جامعة قاصدي مرباح ورقلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر اكاديمي
الميدان : العلوم الاجتماعية
الشعبة: علم النفس
التخصص :علم النفس العيادي
من اعداد الطالب : السعيد زاير

العنوان

جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل

لدى عينة من الطلبة الجامعيين

دراسة ميدانية بكلية العلوم التكنولوجية وعلوم المادة

تاريخ مناقشة المذكرة : 2013/06/16

لجنة مناقشة الموضوع :

الاستاذة: ميسون سميرة / استاذ محاضر / جامعة قاصدي مرباح ورفلة / رئيسا
الاستاذ :عبد الفتاح ابي مولود / استاذ محاضر / جامعة قاصدي مرباح ورفلة / مشرفا ومقررا
الاستاذة: وردة بلحسيني / استاذ محاضر / جامعة قاصدي مرباح ورفلة / مناقشا

السنة الدراسية:2013/2012

بسم الله الرحمن الرحيم

(من عمل صالحا من ذ كر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ولنجزينهم أجرهم بأحسن ماكانوا يعملون)

صدق الله العظيم

سورة النحل، الآية: 97.

كلمة شكر

الحمد والشكر لله أولا وأخرا واهب كل النعم الذي لا تعد ولا تحصى " وان تعدو نعمة الله لا تحصوها "

الآية رقم 34 من سورة إبراهيم

ثم الى الاستاذ المشرف

الدكتور عبد الفتاح ابي ميلود

إذ " من لا يشكر الناس لا يشكر الله ، ومن لايشكر القليل لا يشكر الكثير " حديث شريف "

والى كل اساتذة علم النفس...

والى كل الزملاء والزميلات ...

السعيد

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى وجود قلق المستقبل وعلاقاته بجودة الحياة ، وايضا الى مدى وجود فروق ذات دلالة احصائية في جودة الحياة يعزى الى متغيري الجنس والتخصص لدى طلاب كلية العلوم التكنولوجية وعلوم المادة بجامعة قاصدي مرباح بورقلة ، وتم جمع البيانات بطريق عشوائية ،وذلك باستخدام استبيانين هما :

–استبيان قلق المستقبل الذي اعده (الخالدي،2002)

–واستبيان جودة الحياة الذي اعده منسي وكاظم (2006)

ولقد خلصت هذه الدراسة الى النتائج التالية :

– يوجد قلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجيةِ وعلوم المادة

– هناك علاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجيةِ وعلوم المادة

–و توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس لدى هذه الفئة من الطلبة.

–و كذلك توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص لدى هذه الفئة من الطلبة.

Résumé du mémoire

L'objectif de cette étude est de savoir le niveau de l'angoisse de l'avenir et sa relation avec la qualité de vie , et aussi l'existence des différences statistiques relevant au sexe et a la spécialité chez les étudiants de la faculté des sciences et technologies et des sciences de la matière de deux questionnaires :

1-Teste d'angoisse du l'avenir

2-Teste de la qualité de vie

Les résultats ont permis de dégager les données suivantes :

1-L'existence de l'angoisse de l'avenir

2-L'existence d'une corrélations a signification négative entre l'angoisse de l'avenir et la qualité de vie

3-L'existence de la séparation de qualité de vie entre le sexe féminin et le sexe masculin

4-L'existence de la séparation de la qualité de vie entre les spécialités

فهرس المحتويات

كلمة شكر..... ا

ملخص الدراسة..... ب–ت

فهرس المحتويات..... ج–د

فهـــــرس الجـــــداول..... هـــ

مقدمة..... 01

الجانب النظري

الفصل الأول: الفصل التمهيدي

1–إشكالية الدراسة..... 04

2– الفرضيات..... 05

3– أهمية الدراسة..... 06

4–أهداف الدراسة..... 07

5–تحديد المفاهيم الإجرائية..... 07

6– الدراسات السابقة..... 08

الفصل الثاني: قلق المستقبل

تمهيد..... 15

1– تعريف القلق..... 16

2– أنواع القلق..... 17

3– أسس القلق..... 18

4– أعراض القلق..... 19

5–النظريات المفسرة للقلق..... 20

خلاصة الفصل..... 23

الفصل الثالث: جودة الحياة

تمهيد..... 25

1– تعريف جودة الحياة..... 25

2- المسار التاريخي لجودة الحياة..... 27
3- قياس جودة الحياة..... 27
4- فوائد قياس جودة الحياة..... 28
خلاصة الفصل..... 30

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الدراسة المنهجية

تمهيـــــــــــــد..... 33
1- المنهج المستخدم..... 34
2-الدراسة الاستطلاعية وخصائصها..... 34
3-وصف مجتمع الدراسة الاساسية..... 35
4- أدوات جمـــع البـــيـــانات..... 36
5- الاساليب الإحصائية..... 42
خلاصة الفصل. 43

الفصل الخامس: عرض وتحليل وتفسير النتائج

تمهيد 47
1 – عرض وتحليل النتائج 48
2- تفسير النتائج..... 52
3 – الاستنتاج العام..... 56
قائمـــــة الـــمراجع..... 58
الملاحق..... 61

فهـــــرس الجـــــداول

الرقم	عنوان الجـــدول	الصفحة
01	جدول رقم (01)يبين توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية	35
02	جدول رقم (02)يبين توزيع مجتمع البحث حسب متغير الجنس	35
03	جدول رقم(03) يبين توزيع عينة البحث حسب متغير التخصص	35
04	جدول رقم (04) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس قلق المستقبل	38
05	جدول رقم (05) يوضح ثبات مقياس قلق المستقبل بالتجزئة النصفية	39
06	جدول رقم (06) يبين توزيع البنود على ابعاد جودة الحياة	41
07	جدول رقم (07) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة	41
08	جدول رقم (08) يوضح ثبات مقياس جودة الحياة بالتجزئة النصفية	42
09	جدول رقم (09) يوضح نتائج الفرضية الأولى	48
10	جدول رقم (10) يوضح نتائج الفرضية الثانية	49
11	جدول رقم (11) يضح نتائج الفرضية الثالثة	50
12	الجدول رقم (12) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجة جودة الحياة لمتغير التخصص	51
13	الجدول رقم (13) يوضح ف المحسوبة والمتوسطات التربيعية لدرجة جودة الحياة لمتغير التخصص	51

مقدمـــــة

مقدمة:

تعتبر جودة الحياة انطباع الفرد تجاه حياته وضمن النسق والمعايير الثقافية في مجتمعه ومستوى العلاقة بين تحقيق أهدافه وتوقعاته وفق مفاهيم معيارية محددة لديه ،وفي رأي (فينهوفن ، **2001**) : "أن جودة الحياة تشمل تقويم لجوانب متعددة في الحياة مثل الظروف المعيشية ،وفرص العمل المتاحة التي تمنح الشعور الشخصي بالكفاءة وكيفية التعامل مع المشكلات والتحديات " (إيمان احمد خميس، ص 158) .

وبناءعلى هذا التعريف نستنتج ان اهداف وطموحات الفرد في كل مناحي الحياة هي من المكونات الاساسية لجودة الحياة مما ينعكس هذا كله على سعادة الفرد واستقراره النفسي ، ولكن إذا أسقطنا هذه المفاهيم الخاصة بجودة الحياة على الحالة النفسية لدى طلاب الجامعة وخاصة الدفعات المقبلة على التخرج والالتحاق بالحياة العملية فإن نجدها تختلف من طالب لأخر ، لان جودة الحياة تتاثر بعدة عوامل منها السمات الخاصة بكل فرد ، كما قال : (إيمان احمد خميس) تعليقا على هذين التعريفين انه : " تتأثر جودة الحياة بعدة عوامل منها سمات خاصة بالإفراد أنفسهم أو ببيئاتهم أو التفاعل بينهما، فشعور الفرد بالأمان في إقامة العلاقات الاجتماعية ، وما يتمتع به من حرية ومعرفة وصحة بالإضافة إلى النواحي الاقتصادية والروحانية والترويح ،يعد مؤشرا هاما على جودة حياته . " (أيمان احمد خميس ، ص 158) ، إذن من البديهي أننا نجد طلاب الجامعة وخاصة الدفعات المقبلة على التخرج والالتحاق بالحياة العملية هم الأكثر تعرضا لقلق المستقبل نظرا لما يمثله لهم الدخول في معترك الحياة الصعب من حيث الحصول على منصب عمل يوفر لهم الحياة الكريمة حتى يتسنى لهم بناء مستقبل يسعدهم ويحقق طموحاتهم .

وبناء عليه وضع الباحث الخطة التالية لدراسة هذا الموضوع ، وهي كالتالي :

– الجانب النظري: ويحتوي على ثلاث فصول:

* الفصل الأول: تم فيه تحديد الخلفية النظرية للموضوع، وفرضيات الدراسة، وأهمية هذه الدراسة وأهدافها ، وكذا التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة.

