

Anxiety and its Relationship to Some Variables Among a Sample of University Youth

Hanaa Abdel-Rahman ¹, Soha Samir Said ^{2,*} Nouran Ebid ³,

1. *Professor of medicine, Pioneer of student activities at the Egyptian Russian University and Director of the university's medical clinics.*
2. *PhD psychological sciences, Director of the Psychological and Social Counseling Unit, Egyptian Russian University.*
3. *Teaching Assistant at the Faculty of Pharmacy, Egyptian Russian University.*

*Corresponding author , Soha Samir Said, E-mail: pssu@eru.edu.eg

Received 30th November 2023, Revised 3rd March 2024, Accepted 4th March 2024.

DOI: 10.21608/erurj.2024.251801.1097

ABSTRACT

The current research aims to uncover the prevalence of anxiety as a state and trait among university students, as well as the relationship between the degree of anxiety and some variables such as type of study (scientific vs. theoretical colleges), gender (females vs. males), academic stage (early vs. advanced), and the relationship between students' alienation from their families and their anxiety levels. University stage is considered critical because it is the time of formation of students' concepts, their attitudes and maturation. Although, several previous studies focused only on future anxiety diagnosis of students, they didn't take into consideration their academic stage and specialization. The study was carried out at the Egyptian Russian University, Cairo, Egypt. The study tools consisted of applying the State-Trait Anxiety Scale for Adults (prepared by Abdel-Raqeeb Ahmed El-Beheiry, 2015). Results showed significant differences between university students according to type of their study,

their gender, academic stage, however students' alienation didn't seem to impact obviously on anxiety level of students.

keywords: psychological disorders - university stage - students' alienation.

القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من الشباب الجامعي

هناء عبد الرحمن 1، سهى سمير سعيد 2*، نوران عبيد 3،

1. أستاذ الطب ورائد الأنشطة الطلابية بالجامعة المصرية الروسية ومدير العيادات الطبية بالجامعة.
2. دكتوراه في العلوم النفسية، مدير وحدة الإرشاد النفسي والاجتماعي بالجامعة المصرية الروسية.
3. معيد بكلية الصيدلة الجامعة المصرية الروسية.

يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن مدى انتشار القلق كحالة وسمة لدى طلبة الجامعة، وكذلك العلاقة بين درجة القلق وبعض المتغيرات مثل نوع الدراسة (الكليات العلمية مقابل النظرية)، والجنس (إناث مقابل الذكور)، والمرحلة الأكاديمية (المبكرة مقابل المتقدمة)، والعلاقة بين اغتراب الطلاب عن أسرهم ومستويات القلق لديهم، حيث تعتبر المرحلة الجامعية حرجة لأنها مرحلة تكوين مفاهيم الطلاب واتجاهاتهم ونضجهم، وعلى الرغم من أن العديد من الدراسات السابقة ركزت فقط على تشخيص القلق المستقبلي لدى الطلاب، إلا أنها لم تأخذ بعين الاعتبار مرحلتهم الأكاديمية، وتخصصهم .

أجريت الدراسة في الجامعة المصرية الروسية، القاهرة، مصر، وتكونت أدوات الدراسة من تطبيق مقياس سمة وحاله القلق لدى البالغين (إعداد عبد الرقيب أحمد البحيري، 2015)

و أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الجامعة حسب نوع دراستهم، جنسهم، المرحلة الأكاديمية، ولكن لا يبدو أن اغتراب الطلاب يؤثر بشكل واضح على مستوى القلق لدى الطلاب .
الكلمات المفتاحية: الاضطرابات النفسية – المرحلة الجامعية – اغتراب الطلاب.

القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من الشباب الجامعي

مقدمة :

تعد اضطرابات القلق (اضطراب القلق العام، واضطراب الهلع/رهاب الخلاء، واضطراب القلق الاجتماعي، وغيرها) من أكثر الاضطرابات النفسية انتشارًا، وغالبًا ما لا يتم التعرف عليها، ولا يتم علاجها في مراحلها الأولى. بعض الحالات قد تستلزم الدعم النفسي، ومن المحتمل الوصول إلى العلاج الدوائي - في حالات أخرى - وذلك عندما يظهر على المريض ضيق ملحوظ أو يعاني من مضاعفات ناتجة عن الاضطراب. ويختلف عمر ظهور اضطرابات القلق، حيث غالبًا ما يبدأ اضطراب قلق الانفصال والرهاب المحدد خلال مرحلة الطفولة، مع متوسط عمر 7 سنوات تقريبًا، يليه اضطراب القلق الاجتماعي (13 عامًا)، ورهاب الخلاء دون نوبات هلع (20 عامًا)، واضطراب الهلع (24 عامًا)، وفي بعض الأحيان قد تميل اضطرابات القلق أن تكون في مسار مزمن، وقد تتقلب الأعراض في شدتها بين فترات الانتكاس والهدوء، هذا ويعتبر اضطراب القلق شائعًا لدى الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 50 عام أو أكثر . (Bandelow, B., Michaelis, S., & Wedekind, D. 2022: 94)

وهناك بنية نفسية لدى الأشخاص ذوي اضطراب القلق تعرف باسم عدم التسامح مع عدم اليقين - وهو الميل السلبي والتفكير السلبي إلى المواقف غير المؤكدة- ، والتي ثبت أنها سمة مشتركة نسبيًا للأشخاص الذين يعانون من اضطراب القلق العام. على الرغم من أنه من غير الواضح ما إذا كان أصل هذه البنية مكتسبًا أم وراثيًا. (Stein, M. B., & Sareen, J.2015 : 2061)

وتعتبر المرحلة الجامعية من أخطر المراحل حيث تعتبر بداية نضوج وتطور للمفاهيم العقلية والنفسية والأكاديمية ، وتتضح فيها ملامح الشخصية التي أكتسبها الفرد من السنوات السابقة في حياته ، كما أن الشباب الجامعي هم قادة المستقبل ووسيلة النهوض بالمجتمعات .

وفي هذه المرحلة يشغل بال الشباب بالدرجة الأولى التفكير بالمستقبل و سوق العمل، ونظرته للمستقبل سواء إيجابيه أو سلبيه سوف تؤثر وتتأثر بالدافعيه للإنجاز وبالمعتقدات إن وجدت . وعندما يكون هذا المستقبل معتم ومجهول نتيجة لخبرة الحاضر المناقضة للتوقعات وخبرة الماضي المشبعة بالإحباط

والخيبه ، فإن قلق المستقبل سيكون شعورا متوقعا ، مما يجعل الشباب في حالة من التوتر وعدم الإلتزان النفسي وعدم الراحة ، ومن ثم الوصول إلى حد القلق المرضى . (فاطمه زايد ، 2022 : 3)

ويختلف درجات حاله وسمه القلق بين الذكور والإناث فى المراحل العمرية المختلفة وتبعاً للبيئة المقيمين فيها ، ومن الدراسات السيكولوجيه التى تطرقت لقياس نسبة انتشار اضطراب القلق بين " الذكور والإناث " ، دراسة " (ماريان نصار ، 2019) ، والتي هدفت إلى التحقق من الفروق بين الذكور والإناث فى كل من القلق الاجتماعى وتقدير الذات، وقد وجدا الباحثون أهمية دراسة سمه وحاله القلق لدى طلاب الجامعة ومعرفة الفروق بين الذكور والإناث ، وهل يختلف درجة القلق لديهم تبعاً لتخصصهم الدراسى فى المرحلة الجامعية .

و يعتبر التخصص الدراسى أحد المتغيرات التى قد تؤثر بشكل أو بآخر فى اضطراب القلق ؛ فذو التخصصات العلميه تتصف دراستهم بالجانب العملي الذى يحتاج منهم إلى قضاء وقت كبير داخل المعامل، والتفرغ للدراسة، الأمر الذى قد ينمي لديهم العزلة وشعورهم المستمر بالتوتر الذى بدوره يؤدي إلى إرتفاع القلق ، على عكس ذوي التخصصات الأدبيه الذين يجدون متسعاً من الوقت للخروج مع الأصدقاء وممارسة الأنشطة المختلفة ، - فى حدود علم الباحثين - ، ورغم ذلك لم يجد الباحثون دراسات تدعم وجهة هذه النظر .

كما يعد الإغتراب المكانى جزء من ظاهرة الإغتراب النفسى والذى بدوره من أخطر الظواهر النفسية على المجتمع الإنسانى وذلك لانه يهدد كيانه عن طريق تفكيك الروابط الإنسانية بين أفراد المجتمع الواحد ويسعى لهدم المعايير الإجتماعية وتحريف القيم وتبديلها بقيم تجعل كل فرد يفعل ما يريد دون مراعاة لعادات وتقاليد مجتمعه واستحداث قيم جديدة سيئة تؤدي إلى مايمكن أن نطلق عليه التحلل الأخلاقى ، ويصبح الإنسان المغترب فى هذا العصر خطراً كبيراً لا على نفسه فقط ، إنما على مجتمعه الذى يعيش فيه حيث يتنزح من داخله الإحساس بالإنتماء والولاء له نتيجة لفقدان الثقة فى إمكانية تحقيق ما يصبو إليه من إشباع لحاجاته أو مكانة إجتماعية بين أرحائه رغم ما يبذله من جهد وعناء ، ومن ثم شعوره بقلق المستقبل وعدم قدرته على تحقيق ما يصبوا إليه .

