



قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين على الزواج

Future anxiety among young people about to get married

إعداد

د/ جمانة محمد رمضان سيد

مدرس بقسم العمل مع الأفراد والأسر

كلية الخدمة الاجتماعية

جامعة حلوان

٢٠٢١م



قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين على الزواج
تاريخ الاستلام: ٢٠٢١/٨/١٠ م تاريخ النشر: ٢٠٢١/١٠/٣٠ م

المستخلص:

تناولت الدراسة قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين علي الزواج حيث يمكن صياغة مشكلة الدراسة في صياغتها الاستفهامية التالية ما هي درجة قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين على الزواج؟ وهدفت الدراسة الي تحديد درجة قلق المستقبل للشباب المقبلين على الزواج، ويمكن تحقيق هذا الهدف من تحقيق الأهداف الفرعية التالية:تحديد درجة القلق من جانب البعد الجسمي لدى الشباب المقبل على الزواج، وتحديد درجة القلق من جانب البعد المعرفي لدى الشباب المقبل على الزواج، وتحديد درجة القلق من جانب البعد الوجداني لدى الشباب المقبل على الزواج، وتحديد درجة القلق من جانب البعد الاجتماعي لدى الشباب المقبل على الزواج، وتحديد درجة القلق من جانب البعد الاقتصادي لدى الشباب المقبل على الزواج، واعتمدت الدراسة علي مقياس قلق المستقبل اعداد عطية (٢٠١٩)، ويتكون المقياس من خمسة ابعاد وهي (الجانب الجسمي، الجانب المعرفي، الجانب الوجداني، الجانب الاجتماعي، الجانب الاقتصادي)، وتوصلت الدراسة الي الاجابة عن التساؤل الرئيسي للدراسة وهو ما هي درجة قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين على الزواج؟ حيث كشفت نتائج الدراسة ان متوسط الوزن المرجح لمقياس قلق المستقبل ككل بلغ ٢,٣٠ بانحراف معياري ٠,٢٩ وهذا يشير الي ان الشباب عينة الدراسة يعانون من قلق المستقبل بنسبة مرتفعة، والتساؤل الفرعي الأول وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد الجسمي لدى الشباب المقبل على الزواج؟ تم التحقق منه احصائيا حيث جاء في الترتيب الأول وبلغ متوسط الوزن المرجح ٢,٤١ بانحراف معياري ٠,٧٣، وهي درجة مرتفع وتوضح ان عينة الدراسة يعانون من اعراض جسيمية مصاحبة للقلق بشكل مرتفع، والتساؤل الفرعي الثاني وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد المعرفي لدى الشباب المقبل على الزواج؟ حيث جاء في الترتيب الثالث، وبلغ متوسط الوزن المرجح ٢,٢٩ بانحراف معياري ٠,٦٩، وهي درجة مرتفعة تشير الي ان هناك بعض الأفكار الدالة علي القلق لدى الشباب المقبلين علي الزواج عينة الدراسة، والتساؤل الفرعي الثالث وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد الوجداني لدى الشباب المقبل على الزواج؟ جاء في الترتيب الخامس حيث بلغ متوسط الوزن المرجح ٢,٢١ بانحراف معياري ٠,٧٢ وهي درجة متوسطة وتشير الي ان الحالة الوجدانية لعينة الدراسة تتأثر بقلق المستقبل الذي يعانون منه،

التساؤل الفرعي الرابع وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد الاجتماعي لدى الشباب المقبل على الزواج؟ حيث جاء الجانب الاجتماعي في الترتيب ٢,٢٣ وانحراف معياري ٠,٧٦ وهي درجة متوسطة، تشير الي ان تاثير قلق المستقبل علي عينة الدراسة في الجانب الاجتماعي متوسطة، والتساؤل الفرعي الخامس وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد الاقتصادي لدى الشباب المقبل على الزواج؟ حيث جاء في الترتيب الثاني وبلغ متوسط الوزن المرجح ٢,٤٠ بانحراف معياري ٠,٦٦، وهي درجة مرتفعة تشير الي ان قلق المستقبل لدي عينة الدراسة مرتبط بالجانب الاقتصادي بشكل مرتفع.

الكلمات المفتاحية: قلق المستقبل، الشباب، المقبلين علي الزواج.

Future anxiety among young people about to get married

Abstract:

I have young people who are about to get married? The study aimed to determine the degree of anxiety about the future for young people who are about to get married. The study relied on the future anxiety scale, prepared by Sawsan Eid Attia 2019, and the scale consists of five dimensions, namely (the physical aspect, the cognitive aspect, the emotional aspect, the social aspect, and the economic aspect). Young people about to get married? Where the results of the study revealed that the weighted average weight of the future anxiety scale as a whole was 2.30, with a standard deviation of 0.29, and this indicates that the study sample young people suffer from future anxiety at a high rate, and the first sub-question, which is what is the degree of anxiety on the part of the physical dimension of the young people who are about to get married? It was statistically verified, as it came in the first order, and the weighted average weight was 2.41 with a standard deviation of 0.73, which is a high degree and indicates that the study sample suffers from gross symptoms associated with anxiety in a high way, and the second sub-question, which is what is the degree of anxiety in terms of the cognitive dimension of young people who are about to marriage? Where it came in third place, The weighted average was 2.29, with a standard deviation of 0.69, which is a high degree indicating that there are some thoughts indicating anxiety among young people who are about to get married, the study sample, and the third sub-question, which is what is the degree of anxiety on the part of the emotional dimension of young people who are about to get married? It came in the fifth order, where the weighted average was 2.21 with a

standard deviation of 0.72, which is a medium degree and indicates that the emotional state of the study sample is affected by the future anxiety that they suffer from. Where the social aspect came in the order of 2.23 and a standard deviation of 0.76, which is a medium degree, indicating that the effect of future anxiety on the study sample in the social aspect is moderate, and the fifth sub-question, which is what is the degree of anxiety on the part of the economic dimension among young people who are about to get married? Where it came in the second place and the weighted average was 2.40 with a standard deviation of 0.66, which is a high degree indicating that the future anxiety of the study sample is linked to the economic aspect in a high way.

Keywords: Future, young people, get married

أولاً: مشكلة الدراسة:

يعتبر القلق من المستقبل سمة من سمات هذا العصر، فالتطور والتقدم الحضاري والتكنولوجي والتغيرات السريعة المتلاحقة في شتى مناحي الحياة جعلت الإنسان يقف حائرة قلقاً وسط هذه الموجة الحضارية، يبحث عن الطمأنينة وسكينة النفس، فلا يجدها، ويسعى جاهداً إلى تحقيق هدفه في الحياة مع صعوبة وجود الإمكانيات والظروف المناسبة لتحقيق ذلك، مما ترتب عليه أكثر من ضروب الضيق والاضطراب الذي يقلل من كفاءته، بل ويزيد من حدة القلق والشعور بالتهديد بالخطر من المستقبل، لذلك فإن القلق من المستقبل نوع من أنواع القلق الذي يشكل خطراً على صحة الطلاب وإنتاجيتهم، حيث يظهر نتيجة ظروف الحياة الصعبة والمعقدة وتزايد ضغوط الحياة ومطالب العيش، وقد يكون هذا القلق ذا درجة عالية، فيؤدي إلى اختلال في التوازن للفرد مما يكون له أكبر الأثر على الفرد سواء على الناحية العقلية أو الجسمية أو السلوكية. (السواط، ٤٣٨، ٢٠١٠)، والقلق يعكس أهمية قابليتنا للتوافق والتخطيط للمستقبل، حيث إن التوجس والتفكير بشأن الأحداث المستقبلية لا تشكل مشكلة إلا إذا كان يصاحبها قلق لا يمكن السيطرة عليه ويكون عندئذ القلق حالة مزمنة يصعب التعامل معها (Barlow, 2000, 1263)، وقلق المستقبل كمفهوم يختلف عن مفهوم القلق الكلاسيكي من حيث مصدره وأسبابه، وأعراضه الفسيولوجية، فالقلق الكلاسيكي غير محدد هائم، أو هو شعور غامض بالخطر، بينما قلق المستقبل موجه إلى موضوعات قد تكون خاصة بالفرد ذاته، أو أسرته أو بعالمه، أو هو شعور عام بالتشاؤم من المستقبل. (شند & الأنور، ٢٠١٢، ٢٠٥)، وتشير دراسة شقير (٢٠٠٥) إلى أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل خوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضية (وحاضرة أيضاً) يعيشها

الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار وتسبب لديه هذه الحالة شيء من التشاؤم واليأس الذي قد يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي وخطير مثل الاكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي خطير، وتشير أيضاً إلى أن قلق المستقبل قد ينشأ عن أفكار خاطئة ولا عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله وكذلك المواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائم الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي، وقد يتسبب هذا في حالة من عدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل والخوف والذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل، ومن ثم الثورة النفسية الشديدة التي تأخذ أشكالاً مختلفة والتي فيها الخوف من المجهول (المستقبل) غير المستند على الأدلة والبراهين المادية أي حالة قلق المستقبل، وبالتالي فإن قلق المستقبل يشكل خوف مزيج من الرعب والأمل بالنسبة للمستقبل والأفكار الوسواسية، وقلق الموت، واليأس بصورة غير معقولة تجعل صاحبه يعاني من التشاؤم من المستقبل، وقد يعيش الحياة بشكل زائف فيلجأ إلى الكذب وقد يصل إلى الخداع والنفاق في التعامل مع الواقع من حوله. (شقيير، ٢٠٠٥:٤-٥)