* الفصل الثاني: فتطرقت فيه لمفهوم القلق النفسي، وأنواعه ،وأسسه ، وأسبابه، وأعراضه ،ومستوياته ، وفي الأخير ختمت هذا الفصل ببعض النظريات المفسرة له.

* الفصل الثالث: وفي هذا الفصل تناولت بداية تعريفات جودة الحياة ، ثم تطرقت إلى النظرة التاريخية لها ، ثم عرجت على أسسها وقياسها وختمت هذا الفصل بأدوات قياسها .

– أما الجانب التطبيقي: فتضمنت الدراسة الميدانية فصلين هما: (الفصل الرابع والفصل الخامس)

* الفصل الرابع: الذي تم التطرق فيه لمنهجية البحث، والخصائص السيكومترية للأدوات والأساليب الإحصائية المتبعة.

* الفصل الخامس: تعرضت فيه إلى عرض نتائج الدراسة التي توصلنا إليها في ظل الفرضيات المقترحة، إضافة إلى تفسير ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها على ضوء الجانب النظري والدراسات السابقة.

وأخيرا ختمت هذه الدراسة بالاستنتاج العام

الجانب النظري

الفصل الأول:

الفصل التمهيدي

1. إشكاليـــة الدراسة
2. الفرضيـــات
3. أهداف الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. تحديد المفاهيم الإجرائية
6. الدراسات السابقة

إشكالية الدراسة :

السعادة والرضا عن الذات والحياة الجيدة هي احد تعريفات جودة الحياة ، وهذه السعادة هي أسمى مايطمح إليه إي إنسان سوي ، لكن ليس كل مايتمناه الإنسان يدركه فقد تجري الرياح بما لا تشتهي السفن ، فإذا كانت الحياة العصرية ومانتج عنها من تطور في مختلف المجالات ،والتي سهلت ووفرت كثيرا من المتطلبات البشرية ، فان هناك كثيرا من المعوقات المادية أو النفسية قد نغصت على بني البشر حياتهم في حلهم وترحلاهم،ومن المنغصات التي كان لها الأثر البالغ على الإنسانية هي القلق النفسي بصفة عامة ، لاسيما قلق المستقبل ،مما اثر سلبا على جودة حياة الافراد ، و بناء على ماسبق يمكن ان تحدد اشكالية هذه الدراسة من خلال الاجابة على التساؤلات التالية :

– مامستوى وجود قلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجية وعلوم المادة ؟

– هل هناك علاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل لدى هذه الفئة من الطلبة ؟

– وهل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس لدى هذه الفئة من الطلبة ؟

– وهل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص لدى هذه الفئة من الطلبة ؟

فرضيات الدراسة :

اما صياغة الفرضيات فقد تم بناءا على بعض الأدبيات التي تناولت الموضوع ، وبناءا ايضا على بعض الدراسات السابقة ، فكانت كالتالي :

– يوجد قلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجيةِ وعلوم المادة بشكل مرتفع

– هناك علاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجيةِ وعلوم المادة

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس لدى هذه الفئة من الطلبة.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص لدى هذه الفئة من الطلبة.

3-أهمية الدراسة

أما أهمية الدراسة فتتبع من خلال الجوانب الآتية:

1-موضوع جودة الحياة يعتبر من الموضوعات المهمة والحيوية، التي لها علاقة مباشرة بحياة الفرد اليومية

2- موضوع الدراسة يعتبر من المواضيع الجديدة والتي لم يتم التطرق إليها بصورة كافية حسب علم الباحث خاصة الدراسات التي طبقت على المجتمع الجزائري مما تسبب في صعوبة الحصول على المعلومة سواء كانت من المراجع أو من باب طرح الموضوع كمادة للدراسة.

3-تناول مفهوم القلق وعلاقته بجودة الحياة مما قد يفيد كثير من المطالعين لهذه المذكرة على فهم كيفية التعامل مع الواقع والاستمتاع بالحياة

04- أهداف الدراسة

1- معرفة مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم

2- معرفة مدى علاقة جودة الحياة بمستوى القلق من المستقبل

3- دراسة بعض الجوانب التي تؤثر على علاقة جودة الحياة بالقلق من حيث الجنس .

5- تحديد المفاهيم الإجرائية:

1- قلق المستقبل : هو احد أنواع القلق المؤثرة في حياة الفرد والتي تمثل خوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضية او حاضرة يعيشها أو يعايشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر وعدم الاستقرار ، ويحدد اجرائيا بانه الدافع الى التشاؤم من المستقبل خوفا من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية

2-جودة الحياة : هي كل مايشبع حاجات الفرد ودوافعه على المستوى النفسي ،او الروحي ، او العقلي ، او الجسدي مشتملة مختلف النواحي الصحية ، او الاقتصادية ، او الاجتماعية .

3-عينة الدراسة : طلبة **ليسانس LMD بكلية** العلوم التكنولوجية وعلوم المادة بجامعة قاصدي مرباح بورقلة

الدراسات السابقة

01 - دراسة غريب عبد الفتاح (1990):

قامت الدراسة بقياس انتشار القلق بين طلاب دولة الإمارات العربية المتحدة وكانت عينة مكونة من (**200** ذكور و**250** إناث) وفي جامعة الإمارات العربية المتحدة حيث وجد أن الإناث حصلن على درجة أعلى في قياس حالة القلق من الذكور وتهدف الدراسة الحالية إلى أمرين احدهما الكشف عن الفروق بين الطلاب الذكور والإناث في الجامعة وثانيا التعرف على مدى انتشار القلق بين طلاب الجامعة. (مرفوعة محمد، **2003**، ص **64**)

02- دراسة كلاين (2000):

بعنوان العلاقات الموضوعية والمستقبليات : " العلاقة بين المعنى الشخصي والتوجه المستقبلي ،وقد هدفت هذه الدراسة إلى اكتشاف العلاقة بين المعنى الشخصي والتوجه المستقبلي وقد أوضحت الدراسة بناء المعنى الشخصي لدى الفرد في العلاقات بين الشخصية والعلاقات مع الوالدين والأصدقاء وتأثيرها على قلق المستقبل وأوضحت نتائج الدراسة أن أفراد العينة من الأفارقة الأمريكان أكثر قدرة على التخطيط للمستقبل مقارنة بالبيض أو الآسيويين بينما لم توجد فروق دالة بين متوسطات درجات النساء في تخطيطهن المستقبلي ولكنهن كن أكثر قلقا من المستقبل من الرجال ".

03- دراسة (احمد حسانين ،2000) :

تشير إلى أن الأشخاص الذين يعانون من قلق المستقبل يشعرون بالوحدة ،ولا يستطيعون تحسين مستوى معيشتهم ،ولا يخططون للمستقبل ولا توجد لديهم مرونة ، ولا يحافظون على قوتهم من اجل مواجهة المواقف الحرجة في المستقبل .

ويضيف (إبراهيم محمود بدر ،2003) إلى أن هؤلاء الأفراد كلما زادت لديهم درجة القلق من المستقبل ، فان ذلك يسهم في إحداث العديد من الاضطرابات التي تعيق الفرد عن التقدم ، وعن تحقيق مستوى أعلى في كافة الجوانب الحياتية .

أما من وجهة نظر كل من (حسين فايد ،2004)و(محمود مندوه ،2006)و (كرميان ،2008) فان الفرد الذي يعاني من القلق يتزعج دائما ،وتبدو عليه أعراض عدم القدرة على التركيز والإنهاك والتعب ، وألم العضلات والأرق وصعوبة التنفس والغثيان والعرق الزائد مما يعيقه عن التفاعل الاجتماعي وتتأثر تفاعلاته مع الآخرين ،ويؤثر على أدائه وينبثق هذا النوع من القلق أنواع أخرى يشعر الفرد فيها بالتوتر من المجهول والخوف من كل ماهو جديد . (نفس المرجع)

04-دراسة نارد (2002):

أشارت النتائج إن هناك ارتباط سالب بين جودة الحياة والفوبيا الاجتماعية المعممة ،كما وجد أن الأفراد الذين يعانون من اضطرابات القلق والاكتئاب لديهم إعاقة دالة في جودة الحياة ،وقد أشار السيد كامل الشربيني إلى أن هناك ارتباط سالب بين كل إبعاد مقياس جودة الحياة وبين مقياس القلق كحالة وسمة . (السيد كامل الشربيني ،**2007**،ص**57**)

وأوضح (بدر الأنصاري)إلى انه مع انتقال الأفراد إلى بيئات العمل يصبحون عرضة للعديد من التغيرات التي تجعلهم عرضة للتوتر والقلق ،وقد تتدنى قدرتهم على الشعور بالسعادة ،كما ينخفض رضاهم عن حياتهم.(بدر الأنصاري ،2004،ص14)

05 – دراسة حسن والمحرزي وإبراهيم (2006) :