مشكلة البحث :-

جاءت مشكلة البحث من خلال ملاحظة الباحثين لسلوك بعض الطلاب الجامعيين ، ولما له من مظاهر تنم عن عدم الاستقرار الانفعالي، والتي تتمثل في صعوبة التوافق و التوتر ، والشعوره بالغربة وإحساس بالقلق فى بدايه الإلتحاق بالجامعة ، ويظهر القلق بشكلين اولهما الخوف من الفشل ، والأخر الخوف والقلق من المستقبل المجهول مما يؤدي فى بعض الأحيان إلى إعاقة التحصيل الأكاديمي ، وإلى ضعف التركيز فى المواد الدراسية، والملل من المحاضرات ، والخوف من الإمتحانات مما قد يؤدي للرسوب في بعض الأحيان ، أو عدم القدرة على التوافق والتكيف والشعور بالإغتراب النفسي ولاسيما إذا كان هذا الطالب من المغتربين

كما لاحظ الباحثون ان التخصص له دور كبير في تقبل الطالب لمجتمع الجامعه وإنخفاض معدل القلق لديه -إذا وافق إختياره من البدايه - مقارنة بالقلق من المستقبل الذي ينتج من عدم الرغبة في التخصص غير المرغوب فيه ، لذلك يصبح الكثير من الطلاب معرضين للمرور بحالة من القلق بين الحين والأخر .

و يزداد القلق لدى طلاب المراحل المتقدمة فى الجامعات أكثر من طلبة المراحل الأولى وذلك نتيجة لشعورهم بالمسئولية والقلق من المستقبل ، وقد يرجع ذلك إلى الخوف من ما هو منتظره بعد الإنتهاء من الدراسة ، ولذلك رأى الباحثون أهمية عمل دراسه عن مستويات القلق لدى طلاب الجامعة المصرية الروسية بغرض التعرف على طبيعة هذه الظاهرة وطبيعة المتغيرات المؤثرة فيها ، ومن الدراسات التى تناولت مستويات القلق لدى طلاب الجامعة دراسة (فاطمة زايد ، 2022) (3) ، ودراسة (احمد شيبب ، عائشة البموشية ، 2017) (18) ، ودراسة (مواهب الرشيد ، 2018) (20) ، (ياسمين محمد ، شذى العجيلي ، 2013) (24) ، ودراسة (ايمان صلاح ، 2021) (26) .

وتبرز أهمية الدراسة الحالية لتناولها ظاهرة القلق والتعرف على الفروق فى متوسطى درجات حالة وسمة القلق لذوي التخصص الكليات العلمية والكليات النظرية ، والمقارنه بين درجات حالة وسمة القلق فى الذكور والإناث ، وفى طلاب الفرقة الأولى والفرق المتقدمة ، وفى الطلاب المغتربين وغير المغتربين عن ذويهم ، لذا تتجلى ضرورة تناول متغير اضطراب القلق بالبحث والدراسة وعلاقته ببعض المتغيرات ، و

الإهتمام ببداية ظهور هذا الإضطراب وعدم إهماله ومعالجته مبكراً وفى وقت مناسب وبأساليب فعالة ، هذا سيؤدى حتماً للحد من هذا الإضطراب وخاصة بين طلاب الجامعة ، وفى ضوء العرض السابق يمكن صياغته مشكلة البحث فى الاجابه على السؤال التالى :

- ما درجة إنتشار معدل حالة وسمة القلق بين طلاب الجامعة المصرية الروسية ؟

أهداف البحث :

- ❖ الكشف عن الفروق بين طلاب الكليات النظرية والكليات العلمية فى معدل درجات القلق لدى الشباب الجامعى .
- ❖ الكشف عن الفروق بين الطلاب الذكور والإناث فى معدل درجات القلق لدى الشباب الجامعى .
- ❖ الكشف عن الفروق بين الدفعات المتقدمة والدفعات الحديثة فى معدل درجات القلق لدى الشباب الجامعى
- ❖ الكشف عن الفروق بين الطلاب المغتربين وغير المغتربين فى معدل درجات القلق لدى الشباب الجامعى.

أهمية البحث :

تحدد أهمية البحث الحالى من خلال الجانبين النظرى والتطبيقى كالتالى :

أولاً : الأهمية النظرية :

- الإسهام فى التاصيل النظرى لعدد من المصطلحات الهامة كسمة القلق وشباب المرحلة الجامعية

- كما ترجع أهمية البحث فى التعرف على خصائص حالة وسمة القلق لدى الشباب الجامعى وعلاقته ببعض المتغيرات .

ثانياً : الأهمية التطبيقية :

- تسليط الضوء على الشريحة العمرية التى أجريت عليها الدراسة الحالية وهم الطلاب الجامعيون ، لذا فإن النتائج التى سوف يتوصل إليها الباحثون قد تساعد فى خفض نسبة القلق فى هذه الفئة العمرية.

- قد تسهم هذه الدراسة فى لفت أنظار الأسر إلى بعض أوجه المساندة والتي قد تكون غائبة عن الأذهان.

- قد يسهم البحث الحالي في بيان خطورة اضطراب القلق على الشباب الجامعى .

- الإستفادة من نتائج البحث الحالى في توجيه أنظار العاملين في الحقل التربوي إلى الاهتمام بذوي اضطراب القلق والسعي نحو تقديم خدمات إرشادية وعلاجية لهذه الفئة ومساندتهم ؛ لمساعدتهم على التخلص من هذا الاضطراب.

مفاهيم ومصطلحات البحث :

القلق :

يعرف القلق بأنه شعور عام غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الأحاسيس الجسيمة خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبى للإرادى . (أحمد عكاشة، 2018 : 134)

كما عرفه (زعتر نور الدين ، 2020 : 1) بأن القلق هو أساس كل الأمراض العصابية وهو حالة من الخوف الغامض الشديد الذى يمتلك الفرد ويسبب له الكثير من الإنقباض والضيق ، ويعتبر سببه مجهول يؤثر على الفرد فيسبب له حالة من التشتت وعدم الإطمئنان .

ويعرف الباحثون القلق بأنه خبرة انفعالية غير سارة يعاني منها الفرد عندما يشعر بخوف أو تهديد من شيء دون إن يستطيع تحديده تحديداً واضحاً ، بجانب شعور عام بعدم القدرة على التفكير، و التنظيم ، وفقدان القدرة على السيطرة على ما يقوم به الفرد من عمل.

مرحلة الشباب الجامعى :

تعرف مرحلة الشباب بأنها تشمل الأشخاص في الفئة العمرية من (15-29) سنة، والذين يمرون بتحولات مشتركة عاطفية، بدنية، واجتماعية تؤثر في دورهم المجتمعي. (Barry, M. J., Nicholson, W. K., Silverstein, M., et al , 2023: 2164)

ويعرف (ماهر أبو المعاطى ، 2021 : 8) إنها حالة نفسية يمر بها الإنسان تتميز بالحيوية وترتبط بالإستعداد والرغبة والقدرة على التعلم ومرونة العلاقات الإنسانية وتحمل المسؤولية ، وهي المرحلة التي ينتقل فيها الشخص من مرحلة كان يعتمد فيها على الآخرين إلى مرحلة يصبح فيها معتمد على نفسه. كما عرفها الباحثون بأنها مرحلة في مسار حياة الفرد بين المراهقة والبلوغ ، و يكون فيها الشباب متحررين نسبياً من مسؤوليات الكبار وقادرين على استكشاف خيارات مهنية وحياتية متنوعة.

الاطار النظرى :

يعد اضطراب القلق واحداً من أكثر فئات الاضطرابات شيوعاً في جميع أنحاء العالم ، فهناك ما يقدر بنحو 40 مليون بالغ يعانون من اضطراب القلق في الولايات المتحدة الامريكية ، و تؤثر هذه الاضطرابات المزمنة والاضطرابات بشكل كبير على جودة الحياة والأداء ، حيث يرتبط اضطراب القلق بضعف أداء العمل ، والأمراض النفسية . Zimmermann, M., Chong, A. K., Vechiu, C,2020 (:285)

وطبقاً لمنظمة الصحة العالمية (WHO) فإن اضطراب القلق يعد أكثر الإضطرابات النفسية انتشاراً في العالم حيث بلغ عدد المصابين به نحو 28.68 مليون فى عام 2016 ، ، كما أنه أعتبر السبب التاسع للإضطرابات النفسية شيوعاً . (Banushi, B., Brendle, M., Ragnhildstveit, A ,2023 : 2)

وطبقاً للدليل الإحصائى والتشخيصى للطب النفسى الإصدار الخامس DSM5 ، فقد تم وضع أشكال للقلق المرضى والمعيقة لجودة الحياة وكانت كالتالى : (الدليل التشخيصى الإحصائى الخامس DSM5 ، 2013 : 91 – 101)

اضطراب قلق الانفصال Separation Anxiety Disorder

وهو قلق أو خوف مفرط يتعلق بالانفصال عن البيت أو عن الأشخاص الذين يتعلق بهم مثال :

- أذى محتمل للأشخاص الذين يتعلق بهم كالمريض، الاصابة، كارثة، أو الموت
- خوف مستمر ومفرط من أن حادثاً مشؤوماً (مثل الضياع، التعرض للخطف، حصول حادث).

➤ ممانعة مستمرة أو رفض الذهاب إلى الخارج كالمدرسة أو العمل أو الأماكن الأخرى بسبب الخوف من الانفصال.

1- يستمر هذا القلق لمدة 4 أسابيع على الأقل عند الاطفال والمراهقين، وبشكل نموذجي على البالغين 6 أسابيع .

2- الصمت الانتقائي Selective Mutism

ويتمثل في :

- عجز ثابت عن الكلام في مواقف اجتماعية محددة حيث يتوقع فيها الكلام مثل المدرسة أو الجامعة أو العمل .
- يتداخل الإضطراب مع الإنجازات التعليمية أو المهنية أو في القدرة على التواصل الإجتماعي.
- يستمر هذا الإضطراب شهر على الأقل، ولا تقتصر على الشهر الأول في المدرسة أو الجامعة أو العمل.

