبة جامعة بغداد,أطروحة دكتوراه غير منشورة

علي شاكرالفتلاوي (2010). **سيكولوجية الزمن**,صفحات للنشروالدراسة,سورية – دمشق

–فاطمة حسن إبراهيم اللمسي(2022). الاسهام النسبي لكل من التفكير الايجابى ومنظور زمن المستقبل فى التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالى لدى طلاب جامعة دمنهور .*مجلة كلية تربية*,جامعة الاسكندرية , 32(1)

–فريدة غيوة (1998).الديمومة عند برغسون.*مجلة العلوم الانسانية*, (10)85–99. تم استرجاعها من

http://search.mandumah.com/Record/3617

فيصل خليل الربيع,عبد الناصر الجراح ,محمد أمين ملحم (2019). القدرة التنبؤية لأبعاد منظور زمن المستقبل بالتعلم المنظم ذاتيًا لدى طلبة جامعة اليرموك,*مجلة الدراسات التربوية والنفسية*, 3 (13), 446–457.

ماهرمحمدعلي(1985).**نظرية المعرفة العلمية**.بيروت:دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

محمد محمود بنى يونس (2007).علاقة مستويا الصحة النفسية بأبعاد التوجه الزمنى عند عينة من طلبة الجامعة الأردنية ,4(1),15–31.

مليكة محرزي (2017).العلاقة بين المنظور الزمني والارجائية لدى طلاب الدراسات لما بعد التدرج,رسالة دكتوراة .

مني صلاح أحمد الكحلوت,ختام إسماعيل السحار(2019). البروفايل النفسي لدى عينة من مرضي الوسواس القهرى.رسالة ماجستير.

ناصر حسين ناصر(2018) .التوجهات المستقبلية وعلاقتها بمحددات النجاح الأكاديمي لدى طلبة الجامعة,9(2).

هالة عبد اللطيف محمد (2015).علاقة المنظور الزمني للوقت ببعض شمات علم النفس الإيجابي لدى عينة من طلاب الجامعة,*مجلة الإرشاد النفسي* , 42(3).

Aubrey Lewis,M.D.(1931).The Experience of Time in Mental Disorder.By Aubrey Lewis,M.D,page611-620.
-Bergson.evolution creatric.paris.F. Alcan.1907.p180

Boniwell,l.(2005).Beyond time management:how the latest research on time perspective and perceived time use can assist clients with time-related concerns.international journal of Evidence Based Coaching and Mentoring,3(2).

Doerr-zegers,O.(2018).space and time in the obsessive-compulsive phenomenon.psychopathology,2018,51.1:31-37

Epley,D.,&Ricks,D.(1963).Foresight and hindsight in the TAT.*journal of projective Techniques and personality Assessment*,27(1),51-59.

Fraisse,p (1963):The psychology of time. Eyre& spattisuood, London

Friedman,W.(1977) ,the developmental psychology of time ,copy right ,by Acadmic press,INC

Gorman,B. & Wessman,A. (1977). Images,values,and concepts of time in psychological research. In: *The Personal Experience of Time*(pp. 215-263)springer,Bosten, MA.

Meerloo,J.(1970).Along the fourth dimension.

Mello, Z. R.,&Worrell, F.C(2015)The past,the present,and the future:Aconceptual model of time perspective in adolescence. Time perspective theory;review,research and application:essays in honor of Philip G. Zimbardo,115-129.

Mello, Z., &Worrell, F (2013).The relationship of time perspective to age,gender,and academic achievement among academically talented adolescents.*Journal for the the Education of Gifted*.29.271-289.

Minkowiski,E.(1968): le temps vecue Delochux.paris.Nistle

Moskalewicz,M.(2018).Toward a unified view of time:Erwin W.Straus'phenomenological psychopathology of temporal experience. Phenomenology and the cognitive sciences,17(1),65-80.

Siegman,A.(1962).Anxiety,impulse control,intelligence,and the estimation of time.*journal of clinical psychology*.

Zimbardo,P .and Boyd, J. (2008). The Time Paradox – the new psychology of time that will change your life. Mumbai: Free Press

zimbardo,p.,&Boyd,J . (1999).putting time in perspective: Avalid ,reliable individual-differences metric.*journal of personality and social psychology*,77(6),1271-1288.