بدراسة العلاقة بين جودة الحياة والضغوط النفسية واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس ، وبتطبيق مقياس جودة الحياة (SS-QOL) بعد ترجمته والتحقق من صدقه وثباته ،ومقياس مصادر الضغوط النفسية وإستراتيجية مقاومتها ،على عينة حجمها 183 طالب وطالبة ،توصلت الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من جودة الحياة ،وارتفاع المستوى لدى الطلاب مقارنة بالطالبات ،كما توصلت إلى أن طلبة الكليات العلمية أكثر جودة للحياة مقارنة بالكليات الإنسانية ، ووجود علاقة سالبة ودالة بين جودة الحياة والضغوط النفسية .(علي مهدي كاظم ،وعلي عبد الخالق نجم الباهدلي ص 72)

06- دراسة العادلي (2006) :

استهدفت معرفة مستوى إحساس طلبة كلية التربية بالرستاق بجودة الحياة ، ومعرفة طبيعة الفروق في متغيري الجنس والتخصص الدراسي .بلغ حجم العينة (51) طالبا و (147) طالبة ،وباستخدام مقياس صمم لهذه الدراسة اظهر النتائج أن مستوى إحساس جميع أفراد العينة وكذلك الذكور والإناث بشكل منفرد يفوق المتوسط النظري للمقياس ، الأمر الذي يعكس مستوى عاليا من الإحساس بجودة الحياة .

كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث لصالح الذكور ، ووجود فروق دالة في التخصص الدراسي تم تحديدها بالفروق بين متوسط درجات طلبة تخصص الدراسات الاجتماعية ومتوسط درجات طلبة بقية التخصصات المشمولة بالبحث.(علي مهدي كاظم ،وعلي عبد الخالق نجم الباهدلي ص 72)

07-مناقشة الدراسات السابقة

01 – توصلت دراسة غريب عبد الفتاح (1990) الى وجود فروق ذات دلالة لصالح الذكور قي قياس حالة القلق من الاناث ، كما هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مدى انتشار القلق بين طلاب الجامعة .

02- توصلت دراسات كلاين (2000) إلى وجود فروق ذات دالة في قلق المستقبل وكذلك معنى الحياة تعود إلى متغير الجنس ، حيث وجدت إن النساء أكثر قلقا من المستقبل من الذكور .

03- وفي دراسة (احمد حسانين ،2000، ص81) يؤكد العلاقة السالبة بين قلق المستقبل وجودة الحياة المتمثلة في عدم القدرة على تحسين معيشتهم ، وعن عدم القدرة على تحقيق مستوى أعلى في جميع أنحاء الحياة للاضطرابات التي تنشا نتيجة قلق المستقبل ،وهذا مؤكده أيضا (إبراهيم محمود بدر ،23،2003)

04-في الدراسة الأولى ،يتضح أنها تثبت العلاقة بين القلق بنوعيه كسمة أو كحالة وبين جودة الحياة ،وهذا ماكده " نارد ، 2000 " في دراسته ، وكذلك دراسة " الشربيني ، 2007 "الذي أكد أيضا هذه العلاقة.

05 -بالرغم بان الدراسة التي تناولها كل من حسن ألمحرزي وإبراهيم (2006) على علاقة جودة الحياة بالضغوط النفسية ، فبإمكاننا إسقاط نتائجها على علاقة جودة الحياة بقلق المستقبل لأنه لايمكن إيجاد ضغوط نفسية دون قلق نفسي ،وقد توصلت هذه الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين جودة الحياة والضغوط النفسية ،كما توصلت هذه الدراسة إلى ارتفاع مستوى جودة الحياة عند الذكور مقارنة بالإناث ، كما توصلت أيضا إلى أن مستوى جودة الحياة طبقا للتخصص أن طلبة الكلية العلمية أفضل جودة من طلبة كلية العلوم الإنسانية

06- تناولت دراسة (العادلي 2006) مستوى إحساس الطلبة بجودة الحياة وكانت النتيجة ذات مستوى عالي من الإحساس بجودة الحياة عند الجنسين ،لكن هذا المستوى كان عند الذكور أفضل ،وكذلك توصلت هذه الدراسة إن هناك فروق ذات دالة فيما يخص التخصصات .

ملخص الفصل :

بعد وضع اشكاليات الدراسة وفرضياتها وتحديد اهداف هذه الدراسة واهمياتها ، ثم وضع التعاريف الاجرائية لهذه الدراسة ، ثم انتقلت الى ذكر بعض الدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع .

الفصل الثاني:

قلق المستقبل

تمهيد :

1-تعريف القلق

2-تعريف قلق المستقبل

3 – انواع القلق

4- اسس القلق

5- اسباب القلق

6- أعراض القلق

7- النظريات المفسرة للقلق

خلاصة الفصل:

تمهيد:

يعد موضوع قلق المستقبل مكونا رئيسيا وهاما في حياة الانسان ، فالقدرة على بناء اهداف بعيدة المدى والعمل على تحقيقها هي صفة مهمة للكائنات البشرية ،اذ ان المستقبل والتخطيط له حذا بعلماء النفس الاهتمام بعلم استشراف المستقبل ، والذي يعبر عن نظرة تقدمية ايجابية للامام ، والقلق بصفة عامة يعتبر من المواضيع التي فرضت نفسها على كثير من الباحثين ،وهذا نظرا لخطورتها وانتشارها ،إذ يعد من أكثر الأسباب للاضطرابات النفسية ، حيث نجد الفرد في صراعات دائمة مع نفسه للتخلص منها أو على الأقل التخفيف من حدتها.ولذا فقد سمي عصرنا الحالي بعصر القلق لأنه أصبح السمة أو الخاصية ذات الطابع المميز في اي مجتمع سواء كان بالنسبة للأطفال او المراهقين او الكبار، ولكن اكثر مرحلة عمرية تتاثر بالقلق هي مرحلة الشباب ،وهذا ماشار اليه "محمد عاطف رشاد" في قوله : " ان القلق يزداد في مرحلة الشباب باعتبارها مرحلة انتقالية بين المراهقة والرشد ،حيث يتاثر الشباب في تفكيره واحلامه وامله والامه بما ينتظره او يتوقعه في المستقبل ، وقد لا تتوافق الظروف لتهيئ للشباب مايريده وبحلم به ". (محمد عاطف رشاد ، 2000،ص 79) ، ومهما يكن من امر فان القلق له اثره الواضح والجلي على جودة الحياة في اي مرحلة عمرية ،فما بالك بالطلاب المقبلين على خوض معترك الحياة في وسط هذا الكم من العاطلين الذين سبقوهم لها .

وهذا ما سنتناوله بداية بمفهوم القلق وما هي أنواعه وأسبابه وأعراضه و عن النظريات التي تكلمت عنه حتى نستطيع التكيف معه أو التصدي له

1 تعريف القلق:

ا- لغة:

يشير معجم الوسيط إلى أن قلق – قلقا: لم يستقر في مكان واحد، وقلق لم يستمر على حال، وقلق اضطرب وانزعج فهو قلق ،واقلق الهم فلان: أزعجه – المقلاق شديد القلق(حسين فايد ، ص37)"

ب- اصطلاحا:

يرى فرويد أن الخبرة التي تتمثل في الصعوبات الفسيولوجية والإحساسات البدنية المصاحبة لعملية الميلاد، نموذج تنشا عن نفسه حالات القلق بعد ذلك. (احمد محمد حسن صالح واخرون ،ص37)

يرجع فرويد القلق إلى صدمة الميلاد وما يصاحبها من مشاكل فسيولوجية وإحساسات بدنية، وأهمل عامل الوراثة والتأثيرات البيئية.

كما يرى هلجرد أن القلق يشبه في ذلك الخوف يعتبر قوة دافعة، ويرى ان لفظ القلق هو عبارة من العبارات اللغوية العامة، يشير إلى حالة من توقع الشر او الخطر والاهتمام الزائد وعدم الراحة او عدم الاستقرار، أو عدم سهولة الحياة الداخلية للفرد .(عبد الرحمان عيسوي ، ص 5،6)

هذا عن القلق بصفة عامة .