3- الرهاب النوعي Specific Phobia

خوف ملحوظ أو قلق حول شيء أو موقف محدد (مثل، الطيران، المرتفعات، الحيوانات، أخذ حقنة، رؤية الدم)

- الخوف أو القلق لا يقارن بالخطر الفعلي الذي يمثله الشيء أو الموقف الرهابي، ولا يقارن بالسياق الإجتماعي .
- يكون الخوف، القلق، والتجنب، مستمراً ويدوم بشكل نموذجي لسنة أشهر أو أكثر .
- يسبب الخوف، القلق، التجنب، انخفاضاً في الأداء الإجتماعي أو الاكاديمي أو المهني أو مجالات الأداء الهامة الأخرى .

4- اضطراب القلق الاجتماعي (الرهاب الاجتماعي) Social Anxiety Disorder (Social Phobia)

- 1- خوف ملحوظ أو قلق حول واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية والتي يحتمل أن يتعرض الفرد فيها للتدقيق من قبل الآخرين. الأمثلة تتضمن التفاعلات الاجتماعية (كإجراء محادثة مثلا ، مقابلة أناس غير مألوفين) أو أن يكون مراقباً مثل الأكل أو الشرب أو الأداء أمام الآخرين (كالقاء كلمة مثلا) .
- 2- يخاف الفرد أنه سوف يتصرف بطريقة محرجة أو سوف تظهر أعراض القلق، والتي سيتم تقييمها سلباً .
- 3- يثير التعرض للموقف الاجتماعي القلق أو الخوف بشكل دائم تقريباً ملاحظة: مثال ثورات الغضب أو التجمد أو الإنكماش أو الإنسحاب أو فشل التكلم في المواقف الاجتماعية.
- 4- الخوف أو القلق لا يقارن بالخطر الفعلي الذي يمثله الشيء أو الموقف الرهابي.
- 5- يكون الخوف، القلق، التجنب، مستمراً ويدوم بشكل نموذجي لسنة أشهر أو أكثر.
- 6- الخوف، القلق، التجنب لا تكون بسبب التأثيرات الفسيولوجية لمادة (مثل إساءة استخدام عقار، دواء) أو لحالة طبية أخرى.

وقد أوضح (احمد عكاشة ، 2018 : 135) الفرق ما بين الخوف والقلق في الجدول التالي:

الوصف	القلق	الخوف
السبب أو الموضوع	مجهول	معروف
التهديد	داخلي	خارجي
الصراع	موجود	غير موجود
المدة	مزمنه	حادة

حالة القلق وسمة القلق :

تميز نظرية حالة وسمة القلق State – Trait Anxiety Theory جانبيين من القلق : الجانب الاول أطلق عليه حالة القلق ويشير الى القلق كحاله إنفعالية مؤقتة أو حالة الكائن الانساني التي يتسم بها داخلياً ، وذلك لمشاعر التوتر و الخطر المدركة شعورياً والتي تزيد من نشاط الجهاز العصبي الذاتى ،

فتظهر علامات حالة القلق ، وتختلف حالات القلق هذه من شدتها وتقلبها معظم الوقت ، والجانب الثاني اطلق عليه سمه القلق ويشير إلى الإختلافات الفردية (الثابته نسبياً) فى قابلية الإصابه بالقلق التى ترجع إلى الإختلافات الموجودة بين الافراد فى إستعدادهم للاستجابة للمواقف المدركة كموقف تهديد بإرتفاع حالة القلق ، وكمفهوم سيكولوجى ، فإن سمة القلق لها نفس الخصائص التى أطلق عليها " دوافع Motives ، كما أطلق عليها ايضاً " الاستعدادات السلوكية المكتسبة Acquired behavioral dispositions ، والدوافع فى رأى " اتكنسون " ما هى إلا إستعدادات تكتسب فى الطفولة وتظل كامنه غير مشعور بها حتى تجد الظروف المثيرة التى تنشطها وتثيرها ، أما الإستعدادات السلوكية المكتسبة فى رأى " كامبل " فتضمن بقايا من الخبرة السابقة تهى الفرد إلى أن ينظر العالم بطريقة خاصة والميل إلى إظهار إستجابة ثابتة نسبياً ، وخالصة القول أن سمة القلق تعنى فى كلتا الحالتين النظرة إلى العالم الملئ بالعديد من المواقف المثيرة التى يشعر بها الفرد كشئ خطر أو مهدد للذات ، كما أنها تعنى الميل إلى الإستجابة لمثل هذه التهديدات بحالة من القلق . (عبد الرقيب البحيرى ، 2015 : 10-11)

أسباب القلق:

ذكر (كلثوم بلميهوب، 2016 : 148-149) أن لحالات القلق عدة أسباب منها :

- الإستعداد الوراثي في بعض الحالات وقد تختلط العوامل الوراثية بالعوامل البيئية .
- الإستعداد النفسي (الضعف النفسي العام) ، والشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي الذي تفرضه بعض الظروف البيئية بالنسبة لمكانة الفرد واهدافه والتوتر النفسي الشديد والأزمات والمتاعب .
- الخسائر المفاجئة والصدمات النفسية والشعور بالذنب والخوف من العقاب وتوقعه ، والمخاوف تبدأ في مرحلة الطفولة المبكرة والشعور بالعجز والنقص .
- الأسباب النفسية مثل الصراع بين الدوافع والإحباط والفشل وظيفياً
- مواقف الحياة الضاغطة والضغط الحضارية والثقافية والبيئية الحديثة ومطالبها
- البيئة القلقة المشبعة بعوامل الخوف والههم وموقف الضغط والوحدة والحرمان وعدم الأمن واضطراب الجو الأسري وتفكك الأسرة ، والوالدان العصابيان القلقان أو المنفصلان وعدوى القلق وخاصة من الوالدين .

- مشكلات الطفولة أو المراهقة أو الشيخوخة ، ومشكلات الحاضر التي تنشط ذكريات الصراعات في الماضي ، الطرق الخاطئة في تنشئة الأطفال مثل القسوة. والتسلط والحرمان والحماية الزائدة واضطراب العلاقات الشخصية مع الآخرين.

النظريات المفسرة للقلق :-

1- تفسير نظرية التحليل النفسي للقلق:

وأشار (Liu, H, 2019 : 105-107) إلى نظرية التحليل النفسي كالتالي :

يعتبر " فرويد " Freud رائد مدرسة التحليل النفسي من أوائل من تحدثوا عن القلق في علم النفس، بل ويرى البعض أن هذا المفهوم لم يشع استخدامه إلا عندما شاع في كتابات "فرويد"، حيث يعود الفضل إليه في توجيه علماء النفس إلى الدور الهام الذي يلعبه القلق في حياة الإنسان. ولقد مر تفسير "فرويد" للقلق النفسي بمرحلتين:

المرحلة الأولى (1916-1917): حيث فسّر القلق على أساس أنه حينما تمنع الرغبة الجنسية من الإشباع فإن الطاقة النفسية المتعلقة بالدافع الجنسي " اللبيدو " لدى الفرد تتحول إلى قلق بطريقة فسيولوجية. أما **المرحلة الثانية (1936):** فقد عدل "فرويد" عن رأيه الأول وأكد أن جميع المخاوف المرضية في أساسها هي رغبة جنسية غير مقبولة وخوف من العقاب، وهو عبارة عن الخوف من الخصاء، وقد أبدل "فرويد" هذا الخوف وحل محله الخوف المرضي، ومن خلال اهتمامه بدراسة ظاهرة القلق التي كان يشاهدها في معظم الحالات العصابية التي كان يعالجها، فقد ميز "فرويد" بين نوعين من القلق هما: القلق الموضوعي والقلق العصابي .

القلق الموضوعي Objective Anxiety :

وهو قلق ينتج عن إدراك الفرد لخطر ما في البيئة ويكون للقلق في هذه الحالة وظيفة إعداد الفرد لمقابلة هذا الخطر بالقضاء عليه أو تجنبه أو اتباع أساليب دفاعية إزاءه . (Liu, H, 2019 : 106)

القلق العصابي Neurotic Anxiety :

وهو نوع من القلق ينشأ عند الفرد دون أن يعرف له سبباً محدداً وهو يتسم بالغموض. وقد كان فرويد في

حديثاً عن هذا النوع من القلق غامضاً فقد ادعى "فرويد" في أول الأمر أن القلق ينشأ عن كبت الرغبات الجنسية في اللاشعور. مما يؤدي إلى إثارة منطقة لحاء المخ فيشعر الفرد بالقلق، وبذلك جعل مصدر القلق فسيولوجياً لا نفسياً. ولكنه عدل عن ذلك، وحاول تفسير هذا النوع من القلق بأنه ينشأ نتيجة تهديد (الهوا) لدفاعات (الأنا) عند محاولة إشباع نزعاتها الغريزية التي لا يوافق عليها المجتمع. وفي هذه الحالة فإن (الأنا) لا بد أن تدافع عن نفسها، وغالباً ما تلجأ إلى بعض الحيل الدفاعية؛ كالإسقاط والتبرير والنكوص، ولكن هذه الحيل لا تؤدي إلى راحة دائمة وإنما تؤدي إلى راحة مؤقتة؛ لأنها تقوم على تشويه الواقع. لذلك تنطلق إنذارات أخرى من قبل (الهوا) وعندها قد تعجز (الأنا) عن إيجاد طرق أخرى لرد هذه النزعات الغريزية، فيشتد القلق وقد يعاني الفرد من بعض الاضطرابات السلوكية. وقد لاحظ "فرويد" أن هذا النوع من القلق العصابي يأخذ أشكالاً ثلاثة هي: (القلق العام - قلق المخاوف المرضية - قلق الهستيريا). (Liu, H, 2019 : 107)

واعتماداً على ما سبق يرى الباحثون أنه يمكن القول بأن التحليليين يربطان ظهور الاضطرابات النفسية ومنها القلق بخبرات الفرد المؤلمة المعيقة للنمو السوي كنتيجة لسيطرة بعض الرغبات المكبوتة من جانب ولضعف نمو (الأنا) الفاعل القادر على التكيف في المقابل، كما خلص الباحثون إلى أن النظرية التحليلية تقوم على الاعتقاد بأن السلوك البشري يتأثر بشدة بالعمليات النفسية اللاشعورية، وأن سلوك الإنسان السوي واللاسوي يكون نتاج تفاعل العوامل الوراثية والبيئية، وترتكز هذه النظرية على الأهمية البالغة للسنوات الأولى من حياة الفرد من حيث تأثيرها البالغ على الحالة النفسية للفرد فيما بعد. وذلك بناءً على تفسير النظريات التحليلية للقلق مشيرين إلى أن البيئة التي يعيش فيها الفرد تسهم بدرجة كبيرة في نشأة القلق وذلك نتيجة للإحباط والصراعات الداخلية، وكلما كانت بيئة الفرد مشبعة لاحتياجاته ساهم ذلك في خفض درجة القلق لديه.