قد ينشأ قلق المستقبل أيضاً عن أفكار خاطئة و لاعقلانية لدى الفرد تجعله يغير الواقع من حوله وكذلك الموقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائم الذي يفقده السيطرة على أفكاره العقلانية والواقعة ومن ثم عدم الأمن والاستقرار النفسي، ويمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحى المعرفي على إنه إطار لمختلف العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية. (رحمين، ٢٠١٤، ٧٤)، فالقلق هنا يتلزم بتوقعات الخطر المتعلقة بالمستقبل بناء على ما يتوافر في الواقع من معطيات وعلى نوعية التصورات الشخصية، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتوقع الحالات المستقبلية بكونها خطيرة، لأنهم يملكون تصورات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر للحالات وعن مقدرتهم المنخفضة للتعامل مع الخطر بشكل فاعل، فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز أفكاراً تلقائية سلبية عن الخطر تعكس مواضيع أو كوارث جسدية، اجتماعية نفسية، تتضمن بصورة مباشرة أو غير مباشرة. (سعود، ٢٠٠٥، ٥٦)

ومستوى الطموح يعتبر نسبي لدى الأفراد من حيث الأهداف التي يطمح الفرد في تحقيقها ووصولها إلى الحد المناسب له شخصياً ومحاولة تحدي العقبات والضغوط والوصول إلى

مستوى طموح واقعي يتناسب مع إمكانيات الفرد والجوانب الإيجابية في شخصيته أو محاولة تعويض للجوانب السلبية في الشخصية أو الحد من هذه الجوانب ومن العوامل التي ترفع من مستوى طموح الفرد مهارات الحياة المطلوبة لدى كل فرد بقدر إمكانياته وأسلوبه في الحياة منها التفكير الابتكاري والتحدي والضبط والمرونة على صنع القرار وإدارة الوقت وأوقات الفراغ وإدارة الأزمات والقدرة على تقبل التغيير بالتواصل مع الآخرين وكذلك طلب المعرفة. (مليجي، ٢٠٠٤، ٣-٥)، وتشير دراسة (Hammad, (2016) الي ان القلق من المستقبل هو توقع المستقبل واحساس بالفشل في تحقيق الذات وتجسيد للطموحات فقلق المستقبل هو شكل من اشكال القلق كالقلق من الموت، والقلق الاجتماعي والذي يعرف بانه حالة من الخوف والشك وعدم اليقين والخوف من التغييرات غير المرغوب فيها والتي من المتوقع حدوثها في المستقبل وقد يكون هناك تهديد للقيام بعمل ما غير واقعي سيحدث للفرد، وقد أكدت نتائج دراسة إبراهيم (٢٠٠٦) إن الفرد الذي يعاني من قلق المستقبل يعتبر فاقدا للثقة في المستقبل وعرضه للانهايار العقلي و البدني ويفقده الثقة بنفسه و دائما كثير التردد عاجزا عن البت في الأمور، وفي ظل الظروف المجتمعية والاقتصادية الحالية وظهور مشكلة البطالة اصبح الشباب الجامعيين في حيرة وقلق بشأن مستقبلهم ان قلق المستقبل الذي يعاني منه الطالب الجامعي له تأثير سلبي على شخصيته ومستقبله وكلما زادت درجة قلق المستقبل او عدم القدرة على تحديد ما يريد الانسان فأن ذلك يسهم في احداث العديد من الاضطرابات لدى الشاب الجامعي. (إبراهيم محمود، ٢٠٠٣، ٢) والشباب بصفة عامة يكونوا أكثر عرضة للقلق تجاه مستقبلهم وخاصة انهم يفكرون في شغل وظيفة مناسبة بعد التخرج وفي تكوين اسرة والاستقلال عن اسرهم الي حد ما ونظرا للظروف والأوضاع الاجتماعية والاقتصادية والصحية المتدهورة والتي يشهدها العالم كله وما لها تأثيرات نفسية على الجميع وخاصة القلق فهو من الامراض النفسية التي يعاني منها الكثير في عصرنا هذا والتي يكون لها تأثيرات جسمية وصحية متعددة.

وقد كشفت دراسة دراسة (Eysenk et. Al, (2006) حيث هدفت الدراسة الي التعرف علي تاثير القلق والاكتئاب علي الماضي والحاضر والمستقبل لعينة من المراهقين والشباب، وتوصلت نتائج الدراسة الي ان الشعور بالاكتئاب مرتبط بالأحداث المتوقع حدوثها في المستقبل اكثر من الاحداث التي وقعت في الماضي.

كما تناولت دراسة سالمى (٢٠١٨) المستقبل المهني، وشملت الدراسة عينة من طلبة السنة الثالثة جامعي من كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية وكلية العلوم التكنولوجية وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المستقبل المهني لدى الطلبة الجامعيين مرتفع، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس قلق المستقبل المهني، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل المهني بين طلبة العلوم الاجتماعية وطلبة العلوم التكنولوجية. فإن الأشخاص القلقين من المستقبل يميلون بأن تكون مساحة حياتهم قصيرة إلى المستقبل، أي أن الحاضر يبقى محصوراً في ظروف القلق، وأن الامتداد المستقبلي يميل الى التناقص، إذ يعتبر توافر قلق المستقبل مرضاً حقيقياً أسبابه تعود الى التغيير.

ويرجع القلق لعدة أسباب حيث ان بين كل أربعة اشخاص يوجد شخص يعاني من القلق النفسي في فترة من حياته وتزداد نسبة القلق النفسي في المجتمعات البسيطة والفقرة وعند الاناث أكثر من الذكور، ويرجع القلق لعدة أسباب منها: (العبيدي، ٢٠٠٩، ١٣٢)

- ١- مواقف الحياة الضاغطة والضغوط الثقافية والبيئية والحضارية الحديثة.
- ٢- عدم التطابق بين الذات الواقعية والذات المثالية.
- ٣- عدم القدرة على تحقيق الذات.
- ٤- التعرض للخبرات الضاغطة والحادة (اجتماعيا، انفعاليا، اقتصاديا، وجنسيا) خاصة في مرحلة الطفولة والمراهقة.

وهذا يتفق مع دراسة مجدي (٢٠١٣) ان المشكلات المتعلقة بالمستقبل كما يدركها الشباب تعكس اتجاهاتهم نحو المستقبل وتوقعاتهم له وترتبط توقعاتهم للمستقبل الشخصي إيجابيا باحترام الذات، كما ترتبط سلبياً بتوتراتهم، ويعد الشاغل الرئيس للشباب هو المستقبل وما يخبئه له وخصوصا في مرحلة الدراسة النهائية من حياته الدراسية، فهو يبحث عن التنبؤ بالمستقبل ويخطط له لأنه يعيش الحاضر وما به من ضغوط الدراسة منها والضغوط الاقتصادية، وكذلك التفكير بالمستقبل الذي يأخذ حيزاً كبيراً من وقته في هذه المرحلة بالتحديد وتوصلت نتائج الدراسة ان أفراد العينة لديهم مستوى أعلى من المتوسط في قلق المستقبل.

وتتعدد أنواع القلق ويمكن حصرها فيما يلي:- (دياب، ٢٠٠١، ٢٤١)

- ١- القلق الموضوعي يطلق عليه القلق الواقعي انه يمثل خبرة انفعالية مؤلمة تكون ناتجة من إدراك الفرد لخطر حقيقي بواقعه الانسان يدفعه نحو يهدده ويسبب له قلق، ويزول هذا النوع من القلق بمجرد زوال أسبابه ويعد قلقاً دافعاً لمواجهة الأخطار التي تهدده.
- ٢- القلق المرضي يطلق عليه القلق العصابي انه قلق داخلي المنشأ وأسبابه الشعورية ولا يوجد سبب خارجي واقعي واضح يهدد صاحبه ويشعره بهذا النوع من القلق، كما أن يعوق توافق الفرد الاجتماعي ويصاحبه بعض الإضرابات الفسيولوجية والبدنية والنفسية.
- ٣- القلق العام أو المعمم يمثل هذا النوع من القلق حالة من الإزعاج التي تسطير على الفرد في مواقف عديدة ومختلفة في حياته اليومية وهو تقامي ومتزايد تطول فترة المعاناة منه وأقلها ستة أشهر ويطلق عليه عصاب القلق.
- ٤- القلق الحاد وهذا النوع من القلق يميزه أنه يصاحبه العديد من الأعراض الجسمية كسرعة التنفس وسرعة الكلام وكثرة الحركة وقد يصاحبه البكاء الشديد والصراخ وجفاف الحلق وارتجاف في الأطراف وقد يبدو على صاحبه شحوب بالوجه.
- ٥- قلق الموت أن قلق الموت نوع من أنواع القلق العام، وهذا النوع من القلق يعيق الفرد من الانخراط في الحياة الطبيعية والاجتماعية لأنه يسيطر عليه منامه ويقظته مما يجعله جزيناً دائماً ولديه شعور دائم بأن الموت يتربص به .
- ٦- قلق العنوسة أن هذا النوع من القلق يرتبط بشعور الفتاة بالخوف من عدم زواجها وتصاحبه بعض الأعراض الفسيولوجية وبعض الاضطرابات النفسية
- ٧- قلق المستقبل وهو أحد أنواع القلق الذي يركز حول المستقبل والتفكير فيه والقلق منه ويشكل خطورة على حياة الفرد كالخوف من مجهول يشعر صاحبه بعدم الأمن وتوقع الخطر والشعور باليأس. (عبدالمغني، ٢٠٢١، ٩-١٠)

الاضرار السلبية لقلق المستقبل:

لقلق المستقبل تأثير سلبي على سلوك وشخصية الفرد، وهذا بدوره يؤثر وبشكل سلبي على حياته وتطلعاته للمستقبل لتجعل منه شخصاً يعيش ليومه بأجواء من الخوف والحزن والقلق والتشاؤم لما سيأتي به المستقبل وما يخبئه المجهول يحيا حياة تفتقر لحالات التغيير والتطور للأحسن، بل حياته تسودها الروتينية في كل شيء لا يقبل فيها التجديد خوفاً من المفاجأة التي تمثل له مواقف صعبة، وكونه لا يملك الحلول ولا الامكانيات الكافية للتعامل مع هذه التحديات