02-تعريف قلق المستقبل:

-فقد عرفه كولد ، 1965 " أنه رد فعل لخوف مرتقب يندرج من الارتباك والاضطراب حتى يصل إلى الرعب التام، وهو مسبوق بشكل حقيقي أو رمزي بظرف من التهديد الذي يدركه الفرد سريعاً ويستجيب له بشدة (كولد ، ص 30)

–أما كاجان1972 :فقد عرفه : انه هو شعور غامض غير سار بصحبه هاجس يكون شيئاً غير مرغوب فيه على وشك الحدوث وانه غير معني بما يجري الآن بل في المستقبل (كاجان ، 1972 ،ص320)

–وأما كود1973 فقد عرفه : " أنه خوف من شر مرتقب، توتر أو معاناة، تتصف بالخوف والفزع وعدم التأكيد، وغالباً ما يكون المصدر غير معروف وغير مميز من قبل الفرد ." (كود ، ص 34)

–وعرفه هلكرد وآخرين1975 بأنه : " هو عاطفة غير سارة تتميز بالإجهاد والخوف من شيء مرتقب، وهي مشاعر نمر بها جميعاً في بعض الأوقات وبدرجات مختلفة"(هلكرد وآخرين ، ص9)

-وعرفه عبد الغفار1977 :بأنه " خوف من المستقبل وما قد يحمله المستقبل من أحداث قد تهدد وجود الإنسان أو تهدد إنسانية الفرد " (عبد الغفار ،1977 ،ص126)

-اما العوادي 1992 ، فقد عرفه بأنه : "هو انفعال مركب من الخوف اللامنطقي الناتج من توقع التهديد واحتمال حد وث خطر على الإنسان نفسه أو لغيره من الناس أو لممتلكاته (العوادي،1992 ، ص 52)

وبناء على هذه التعاريف التي اوردناها يمكننا ان نستنتج ان القلق هو حالة انفعالية تجد تعبيرها في الظواهر الفيزيولوجية من جهة، وأحاسيس ومشاعر نفسية من جهة أخرى، ولكل منا خبرة في القلق، وتعرف مظاهرها الفيزيولوجية من خلال ضربات القلق المتتابعة، جفاف الفم، العرق البارد ، وغيره من الاثار الفسيولوجية ، سواء كانت هذه المشاعر يعيشها الفرد حاليا او هي توجسات ومخاوف مستقبلية

03– أنواع القلق:

وميزت دراسات كاتل وشير عن وجود عاملين للقلق هما قلق الحالة وقلق السمة، وقد عزز سبيلبيرجر 1966 ما توصلا إليه عندما صاغ نظريته عن القلق كحالة وكسمة وميز فيها بين هذين المظهرين على أساس أن:

ا-**القلق كحالة** :هي حالة انفعالية ذاتية مؤقتة تزول بزوال المصدر المثير لها.

ب- **القلق كسمة** :هي استعداد سلوكي مكتسب وفي بعض الأحيان يستمد من خبرات طفولية مبكرة مؤلمة وهي استعداد ثابت نسبيا ومخزن في شخصية الفرد ولصيق بها أكثر من كونه مرتبط بحجم التهديد

04-أسس القلق :

بما أن القلق من المشاكل النفسية الحادة التي تواجه الفرد إلا انه يختلف من شخص إلى أخر تبعا لأسس مختلفة منها:

1- مدى وعي الفرد به: يمكن التمييز في هذا الصنف إلى نوعين من القلق:

ا- قلق شعوري: يدرك الفرد أسبابه ومن ثمة إيجاد الحلول لمواجهته والتصدي له، ويزول بزوال المصدر المثير له.

ب- قلق لا شعوري: لا يدرك الفرد فيه دوافعه ومبرراته رغم المحاولات والجهود المبذولة للسيطرة على ذلك السلوك.

2- من حيث درجة الشدة: يقسم إلى قلق حاد ،وقلق مزمن.(اشرف محمد عبد الغني شريت ومحمد السيد حلاوة **2000** ص **98**)

05- أسباب القلق : للقلق عدة أسباب وهي على النحو التالي :

حدد(جيروم وارنست)خمسة مصادر أساسية للقلق على النحو التالي:

1. الأذى أو الضرر الجسدي: فالإنسان يتملكه الشعور بالقلق في العديد من المواقف منها نجد بعض الافراد في مواقف معينة تتغلب عليهم فكرة الإصابة ببعض الأمراض أو الموت أثناء الحرب.

2. الرفض أو النبذ: إن الإنسان اجتماعي بطبعه، إلا أنه في بعض الأحيان قد لا يستطيع التفاعل مع غيره نتيجة خوفه وإحساسه بالكره أو النبذ من طرف الآخرين، هذا ما يجعله غير مطمئن أو مستريح في بعض المواقف الاجتماعية.

3. عدم الثقة: قد يكون نقص الثقة أو فقدانها في أنفسنا مصدر للقلق، وذلك من جراء خوض التجارب والمواقف الجديدة، خاصة إذا كان الطرف الآخر في هذه غير واضح فيما يتوقع منا رد الفعل.

4. التنافر المعرفي: إن تناقض الجوانب المعرفية كالإدراكات والأفكار والمعلومات مع بعضها البعض، أو عدم مواءمتها للمعايير الاجتماعية يؤدي إلى القلق والشعور بعدم الارتياح.

5. الإحباط والصراع: إن التوتر والقلق يعدان نتيجة طبيعية لفشلنا سواء في إشباعنا لرغباتنا ودوافعنا وطموحاتنا أو في بعض المواقف الصراعية1" عبد المطلب أمين الفريطي، ص 123 – 124"

واذا اردنا ربط هذه الاسباب بعينة دراستنا فاننا نجد قلق المستقبل يمثل عند هذه الشريحة اهم سبب نظرا لما يترتب عنه في المستقبل ، وهذا ما اشار اليه (مولين 1990،501) في ان :" عدم قدرة الفرد على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها ، وعدم قدرته على فصل امانيه عن التوقعات المبنية على الواقع ،والتفكك الاسري ،وعدم قدرة الوالدين او من يحل محلهم على حل مشكلات الفرد ،والشعور بعدم الانتماء داخل الاسرة او المجتمع ،وعدم القدرة على التكهن بالمستقبل ،والتمزق الداخلي .

06- أعراض القلق : هناك عدة اعراض يتميز بها القلق وهي :

ا-الإعراض الجسمية:

يرى (أحمد عكاشة 1992) : أن الأعراض الجسمية هي أكثر أعراض القلق شيوعا، ويبين لنا أن الشخص يكبت انفعالاته، ولا يظهر سوى الأعراض العضوية المتعددة

ب- الأعراض النفس جسمية:

و هي ما يطلق عليها بالأعراض السيكوسوماتية وهي من الأعراض العضوية التي يكون سببها القلق أو له دور كبير في نشأتها أو في زيادة أعراضها، ومن بين أعراضها: الربو الشعبي، روماتيزم المفاصل، قرحة المعدة، الصدع، فقدان الشهية العصبي." نفس المرجع السابق، ص 135 -136"

07- النظريات المفسرة للقلق: هناك عدة نظريات مفسرة للقلق انتقيت منها مايلي:

هناك عدة نظريات فسرت القلق كونه من الاضطرابات النفسية ومن بين هذه النظريات ،النظرية التحليلية ، والسلوكية ، والمعرفية .

1-القلق من وجهة النظرية التحليلية : حيث يعتبر " فرويد " اكثر عالم نفس استخدم مصطلح القلق ، ويعود له الفضل في نشر هذا المصطلح ، وفي هذا الصدد يعتبر فرويد أن الانا هو الموطن الحقيقي للقلق فحينما يشعر الانا بتهديد من جهات ثلاث فيبدأ بتعلم الهرب كرد فعل منعكس ،ويفعل ذلك حسب شحنته النفسية من إدراك الشيء الذي يهدده او العملية المخيفة التي تجري في الهو ويفعل ذلك بحسب شحنته النفسية في صورة القلق ويبدأ رد الفعل الفطري هذا فيما بعد ويحل محله شحنات نفسية وقائية (حيلة المخاوف المرضية) وهنا يميز فرويد بين القلق الموضوعي والقلق العصابي ،فالأول هو الخوف الطبيعي الذي يحدث كرد فعل بتوقع خطر حقيقي خارجي اما الثاني فهو خوف من خطر غريزي داخلي. "" فرويد،**1982** ، ص91-92 "

1 **القلق من وجهة نظر السلوكيين** :بما ان المدرسة السلوكية تعتبر مدرسة تعلم ، فانها ترى بان القلق عبارة عن سلوك متعلم من البيئة الخارجية التي يعيش فيها الفرد تحت شروط التدعيم الايجابي والسلبي ، وهم بالتالي يفسرون القلق في ضوء الاشتراط الكلاسيكي ، وبناءا على هذا استطاع " جون واطسون " رائد المدرسة السلوكية ان يخلق خوفا عند الطفل " البرت " ،وذلك حيث ان هذا الطفل قد تعود اللعب مع احدى الحيوانات وبعد ذلك شرط" واطسون " رؤية الطفل هذا الحيوان يثير مخيف في اصله وهو سماع صوت عالي ومفاجئ ،وبعد حدوث الاشتراط اصبح الطفل يخاف من الحيوان الذي كان يسر لرؤيته من قبل .