2- تفسير المدرسة السلوكية للقلق:

ويشير كلاً من (Fox , Zeytinoglu , et al, 2023 : 538) إلى وجهه النظر السلوكية في تفسير القلق كالتالي :

تنظر المدرسة السلوكية إلى القلق على أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد تحت شروط التدعيم الإيجابي والتدعيم السلبي، فعلماء المدرسة السلوكية لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية، ورغم ما يوجد من اختلافات جوهرية بين المدرسة السلوكية ومدرسة التحليل النفسي، إلا أنهما يشتركان في الرأي القائل بأن القلق يرتبط بماضي الإنسان، وما واجهه أثناء هذا الماضي من خبرات، وهما تتفقان أيضاً في أن الخوف والقلق كلاهما استجابة انفعالية من نوع واحد، وأن الاختلاف بين الاثنتين يكمن في أن الخوف ذو مصدر موضوعي يدركه الفرد، في حين أن مصدر القلق أو سببه يخرج من مجال إدراك الفرد، أي أن الفرد ليس واعياً بما يثيره القلق، فالقلق والخوف فعلاّن متعلّمان مكتسبان، فالطفل يكتسب القلق من والديه، فهما اللذان يجلبان القلق لأبنائهما، أو يبعدهن عنهما، كما يريان أن الصراع الانفعالي الشديد، الذي يلعب الكبت فيه دوراً كبيراً وذلك على مستوى اللاشعور أساس الاضطرابات النفسية ويحدث الصراع في ثلاثة أنواع هي:

- صراع الإقدام والإحجام. Approach-Avoidance Conflict
 - صراع الإقدام والإقدام. Approach- Approach Conflict
 - صراع الإحجام والإحجام. Avoidance- Avoidance Conflict
- و يرى "دولارد وميلر" أن الطفل يتعلم أنواع الصراع في بداية حياته الأولى، وذلك على مستوى اللاشعور، وهذا ما يجعل للعمليات اللاشعورية أهميتها في تكوين الخوف والقلق.

2- تفسير النظرية الفسيولوجية للقلق:

تنشأ أعراض القلق النفسي من زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي بنوعيه السمبثاوي والباراسمبثاوي، ومن ثم تزيد نسبة الأدرينالين والنورادرينالين في الدم، ومن علامات تنبيه الجهاز السمبثاوي ارتفاع ضغط الدم لدى الفرد، وتزايد ضربات القلب، وجحوظ العينين، وزيادة العرق، وجفاف الحلق، وأحياناً رجفة في الأطراف، وصعوبة في التنفس أما ظواهر نشاط الجهاز الباراسمبثاوي فأهمها كثرة التبول والإسهال، ووقوف الشعر، وزيادة الحركات المعوية مع اضطراب الهضم والشهية والنوم . (أحمد عكاشة ، 2018: 111)

4- تفسير النظريات المعرفية للقلق:

تقوم النظرية المعرفية على فكرة أن الانفعالات التي يبديها الناس، إنما هي ناتجة عن طريقتهم في التفكير، ولهذا فهي ركزت على عدم عقلانية التفكير وتشويش الواقع كأسباب أساسية للمرض النفسي،

فالنظرية المعرفية ترفض ما تنادي به مدرسة التحليل النفسي من أن اللاشعور مصدر الاضطراب النفسي، وكذلك ما تنادي به المدرسة السلوكية، وإنما يرى أصحاب المدرسة المعرفية أن ردود الفعل الانفعالية ليست استجابات مباشرة ولا تلقائية للمثير الخارجي بينما يجرى تحليل للمثيرات وتفسيرها من خلال النظام المعرفي، وقد ينتج عن ذلك عدم الاتفاق بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية مما يتسبب في الاضطرابات النفسية، ومنها اضطراب القلق . (Eysenck, 2013:2)

ويعقب الباحثون على النظريات المفسرة للقلق، إلى أنه بالرغم من كل ما وجه إلى نظرية التحليل النفسي من انتقادات بشأن الاهتمام المبالغ فيه بدور العمليات اللاشعورية كمحددات للسلوك. وتجاهلها لدور العوامل البيولوجية - فقد أسهمت بقدر كبير في فهم طبيعة الشخصية الإنسانية- ، كما لفتت الانتباه إلى أهمية خبرات الطفولة في تطور النمو السوي والمرضي للشخصية، وإبراز أثر اللاشعور على السلوك الإنساني، أما النظرية السلوكية فلقد ركزت على دور التعلم والمحددات البيئية في تفسير السلوك؛ حيث تناولت القلق وجميع الأعصاب النفسية باعتبارها عادات متعلمة واستجابات شرطية؛ إذ يكون الفرد غير واع بالمثير الطبيعي لها، وبهذا اعتبرت بمثابة قوة مواجهة للتحليل النفسي. إلا أن تركيزها على دور التعلم والبيئة في تفسير السلوك جعلها موضعاً للنقد ، كما ركزت النظرية الفسيولوجية على أن القلق ناتج فقط من زيادة نشاط الجهاز العصبي وتغاضت عن الجانب السلوكي .

ومن هنا وجد الباحثون أن هذه النظريات والتفسيرات السابقة لا تعمل بمعزل عن بعضها؛ بل في تكامل وتفاعل مستمرين. فإدراك الموقف وتقييم خطورته يولد سلسلة من العمليات العقلية والفكرية ثم الانفعالية، التي تنشط بدورها الجوانب الفسيولوجية التي تنسب إليها كل الأعراض المصاحبة للقلق.

مرحلة الشباب :

تعتبر مرحلة الرشد المبكر أو مرحلة الشباب من المراحل المهمة في حياة الإنسان ، حيث أن الفرد يسعى فيها إلى تكوين الأسرة وتحقيق الذات، والإعتماد على النفس، وممارسة المسؤوليات الاجتماعية وذلك بإتباع أسلوب معقول من أجل التوافق مع الذات ومع المجتمع، ويحدث في هذه المرحلة تغيرات فسيولوجية ونفسية واجتماعية للفرد فيصبح راشداً مسؤولاً عما يقوله وعما يفعله إلى أنه في هذه المرحلة ، ومع تقدم العمر تصحبه مجموعة من الضغوط والأزمات التي تحدث في حياتهم ، ومن ثم نلاحظ أن الفرد يمر في

حياته بمراحل تتفاوت بين القوة والضعف ، فهو يخرج إلى الدنيا صغيرا يكبر شيئاً فشيئاً ، فيقوى جسمياً وتتمو حواسه ويزداد عقلاً وعلماً ، حتى يصل إلى أشده . (Rivera ,2019 :181)

مميزات مرحلة الشباب

- القدرة على التحدي ومواجهة الصعاب.
- النضج الفكري والعقلي.
- القدرة على بناء علاقات اجتماعية ناجحة والتفاعل بشكل جيد وفعال مع المجتمع.
- مواجهة المشكلات الشخصية والعامّة بعقلانية والتصدي لها.
- تتسم تلك المرحلة بالحالة المزاجية المستقرة نوعاً ما حيث يستطيع الآن معرفة أهدافه في الحياة وطرق تحقيقها.
- مساعدة الغير ومعرفة الواجبات والحقوق والقيام بها على أكمل وجه.
- بناء أفكار ومبادئ خاصة بالشخص نفسه فقد يتكون لديه في هذه المرحلة عقائد وأفكار شخصية تساعده على إدراك الأشياء المحيطة به . (Craig, Goulter, 2021 : 81)

عيوب مرحلة الشباب:

تمر بعض الأشخاص في مرحلة الشباب بمجموعة من العوائق والصعوبات التي تعتبر من خصائص مرحلة الشباب وأبرزها:

- المشاكل العاطفية التي يعتقد الكثير بإنها نهاية العالم.
- اضطرابات ومشاكل أسرية نتيجة اختلاف الفكر والثقافة.
- ضعف العلاقات العامة وذلك يرجع لشخصية الشاب أو الفتاة وميولهم الاجتماعية.
- الشعور بأن العالم ضده أو الأفكار السلبية والمحبطة التي تتكون لديه عن الآخرين.
- صحبة السوء والاقتران بهم.

- الفراغ النفسي أو فراغ الوقت حيث يضر صاحبه بشكل كبير ويجعله يفكر في ميول انتحارية غير مرغوب فيها.
- الإدمان حيث أثبتت الكثير من الدراسات أن ظاهرة الإدمان تبدأ في سن الشباب.
- الإستخدام الخاطيء للتكنولوجيا .