حتى وإن كانت بسيطة، وإن حدث مثل هذا الشيء تراه يلجأ لوسائل دفاعية ذاتية (الكبت، الازاحة وغيرها) كوسائل للتقليل من شأن هذه الحالات السلبية، ونراه قد يستغل علاقته الاجتماعية كوسيلة لتأمين مستقبله الخاص، هذا التأثير قد يمتد لشخصية الفرد ليجعل منه شخصاً متصلباً ومتعنتاً بالرأي منفِعلاً لا يقبل برأي الآخرين من حوله، وحتماً يؤدي الى حالات من الاصطدام بالآخرين بحيث لا يترك له صديق ليبقى في عزله وحزن وتشاؤم، وبهذا يكون غير قادر على تحقيق ذاته، عاجز عن البت في الامور ومتردد في اتخاذ قراراته، معرض للانهيال العقلي والبدني. (حسانين، ٢٠٠٠، ١٩)

التغيرات التي لحقت بالأسرة في المجتمع المصري يلاحظ أنها تركزت في تغير بعض الخصائص والأدوار الاجتماعية الأسرية، وعلى الرغم من أهمية الزواج بالنسبة للبناء الاجتماعي بصفة عامة والبناء الأسري بصفة خاصة باعتباره أظهر العلاقات الإنسانية التي نظمها الله تعالى وأكدتها جميع الشرائع الإلهية والحضارات الإنسانية أصبحت تطل علينا بعض الأفكار الهدامة لهذا النظام الاجتماعي، الأمر الذي بات يشكل خطراً كبيراً وحقيقياً على الأسرة المصرية بصفة خاصة والمجتمع المصري بصفة عامة مما يستدعي الاهتمام بهذه الظاهرة والوقوف على أسبابها بعمق ويفضل التكافؤ بين المقبلين علي الزواج في الجوانب الأخلاقية والاجتماعية والتعليمية والثقافية والاقتصادية، وكذلك الجنسية أي يجب أن يتمتع كل من الزوجين بالانتماء إلى مجتمعات متجانسة حتى يتم التقارب بينهم في العادات والتقاليد والقيم الاجتماعية. (محمد، ٢٠١٠، ٧-٩)، ولا شك ان هذه المرحلة من المراحل الحرجة التي يمر بها الانسان وترتبط بالعديد من الأفكار حيث ان المعرفة المتوفرة لدي الفرد هذ التي تشكل انفعالاته وبالتالي تكون سلوكياته تعبيراً عن ما يمتلكه من أفكار ومعتقدات وتشكل أفكار ومعتقدات الفرد من خلال اسرته ومعلميه واصدقائه واقاربه وكل ما يحيط به، ولا شك في ان العصر الحالي بما فيه من انفتاح أصبحت أفكار الانسان واتجاهاته تتأثر بعوامل عديدة، وقد تكون هذه الأفكار والمعتقدات صحيحة او خاطئة، وما نعيشه من احداث عالمية وأوضاع غير مستقرة اصبح من شأنه ان يثير القلق، والقلق امر طبيعي ولكنه قد يزيد عن الحد ويؤثر علي الانسان بشكل مرضي. وهناك العديد من الظروف والمتغيرات التي تؤثر على شعور الأفراد بالقلق تجاه مستقبلهم، وفي المقابل تؤثر شخصياتهم على إدراكهم لهذه الضغوط والتحديات سواء بشكل سلبي أو إيجابي، حيث أن قوة الفرد وقدرته على تحمل أعباء

مل التي تساعد الأفراد على التعامل مع الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها في حياتهم اليومية. (خيرة، ٢٠٢٠، ١٠)

ويجب إعداد المقبلين على الزواج وتأهيلهم قبل الزواج بما يساعد في عملية اختيار الزوج، والتدريب على مواجهه الصعوبات التي تقابلهم في الزواج، مما يقلل من قلق المستقبل لديهم فيجب إعداد الشباب لدورهم في الزواج ومعرفة المهام والمسئوليات المتعددة وتعريفهم على حقوق وواجباتهم في الزواج، وإكسابهم قيم الحب والتعاطف والتعاون وهي القيم اللازمة للتوافق والتراضي في العيش المشترك (راشد، ٢٠١٠، ١١)

فقلق المستقبل هو حالة من الشعور الانفعالي يتصف بالارتباك وعدم الارتياح والخوف يجعل تفكير الشخص سلبياً نحو الحياة بشكل عام والمستقبل بشكل خاص، بالإضافة الى عدم الثقة بالنفس وتعطيل قدرته للتفاعل الاجتماعي وضعفه على مواجهة المخاطر والتحديات في حياته. كما أن لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر هي مظاهر معرفية هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص وتفكيره وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائم من الحياه معتقداً قرب أجله، وأن الحياة أصبحت نهايتها وشيكه، أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية او العقلية، ومظاهر سلوكية مظاهر نابغة من أعماق الفرد تتخذ أشكالاً مختلفة تتمثل في سلوك الفرد، مثل تجنب المواقف المحرجة للشخص وكذلك المواقف المثيرة للقلق. وبالتالي يصبح عدم الوثوق بالمستقبل سمة نفسية تراود الانسان وخصوصاً الشباب، لأنهم أكثر تطلعاً وتفاعلاً في الحياة فحياة الشباب تقع تحت تأثير عائقين هما البيئية والشخصية والتي قد تدفع به الى الشعور بالاضطراب والقلق، وكل هذا يظهر نتيجة للماضي المؤلم بأحداثه والحاضر البسيط بإمكانياته المتواضعة والتي لا ترقى لتلبية الطموحات، لذلك يتكون الشعور بالقلق تجاه مستقبل الفرد. (الداهري، ٢٠٠٥، ٣٢٧)، وتؤكد دراسة زكي (٢٠١٣) ان قلق المستقبل الزواجي أصبح حقيقة يعاني منها الكثير من المراهقين والشباب، والزواج يرتبط بمتغيرات كثيرة لها علاقة بصحة الفرد الجسدية والعقلية والنفسية وغيرها.

وينقسم قلق المستقبل الزواجي إلى مستويات وهي: (ومان، ٢٠٢٠، ١٧٥٣)

- ١- قلق المستقبل الزواجي المنخفض: وهو قلق يجعل الفتاة في حاله تنبه وحرص للتأهيل للزواج ويزيد من قدرتها على مواجهة الأفكار الخاطئة.
- ٢- قلق المستقبل الزواجي المتوسط: تصبح الفتاة أقل قدرة على مواجهة الأفكار الخاطئة فيما يخض موضوع الزواج ويسيطر عليها الجمود الفكري بشكل عام

٣- قلق المستقبل الزوجي المرتفع: ويحدث فيه انهيار إلى التنظيم السلوكي للفتاه وتعيش في حاله من الغم والحزن والاكتئاب لعدم زواجها أو أن فرصه زواجها في المستقبل منخفضة جداً.

ونستنتج مما سبق ان القلق ينتج لعدة أسباب وفي مختلف مراحل العمر وخاصة المراحل والفترات الحرجة التي يمر بها الانسان كالاتحاق بالجامعة او التخرج او الزواج او الطلاق او الإحالة علي التقاعد او في حال الإصابة بأحد الامراض او نتيجة لفقد شخص مهم وسوف نتناول في هذا البحث القلق الناتج عن الاقبال علي الزواج حيث ان الشباب يعانون من القلق عند الاقبال علي الزواج نتيجة للعديد من الأفكار التي تعبر عن مخاوف الشاب والفتاة من تكوين اسرة والوفاء بمتطلباتها والقدرة علي تحمل المسؤولية والانجاب وتربية الأبناء وغير من المخاوف التي تثير قلقهم.

تفسير القلق من وجهة نظر النظرية المعرفية: Theory Cognitive

يرى أصحاب النظرية المعرفية أسباب شعور الفرد بقلق الي التشوه المعرفي والفكري حول ذات الفرد ومستقبله، إذ يتوقع الفرد بشكل مستمر تعرضه للأحداث الخطرة ويبالغ في تقييمها وفي المقابل يقلل من قدراته الذاتية عن مواجهة ما يتعرض له مما يولد لديه شعور دائم بالقلق من المستقبل، كما يرى أصحاب النظرية المعرفية ان ما يظهر الفرد من انفعالات ما هي الا نتيجة لطريقة التفكير لديه، وتنفى اعتبار اللاشعور كمصدر للاضطراب النفسي (الحمداي، ٢٠٠١، ١٨٣)، والقلق ناتج عن علاقة وثيقة بين المعرفة والانفعال والسلوك، فالإنسان تتكون لديه المعرفة بالشيء ثم يتكون الاتجاه الوجداني ثم يترجم ذلك في شكل سلوكيات ولا يمكن الفصل بينهم، وأن هناك مهددات تستثير القلق سواء كان التهديد جسدي أو نفسي، والقلق ناتج لإدراك غير منظم أو غير متسق مع الحقيقة أو هو معالجة مشوهة للمعلومات التي يمتلكها. (شند & الأنور، ٢٠١٢، ٢١) وقلق المستقبل في ضوء النظرية المعرفية هو حالة من الانشغال وعدم الراحة والخوف بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعده، ولذلك فإن قلق المستقبل معرفية أكثر منه انفعالية لان المعرفة تسبق الانفعال وذلك لان الآليات المعرفية هي المصدر الأساسي لقلق المستقبل، حيث تشكل خصائص الأفكار واحدة من المقدمات المنطقية لقلق المستقبل، لذلك فإن المعرفة أولاً ثم القلق. (الفاقي، ٢٠١٣، ٢٦)

وتمثل التصورات الشخصية والمحركات المعرفية للتعامل مع قلق المستقبل والتخطيط له او التنبؤ به أهم المثيرات المحفزة لاستثارة قلق المستقبل، ويكون الفرد على وعي تام بهذه الافكار