2 **القلق من وجهة نظر المدرسة المعرفية** : فنذكر منها رأي كل من:

بيك (BECK) الذي يقول ان القلق حالة انفعالية متوترة تتسم بالعصبية والارتعاد الداخلي وهو على متصل يمتد عبر احد طرفيه من التوتر الخفيف حتى الرعب عند الطرف الأخير ،ويفسر سبب حدوثه كاضطراب انفعالي في ضوء الاعتقادات السلبية التي يكنها المريض عن نفسه والعالم والمستقبل.

أما هاري سوليفان 1966 فيرى أن القلق حالة مؤلمة تنجم عن المعاناة من عدم استحسان في العلاقات البيئية الشخصية للفرد وهذه العلاقات هي أساس بناء الشخصية والقلق يرتبط بالتوتر وهو بنائي وهدمي فقليل من القلق يمد الفرد بالحيوية لكن القلق التام يؤدي إلى فقد الحيوية وفقدان الأداء المنتج او الانسحاب من الموقف كلية.

08-مناقشة النظريات :

الشيئ الذي يميز نظرية التحليلية عن باقي النظريات هو في تمييزه بين القلق الموضوعي والقلق العصابي ،فالأول هو الخوف الطبيعي الذي يحدث كرد فعل بتوقع خطر حقيقي خارجي اما الثاني فهو خوف من خطر غريزي داخلي.،اما النظرية السلوكية فقد ركزت على عملية التعلم تحت

شروط التدعيم السلبي او الايجابي .اما وجهة نظر النظرية المعرفية فهي تركز على تصورات الفرد العقلية هي من تشكل له عنصر القلق بصفة عامة

خلاصة الفصل:

تناولت في هذا الفصل تعريف القلق لغة واصطلاحا وبعض التعريفات التي وضعها الباحثون،والملاحظ ان كثيرا من التعريفات تشترك فيبعض المفاهيم الا دراسات" كاتل وشير" ميزت بين القلق كسمة والقلق كحالة ، ثم تطرقت الى انواع القلق حيث ينقسم الى عدة انواعمن القلق ، ثم تناولت بعض اسس القلق ،كما تطرقت الى بعض اسباب القلق ، وكذلك تطرقت الى اعراض القلق، ،وفي نهاية الفصل تطرقت الى بعض النظريات المفسرة للقلق.

الفصل الثالث:
جودة الحياة

تعريف جودة الحياة

نظرة تاريخية عن جودة الحياة

قياس جودة الحياة

أدوات لقياس جودة الحياة

خلاصة الفصل

تمهيد

رغم التباين الواضح في تعريفات جودة الحياة عند اغلب الباحثين ، إلا إن هناك قاسم مشترك بين هؤلاء الباحثين في الغاية من دراسة موضوع جودة الحياة ،وهو جعل الفرد يعيش حياة يستمتع بها وتكون هذه الحياة ذات جودة ، وهذا ما أشارت إليه أبحاث جودة الحياة التابعة لقسم الصحة العامة بجامعة تورنتو بكند بقولها : " إن الهدف النهائي من دراسة جودة الحياة وتطبيق ذلك على حياة الناس هو جعل الناس تعيش حياة ذات جودة ، حياة لها معني ويتم الاستمتاع بها"(المطوع ، 1999،ص421)

وبناء عليه جاءت هذه الدراسة لمحاولة التعرف على جودة الحياة ،وماهو مسارها التاريخي ، وما هي اساسها ، ومقوماتها ، وفي الاخير نتعرف على قياسها ، ثم ننهي هذا الفصل بادوات هذا القياس ، وهذا ماسنعرفه في هذا الفصل–ان شاء الله – :

01 – تعريف جودة الحياة:

لغة : تعني الجيد ضد الرديء، جياد، وجيادات ، (يجود جودة ، صار جيدا) القاموس المحيط.

اصطلاحا :هناك عدة مفاهيم لجودة الحياة ، وهي على النحو التالي :

في رأي (فينهوفن ، 2001)" أن جودة الحياة تشمل تقويم لجوانب متعددة في الحياة مثل الظروف المعيشية ،وفرص العمل المتاحة التي تمنح الشعور الشخصي بالكفاءة وكيفية التعامل مع المشكلات والتحديات "(دودسن ،1994،ص 218) ،أوهي تبني أسلوب حياتي يشبع رغبات واحتياجات الفرد (المطوع ،1999 ،ص422) و بالتالي جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته" (WHOQOL Group, 1995

وعرفها (فرانك) بأنها : " إدراك الفرد للعديد من الخبرات ، وبالمفهوم الواسع شعور الفرد بالرضا مع وجود الضروريات في الحياة مثل الغذاء والمسكن وما يصاحب هذا الإحساس من شعور بالإنجاز والسعادة ، وخلو الجسم من العاهات الجسمية".

اما (كومنس)و(كار) فقد عرفا جودة الحياة بانها:" تعني شعور الفرد بالسعادة والرضا عن حياته ،والإقبال عليها بحماس والرغبة في معايشتها وبناء شبكة علاقات اجتماعية مع المحيطين به ،وشعور متزايد بالأمن والطمأنينة ،والثقة في قدراته والسعي لانجاز الاهداف ،وعدم الاحساس بالفشل ،والتمتع بالصحة البدنية والنفسية،وان كل هذا من شانه ان يزيد من طموحاته ، فضلا عن إحساسه الداخلي بما حققه من انجازات تمكنه من الوصول لوضع وظيفي مناسب في المستقبل .

(كومنس،**1998**)و(كار،**2004**، ص**39**)

اما (سامية الانصاري) فقد ربطت جودة الحياة بالسعادة ، عندما اوضحت راي مارتن سيلجمان الذي اشار فيه الى ان " المرء يصبح اكثر سعادة ،عندما يتحدى افكاره السلبية ويحللها ويقارنها بما يتمتع به من نعم ". (سامية الانصاري ،**2008**)

وعرفتها (منظمة الصحة العالمية) : " بأنها انطباع الفرد تجاه حياته وضمن النسق والمعايير الثقافية في مجتمعه ومستوى العلاقة بين تحقيق أهدافه وتوقعاته وفق مفاهيم معيارية محددة لديه " . (منظمة الصحة العالمية،..

ومجمل القول يمكننا ملاحظة أن تعريفات جودة الحياة قد تباينت بتباين الأطر النظرية التي طرحت بها هذه التعريفات ،حيث أخذت ثلاث اتجاهات مختلفة المتمثلة في الاتجاه الاجتماعي والاتجاه النفسي و الاتجاه الطبي .

02-المسار التاريخي عن جودة الحياة

من ناحية التاريخية أول استخدام لمصطلح جودة الحياة ظهر في الفلسفة الإغريقية ، وافترض أرسطو أن السعادة مشتقة من فعالية ونشاط الروح وبالتالي تحقق حياة سعيدة ،وفي العصر الحديث اقترح أعضاء من منظمة الصحة العالمية مفهوماً ضمنياً لجودة الحياة وتوجه هذا المفهوم إلي الرعاية الصحية عندما تم تعريف الصحة " حالة صحية جيدة تشمل الجوانب الفسيولوجية والعقلية والاجتماعية وليس بالضرورة غياب المرض" وبقي هذا المصطلح حتى عام **1978** ، حيث وسعت المصطلح وأوضحت أن للأفراد الحق في الرعاية النفسية و وجودة حياة كافية وذلك طبعا بالإضافة إلي الرعاية الفسيولوجية. " (**King & Hinds 1996**) ، وفي العام **1975** بدأ استخدام مصطلح جودة الحياة وأصبح جزءاً من المصطلحات الطبية المستخدمة ، وبدأ استخدامه بصورة منهجية ومنتظمة في أوائل الثمانينيات عندما تم استخدام هذا المصطلح مع مرضى الأورام ، لما واجه الأطباء مشكلة بأن العلاج لمرضى السرطان ذو تكلفة دفع عالية وذلك بغرض زيادة المدى المتوقع لعمر لهؤلاء المرضى.وتستخدم لتعكس مدى الاحترام المتزايد لأهمية كيفية شعور المريض ورضاه عن الخدمات الصحية المقدمة ، بجانب النظرة التقليدية التي تتركز على نتائج المرض.

03-قياس جودة الحياة :

وورد عن(كنغ ،وهاند) في موضوع قياس جودة الحياة مايلي : " نظراً لعدم وجود معايير واضحة ومحددة لقياس مفهوم جودة الحياة ، لذا كان هناك حذر شديد لعمل قياس لجودة الحياة مع ضرورة هذا القياس ولتخصيص مصادر للرعاية الصحية ". (كنغ وهاند ، **1996**) ،والأبحاث التي تتعلق بجودة الحياة أظهرت الفرق ما بين تقييم جودة الحياة الذي يقوم به مقدمو الخدمات الصحية وبين المرضي.