ويشير الباحثون لوجود خصائص نفسية لمرحلة الشباب وكانت كالتالى :

- النمو الفكرى حيث يفسر الشاب الأمور على هواه بغض النظر عن خطأ أو صحة هذه الأمور .
- العناد والاستقلالية، فكثير من أبنائنا يتسمون فى هذه السن بالعناد والرفض لمجرد الرفض فقط، وأيضا للاستقلالية التى لا بد وأن يحترمها الأبوان وكافة أفراد العائلة .
- التمرکز حول الذات والإنشغال بالشكل الخارجى .
- النمو الانفعالى مثل زيادة الحساسية والغيرة والرغبة فى زيادة مسار الحب وقد يوجهها بطريقة خاطئة إلى الآخرين .
- النمو الاجتماعى والتأثر بالشللة ومفاهيمهم حتى لو لم يكن مقتنعاً بأفكارهم.
- التأثر بالأفكار والتقاليع الحديثة حتى لو لم تكن مناسبة لبيئته .
- زيادة الإندفاعية والتهور فى التصرفات . (Craig, Goulter, 2021 : 82)

ومن هنا يؤكد الباحثون على أهميه فئة الشباب بالبحث والدراسة ، فتعتبر المرحلة الجامعية مرحلة ذهبية؛ لأنها هى مرحلة التخصص والتفرغ للعلم والمعرفة، وقد لا يتاح للإنسان مثل هذا التفرغ فى وقت آخر، ويحمل الشباب فى هذه المرحلة الكثير من القلق ومشاعر الخوف من المستقبل ، لذا وجب تناول هذه المرحلة بالبحث للكشف عن اضطراب القلق لديهم فى المراحل المبكرة ، ودعم هذه الفئة للحد من زيادة معدل القلق لديهم .

فروض البحث :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الكليات العلمية والنظرية على مقياس حالة وسمة القلق لصالح الكليات العلمية .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الإناث .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القلق لدى طلاب الدفعات الحديثة والدفعات المتقدمة على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الدفعات الحديثة .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القلق لدى الطلاب المغتربين وغير مغتربين على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الطلاب غير المغتربين .

منهج وإجراءات البحث :

أولاً : منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي الإرتباطى ، ويعتبر المنهج الوصفي هو أنسب المناهج لهذا البحث؛ لأن الهدف الرئيس للبحث هو التعرف على الفروق ما بين مجموعتين.

ثانياً : عينة البحث : تكونت عينة البحث من (334) طالب وطالبة من مختلف كليات

الجامعة المصرية الروسية ممن تراوحت أعمارهم ما بين (19 - 23) عاماً ، وأجرى الإختبار فى الفترة ما بين 2023/2/20 إلى 2023/4/1 .

ثالثاً : أدوات البحث :

تعريف وهدف المقياس :

يهدف هذا الاختبار إلى إستخدامه كأداة بحثية لدراسة ظاهرة القلق لدى البالغين الأسوياء والمرضى المصابين بأمراض نفسية عصبية أو عضوية أو أى مواقف ضاغطة التى تثير فى النفس البشرية مشاعر القلق . (عبد الرقيب البحيرى ، 2015 : 9)

وصف مقياس حالة وسمة القلق للكبار إعداد (عبد الرقيب البحيرى / 2015)

محتوى الإختبار :

يتكون مقياس سمة القلق من 20 عبارة يطلب فيها من الأفراد وصف ما يشعرون به بوجه عام
generally ، ويتكون مقياس حالة القلق من 20 عبارة أيضاً ، ولكن تتطلب تعليمات من المفحوصين
عما يشعرون به فى لحظة معينة من الوقت at a particular moment in time ، وقد كتبت
عبارات كل من المقياسين فى صورتين منفصلتين ، حيث يرمز لصورة مقياس حالة القلق بالرمز (ط-1)
ولصورة مقياس سمه القلق (ط-2)

طريقة التصحيح :

تتراوح قيمة الدرجات من 20 درجة كحد ادنى إلى 80 درجة كحد أقصى لكل صورة من صورتى
إختبار حالة وسمة القلق ، ويستجيب المفحوصون على كل عبارة من الإختبار بأسلوب التقدير الذاتى على
متصل مكون من 4 نقاط (مطلقاً - أحياناً - قليلاً - كثيراً) ، وهناك نوعان من العبارات الاول ويشير
التقدير العالى فيه إلى قلق عال ، وتكون أوزان التدرج فى هذا النوع كالتالى (1 ، 2 ، 3 ، 4) ، أما
الثانى فيشير فيه التقدير المرتفع إلى قلق منخفض ، ومن ثم تكون أوزان العبارات فى هذا النوع معكوسة
كالتالى (4 ، 3 ، 2 ، 1) .

الخصائص السيكومترية لمقياس حالة وسمة القلق للكبار :

قام الباحثون بايجاد معاملات الصدق و الثبات لمقياس حالة وسمة القلق للكبار وذلك
على عينة قوامها 400 طالب وطالبة .

معاملات الثبات : بطريقة اعادة التطبيق

قام الباحثون بإيجاد معاملات الثبات لإختبار حالة وسمة القلق للكبار باستخدام طريقة اعادة التطبيق بفاصل

زمنى قدره اسبوعان بين التطبيق الاول و التطبيق الثانى كما يتضح فى جدول (1)

المتغيرات	حاله قلق	سمه القلق
الذكور	,92	,96
الاناث	,94	,97

جدول (1)

تفسير نتائج البحث

- نتائج الفرض الأول ومناقشته

ينص الفرض الأول على أنه :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الكليات العلمية والنظرية على مقياس

حالة وسمة القلق للكبار لصالح الكليات العلميه .

وللتحقق من صحة ذلك الفرض ، قام الباحثون بإستخدام اسلوب مان ويتنى للتحقق من فروق بين

متوسطى رتب درجات القلق لدى طلاب الكليات العلميه والكليات النظرية على مقياس حالة وسمة القلق

للكبار كما يتضح فى جدول (2)

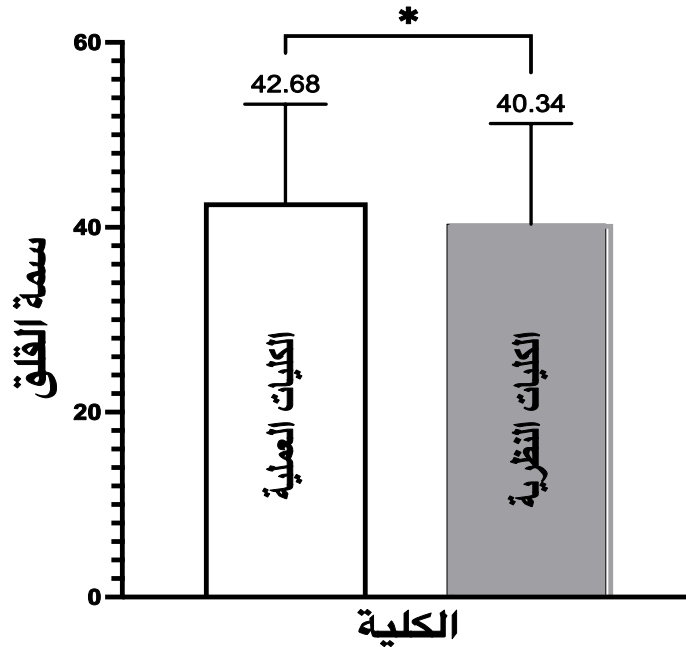
اتجاه الدلالة	مستوى الدلالة	الكليات النظرية n= 80		الكليات العلمية n= 254		الأبعاد
		البنين n= 17	البنات n=63	البنين n= 137	البنات n= 117	
لصالح الكليات العلميه	دالة عند مستوى 0.01	36.41	41.40	41.06	44.57	متوسط سمة القلق
		+/-13.80	+/-9.802	+/-10.69	+/-10.35	+
						-

						معيان الإتحراف
				39.97 +/-10.75	44.04 +/-9.809	متوسط حالة القلق +
		36.18 +/-10.67	40.68 +/-9.277			- معيان الإتحراف

جدول (2)

يتضح من جدول (2) أنه يوجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين متوسطى رتب درجات القلق لدى طلاب الكليات العلمية والكليات النظرية على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الكليات العلمية .

ويوضح شكل (1) الفروق بين متوسطى رتب درجات القلق لدى طلاب الكليات العلمية والكليات النظرية على مقياس حالة وسمة القلق للكبار .



شكل (1)

الفروق بين متوسطى رتب درجات القلق لدى طلاب الكليات العملية والكليات النظرية على مقياس حالة وسمة القلق للكبار

تفسير ومناقشة الفرض الأول :

أسفرت نتيجة الفرض الأول عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,01 بين متوسطى درجات القلق بين طلاب الكليات العملية والكليات النظرية ، حيث تبين أن طلاب ذوى التخصصات العلمية يعانون من القلق بطريقة أكبر من طلاب الكليات النظرية ، حيث يزداد القلق والتوتر نتيجة الضغط الناجم عن البرامج العلمية والعملية لفترات طويلة ، والتي قد يكون لها آثار جسدية ونفسية على رفاهية هؤلاء الطلاب، كما أن التعرض لتوتر مفرط في التدريب فترات طويلة يؤهل الطلاب للصعوبات في حل النزاعات الداخلية نتيجة للضغوط السابقة ، ومن ثم تتحول كل هذه النزاعات إلى نسبة قلق ملحوظة ، فيعتبر نسبة كبيرة من طلاب الكليات العلمية لديهم اضطراب القلق وذلك بسبب الآثار طويلة الأمد للضغط على الأعراض العاطفية والسلوكية ، كل هذا مع الوضع فى الإعتبار وجود فروق فردية فى القدرة على التكيف على العمل تحت ضغط لفترات ، وهذا ما يتفق مع دراسة (احمد شبيب ، عائشة البموشية ، 2017) ، والتي أقرت بأن طلاب التخصصات العلمية يعانون بدرجة أكبر من طلاب الكليات النظرية.

هذا وقد أجرى (سليمان والأمين وآخرون ، 2021) دراسة لقياس القلق لطلاب كليات الطب والدراسة العلمية ، وأظهرت النتائج أن الاضطراب شائع بين الطلاب الذين شاركوا في البحث والبالغ عددهم 375 طالب وطالبة، وجد أن أكثر من 60 % منهم يعانون من درجة معينة من اضطراب القلق الاجتماعي، وأكثر من 20 % يعانون من القلق بشكل "حاد" أو شديد للغاية.