والطموحات والتخيلات المثيرة للانفعالات الخاصة بقلق المستقبل، والتي تحدد مدى تأثيره بصورة واعية حين يكون الفرد مدركة تماما لما يخاف منه أو يخشاه، وتصبح هذه الأفكار ذات الطبيعة الواعية أو المعرفية من أهم المقدمات المثيرة لقلق المستقبل، حيث تأتي المعرفة أولاً ثم ينبعث قلق المستقبل بعد ذلك (Zaleaki,1996)، حيث ترى النظرية المعرفية بأن سبب القلق عائد إلى مغالاة الفرد في الشعور بالتهديد واعتباره مسبوقة بأنماط من التفكير الخاطئ والتشوهات المعرفية وبالتالي سوء التفسير من قبل الفرد لإحساساته الجسمية العادية ومثال ذلك زيادة ضربات القلب لدى الشخص وتفسير الزيادة على أنها أزمة قلبية، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الإحساس بالأعراض المرضية. (أبو سليمان، ٢٠٠٧، ٨)، ومن خلال العرض السابق يمكن صياغة مشكلة الدراسة في صياغتها الاستهامية التالية ما هي درجة قلق المستقبل لدي الشباب المقبلين على الزواج؟

ثانياً: أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة من أهمية الفئة التي يتناولها البحث وهم الشباب المقبلين على الزواج حيث يفترض ان هذه الفئة تعاني من القلق الناتج عن الانتقال الي حياة جديد مليئة بالتغيرات التي من شأنها ان تثير قلقهم، وضرورة وضع هذا القلق في الاعتبار من الناحية العلمية والمهنية ووضع تصور مقترح للتعامل مع هذا القلق للحد من تأثيره، حيث ان الحالة الانفعالية للشباب تؤثر علي تقنهم بأنفسهم قدراتهم علي تحقيق الاستقرار الاسري.

ثالثاً: اهداف الدراسة:

الهدف الرئيسي للدراسة: هو تحديد درجة قلق المستقبل للشباب المقبلين على الزواج، ويمكن تحقيق هذا الهدف من تحقيق الأهداف الفرعية التالية:

- ١- تحديد درجة القلق من جانب البعد الجسمي لدي الشباب المقبل على الزواج.
- ٢- تحديد درجة القلق من جانب البعد المعرفي لدي الشباب المقبل على الزواج.
- ٣- تحديد درجة القلق من جانب البعد الوجداني لدي الشباب المقبل على الزواج.
- ٤- تحديد درجة القلق من جانب البعد الاجتماعي لدي الشباب المقبل على الزواج.
- ٥- تحديد درجة القلق من جانب البعد الاقتصادي لدي الشباب المقبل على الزواج.

رابعاً: تساؤلات الدراسة:

التساؤل الرئيسي للدراسة: ما هي درجة قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين على الزواج؟ وللإجابة على هذا التساؤل يكون من خلال الإجابة على التساؤلات الفرعية التالية:

- ١- ما هي درجة القلق من جانب البعد الجسمي لدى الشباب المقبل على الزواج؟
- ٢- ما هي درجة القلق من جانب البعد المعرفي لدى الشباب المقبل على الزواج؟
- ٣- ما هي درجة القلق من جانب البعد الوجداني لدى الشباب المقبل على الزواج؟
- ٤- ما هي درجة القلق من جانب البعد الاجتماعي لدى الشباب المقبل على الزواج؟
- ٥- ما هي درجة القلق من جانب البعد الاقتصادي لدى الشباب المقبل على الزواج؟

خامساً: مفاهيم الدراسة:

مفهوم القلق:

مصطلح القلق Anxiety في معجم أكسفورد بأنه إحساس مزعج في العقل ينتج عن الخوف وعدم توقع المستقبل، ويعرف في معجم ويستر على أنه إحساس غير عادي من الخوف والرهبة وهو دائماً ما يصاحبه تغييرات فيزيقية كالعرق الشديد، والتوتو، وزيادة ضربات القلب وذلك بسبب الاحصاص بالتهديد وشك الانسان في قدراته في التعامل بنجاح مع هذا التهديد. (حسين، ٢٠٠٩، ١٢٧)، والقلق هو إبراز للصراعات بين الدافع اللاشعوري والمعايير المكبوتة وأن مصطلح القلق يدل على انفعال شعوري مؤلم مركب من الخوف المستقل او توقع خطراً محتملاً او مجهولاً او توقع حدوث شر في اية لحظة ممكنة ويتضمن هذا التوقع تهديداً داخلياً او خارجياً للشخصية وربما يكون مبالغ فيه او لا اساس له من الصحة. (De Souza, et.al, 2003)

مفهوم قلق المستقبل: Future Anxiety

يعرف قلق المستقبل على أنه " خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خيرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات محض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس". (شقيير، ٢٠٠٥)، كما يعرف قلق المستقبل بأنه خبرة

انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوفا غامضا نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدا من الصعوبات كالتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة (العشري، ٢٠٠٤، ١٤٨)، ويمكن تعريف قلق المستقبل اجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها المبحوث على ابعاد مقياس قلق المستقبل وابعاده (الجانب الجسمي، الجانب المعرفي، الجانب الوجداني، الجانب الاجتماعي، الجانب الاقتصادي).

مفهوم قلق المستقبل الزواجي:

هو الاضطراب الحاصل في تصور الفرد السلبي عن مستقبله الزواجي، وضعف ثقته بنفسه، والغموض، والتشاؤم، قله الدافعية، والخوف من المجهول حول اختيار شريك الحياة، مما يؤدي إلى الضعف، وعدم الراحة، والخوف، والتوتر (زكي، ٢٠١٧، ١٢)

سادسا: الإجراءات المنهجية للدراسة

- نوع الدراسة: تنتمي الدراسة لنمط الدراسات الوصفية التي تصف وتقرر خصائص قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين على الزواج.

- منهج الدراسة: منهج المسح الاجتماعي بالعينة للشباب الجامعة في السنة الدراسية النهائية الفرقة الرابعة بكلية الخدمة الاجتماعية وقوامها ٣٦٢ من طلاب الفرقة الرابعة بكلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان.

- أدوات الدراسة:

مقياس قلق المستقبل اعداد سوسن عيد عطية (٢٠١٩) كلية التربية قسم الصحة النفسية بجامعة عين شمس، ويتكون المقياس من خمسة ابعاد وهي (الجانب الجسمي، الجانب المعرفي، الجانب الوجداني، الجانب الاجتماعي، الجانب الاقتصادي)

١- الجانب الجسمي: وهو مجموعة الاعراض المرضية التي تشمل أجهزة الجسم مثل: الجهاز الهضمي والدوري والتنفسي والعصبي الناتجة عن افراط التفكير في المستقبل والخوف منه.

ويتكون الجانب الجسمي من (١٢) عبارة وهي: ١، ٦، ١١، ١٦، ٢١، ٢٦، ٣١، ٣٦، ٤١، ٤٦، ٥١، ٥٦.

٢- الجانب المعرفي: وهو الأفكار والمعتقدات الخاطئة والمشوهة التي يتبناها الفرد تجاه المستقبل وشعوره باليأس وفقدان الامل والغموض والتشاؤم من المستقبل.

ويتكون هذا الجانب من (١٢) عبارة وهي: ٢، ٧، ١٢، ١٧، ٢٢، ٢٧، ٣٢، ٣٧، ٤٢، ٤٧، ٥٢، ٥٧.

٣- الجانب الوجداني: وهو حالة وجدانية سلبية تنتج عن النظرة السالبة للمستقبل وشعور الفرد بالخوف والتشاؤم والتوتر وعدم الاطمئنان عند التفكير في المستقبل وانه لم يتمكن من تحقيق أهدافه وطموحاته. ويتكون هذا الجانب من (١٢) عبارة وهي: ٣، ٨، ١٣، ١٨، ٢٣، ٢٨، ٣٣، ٤٣، ٤٨، ٥٣، ٥٨.

٤- الجانب الاجتماعي: وهو السلوكيات الاجتماعية السلبية التي يمارسها الفرد داخل الاسرة وخارجها، وتفاعلاته وعلاقاته الاجتماعية مع الاخرين توقع مستقبله ومكانته الاجتماعية ونظرة الاخرين له. ويتكون هذا الجانب من (١٢) عبارة وهي ٤، ٩، ١٤، ١٩، ٢٤، ٢٩، ٣٤، ٣٩، ٤٤، ٤٩، ٥٤، ٥٩.

٥- الجانب الاقتصادي: هو توقع الفرد بانه لن يستطيع الحصول على العمل المناسب في المستقبل وعدم القدرة على تلبية احتياجاته وان مستوي معيشته سيكون منخفض ولن يكون قادر علي الزواج وتكوين اسرة.

ويتكون هذا البعد من (١٢) عبارة من ٥، ١٠، ١٥، ٢٠، ٢٥، ٣٠، ٣٥، ٤٠، ٤٥، ٥٠، ٥٥، ٦٠.

مفتاح تصحيح المقياس:

يعطي كل مبحوث درجة من ثلاثة لكل استجابة، دائما ٣، أحيانا ٢، نادرا ١، ثم نجمع درجات كل بعد من الابعاد الخمسة كلا على حدي وبعد ذلك يتم تجميع درجات ابعاد المقياس ككل.

- مجالات الدراسة:

- المجال المكاني: كلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان القاهرة.
- المجال البشري: طلاب الفرقة الرابعة بكلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان، وبلغ عددهم ٣٦٢ وفقا للشروط الاتية:

- ان يكون من طلاب الفرقة الرابعة.

- ان يكون خابط او مخطوبة.

- ان يكون مقيم مع اسرته الطبيعية.

المجال الزمني: فترة تطبيق الدراسة.