ومن المهم عند مناقشة مفهوم جودة الحياة أن نميز بين هذا المفهوم ومفاهيم ذات علاقة اخرى ولكن تختلف من حيث المضمون مثل الصحة الجيدة ، الحالة الصحية ، الرضا عن الحياة ،والأمل .ومن المهم تقييم العلاقة ما بين الثقافة وجودة الحياة ، لأن الإدراك لجودة الحياة ذو ارتباط وثيق مع الحدود الثقافية والتي تختلف من مجتمع لمجتمع آخر، وقد حصر هذه المعايير(رافيل و اوذر) في مايلي :

هناك بعض الأمور التي يمكن من خلالها قياس جودة الحياة وهي أمور يمكن قياسها مثل الحالة الصحية ، قابلية الحركة ، جودة المنزل وغيرها.

- وهناك أمور أخرى لقياس جودة الحياة عن طريق الحصول على معلومات دقيقة عن حياة الشخص أو مدى كفاءة وفعالية النظام الذي يعيشه الإنسان مثل توزيع الدخل، وتوفر الوصول إلى الخدمات الصحية وغيرها.

- وهناك سؤال آخر عن قياس جودة الحياة ويكون هذا القياس مستنداً على قيمة الجودة مثل مدى قدرة الإنسان على الاستقلالية والتحكم؟ ، حيث تعتبر مؤشراً على جودة حياة جيدة ،ولكن قد توصف لبعض الأشخاص وليس للجميع .(رافيل و اوذر ، **1996** ،ص **48**)

04-فوائد عمل مقياس لجودة الحياة

اما الفوائد التي يمكن جنيها من عملية قياس جودة الحياة فهي عديدة ،وهي على النحو التالي :

-تستخدم جودة الحياة للتمييز بين مجموعات مختلفة من المرضي ،وذلك للتنبؤ بالنتائج المختلفة للأفراد ، وكذلك لتقييم فعالية البدائل والطرق العلاجية التي تم استخدامها.

-وكذلك من الممكن أن يكون لتقييم وعمل قياس جودة الحياة العديد من الاستخدامات المختلفة في مساعدة العلاج السريري الروتيني ،وكذلك التخاطب بصورة أفضل مع المرضى ، وايضا البحث واكتشاف المشاكل المحتملة ، وأيضا معرفة الأشياء والأمور التي يفضلها المريض .

-القدرة على الاستفادة من المصادر البيئة المتاحة الاجتماعية منها (المساندة الاجتماعية)، والمادية (معيار الحياة) وتوظيفها بشكل إيجابي **(Katschnig H. 1997).**

ملخص الفصل :

تناولنا في هذا الفصل بداية من اهم التعاريف التي تناولت جودة الحياة ، حيث وجدنا ان هناك اختلافات متعددة في هذه التعاريف ، الا ان هناك بعض نقاط الاتفاق المتعلق باهم محاورها والمتمثلة في تضمن جودة الحياة للجانب الطبي ،والجانب النفسي ، والجانب الاجتماعي ، ثم تطرقنا الى المسار التاريخي لجودة الحياة ، والشيئ الملاحظ في هذه النقطة ، ان هناك اختلاف في الظهور بين مصطلح جودة الحياة الذي يعتبر ظهوره حديثا ، وبين مضمون هذا المصطلح ، الذي يعتبر ظهوره منذ العصر اليوناني القديم ،ثم ختم الفصل بادوات قياس جودة الحياة .

الفصل الرابع

الدراسة المنهجية

تمهيـــــــــــد

1- المنهج المستخدم

2- الدراسة الاستطلاعية وخصائصها

3- وصف مجتمع الدراسة الاساسية

4- ادوات جمع البيانات

5- الأساليب الإحصائية

خلاصة الفصل

تمهيـــــــــــد:

لتحقيق أية دراسة علمية ميدانية يتطلب منا تحديد تحديد عينة البحث إضافة إلى ذلك تحديد الإجراءات المنهجية للدراسة وذلك باستخدام مناهج معينة حسب الدراسة ، فلكل دراسة أدواتها المنهجية ،وهذا الذي سوف نطبقه في الأسس المنهجية لدراستنا الميدانية الحالية

1-المنهج المستخدم:

اتبعت في هذه الدراسة المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الدراسة الحالية المتمثلة في " جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل " ، لان المنهج الوصفي كما عبر عنه (دياب ، **2003**) انه : " طريقة في البحث عن الحاضر للإجابة عن تساؤلات محددة دون تدخل من الباحث في ضبط المتغيرات او ادخال معالجات جديدة ، وانما يدرس ماهو موجود اوكائن "(دياب ، **2003** ص **82**)

2- الدراسة الاستطلاعية:

2-1- الهدف من الدراسة الاستطلاعية:

يلجا العديد من الباحثين قبل الاستقرار على خطة البحث وتنفيذها بشكل كامل إلى القيام بما يسمى بالدراسة الاستطلاعية والتي تجرى على عدد محدد من الأفراد ويتوقع الباحث من خلالها تحقيق الأهداف التالية:

-التيقن من جدوى إجراء الدراسة التي يرغب الباحث القيام بها.

-تزويد الباحث بتغذية راجعة أولية حول مدى صلاحية الفرضيات البحثية التي يراد اختبارها لإجراء تعديلات عليها.

2-2-عينة الدراسة الاستطلاعية وخصائصها:

لقد أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (**30**) طالبا وطالبة للسنة الثالثة **LMD** من كلية العلوم التكنولوجية وعلوم المادة بجامعة قاصدي مرباح ورقلة،حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية

جدول رقم (01)يبين توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية

الجنس	ك	النسبة
ذكر	15	50%
أنثى	15	50%
المجموع	30	%100

3- وصف المجتمع الاصلي :

يتكون مجتمع الدراسة الاساسية من **140** طالبا وطالبة للسنة الثالثة **LMD** من نفس الكلية

جدول رقم (02)يبين توزيع المجتمع الأصلي حسب متغير الجنس

الجنس	ك	النسبة
ذكر	70	50%
أنثى	70	50%
المجموع	140	%100

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة الإناث هي نفس نسبة الذكور

جدول رقم(03) يبين توزيع عينة البحث حسب متغير التخصص

التخصص	العدد			النسبة
	المجموع	اناث	ذكور	
متابعة ومراقبة	31	03	28	% 22.14
ري حضري	74	32	42	%52.86
هندسة مدنية	35	18	17	%25
المجموع	140	53	87	%100

اسباب اختيار هذه المرحلة دون غيرها : فيعود للاعتبارات التالية :

فطلبة هذه المرحلة فهم مقبلون على االانتقال الى شهادة الماستر او متوجهين الى الحياة العملية ، وفي تلك الحالتين تعتبر مستقبلا مجهولا وغامضا بالنسبة للطالب.

4- أدوات جمع البيانات:

لغرض جمع البيانات من الميدان عن موضوع الدراسة ، ينبغي على الباحث اختيار الاداة المناسبة لذلك ،ومن المعلوم ان اداة البحث تساعد الباحث على تحقيق هدفين اساسيين هما :

-تساعد على جمع الحقائق والمعلومات المتعلقة بموضوع البحث

-تجعل الباحث يتقيد بموضوع بحثه وعدم الخروج منه (احسان محمد حسن ،ص65)

وفي هذه الدراسة التي تعني بالعلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل ، تم الاعتماد على اداتين هما :

1 -مقياس قلق المستقبل

2 -مقياس جودة الحياة

01 - مقياس قلق المستقبل :

مقياس قلق المستقبل الذي استعملته في هذه الدراسة هو مقياس (الخالدي، 2002) و هذا المقياس يتكون من (48) فقرة موزعة على خمسة مجالات هي (المجال النفسي ، والمجال الاقتصادي ،والمجال الاجتماعي ، والمجال الصحي ، والمجال الأسري)، وقد طبقته (فضيلة عرفات محمد السبعاوي)على عينة تألفت من (578) طالب وطالبة للمراحل الاولى والثانية والثالثة والرابعة من طلبة كلية التربية بجامعة الموصل – بالعراق– للسنة الدراسية 2006–2007 ،وقد تحققت الباحثة من صدق الأداة ظاهريا عن طريق عرض اداة البحث على لجنة من الخبراء

المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية ،وكانت نسبة اتفاق الخبراء 85 % ، وهذه النسبة تعد معيارا مقبولا عند الكثير من الباحثين يتم في ضوئه قبول الفقرة او تعديلها .(محمد ،1983 ، ص 89)، كذلك استخرج الصدق عن طريق الصدق الذاتي حيث تحصلت على درجة 0.968 ، اما ثبات المقياس فقد استخرجت الباحثة ثبات مقياس قلق المستقبل بطريقتين هما :

أ –طريقة اعادة الاختبار وكانت قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين الاول والثاني تساوي (0.938) وهو معامل ثبات عال

ب–أما الطريقة الثانية فكان بطريقة الاتساق الداخلي فقد تم استخدام اسلوب حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من المجالات الخمس مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية فتراوحت معاملات الارتباط بين المجالات مابين(0.467و0.779)

–تصحيح مقياس قلق المستقبل وحساب الدرجات : تم تعيين نمط الاجابة على كل فقرة بحسب اسلوب (ليكارت) ذي البدائل الخمسة ، ومن اجل الحصول على الدرجة الكلية لهذا المقياس ،تم تحديد امام كل فقرة خمسة بدائل (تعبر عني تماما ، تعبر عني كثيرا ،تعبر عني بدرجة متوسطة ،تعبر عني بدرجة قليلة ، لاتعبر عني على الاطلاق) (فضيلة عرفات محمد السبعاوي ، ص 06) ،ثم اعطيت الدرجات لكل بديل من البدائل الخمسة على النحو التالي :

الفقرات الايجابية (5–4–3–2–1)

والفقرات السلبية (1–2–3–4–5)

وأصبح المقياس بصيغته النهائية يتألف من (48) فقرة منها (15) فقرة ايجابية و (33) سلبية ، أما أعلى درجة للمقياس (240) وأدنى درجة هي (48) في حين أن المتوسط الفرضي (120) درجة .

الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل :

ا-حساب صدق مقياس قلق المستقبل على عينة دراستنا الحالية :لقد تم اعادة حساب صدق المقياس بطريقتين :

-الطريقة الاولى: صدق المقارنة الطرفية : حيث تم ترتيب درجات افراد العينة الاستطلاعية تصاعديا ، واخذت بنسبة 33 % من الدرجات المنخفضة ،و 33 % من الدرجات العالية في المقياس .

جدول رقم (04) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس قلق المستقبل

المعايير / القيمة	ن	م	ع	ت المحسوبة	درجة الحرية	ت المجدولة	مستوى الدلالة	مدى الدلالة
القيمة العليا	10	163.63	6.39	08.54	18	2.88	0.01	دال
القيمة السفلى	10	64.18	38.05					

تم حساب الفرق بين متوسطي المجموعتين باستخدام اختبار (ت) الذي بلغت قيمته 8.54 وهي قيمة اكبر من (ت) المجدولة المقدرة ب 2.88 على مستوى الدلالة 0.01 ، مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية، وبالتالي يعتبران المقياس يتمتع بصدق عال، كما هو موضح في الجدول رقم 05

-الطريقة الثانية: الصدق الذاتي:

الصدق الذاتي وهو الذي يقوم على الدرجات التجريبية للاختبار بعد تخلصها من أخطاء القياس، أي الدرجات الحقيقية والتي أصبحت هي المحك الذي ينسب إليه صدق الاختبار. (بشير معمرية ص 81) وفي دراستنا الحالية فالجذر التربيعي للثبات = $\sqrt{0.87}$ ومنه: الصدق الذاتي = 0.93 وهي قيمة عالية، ومنه نستخلص بأن الاختبار يتمتع بصدق عال.

- ب-حساب ثبات مقياس قلق المستقبل:

يعرف بشير معمرية الثبات: ""بأنه مدى الدقة والاستقرار والاتساق في نتائج الأداء لو طبقت مرتين فأكثر على نفس الخاصية وفي مناسبات مختلفة". (بشير معمرية ، 2003،ص 188.)

وقد اعتمدنا في حساب ثبات الأداة عن طريق التجزئة النصفية فردي- زوجي – وهذا بقسمة بنود الاختيار إلى نصفين الأول يتكون من البنود الفردية والنصف الآخر من البنود الزوجية. تم تنصيفه بهذه الطريقة بعد تطبيقه على أفراد العينة الاستطلاعية. ثم حسب معامل الارتباط (بيرسون). وبعد ذلك تم تعديلها بمعادلة (سبيرمان براون التصحيحية)، والجدول الاتي يوضح لنا ذلك :

جدول رقم (05) يوضح ثبات مقياس قلق المستقبل بالتجزئة النصفية فردي –زوجي

المؤشرات الإحصائية	ن	ر المحسوبة		ر المجدولة	درجة الحرية ن–2	مستوى الدلالة	مدى الدلالة
البنود	30	قبل التعديل	بعد التعديل	0.46	28	0.01	دال
البنود الفردية		0.78	0.87				
البنود الزوجية							

قدرت قيمة (ر) بـــ **0.78** وهو معامل عالي وقد تم تصحيح هذه النتيجة باستخدام معادلة سبيرمان براون التي تصحح أثر التجزئة النصفية حيث قدرت قيمة (ر) بـــ **0.87** وهذا يؤكد أن المقياس ثابت .

2-مقياس جودة الحياة :

هذا المقياس أعده كل من محمود عبد الحليم منسي وعلي مهدي كاظم بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس ، حيث تم توزيع هذا المقياس على **06** محاور هي : (جودة الصحة العامة ،وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية ،وجودة التعليم ،وجودة العواطف ،وجودة الصحة النفسية ،وجودة شغل الوقت وإدارته) ، وقد تم صياغة **10** فقرات لكل محور (**5** فقرات موجبة و **5** فقرات سالبة)وأمام كل فقرة مقياس تقدير خماسي (أبدا ، قليلا جدا ،إلى حد ما ،كثيرا ،كثيرا جدا)، حيث أعطيت الفقرات الموجبة الدرجات (**5-4-3-2-1**) ،في حين أعطيت الفقرات عكس الميزان السابق ، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية عن المقياس بين (**60 – 300**)درجة ، اما الدرجة الكلية على كل محور من المحاور بين (**10—50**) درجة

وقد تم نطبيق هذا المقياس على **220** طالب وطالبة من مختلف كليات جامعة السلطان قابوس ،وقد اجريت عليه الخصائص السيكومترية ،ففي مجال مجال الصدق تم التحقق منه عن طريق صدق المحكمين ،وصدق المحك ، ام ثبات المقياس فقد تم عن طريق معامل الفا كرونباخ فتراوحت المحاور الستة بين **0.62—0.85** بوسيط قدره **0.75** وبلغ للمقياس ككل**0.91** ، وعلى أساس ذلك بلغ الخطأ المعياري للمقياس **7.44** ،ومعاملات الاتساق الداخلي ومعاملات التميز للمفردات **27** % .

(محمود عبد الحليم منسي و علي مهدي كاظم ، ص**63**)

جدول رقم (06) يبين توزيع البنود على ابعاد جودة الحياة

جودة الصحة العامة	جودة الحياة الاسرية والاجتماعية	جودة التعليم والدراسة	جودة العواطف	جودة الصحة النفسية	جودة شغل الوقت وادارته
1-7-13-19-25-31-37-43-49-55	2-8-14-20-26-32-38-44-50-56	3-9-15-21-27-33-39-45-51-57	4-10-16-22-28-34-40-46-52-58	5-11-17-23-29-35-41-47-53-59	6-12-18-24-30-36-42-48-54-60

ا-حساب صدق مقياس جودة الحياة :ايضا تم حساب صدق هذا المقياس بطريقتين هما :

-الطريقة الاولى : صدق المقارنة الطرفية : وهي الفرق بين متوسطي المجموعتين.

جدول رقم (07) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس جودة الحياة

م / القيمة	ن	م	ع	ت المحسوبة	درجة الحرية	ت المجدولة	مستوى الدلالة
القيمة العليا	10	201.72	23.23	13.77	18	2.88	عند 0.01
القيمة السفلى	10	102.90	5.16				

وتم استخدام اختبار(ت) الذي بلغت قيمته **13.77** وهي قيمة اكبر من (ت) المجدولة المقدرة ب **2.88** على مستوى الدلالة **0.01** ، مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية ، وبالتالي يعتبر ان المقياس صادق ، كما هو موضح في الجدول رقم **08**

-الطريقة الثانية: الصدق الذاتي:

وفي دراستنا الحالية فالجذر التربيعي للثبات = $\sqrt{0.80}$ ومنه الصدق الذاتي = **0.89** وهي قيمة عالية، ومنه نستخلص بأن الاختبار قادر على التمييز بين القيمتين العليا والسفلى، ومنه فالاختبار صادق.

ب-حساب ثبات مقياس جودة الحياة :

وقد تم الاعتماد في حساب ثبات الأداة عن طريق التجزئة النصفية فردي- زوجي – حيث تم حساب معامل الارتباط لجودة الحياة بقيمة **0.67** قبل التعديل وبعد التعديل ب **0.80** ، وبعد مقارنتنا ل(ر) المحسوبة مع المجدولة بمستوى الدلالة (**0.01**) إن هناك دلالة إحصائية تؤكد ثبات المقياس ، والجدول الاتي يوضح ذلك :

جدول رقم (08) يوضح ثبات مقياس جودة الحياة بالتجزئة النصفية فردي –زوجي

المؤشرات الإحصائية	ن	ر المحسوبة		ر المجدولة	درجة الحرية ن–2	مستوى الدلالة
البنود	30	قبل التعديل	بعد التعديل	0.46	28	عند 0.01
البنود الفردية		0.67	0.80			
البنود الزوجية						

5-الاساليب الإحصائية المستعملة : تم الاعتماد في معالجة البيانات المتحصل عليها على الأساليب الإحصائية التالية:

-اختبار(ت): الذي يستخدم للمقارنة بين المتوسطتين وهدفه التأكد من أنه فرق ناتج عن صدفة وظروف الاختبار العينية.