فى حين أظهرت نتائج دراسة (مواهب الرشيد ، 2018) ان لا توجد فروق دالة بين متوسطى معدل القلق بين طلاب التخصصات المختلفة داخل الكلية الواحدة ،ولكن في الحقيقة يواجهون العديد من الضغوط بسبب نوع الكليه الملتحق بها سواء " نظرية أو علميه " ، وهذا ما تعارض مع البحث الحالى ، حيث أن أكدت نتائج البحث الحالى أن توجد فروق ذات دلالة بين التخصصات المختلفة فى مستويات القلق لدى طلاب الجامعة .

- نتائج الفرض الثانى ومناقشته

ينص الفرض الثانى على الاتى :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الإناث .

وللتحقق من صحة ذلك الفرض ، قام الباحثون بإستخدام مان ويتى للتحقق من فروق بين متوسطى رتب درجات القلق لدى الذكور والإناث على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الإناث .

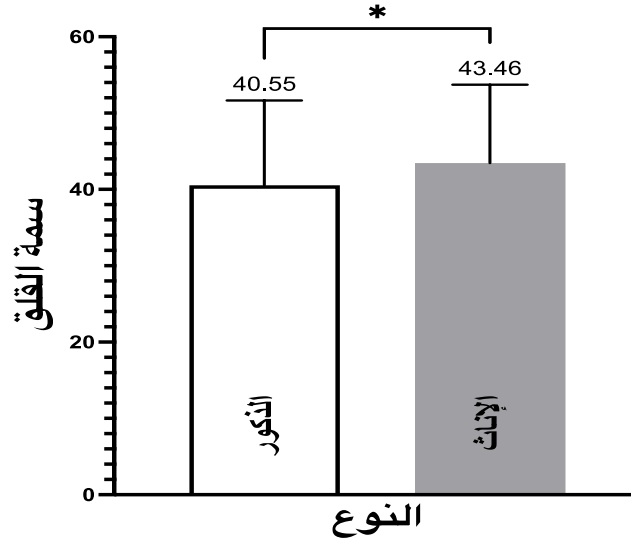
n= 334

الإتجاه	الدلالة	متوسط حالة القلق	متوسط سمة القلق	العدد	النوع
إتجاه الإناث	0,01	42.87	43.46	180	الإناث
		+/- 9.734	+/- 10.25		+ - معيار الإنحراف
		39.55	40.55	154	الذكور
		+/-10.78	+/- 11.12		+ - معيار الإنحراف

جدول (3)

يتضح من جدول (3) أنه يوجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين متوسطى رتب درجات القلق لدى طلاب البنين والبنات على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح البنات .

ويوضح شكل (2) الفروق بين متوسطى رتب درجات القلق لدى طلاب البنين والبنات على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح البنات



شكل (2)

متوسطي رتب درجات القلق لدى طلاب البنين والبنات على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح البنات

تفسير النتائج ومناقشته :

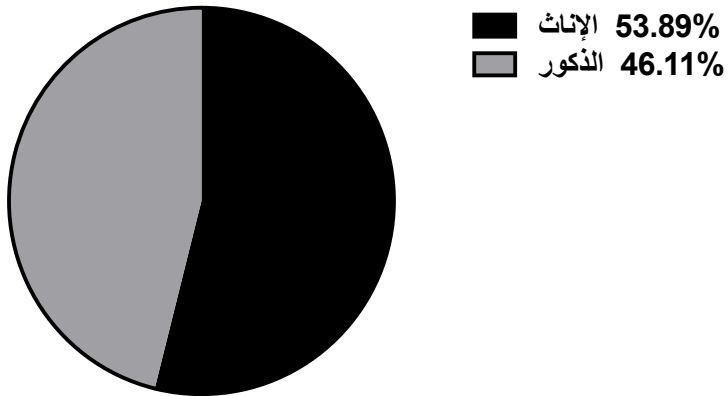
أسفرت نتيجة الفرض الثاني للبحث عن وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى 0,01 بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس حالة وسمة القلق للكبار، وذلك في اتجاه الإناث، مما يعني أن الإناث أعلى من الذكور في اضطراب القلق ، وهذا يؤيد صحة فرض البحث، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (Sisman, Yoruk ,et al , 2013) ، و دراسة (Ayeni, Akinsola, et al, 2012) ، ودراسة (Asher, Aderka, 2018) ، في حين تختلف مع نتائج دراسة كلاً من (ياسمين حاتم ، شذى العجيلي ، 2013).

ويفسر الباحثون النتيجة التي توصلوا إليها في هذا الفرض بأن هناك عدة اعتبارات، قد تكون هي المسؤولة بشكل أو بآخر عن وجود القلق بشكل مرتفع لدى الإناث عن الذكور، وخاصاً القلق الإجتماعي ، ومن هذه الاعتبارات: طبيعة عملية التنشئة الاجتماعية - وهي عملية تعليم وتربية يتشكل من خلالها السلوك الاجتماعي للفرد وتبنى شخصيته - ومن خلالها يتم التمييز الجنسي للذكر على أن يسلك سلوكيات ذكورية محددة وفق ثقافة مجتمعه، وكذلك تمييز الأنثى على أن تسلك سلوكيات أنثوية محددة وفق ثقافة مجتمعه، وفي ظل ثقافتنا الشرقية فإن ما يسمح للذكر لا يسمح للأنثى، فالأنثى يجب أن تكون خجولة سواء في الدراسة أو المنزل، قليلة الكلام أمام الآخرين، خفيضة الصوت ، هادئة في تصرفاتها؛ لأن هذا يعد من باب

الأدب وحسن الخلق، على عكس الذكر الذي إذا فعل ذلك وصف بأنه أنثى؛ حيث يجب عليه أن يكون مبادئاً، غير خجول في الدراسة والمنزل، قادراً على التعبير عن رأيه أمام الآخرين، متحدثاً لبقاً (يتحدث بصوت مرتفع قليلاً ومسموع) ومتفاعلاً، وكل هذا بالتأكيد يؤثر في نمو شخصية الأفراد، ومن ثم فلا عجب أن تكون الإناث أعلى من الذكور في اضطراب القلق الاجتماعي؛ إذ أن عملية التنشئة الاجتماعية بما تفرضه على الأنثى من قيود تجعلها تتجنب التواصل مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة، ولذا يظهر عليها أعراض القلق الاجتماعي في تلك المواقف بما يتضمنه من جوانب معرفية وانفعالية وسلوكية أكثر من الذكور.

و أكدت دراسة (Asher, Aderka , 2018) أن النساء أكثر عرضة للإصابة باضطراب القلق مقارنة بالرجال ، حيث أن النساء يكون لديهن إستعداد إكلينيكي أكثر شدة للاضطراب وأن يكون لديهن ضائقة ذاتية أكبر . فالنساء أكثر عرضة من الرجال للإصابة برهاب نوعي مرضي واضطراب القلق العام واضطراب ما بعد الصدمة ، في حين أن الرجال أكثر عرضة للإصابة باضطراب تعاطي المخدرات واضطراب السلوك أكثر من النساء .

وأشار الباحثون أن نسبة المشاركين في البحث الحالي من الإناث أعلى من نسبة الذكور ، وهذا ما يؤكد نتيجة الفرض أن الإناث تشعر بالقلق بنسبة أعلى من الذكور ، وتم مشاركتهم لقياس نسبة القلق لديهم ، ويظهر عدد المشاركين من الإناث والذكور في الشكل الرقم (3)



Total=100%

شكل (3)

نسبة المشاركين من الإناث والذكور

نتائج الفرض الثالث ومناقشته :

ينص الفرض الثالث على الآتي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القلق لدى طلاب الدفعات المستجده والدفعات المتقدمة على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الدفعات الحديثة

وللتحقق من صحة ذلك الفرض ، قام الباحثون بإستخدام اسلوب مان ويتنى للتحقق من فروق بين

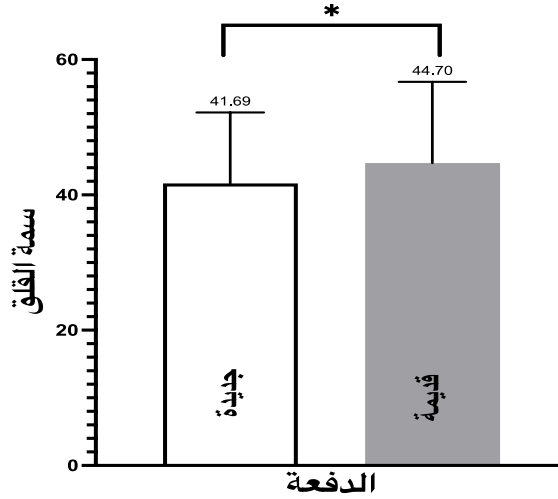
متوسطى رتب درجات القلق طلاب الدفعات المستجده والدفعات المتقدمة على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الدفعات المستجده عند مستوى 0.01 ، كما يتضح فى جدول (4)

الإتجاه	الدلالة	الدفعة مستجده n= 287		الدفعة متقدمه n= 47		الأبعاد
		البنين n= 131	البنات n=156	البنين n= 23	البنات n= 24	
الدفعات القديمة	0.01	40.46	42.73	41.04	48.21	متوسط سمة القلق +
		+/-10.82	+/-10.10	+/-12.95	+/-10.08	- معيان الإنحراف
		39.23	42.10	41.39	47.88	متوسط حالة القلق +
		+/-10.43	+/-9.658	+/-12.70	+/-8.863	- معيان الإنحراف

جدول (4)

يتضح من جدول (4) أنه يوجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين متوسطى رتب درجات القلق لدى طلاب الدفعات المستجده والدفعات المتقدمة على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الدفعات القديمه.