سابعا: نتائج الدراسة:

جدول رقم (١) يوضح الجانب الجسمي لقلق المستقبل

الترتيب	الانحراف المعياري	متوسط الوزن المرجح	المجموع المرجح	الاستجابيات						ابعاد مقياس قلق المستقبل	م
				نادرا		احيانا		دائما			
				%	ك	%	ك	%	ك		
البعد الأول: الجانب الجسمي											
٣	٠,٦٣	٢,٥٨	٩٣٥	٧,٧	٢٨	٢٦,٢	٩٥	٦٦	٢٣٩	اشعر بصداغ عندما أفكر في المستقبل.	١
٥	٠,٦٥	٢,٥٣	٩١٦	٨,٨	٣٢	٢٩,٣	١٠٦	٦١,٩	٢٢٤	اشعر بضيق في التنفس عندما أفكر في المستقبل.	٦
٢	٠,٦٣	٢,٦١	٩٤٣	٧,٧	٢٨	٢٤	٨٧	٦٨,٢	٢٤٧	اشعر بسرعة ضربات قلبي عندما أفكر في الغد.	١١
٤	٠,٦٥	٢,٥٦	٩٢٨	٨,٦	٣١	٢٦,٥	٩٦	٦٤,٩	٢٣٥	ينتابني شعور بالألم في معدتي عندما اتخيل ما سيواجهني من صعاب في المستقبل.	١٦
١٢	٠,٧١	٢,١٩	٧٩٢	١٧,٧	٦٤	٤٥,٩	١٦٦	٣٦,٥	١٣٢	اشعر بتقلصات في الأمعاء عند التفكير في الغد.	٢١
١١	٠,٦٩	٢,٣١	٨٣٥	١٣	٤٧	٤٣,٤	١٥٧	٤٣,٦	١٥٨	حينما أفكر في الغد اشعر برجفة تشمل جسمي كله.	٢٦
١	٠,٥٩	٢,٦٢	٩٤٩	٥,٨	٢١	٢٦,٢	٩٥	٦٨	٢٤٦	اشعر بآلم في صدري عند التفكير في المستقبل.	٣١
٦	٠,٦٢	٢,٤٧	٨٩٣	٦,٩	٢٥	٣٩,٥	١٤٣	٥٣,٦	١٩٤	ينتابني شعور بانقباض في صدري عندما اتخيل المستقبل.	٣٦
م٩	٠,٦٩	٢,٣٤	٨٤٦	١٣	٤٧	٤٠,٣	١٤٦	٤٦,٧	١٦٩	اشعر بأنني لن أستطيع النوم بشكل متواصل عند التفكير في المستقبل.	٤١
٩	٠,٦٨	٢,٣٤	٨٣٤	١٢,٤	٤٥	٤٤,٨	١٦٢	٤٢,٨	١٥٥	اشعر بالتعب والارهاق عندما أفكر في مستقبلي.	٤٦
٨	٠,٧٣	٢,٤١	٨٧١	١٤,٤	٥٢	٣٠,٧	١١١	٥٥	١٩٩	أتوقع حدوث حادثة تصيبني بالعجز في المستقبل.	٥١
٧	٠,٦٦	٢,٤٣	٨٧٩	٩,٧	٣٥	٣٧,٨	١٣٧	٥٢,٥	١٩٠	ينتابني شعور بالعثيان عند التفكير في المستقبل.	٥٦
مرتفع	٠,٦٦	٢,٤٤		المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لبعد الجانب الجسمي ككل							

يتضح من بيانات الجدول السابق ان: الجانب الجسمي للمبحوثين عينة الدراسة جاء كالتالي: في الترتيب الأول حصلت العبارة رقم (٣١) ومؤداها " اشعر بالحم في صدري عند التفكير في المستقبل" وانحراف معياري ٠,٥٩، وجاء في الترتيب الثاني العبارة رقم (١١) ومؤداها " اشعر بسرعة ضربات قلبي عندما أفكر في الغد " وانحراف معياري ٠,٦٣، و جاء في الترتيب الثالث العبارة رقم (١) ومؤداها " اشعر بصداق عندما أفكر في المستقبل " وانحراف معياري ٠,٦٣، و جاء في الترتيب الرابع العبارة رقم (١٦) ومؤداها " ينتابني شعور بالألم في معدتي عندما اتخيل ما سيواجهني من صعاب في المستقبل " وانحراف معياري ٠,٦٥، و جاء في الترتيب الخامس العبارة رقم (٦) ومؤداها " اشعر بضيق في التنفس عندما أفكر في المستقبل " وانحراف معياري ٠,٦٥، و جاء في الترتيب السادس العبارة رقم (٣٦) ومؤداها " ينتابني شعور بانقباض في صدري عندما اتخيل المستقبل " وانحراف معياري ٠,٦٢، و جاء في الترتيب السابع العبارة رقم (٥٦) ومؤداها " ينتابني شعور بالعثيان عند التفكير في المستقبل " وانحراف معياري ٠,٦٦، و جاء في الترتيب الثامن العبارة رقم (٥١) ومؤداها " أتوقع حدوث حادثة تصيبني بالعجز في المستقبل " وانحراف معياري ٠,٧٣، و جاء في الترتيب التاسع العبارة رقم (٤٦) ومؤداها " اشعر بالتعب والارهاق عندما أفكر في مستقبلي" وانحراف معياري ٠,٦٨، و جاء في الترتيب التاسع مكرر العبارة رقم (٤١) ومؤداها " اشعر بأنني لن أستطيع النوم بشكل متواصل عند التفكير في المستقبل " وانحراف معياري ٠,٦٩، و جاء في الترتيب الحادي عشر العبارة رقم (٢٦) ومؤداها " حينما أفكر في الغد اشعر برجفة تشمل جسمي كله " وانحراف معياري ٠,٦٩، و جاء في الترتيب الثاني عشر العبارة رقم (٢١) ومؤداها " اشعر بتقلصات في الأمعاء عند التفكير في الغد " وانحراف معياري ٠,٧١.

جدول رقم (٢) يوضح الجانب المعرفي لقلق المستقبل

الترتيب	الانحراف المعياري	متوسط الوزن المرجح	المجموع المرجح	الاستجابات						ابعاد مقياس قلق المستقبل	م
				نادرا		احيانا		دائما			
				%	ك	%	ك	%	ك		
البعد الثاني: الجانب المعرفي											
٦	٠,٧٤	٢,٢٧	٨٢١	١٧,٤	٦٣	٣٨,٤	١٣٩	٤٤,٢	١٦٠	اعتقد ان ضغوط الحياة تجعل من الصعب تحقيق امالي في الحياة.	٢
٩	٠,٧٩	٢,٠٧	٧٥١	٢٧,٦	١٠٠	٣٧,٣	١٣٥	٣٥,١	١٢٧	اعتقد انني غير قادر علي مواجهة المشاكل	٧

الترتيب	الانحراف المعياري	متوسط الوزن المرجح	المجموع المرجح	الاستجابات						م	ابعاد مقياس قلق المستقبل
				نادرا		احيانا		دائما			
				%	ك	%	ك	%	ك		
											التي تواجهني في المستقبل.
١١	٠,٧١	٢,٠٤	٧٣٧	٢٣,٢	٨٤	٥٠	١٨١	٢٦,٨	٩٧	١٢	اعتقد ان المستقبل غامض وغير واضح.
١٢	٠,٧٥	١,٩٣	٦٩٩	٣٢	١١٦	٤٢,٨	١٥٥	٢٥,١	٩١	١٧	اعتقد انني لن أستطيع النجاح في المستقبل.
٧	٠,٧٥	٢,١٩	٧٩٢	٢٠,٢	٧٣	٤٠,٩	١٤٨	٣٩	١٤١	٢٢	أفكر بان الحياة في المستقبل سوف تكون سوداء.
١٠	٠,٧٢	٢,٠٥	٧٤١	٢٣,٨	٨٦	٤٧,٨	١٧٣	٢٨,٥	١٠٣	٢٧	أفكر في انني سأفشل في تحقيق طموحاتي.
٢	٠,٧١	٢,٥١	٩٠٩	١٣	٤٧	٢٢,٩	٨٣	٦٤,١	٢٣٢	٣٢	اعتقد بأنني لا يمكنني تغيير واقعي للأفضل.
٥	٠,٧٦	٢,٢٣	٨٠٨	٢٠,٢	٧٣	٣٦,٥	١٣٢	٤٣,٤	١٥٧	٣٧	اعتقد بان الغد لن يكون مشرقا.
١	٠,٦٧	٢,٥٦	٩٢٧	١٠,٢	٣٧	٢٣,٥	٨٥	٦٦,٣	٢٤٠	٤٢	اعتقد بأنني شخص لاحول له ولا قوة.
٤	٠,٧٤	٢,٣٥	٨٥١	١٥,٧	٥٧	٣٣,٤	١٢١	٥٠,٨	١٨٤	٤٧	اعتقد ان عدم التفكير في المستقبل هو الأسلوب الأمثل للتكيف مع الحياة.
٨	٠,٤٢	٢,٨	١٠١٢	٠,٦	٢	١٩,٣	٧٠	٨٠,١	٢٩٠	٥٢	اعتقد ان التفكير في الغد يجلب لي المشاكل.
٣	٠,٦٣	٢,٤٨	٨٩٩	٧,٥	٢٧	٣٦,٧	١٣٣	٥٥,٨	٢٠٢	٥٧	اعتقد ان حياتي بلا معني ولا هدف ولا مستقبل.
مرتفع	٠,٦٩	٢,٢٩		المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لبعده الجانب المعرفي ككل							

يتضح من بيانات الجدول السابق أن: الجانب المعرفي للمبجوثين افراد عينة الدراسة حيث جاء في الترتيب الأول العبارة رقم (٤٢) ومؤداها " اعتقد بأنني شخص لاحول له ولا قوة " انحراف معياري ٠,٦٧، وجاء في الترتيب الثاني العبارة رقم (٣٢) ومؤداها " اعتقد بأنني لا يمكنني تغيير واقعي للأفضل " بانحراف معياري ٠,٧١، وجاء في الترتيب الثالث العبارة رقم (٥٧) ومؤداها " اعتقد ان حياتي بلا معني ولا هدف ولا مستقبل " بانحراف معياري، وجاء في الترتيب الرابع العبارة رقم (٤٧) ومؤداها " اعتقد ان عدم التفكير في المستقبل هو الأسلوب الأمثل للتكيف مع الحياة " انحراف معياري ٠,٧٤، و جاء في الترتيب الخامس العبارة رقم