ويوضح شكل (4) الفروق بين متوسطى رتب درجات القلق طلاب الدفعات المستجده والدفعات المتقدمة على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الدفعات المستجده .



شكل (4)

الفروق بين متوسطى رتب درجات القلق طلاب الدفعات المستجده والدفعات المتقدمة على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الدفعات المستجده

مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثالث :

أسفرت نتائج الفرضية الثالثة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,01 بين متوسطى درجات القلق لطلاب الدفعات القديمة والدفعات المستجده على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الدفعات القديمة .

ويفسر الباحثين بأن يزداد قلق المستقبل لدى طلاب الدفعات القديمة عن الدفعات المستجده ، وهذا ما أكدته نتائج البحث الحالى حيث أن من أسباب قلق المستقبل هو إقتراب تحمل المسؤولية وتخرجه وإحتكاكه بسوق العمل ، كما يزداد لديه القلق من إحتماليه عدم توافر فرص عمل بعد تخرج الطالب ومن جهة أخرى تؤدى الأفكار اللاعقلانية دوراً كبيراً فى إستثارة المشاعر غير المناسبة ، و يزداد القلق والتوتر أكثر لدى الطلاب بعد إكتشافهم أن تخصصاتهم قد تكون غير مطلوبه بكثرة فى المجتمع - هذا ما أكتشفوه من خلال زملائهم - ومن المحتمل أن يدخله ذلك فى حالة من التوتر والإحباط والقلق من المستقبل ، هذا بالإضافة إلى زيادة المدة التى يقضيها الطالب بعد تخرجه فى البحث عن العمل ، فكلما طالت المدة كلما أنعكس سلباً

على شخصيته وطريقة تفكيره نحو المستقبل ، وهذا ما يتفق مع دراسة (زينب حقي ، نجلاء حسين وآخرون ، 2022) (25) حيث هدف البحث إلى الكشف عن معدلات القلق المستقبلي لدى الشباب الجامعي في ضوء متطلبات سوق العمل ، وقد أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (400) طالب بالفرقة النهائية بالكليات (العلمية والادبية) بالجامعات الحكومية بالقاهرة الكبرى، ومن مستويات إجتماعية وإقتصادية مختلفه ، وطبق عليهم استمارة البيانات العامة وتشمل (النوع - طبيعه الدراسه - مستوى تعليم الوالدين - عمل الأم - مكان سكن الأسرة - عدد أفراد الأسرة - متوسط الدخل الشهري للأسره)، ومقياس قلق المستقبل وآبعاده (القلق الإقتصادي - القلق الإجتماعي - القلق المهني) ، واتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي ، وأظهرت نتائج البحث إلى زيادة معدلات قلق المستقبل لدى الطلاب الشباب الجامعي وخاصاً من الدفعات القديمة أكثر من هم أحدث منهم .

ويؤكد الباحثون على أن قلق المستقبل هو أحد أنواع القلق والذي يشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل خوفا من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة أيضا في حياة الفرد والتي 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 ، ومن هنا نجد أن قلق المستقبل لدى هذه المرحلة ينتشر وبقوة لدى الشباب وسوف يستمر لديهم إلى أن يبدأ أن يستقر في عمله .

- نتائج الفرض الرابع ومناقشته :

ينص الفرض الرابع على الآتي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القلق لدى الطلاب المغتربين وغير المغتربين على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الطلاب غير المغتربين .

وللتحقق من صحة ذلك الفرض ، قام الباحثون بإستخدام مان ويتنى للتحقق من فروق بين متوسطي رتب درجات القلق لدى الطلاب المغتربين وغير المغتربين على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الطلاب غير المغتربين كما يتضح في جدول (5)

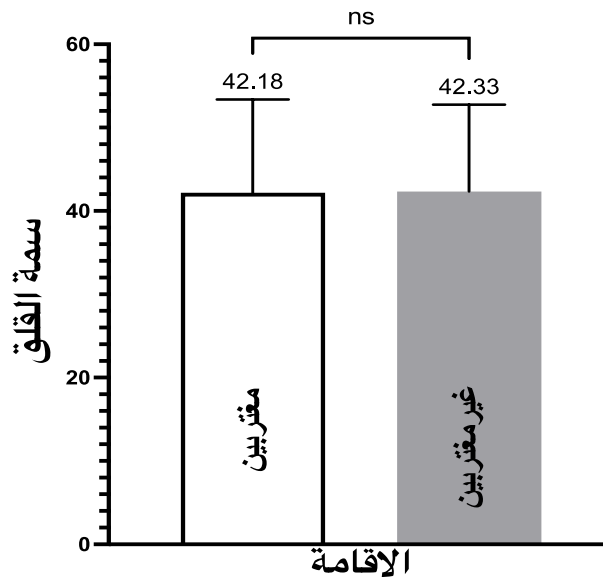
الإتجاه	الدالة	غير مغتربين n= 229		مغتربين n= 50		الأبعاد
		البنين n= 110	البنات n=119	البنين n=	البنات n=	
غير دالة	-	40.94	43.64	40.26	44.43	متوسط سمة القلق +
		+/-11.17	+/-9.855	+/-10.74	+/-11.54	- الإنحراف المعياري
		40.12	43.16	38.93	43.65	متوسط حالة القلق +
		+/-10.71	+/-9.011	+/-10.52	+/-10.63	- الإنحراف المعياري

جدول (5)

يتضح من جدول (5) أنه لا يوجد فروق دالة إحصائية متوسطة رتب درجات القلق لدى طلاب المغتربين وغير مغتربين على مقياس حالة وسمة القلق للكبار .

ملحوظه : يوجد 55 طالب لم يفصحوا عن مكان إقامتهم لأسباب غير معلومة

ويوضح شكل (5) الفروق بين متوسطى رتب درجات القلق لدى طلاب المغتربين وغير مغتربين على مقياس حالة وسمة القلق للكبار .



شكل (5)

متوسطى درجات القلق لدى الطلاب المغتربين وغير مغتربين على مقياس حالة وسمة القلق للكبار لصالح الطلاب غير مغتربين

تفسير ومناقشة الفرض الرابع:

أسفرت نتيجة الفرض الرابع عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة القلق لدى الطلاب المغتربين وغير مغتربين على مقياس حالة وسمة القلق للكبار مما يعني أن الإغتراب لم يؤثر على مستوى القلق لدى الطلبة.

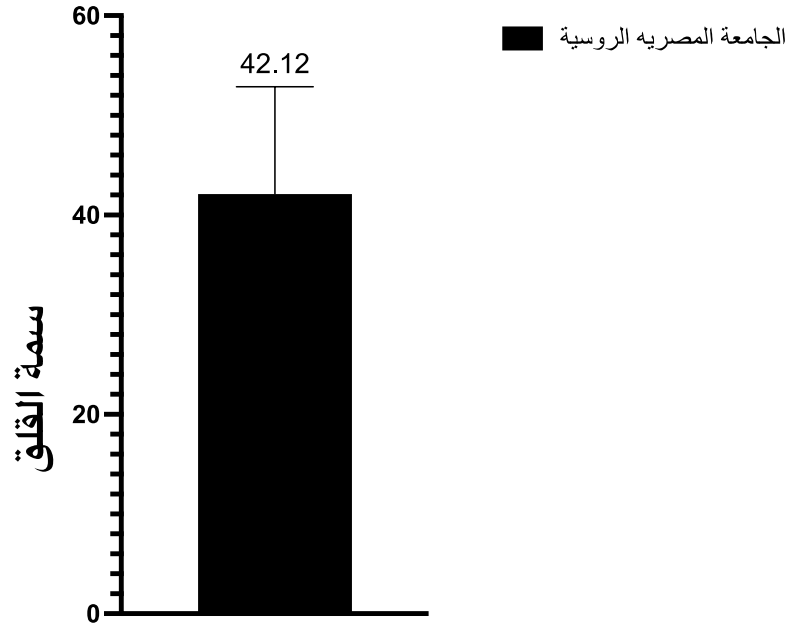
قد فرض الباحثون هذا الفرض حيث أن يواجه الطلبة المغتربين مشكلات تتعلق بالتكيف مع أدوارهم الجديدة فيظهرون خلال عملية التكيف إستجابات عديدة مثل القلق والشعور بالكآبة والتوتر، الأمر الذى يجعلهم غير قادرين على إظهار إستجابات واضحة وإيجابية تجاه المثيرات التى تواجههم .

ويعزو الباحثون هذه النتيجة التى توصلوا إليها حيث أن معظم الأشخاص المغتربين يعانون من الوحدة الشديدة أثناء تواجدهم في مكان بعيد عن أهلهم حيث لا يملكون الكثير من الأصدقاء، كما أن معظم أقاربهم، وعائلاتهم يعيشون بعيداً عنهم، مما يمنح المغتربين الشعور بالضعف، والعزلة والتوتر والقلق ، وتحديداً عندما يرون عائلات أخرى تجتمع أمامهم، وهم لا يملكون سوى الهاتف المحمول الذى يساعدهم على سماع صوت عائلاتهم، أو رؤيتهم من خلف شاشات الهواتف مما يزيد من حده التوتر والقلق .

ولكن هذا الفرض لم يتحقق وظهرا أن مقياس القلق لم يتأثر بمتغير إغتراب الطالب وبعده عن محافظته أو بلده فى إرتفاع أو إنخفاض مستوى القلق ، حيث أن الطالب الجامعى يواجه فى حياته الجامعية أحداثاً ومواقف تستدعى منه الشعور بالقلق ، وخصوصاً عند مواجهته لمواقف جديدة لم يألفها من قبل تدفعه إلى الإستعداد لتلك المواقف مثل الإمتحانات والمشاريع والإلقاء أمام جمع أو جمهور ، والمبادرة فى تأسيس علاقة جديدة ، إلا أن هؤلاء الطلاب أستطاعوا أن يتكيفوا مع المصادر المسببة للقلق .

وختاماً يشار إلى أن متوسط درجات سمه القلق فى طلاب الجامعة بلغ 42.12 كما يظهر هذا فى شكل (6) ، ويوضح ذلك بأن القلق بين طلاب الجامعة يعد فى المعدل الأقل من المتوسط ، ويفسر الباحثون ذلك بأن دخول الطالب لمرحلة الدراسة الجامعية قد من الممكن أن يسبب له حاله من القلق وقت

الضغوط في أيام الامتحانات أو تسليم المشاريع أو عمل عرض توضيحي أمام زملائه وليس بالضرورة أن يكون ذلك معاناة الطالب من سمة قلق . وأما الطالب صاحب الشخصية العصابية والذي يتسم بسمة القلق بشكل عام في أي موقف ضاغط هو من يتعرض لإضطراب القلق العام ، وهذا ما أكدته هذه الدراسة حيث وجد أن متوسط حالة القلق أعلى من متوسط سمة القلق لدى طلاب الجامعة ، وذلك نتيجة لعدم وجود سمات عصابية لدى معظم الطلاب منذ الصغر ، ولكن تعرضهم لمواقف ضاغطة قد يؤدي بهم إلى حالة من القلق .



شكل (6)

نسبة القلق لدى الطلاب

وهذا بدوره يركز على أهمية تواجد متخصص نفسي لتخفيف من حدة حالة القلق لدى هؤلاء الطلاب ، وهذا ما أشارت إليه دراسة (إيمان صلاح ، 2021) حيث إستهدفت الدراسة إلى تصميم مؤشر لدور الاستشاري النفسي الذي يعمل مع الحالات الفردية لتنمية المسؤولية الاجتماعية والتخفيف من حدة قلق المستقبل المهني للشباب الجامعي داخل الجامعة ، تم اختيار عينة عشوائية قوامها (270) طالب وطالبة من طلاب كلية الخدمة الاجتماعية وكلية الاداب جامعة حلوان ، وأظهرت نتائج الدراسة ان توجد دلالة إحصائية تؤكد اهمية الداعم النفسي للطلاب داخل الجامعة .

وأكدت دراسة (فاطمه زايد ، 2022) على أهميه توفير الدعم والإرشاد النفسي لشباب المرحلة الجامعية ، وتسهيل الحصول على هذه الخدمة الإرشادية من خلال توفير المراكز الإرشادية بالجامعات ، لكي يتسنى للمختصين بالإرشاد والعلاج النفسي تقديم الدعم والإرشاد للشباب ووقايتهم من الإضطرابات النفسية .

التوصيات :

- الاهتمام بالبرامج الإرشادية والعلاجية التي تعمل على تخفيف اضطراب القلق لدى طلاب الجامعة بشكل عام وطالبات الجامعة بشكلٍ خاص؛ لمساعدة هذه الفئة من الطلاب على التواصل والتفاعل في المواقف الاجتماعية المختلفة (سواءً داخل الجامعة أو خارجها)؛ تمهيداً لالتحاقهم بسوق العمل، الذي يتطلب التواصل والتفاعل مع الآخرين.
- توعية الآباء والقائمين على العملية التعليمية بالأساليب التربوية السليمة في تربية الأبناء؛ فما يعيشه الفرد داخل نطاق أسرته أو في مدرسته من خبرات ومواقف سلبية، قد يكون لها أثر كبير في ظهور اضطراب القلق لديه؛ فبذرة القلق الاجتماعي تبدأ في مرحلة باكرة، وتعبّر عن نفسها(في صورة اضطراب) في مرحلة المراهقة بشكل أو بآخر.
- توجيه الآباء إلى ضرورة توفير المناخ الأسري الذي يتصف بالدفء والأمان، والعلاقات الأسرية القوية؛ مما يساعد على نمو الأبناء نموًا سويًا، يحقق لهم التوافق مع أنفسهم ومع الآخرين، وتزداد ثقتهم بأنفسهم.
- عقد ندوات ومحاضرات علمية حول أحدث التوجهات العلاجية في التخفيف من اضطراب القلق .
- عقد حلقات نقاشية وعلاجية للطلاب الذين يعانون من اضطراب القلق .

المراجع:

1. أحمد عكاشة. (2018). الطب النفسي المعاصر . القاهرة . مكتبة الأنجلو المصرية ، ط 5 .
2. احمد محمد شبيب ، عائشة بنت حسين البموشية. (2017) . دراسة الفروق في القلق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة من الجنسين في ضوء تخصصاتهم العلمية، مجلة العلوم التربوية ، كلية التربية بقنا ، ج (30) ، ع(30) ، ص ص 13- 40 .
3. أنور الحمادى .(2014). الدليل التشخيصى الإحصائى للإضطرابات النفسية ، النسخة الخامسة DSM5 . القاهرة . مكتبة الأنجلو المصرية .
4. ايمان صلاح. (2021). العلاقة بين المسؤولية الاجتماعية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي .مجلة مستقبل العلوم الإجتماعية .، ج(7) . ، ع(3) ، ص ص 3 -- 40
5. زعتر نور الدين . (2020) . سلسله الأمراض النفسية ، دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع ، الأردن .
6. زينب حقى . نجلاء حسين . ايه ابراهيم . (2022). إدارة الذات وعلاقتها بالقلق المستقبلي لدى الشباب الجامعي فى ضوء متطلبات سوق العمل، مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية ، ج(8) ، ع(41)، ص ص 1211- 1246 .
7. عبد الرقيب أحمد البحيرى .(2015) . إختبار حالة وسمة القلق للكبار .القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ط 4 .
8. فاطمة عبدالله محمد زايد .(2022) . قلق المستقبل لدى الشباب بالمرحلة الجامعية فى ضوء بعض المتغيرات ، مجله العلوم والدراسات الإنسانيه ، كليه الآداب ، جامعة بنغازى ، ع (68) ، ص ص 1- 17 .
9. كلثوم بلميهوب . (2016). العلاج المعرفى السلوكى لإضطراب القلق المعمم ، مركز البصيرة للبحوث والإستشارات والخدمات التعليميه ، الجزائر ، ع(5) ، ص ص 147- 157 .
10. ماريان عماد جمعة نصار . (2019) . دراسة استكشافية للفروق بين الذكور والإناث في كل من القلق الاجتماعي وتقدير الذات . مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية ، ج (3) ، ع (13) ، ص ص 83- 113 .
11. ماهر أبو المعاطي وآخرون على . (2021) . الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب ، دار الشرق للطباعة والنشر ، القاهرة .
12. مواهب الرشيد ابراهيم محمد . (2018) . القلق لدى طالبات كلية التربية بالزلفي وعلاقته ببعض المتغيرات (دراسة مقارنة بين قسمي الدراسات السالمية و التربية الخاصة) . المجلة الالكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الابحاث العلمية والتربوية . ع (5) .
13. Asher, M., & Aderka, I. M. (2018). Gender differences in social anxiety disorder. *Journal of clinical psychology*, Vol 74, N (10), PP 1730-1741.

14. Ayeni, E. A., Akinsola, E. F., Ayenibiowo, K. O., & Ayeni, O. B. (2012). Assessment of social anxiety among adolescents in Lagos metropolis. *IFE Psychologia: An International Journal*, Vol (20), No (2), PP175-183.
15. Bandelow, B., Michaelis, S., & Wedekind, D. (2022). Treatment of anxiety disorders. *Dialogues in clinical neuroscience*. PP 93-107 .
16. Banushi, B., Brendle, M., Ragnhildstveit, A., Murphy, T., Moore, C., Egberts, J., & Robison, R. (2023). Breathwork Interventions for Adults with Clinically Diagnosed Anxiety Disorders: A Scoping Review. *Brain Sciences*, 13(2), 256.
17. Barry, M. J., Nicholson, W. K., Silverstein, M., Coker, T. R., Davidson, K. W., Davis, E. M., ... & US Preventive Services Task Force. (2023). Screening for anxiety disorders in adults: US Preventive Services Task Force recommendation statement. *JAMA*.
18. Craig, S. G. & Goulter, N. (2021). A systematic review of primary and secondary callous-unemotional traits and psychopathy variants in youth. *Clinical Child and Family Psychology Review*, N (24), PP 65-91.
19. Eysenck, M. W. (2013). *Anxiety: The cognitive perspective*. Psychology Press.
20. Fox, N. A., Zeytinoglu, S., Valadez, E. A., Buzzell, G. A., Morales, S., & Henderson, H. A. (2023). Annual Research Review: Developmental pathways linking early behavioral inhibition to later anxiety. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, Vol 64, No (4), pp 537-561.
21. Liu, H. (2019). *New insights into language anxiety: Theory, research and educational implications*, UK: Oxford University Press. Vol. 73, No(1) , PP105-107.
22. Rivera Baiocchi, R. G. (2019). Exploring data driven youth character education frameworks: A systematic literature review on learning analytics models and participatory design. *ESE. Estudios sobre educación.*, pp179 – 198 .
23. Sisman, B., Yoruk, S., & Eleren, A. (2013). Social anxiety and usage of online technological communication tools among adolescents. *Journal of Economic and Social Studies*, 3(2), 101-115.
24. Stein, M. B., & Sareen, J. (2015). Generalized anxiety disorder. *New England Journal of Medicine*, Vol .373, No (21), PP 2059-2068.
25. Suleiman, H. A., Elamin, S. A., Alobeid, A. A., & Altaib, W. E. (2021). Prevalence of Social Anxiety Disorder among Medical Students from Six Medical Schools in Khartoum State. *Sudan Journal of Medical Sciences*, Vol 16, N(2), PP 223-232.
26. Zimmermann, M., Chong, A. K., Vechiu, C., & Papa, A. (2020). Modifiable risk and protective factors for anxiety disorders among adults: A systematic review. *Psychiatry research*, 112705.