(٣٧) ومؤداها " اعتقد بان الغد لن يكون مشرقا " بانحراف معياري ٠,٧٦، وجاء في الترتيب السادس العبارة رقم (٢) ومؤداها " اعتقد ان ضغوط الحياة تجعل من الصعب تحقيق امالي في الحياة " انحراف معياري ٠,٧٤، و جاء في الترتيب السابع العبارة رقم (٢٢) ومؤداها " أفكر بان الحياة في المستقبل سوف تكون سوداء " بانحراف معياري ٠,٧٥، وجاء في الترتيب الثامن العبارة رقم (٥٢) ومؤداها " اعتقد ان التفكير في الغد يجلب لي المشاكل " انحراف معياري ٠,٤٢، و جاء في الترتيب التاسع العبارة رقم (٧) ومؤداها " اعتقد انني غير قادر علي مواجهة المشاكل التي تواجهني في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٧٩، وجاء في الترتيب العاشر العبارة رقم (٢٧) ومؤداها " أفكر في انني سأفشل في تحقيق طموحاتي " انحراف معياري ٠,٧٢، و جاء في الترتيب الحادي عشر العبارة رقم (١٢) ومؤداها " اعتقد ان المستقبل غامض وغير واضح " بانحراف معياري ٠,٧١، وجاء في الترتيب الثاني عشر العبارة رقم (١٧) ومؤداها " اعتقد انني لن أستطيع النجاح في المستقبل " انحراف معياري ٠,٧٥.

جدول رقم (٣) يوضح الجانب الوجداني لقلق المستقبل

الترتيب	الانحراف المعياري	متوسط الوزن المرجح	المجموع المرجح	الاستجابات						ابعاد مقياس قلق المستقبل	م
				نادرا		احيانا		دائما			
				%	ك	%	ك	%	ك		
البعد الثالث: الجانب الوجداني											
٢	٠,٦٧	٢,٥٧	٩٣٠	١٠,٢	٣٧	٢٢,٧	٨٢	٦٧,١	٢٤٣	انا غير متفائل بقدرتي على تحقيق اهدافي في المستقبل.	٣
٦	٠,٧٤	٢,٢١	٧٩٩	١٩,٣	٧٠	٤٠,٦	١٤٧	٤٠,١	١٤٥	يبتأبني شعور بالخوف عند توقع حدوث كوارث بالمستقبل.	٨
١٠	٠,٨٣	١,٩٩	٧٢١	٣٤,٨	١٢٦	٣١,٢	١١٣	٣٤	١٢٣	اشعر بالثقة في النفس تجاه اهدافي في المستقبل.	١٣
٧	٠,٧٢	٢,١٨	٧٨٩	١٨,٨	٦٨	٤٤,٥	١٦١	٣٦,٧	١٣٣	يبتأبني شعور بعدم الاطمئنان تجاه المستقبل.	١٨
٣	٠,٧٢	٢,٣٧	٨٥٧	١٤,٤	٥٢	٣٤,٥	١٢٥	٥١,١	١٨٥	اشعر بقلق والتوتر عند التفكير في حدوث حروب في المستقبل.	٢٣
١٠	٠,٧٨	١,٩٩	٧٢١	٣٠,٤	١١٠	٤٠,١	١٤٥	٢٩,٦	١٠٧	انا متشائم من المستقبل الذي ينتظرنى.	٢٨
١٢	٠,٨٥	١,٩٨	٧١٦	٣٧	١٣٤	٢٨,٢	١٠٢	٣٤,٨	١٢٦	أقلق وأتوتر عند الحديث عن حياتي	٣٣

الترتيب	الانحراف المعياري	متوسط الوزن المرجح	المجموع المرجح	الاستجابات						م	ابعاد مقياس قلق المستقبل
				نادرا		احيانا		دائما			
				%	ك	%	ك	%	ك		
											المستقبلية.
٥	٠,٧٥	٢,٢٢	٨٠٤	١٩,٣	٧٠	٣٩,٢	١٤٢	٤١,٤	١٥٠	٤٣	ينتابني شعور بان الفوضى والحروب سوف تسود العالم كله.
١	٠,٥٥	٢,٦٦	٩٦٣	٣,٩	١٤	٢٦,٢	٩٥	٦٩,٩	٢٥٣	٤٨	اشعر بالغضب الشديد عندما أفكر بالغد.
٤	٠,٧١	٢,٢٨	٨٢٥	١٤,٦	٥٣	٤٢,٨	١٥٥	٤٢,٥	١٥٤	٥٣	ينتابني شعور بان أوقات حزني أكثر من أوقات فرحي.
٨	٠,٧٠	٢,١٧	٧٨٤	١٧,٧	٦٤	٤٨,١	١٧٤	٣٤,٣	١٢٤	٥٨	اشعر بالقلق عندما أفكر في انني ربما أفشل في تحقيق طموحاتي.
٩	٠,٧٣	٢	٧٢٥	٢٦,٨	٩٧	٤٦,١	١٦٧	٢٧,١	٩٨	٣٨	ينتابني إحساس بالقلق بأنني لن أستطيع تحقيق ذاتي في المستقبل.
متوسط	٠,٧٢	٢,٢١		المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لبعد الجانب الوجداني ككل							

يتضح من بيانات الجدول السابق أن: الجانب الوجداني للمبحوثين أفراد عينة الدراسة حيث جاء في الترتيب الأول العبارة رقم (٤٨) ومؤداها " اشعر بالغضب الشديد عندما أفكر بالغد " انحراف معياري ٠,٥٥، وجاء في الترتيب الثاني العبارة رقم (٣) ومؤداها " انا غير متقائل بقدرتي على تحقيق اهدافي في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٦٧، وجاء في الترتيب الثالث العبارة رقم (٢٣) ومؤداها " اشعر بقلق والتوتر عند التفكير في حدوث حروب في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٧٢، وجاء في الترتيب الرابع العبارة رقم (٥٣) ومؤداها " ينتابني شعور بان أوقات حزني أكثر من أوقات فرحي " انحراف معياري ٠,٧١، وجاء في الترتيب الخامس العبارة رقم (٤٣) ومؤداها " ينتابني شعور بان الفوضى والحروب سوف تسود العالم كله " بانحراف معياري ٠,٧٥، وجاء في الترتيب السادس العبارة رقم (٨) ومؤداها " ينتابني شعور بالخوف عند توقع حدوث كوارث بالمستقبل " انحراف معياري ٠,٧٤، وجاء في الترتيب السابع العبارة رقم (١٨) ومؤداها " ينتابني شعور بعدم الاطمئنان تجاه المستقبل " بانحراف معياري ٠,٧٢، وجاء في الترتيب الثامن العبارة رقم (٥٨) ومؤداها " اشعر بالقلق عندما أفكر في انني ربما أفشل في تحقيق طموحاتي " انحراف معياري ٠,٧٠، وجاء في الترتيب التاسع العبارة رقم (٣٨) ومؤداها " ينتابني إحساس بالقلق بأنني لن أستطيع تحقيق ذاتي في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٧٣، وجاء في الترتيب العاشر العبارة رقم (١٣) ومؤداها " اشعر بالثقة

في النفس تجاه اهدافي في المستقبل " انحراف معياري ٠,٨٣، وجاء في الترتيب العاشر مكرر العبارة رقم (٢٨) ومؤداها " انا متشائم من المستقبل الذي ينتظرني " بانحراف معياري ٠,٧٨، وجاء في الترتيب الثاني عشر العبارة رقم (٣٣) ومؤداها " اقلق واتوتر عند الحديث عن حياتي المستقبلية " بانحراف معياري ٠,٨٥.

جدول رقم (٤) يوضح الجانب الاجتماعي لقلق المستقبل

م	ابعاد مقياس قلق المستقبل	الاستجابات						الانحراف المعياري	الترتيب		
		نادرا		احيانا		دائما					
		%	ك	%	ك	%	ك				
البعد الرابع: الجانب الاجتماعي											
٤	اشعر بانني غير قادر علي الاهتمام بمن حولي.	١٦٨	٤٦,٤	١٠٤	٢٨,٧	٩٠	٢٤,٩	٨٠٢	٢,٢٢	٠,٨٢	٦
٩	اشعر بالخوف من ان يكون للناس رأي سلبي في شخصيتي.	٩٨	٢٧,١	١٣٩	٣٨,٤	١٢٥	٣٤,٥	٦٩٧	١,٩٣	٠,٧٨	١٠
١٤	ينتابني شعور بانني غير قادر علي تحقيق مكانة اجتماعية في المستقبل.	٩٢	٢٥,٤	١٣٩	٣٨,٤	١٣١	٣٦,٢	٦٨٥	١,٨٩	٠,٧٨	١٢
١٩	اشعر بانني غير قادر علي إقامة صداقة لفترة طويلة.	١٨٢	٥٠,٣	٩٩	٢٧,٣	٨١	٢٢,٤	٨٢٥	٢,٢٨	٠,٨١	٣
٢٤	ينتابني شعور بانني غير قادر علي تكوين اسرة في المستقبل.	١١٩	٣٢,٩	١٤٠	٣٨,٧	١٠٣	٢٨,٥	٧٤٠	٢,٠٤	٠,٧٨	٩
٢٩	اشعر بان والديا غير قادرين علي مساعدتي في المستقبل.	١٠٦	٢٩,٣	١٠٩	٣٠,١	١٤٧	٤٠,٦	٦٨٣	١,٨٩	٠,٨٣	١١
٣٤	ينتابني شعور بان علاقتي باهلي في المستقبل لن تكون مستقرة.	٢٦٠	٧١,٨	٦٨	١٨,٨	٣٤	٩,٤	٩٥٠	٢,٦٢	٠,٦٥	١
٣٩	أتوقع ان البطالة والجريمة سوف تزدادان في المجتمع مستقبلا.	١٤٦	٤٠,٣	١٤٥	٤٠,١	٧١	١٩,٦	٧٩٩	٢,٢١	٠,٧٥	٧
٤٤	اخشي من التغيرات الاجتماعية وتأثيرها علي مستقبلي.	١٧٢	٤٧,٥	١٠٥	٢٩	٨٥	٢٣,٥	٨١١	٢,٢٤	٠,٨١	٥

الترتيب	الانحراف المعياري	متوسط الوزن المرجح	المجموع المرجح	الاستجابات						ابعاد مقياس قلق المستقبل	م
				نادرا		احيانا		دائما			
				%	ك	%	ك	%	ك		
٨	٠,٦٩	٢,١٤	٧٧٦	١٨,٢	٦٦	٤٩,٢	١٧٨	٣٢,٦	١١٨	اشعر بتدهور القيم والمبادئ والمثل العليا في المستقبل.	٤٩
٤	٠,٧١	٢,٢٦	٨١٩	١٥,٥	٥٦	٤٢,٨	١٥٥	٤١,٧	١٥١	ينتابني شعور بأنني لن أستطيع الاندماج مع الاخرين في المستقبل.	٥٤
٢	٠,٧٩	٢,٣٦	٨٥٣	١٩,٩	٧٢	٢٤,٦	٨٩	٥٥,٥	٢٠١	اشعر بأنني سوف أفقد أحد والدي في المستقبل.	٥٩
متوسط				٠,٧٦	٢,٢٣	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لبعد الجانب الاجتماعي ككل					

يتضح من بيانات الجدول السابق أن: الجانب الاجتماعي للمبحوثين افراد عينة الدراسة حيث جاء في الترتيب الأول العبارة رقم (٣٤) ومؤداها " ينتابني شعور بان علاقتي باهلي في المستقبل لن تكون مستقرة " انحراف معياري ٠,٦٥، وجاء في الترتيب الثاني العبارة رقم (٥٩) ومؤداها " اشعر بأنني سوف أفقد أحد والدي في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٧٩، وجاء في الترتيب الثالث العبارة رقم (١٩) ومؤداها " اشعر بأنني غير قادر علي إقامة صداقة لفترة طويلة " بانحراف معياري ٠,٨١، وجاء في الترتيب الرابع العبارة رقم (٥٤) ومؤداها " ينتابني شعور بأنني لن أستطيع الاندماج مع الاخرين في المستقبل " انحراف معياري ٠,٧١، و جاء في الترتيب الخامس العبارة رقم (٤٤) ومؤداها " اخشي من التغيرات الاجتماعية وتأثيرها على مستقبلي " بانحراف معياري ٠,٨١، وجاء في الترتيب السادس العبارة رقم (٤) ومؤداها " اشعر بأنني غير قادر علي الاهتمام بمن حولي " انحراف معياري ٠,٨٢، و جاء في الترتيب السابع العبارة رقم (٣٩) ومؤداها " أتوقع ان البطالة والجريمة سوف تزدادان في المجتمع مستقبلا " بانحراف معياري ٠,٧٥، وجاء في الترتيب الثامن العبارة رقم (٤٩) ومؤداها " اشعر بتدهور القيم والمبادئ والمثل العليا في المستقبل " انحراف معياري ٠,٦٩، و جاء في الترتيب التاسع العبارة رقم (٢٤) ومؤداها " ينتابني شعور بأنني غير قادر علي تكوين اسرة في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٧٨، وجاء في الترتيب العاشر العبارة رقم (٩) ومؤداها " اشعر بالخوف من ان يكون للناس راي سلبي في شخصيتي " انحراف معياري ٠,٧٨، وجاء في الترتيب الحادي عشر العبارة رقم (٢٩) ومؤداها " اشعر بان والدايا غير قادرين على مساعدتي في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٨٣، وجاء في الترتيب الثاني عشر العبارة رقم (١٤)

ومؤداها" ينتابني شعور بأنني غير قادر علي تحقيق مكانة اجتماعية في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٧٨.

جدول رقم (٥) يوضح الجانب الاقتصادي لقلق المستقبل

م	ابعاد مقياس قلق المستقبل	الاستجابات						الترتيب			
		نادرا		احيانا		دائما					
		%	ك	%	ك	%	ك				
البعد الخامس: الجانب الاقتصادي											
٥	اشعر بأنني لن أستطيع الحصول عفسي ووظيفة في المستقبل.	٢٤٧	٦٨,٢	٩٤	٢٦	٢١	٥,٨	٩٥٠	٢,٦٢	٠,٥٩	٢
١٠	ينتابني شعور بان مهنتي في المستقبل لن تحقق لي المكانة المادية التي اتمناها.	٢١٥	٥٩,٤	١٢٣	٣٤	٢٤	٦,٦	٩١٥	٢,٥٣	٠,٦٢	م٥
١٥	اشعر بعدم الرضا عن مستوي معيشتي لذلك اشعر بقلق من المستقبل.	٢١٢	٥٨,٦	١٣١	٣٦,٢	١٩	٥,٢	٩١٧	٢,٥٣	٠,٥٩	م٥
٢٠	انخفاض الدخل وغلاء المعيشة يجعلني اقلق من المستقبل.	١٦٠	٤٤,٢	١٦٠	٤٤,٢	٤٢	١١,٦	٨٤٢	٢,٣٣	٠,٦٧	٩
٢٥	زيادة البطالة في المجتمع يجعل حياتي صعبة وبالتالي عدم التفكير في الزواج.	٦٩	١٩,١	٢٠٣	٥٦,١	٩٠	٢٤,٩	٧٠٣	١,٩٤	٠,٦٦	١١
٣٠	أفكر في الطريقة التي احصل بها على المال في الغد.	١١٧	٣٢,٣	١٢٥	٣٤,٥	١٢٠	٣٣,١	٧٢١	١,٩٩	٠,٨١	١٠
٣٥	اري في المستقبل مشكله مادية كبيرة.	٧٣	٢٠,٢	١٩٢	٥٣	٩٧	٢٦,٨	٧٠٠	١,٩٣	٠,٦٨	١٢
٤٠	أفكر فيما سيحدث في المستقبل من تغيرات مادية.	٣١٤	٨٦,٧	٣٩	١٠,٨	٩	٢,٥	١٠٢٩	٢,٨٤	٠,٧٣	١
٤٥	اشعر بالقلق عندما اقضي وقت طويل في تخيل مستقبلي الاقتصادي.	٢٤٥	٦٧,٧	٨٥	٢٣,٥	٣٢	٨,٨	٩٣٧	٢,٥٩	٠,٦٥	٣
٥٠	اظن بانني لن امتلك السكن ايدا لان ليس معي المال الكافي.	٢٠٩	٥٧,٧	١١٥	٣١,٨	٣٨	١٠,٥	٨٩٥	٢,٤٧	٠,٦٨	٨
٥٥	ينتابني شعور بانني ساكون فقير في	٢٢٦	٦٢,٤	١٠٣	٢٨,٥	٣٣	٩,١	٩١٧	٢,٥٣	٠,٦٦	٥

الترتيب	الانحراف المعياري	متوسط الوزن المرجح	المجموع المرجح	الاستجابات						ابعاد مقياس قلق المستقبل	م
				نادرا		احيانا		دائما			
				%	ك	%	ك	%	ك		
											المستقبل.
٤	٠,٦٢	٢,٥٦	٩٢٧	٦,٩	٢٥	٣٠,١	١٠,٩	٦٣	٢٢٨		اشعر بأنني لن أستطيع الحفاظ على وظيفتي مستقبلا.
	٠,٦٦	٢,٤٠		المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لبعده الجانب الاقتصادي ككل							مرتفع

يتضح من بيانات الجدول السابق أن: الجانب الاقتصادي للمبحوثين افراد عينة الدراسة حيث جاء في الترتيب الأول العبارة رقم (٤٠) ومؤداها " أفكر فيما سيحدث في المستقبل من تغيرات مادية " انحراف معياري ٠,٧٣، وجاء في الترتيب الثاني العبارة رقم (٥) ومؤداها " اشعر بأنني لن أستطيع الحصول عفلي وظيفة في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٥٩، وجاء في الترتيب الثالث العبارة رقم (٤٥) ومؤداها " اشعر بالقلق عندما اقضي وقت طويل في تخييل مستقبلي الاقتصادي " بانحراف معياري ٠,٦٥، وجاء في الترتيب الرابع العبارة رقم (٦٠) ومؤداها " اشعر بأنني لن أستطيع الحفاظ على وظيفتي مستقبلا " انحراف معياري ٠,٦٢، و جاء في الترتيب الخامس العبارة رقم (٥٥) ومؤداها " ينتابني شعور بأنني سأكون فقير في المستقبل " بانحراف معياري ٠,٦٦، وجاء في الترتيب الخامس مكرر العبارة رقم (١٥) ومؤداها " اشعر بعدم الرضا عن مستوي معيشتي لذلك اشعر بقلق من المستقبل " انحراف معياري ٠,٥٩، و جاء في الترتيب الخامس مكرر العبارة رقم (١٠) ومؤداها " ينتابني شعور بان مهنتي في المستقبل لن تحقق لي المكانة المادية التي اتمناها " بانحراف معياري ٠,٦٢، وجاء في الترتيب الثامن العبارة رقم (٥٠) ومؤداها " اظن بأنني لن امتلك السكن ابدا لان ليس معي المال الكافي " انحراف معياري ٠,٦٨، و جاء في الترتيب التاسع العبارة رقم (٢٠) ومؤداها " انخفاض الدخل وغلاء المعيشة يجعلني اقلق من المستقبل " بانحراف معياري ٠,٦٧، وجاء في الترتيب العاشر العبارة رقم (٣٠) ومؤداها " أفكر في الطريقة التي احصل بها على المال في الغد " انحراف معياري ٠,٨١، وجاء في الترتيب الحادي عشر العبارة رقم (٢٥) ومؤداها " زيادة البطالة في المجتمع يجعل حياتي صعبة وبالتالي عدم التفكير في الزواج " بانحراف معياري ٠,٦٦، وجاء في الترتيب الثاني عشر العبارة رقم (٣٥) ومؤداها " اري في المستقبل مشكلة مادية كبيرة " بانحراف معياري ٠,٦٨.

جدول رقم (٦) ابعاد مقياس قلق المستقبل ككل

م	ابعاد مقياس قلق المستقبل	متوسط الوزن المرجح	الانحراف المعياري	الترتيب
١	بعد الجانب الجسمي ككل.	٢,٤١	٠,٧٣	١
٢	بعد الجانب المعرفي ككل.	٢,٢٩	٠,٦٩	٣
٣	بعد الجانب الوجداني ككل.	٢,٢١	٠,٧٢	٥
٤	بعد الجانب الاجتماعي ككل.	٢,٢٣	٠,٧٦	٤
٥	بعد الجانب الاقتصادي ككل.	٢,٤٠	٠,٦٦	٢
	المقياس ككل	٢,٣٠	٠,٢٩	مرتفع

يتضح من بيانات الجدول السابق ان: الجانب الجسمي علي مقياس قلق المستقبل ككل جاءت في الترتيب الأول بمتوسط وزن مرجح ٢,٤١، وانحراف معياري ٠,٧٣، وجاء في الترتيب الثاني الجانب الاقتصادي بمتوسط وزن مرجح ٢,٤٠، وانحراف معياري ٠,٦٦، وجاء في الترتيب الثالث ان الجانب المعرفي علي مقياس قلق المستقبل ككل بمتوسط وزن مرجح ٢,٢٩، وانحراف معياري ٠,٦٩، وجاء في الترتيب الرابع الجانب الاجتماعي بمتوسط وزن مرجح ٢,٢٣، وانحراف معياري ٠,٧٦.

النتائج العامة للدراسة:

- ١- تم التحقق احصائيا عن التساؤل الرئيسي للدراسة وهو ما هي درجة قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين على الزواج؟ حيث كشفت نتائج الدراسة ان متوسط الوزن المرجح لمقياس قلق المستقبل ككل بلغ ٢,٣٠ بانحراف معياري ٠,٢٩ وهذا يشير الي ان الشباب عينة الدراسة يعانون من قلق المستقبل بنسبة مرتفعة.
- ٢- التساؤل الفرعي الأول وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد الجسمي لدي الشباب المقبل على الزواج؟ تم التحقق منه احصائيا حيث جاء في الترتيب الأول وبلغ متوسط الوزن المرجح ٢,٤١ بانحراف معياري ٠,٧٣، وهي درجة مرتفع وتوضح ان عينة الدراسة يعانون من اعراض جسيمية مصاحبة للقلق بشكل مرتفع.
- ٣- التساؤل الفرعي الثاني وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد المعرفي لدي الشباب المقبل على الزواج؟ حيث جاء في الترتيب الثالث، وبلغ متوسط الوزن المرجح ٢,٢٩ بانحراف معياري ٠,٦٩ وهي درجة مرتفعة تشير الي ان هناك بعض الأفكار الدالة علي القلق لدي الشباب المقبلين علي الزواج عينة الدراسة.

- ٤- التساؤل الفرعي الثالث وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد الوجداني لدى الشباب المقبل على الزواج؟ جاء في الترتيب الخامس حيث بلغ متوسط الوزن المرجح ٢,٢١ بانحراف معياري ٠,٧٢ وهي درجة متوسطة وتشير الي ان الحالة الوجدانية لعينة الدراسة تتأثر بقلق المستقبل الذي يعانون منه.
- ٥- التساؤل الفرعي الرابع وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد الاجتماعي لدى الشباب المقبل على الزواج؟ حيث جاء الجانب الاجتماعي في الترتيب ٢,٢٣ وانحراف معياري ٠,٧٦ وهي درجة متوسطة، تشير الي ان تأثير قلق المستقبل علي عينة الدراسة في الجانب الاجتماعي متوسطة.
- ٦- التساؤل الفرعي الخامس وهو ما هي درجة القلق من جانب البعد الاقتصادي لدى الشباب المقبل على الزواج؟ حيث جاء في الترتيب الثاني وبلغ متوسط الوزن المرجح ٢,٤٠ بانحراف معياري ٠,٦٦، وهي درجة مرتفعة تشير الي ان قلق المستقبل لدي عينة الدراسة مرتبط بالجانب الاقتصادي بشكل مرتفع.

المراجع:

- إسماعيل، إبراهيم إبراهيم (٢٠٠٦): فعالية الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم الفني، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة أسيوط.
- إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٣): مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي دراسة مقارنة بين عينات مصرية وسعودية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد ١٣- العدد ٤٠.
- حسانين، احمد محمد (٢٠٠٠): قلق المستقبل وقلق الامتحان وعلاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي، رسالة ماجستير (غير منشورة). كلية الآداب. جامعة المنيا.
- الحمداني، اقبال (٢٠١١): الاغتراب والتمرد والقلق من المستقبل، دار الفكر العربي.
- الفقي، أمال ابراهيم (٢٠١٣). التنظيم الذاتي وعلاقته بمستوي الطموح وقلق المستقبل لدى طلاب الثانوية. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، عدد، ٣٨ جزء، مليجي، أمال عبد السميع (٢٠٠٤): مقياس مستوى الطموح لدى المراهقين والشباب، القاهرة: الانجلو المصرية.
- رحمين، امينة (٢٠١٤): قلق المستقبل عند طلاب الجامعة، رسالة ماجستير في علم النفس الاجتماعي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية الأرففونيا، جامعة الجزائر.
- خيرة، بلعداسي (٢٠٢٠): قلق المستقبل لدى النساء المتأخرات عن الزواج وتأثيره على الصلابة النفسية، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة عبد الحميد بن باديس، الجزائر.
- أبو سليمان، بهجت عبد المجيد (٢٠٠٧): أثر الاسترخاء والتدريب على حل المشكلات في خفض القلق وتحسين الكفاءة الذاتية لدى عينة من طلبة الصف العاشر القلقين، رسالة دكتوراه غير منشورة. الجامعة الأردنية. عمان.
- زكي، حسام محمود (٢٠١٧). الجديد من المقاييس والاختبارات النفسية. عمان: دار شهرزاد للنشر والتوزيع.
- زكي، حسام محمود (٢٠١٣). قلق المستقبل الزواجي وعلاقته بالذكاء الوجداني لدي طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، ٢٤ (٩٤).

- شكير، زينب محمود (٢٠٠٥): "مقياس قلق المستقبل" القاهرة: الانجلو المصرية.
- مجدي، سعد شريف (٢٠١٣). دراسة نفسية لمستوى قلق المستقبل لدى طلبة المرحلة "الرابعة" الجامعية، الامارة كلية الآداب جامعة واسط *Journal for philosophy, linguistics and social sciences*, 12(5).
- عبد الباقي، سلوى (١٩٩٣): مسببات القلق، خبرات الماضي والحاضر ومخاوف المستقبل، مجلة دراسات نفسية تربوية، القاهرة، المجلد ٨، الجزء ٥٨.
- شند، سميرة محمد & الانور، محمد ابراهيم (٢٠١٢): قلق المستقبل وعلاقته بالضغط النفسية لدي شرائح من العاملين بمهن مختلفة. دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، عدد ٧٦.
- الداهري، صالح حسن (٢٠٠٥): مبادئ الصحة النفسية، الاردن، دار وائل للنشر.
- دياب، عاشور محمد (٢٠٠١): فعالية الإرشاد النفسي الديني في التخفيف من قلق المستقبل، مجلة التربية وعلم النفس جامعة المنيا، المجلد ١٥ العدد ١١.
- حسين، فرج عبد اللطيف (٢٠٠٩): الاضطرابات النفسية، الخوف، والقلق، والتوتر، الانفصام، الامراض النفسية للأطفال، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان.
- آل مشرف، فريدة (٢٠٠٠): مشكلات طلبة جامعة صنعاء وحاجاتهم الإرشادية "دراسة استطلاعية"، بحث منشور في المجلة التربوية، المجلد (١٤) العدد (٥٤).
- العبيدي، محمد جاسم (٢٠٠٩): مشكلات الصحة النفسية وامراضها وعلاجها، دار الثقافة، عمان.
- العشري، محمود محي الدين (٢٠٠٤): قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات، جامعة بغداد مركز البحوث التربوية والنفسية، مجلة البحوث التربوية والنفسية، مج ١٠، ع ٢٦.
- عبدالمغني، مروة موسي (٢٠٢١): قلق المستقبل لدى المتأخرات زواجيا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، بحث منشور، المجلة الدولية لدراسات المرأة والطفل، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية ع ٣ يوليو، جامعة عين شمس.
- سعود، ناهد (٢٠٠٥): قلق المستقبل وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلاب جامعة دمشق رسالة ماجستير -جامعة دمشق، سوريا.

السواظ، وصل الله عبدا الله (٢٠١٠): فعالية برنامج يستند الي الارشاد المعرفي السلوكي في التخفيف من قلق المستقبل لدي طلاب المرحلة الثانوية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد، ٢٠ عدد، ٦.

ومان، بثينة (٢٠٢٠) قلق المستقبل لدي المرأة المتأخرة عن الزواج، رسالة ماجستير غير منشورة كلية الدراسات والعلوم الإجتماعية، جامعة محمد خضير، بسكرة، الجزائر.

Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55.

De Souza B. Camila., Cendon, Sonia, Cavalhero, Leny, Jose Roberto de Brito Jardim, & Miguel Bogossian (2003). Anxiety, depression and traits of personality in COPD patients. *Psicologia, Saude & Doencas.*, Lisboa. 4 (1).

Hammad, Mahammad Ahmed (2016). Future Anxiety and its Relationship to Students' Attitude toward Academic Specialization, *Journal of Education and Practice*, Vol.7, No.15,6.

Zaleaki, Z. (1996). Future anxiety: concept measurement and Preliminary research *Person individual difference*, 21, 2.