– تحليل تباين:هو متوسط مربعات فروق القيم عن المتوسط أي انه مربع الانحراف المعياري.

– كما تم استخدام نظام "SPSS" وهو النظام الإحصائي للعلوم الاجتماعية، في معالجة البيانات الإحصائية لهذه الدراسة.

خلاصة الفصل:

في هذا الفصل تطرقنا الى الهدف من الدراسة الاستطلاعية ومجالات الدراسة وكذلك إلى عينة الدراسة وعرضنا عدة جداول تبين توزيع أفراد المجتمع حسب متغير الجنس وحسب متغير التخصص، أما إجراءات المنهجية فتطرقت فيها إلى المنهج المستخدم ألا وهو المنهج الوصفي وفي الأخير تطرقنا إلى الأدوات المنهجية المستعملة والخصائص السيكومترية لهما .

الفصل الخامس

عرض وتحليل وتفسير النتائج

تمهيد

1 – عرض وتحليل النتائج

2- تفسير النتائج

3- الاستنتاج العام

4- التوصيات والاقتراحات

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعد جمع المعلومات حول ميدان الدراسة وتحديد عينة البحث والأداة المستخدمة يتطلب تبويب وتحليل هذه البيانات وحصرها في جداول إحصائية وذلك للوصول إلى النتائج الخاصة لموضوع الدراسة ففي هذا الفصل تم التطرق إلى تفريغ البيانات في جداول إحصائية حسب فرضيات الدراسة وكذلك تم طرح نتائج المتوصل إليها تم الخلاصة ثم طرح مجموعة من توصيات وفي الأخير خاتمة الدراسة.

أولا: عرض وتحليل النتائج

1- عرض نتائج الفرضية الأولى:

التي تنص على انه: " يوجد قلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجية وعلوم المادة بشكل مرتفع "، ولاختبار هذه الفرضية تم استعمال المعالجة الإحصائية التالية بحساب النسب المئوية لدرجات القلق لدى الأفراد العينة وذلك بعد تحديد القيمة الفاصلة المتمثلة في درجة (**144**) فإذا تحصل الفرد على قيمة مابين **96/48** فانه يعاني من قلق مستقبل منخفض ، اما اذا تحصل الفرد على قيمة ما بين **96 /192** فان الفرد يعاني من قلق مستقبل متوسط ، واذا تحصل على درجة بين **240/192** فان درجة قلق المستقبل لديه مرتفعة ،والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (09) يوضح نتائج الفرضية الأولى

منخفض		متوسط		مرتفع	
العدد	نسبة (%)	العدد	نسبة(%)	العدد	نسبة (%)
28	**20**(%)	**27**	**19.28**(%)	**85**	**60.72**(%)

من خلال الجدول رقم (**09**)يتضح أن أفراد ذوي القلق المرتفع يقدر ب **85** فرد ، أي بنسبة مئوية **60.72**%) وذوي القلق المتوسط يقدر ب (**27**)بنسبة مئوية **19.28** (%) وذوي القلق المنخفض يقدر ب **28** أي بنسبة مئوية تقدر ب **20** (%) ، ومنه نقول أن الفرضية تحققت ،وان معظم طلبة كلية العلوم والتكنولوجية وعلوم المادة يعانون من قلق مرتفع ، وان نسبة قليلة منهم تعاني من قلق منخفض او قلق متوسط

2-عرض نتائج الفرضية الثانية :

والتي تنص على انه: "هناك علاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجيةِ وعلوم المادة "، ولتأكد من صحة هذه الفرضية تم استعمال معامل الارتباط بيرسون ، وهذا مايوضح في هذا الجدول

جدول رقم (10) يوضح نتائج العلاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل

	ن	ر المحسوبة	ر المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	مدى الدلالة
قلق المستقبل	140	0.44–	0.20	138	0.01	دالة
جودة الحياة	140					

من خلال الجدول رقم (10)يتضح أنهناك علاقة عكسية بين جودة الحياة وقلق المستقبل التي قدرت فيها (ر) المحسوبة –0.44 و (ر) المجدولة ب 0.20 ومنه نقول أن الفرضية تحققت

3-عرض نتائج الفرضية الثالثة:

والتي تنص على انه '' توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس لدى هذه الفئة من الطلبة ''ولتأكد من صحة الفرضية تم حساب مايلي :

جدول رقم (11) يوضح نتائج توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس

/	عدد أفراد العينة	المتوسط ح	الانحراف م	ت المحسوبة	ت المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	مدى الدلالة
الذكور	70	143.97	49.32	9.47	2.61	138	0.01	دالة
الإناث	70	85.18	16.23					

يوضح الجدول رقم(**11**) وأن قيمة المتوسط الحسابي للذكور قدر بـــ:(**143.97**) والانحراف المعياري قدر بـــ:(**49.32**),وقيمة المتوسط الحسابي للإناث قدر بـــ: (**85.18**),والانحراف المعياري قدر بـــ: (**16.23**),وقيمة ت المحسوبة قدرت بـــ: (**9.47**)وهي قيمة أكبر من قيمة ت المجدولة والمقدرة (**2.61**)وذلك عند درجة حرية **138** ومستوى دلالة **0.01**, وهذا مما يدل على ان وجود فروق ذات دلالة لصالح الذكور

4-عرض نتائج الفرضية الرابعة:

والتي تنص على انه '' توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص لدى هذه الفئة من الطلبة ''ولتأكد من صحة الفرضية تم حساب مايلي وهذا مايوضحه هذا الجدولين :

الجدول رقم (12) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجة جودة الحياة لمتغير التخصص

التخصص	عدد أفراد العينة	المتوسط التربيعي	الإنحراف المعياري
متابعة ومراقبة	31	122.35	50.32
هندسة مدنية	74	104.13	38.17
ري حضري	35	129.77	56.01
المجموع	140	114.57	46.99

الجدول رقم (13) يوضح ف المحسوبة والمتوسطات التربيعية لدرجة جودة الحياة لمتغير التخصص

	مجموع المربعات	المتوسطات التربيعية	المربعات	درجة الحرية	ف المحسوبة	مستوى الدلالة	مدى الدلالة
بين المجموعات	18024.21	122.35	9012.10	02	4.27	0.05	دالة
داخل المجموعات	289023.91	104.13	2109.66	137			
المجموع	307048.13	129.77		139			

يلاحظ من خلال الجدول رقم (13) أن التباين داخل المجموعات قدر بـــ: (289023.91),والتباين خارج المجموعات قدر بـــ: (18024.21),والمتوسط التربيعي لداخل المجموعات قدر بـــ: (104.13) و المتوسط التربيع لخارج المجموعات قدر بـــ: (122.35),والنسبة الفائية قدرت بـــ: (4.27),وهي قيمة دالة إحصائيا عند درجة حرية (139) ومستوى دلالة 0.05 ومنه يوجد فروق في مستوى جودة الحياة باختلاف التخصص .

-تفسير ومناقشة نتائج الدراسة:

تفسير ومناقشة الفرضية الأولى:

التي تنص على ان: "يعاني طلاب كلية العلوم التكنولوجيا وعلوم المادة من قلق المستقبل "، وتم حساب النسب المئوية لدرجة قلق المستقبل لدى افراد العينة، حيث وجدنا ان الفرضية تحققت نسبيا، وان معظم الطلبة يعانون من قلق مستقبل مرتفع، وهذا راجع الى اسباب وعوامل عديدة اهمها: الخوف من الفشل والرسوب وخاصة ان هذه الفئة من الطلبة مقبلون على اجتياز مرحلة من اصعب مراحل نظام LMD الا وهو شهادة الماستر او الالتحاق بالحياة العملية بشهادة جامعية تمتاز بقلة الاعتراف مقارنة بشهادة الماستر او بشهادة ليسانس كلاسيكي .

ويعتبر قلق المستقبل شكل من أشكال المخاوف المرضية عاملاً هاماً من بين العوامل المعيقة للتحصيل الأكاديمي بين الطلبة في مختلف تخصصاتهم ، والواقع أن الكثير من الدراسات قد أشارت إلى هذا الأثر السلبي للقلق على جودة الحياة كما هو الشأن بالنسبة لدراسة (إبراهيم محمود بدر ،**2003**) إلى أن هؤلاء الأفراد كلما زادت لديهم درجة القلق من المستقبل ، فان ذلك يسهم في إحداث العديد من الاضطرابات التي تعيق الفرد عن التقدم ، وعن تحقيق مستوى أعلى في كافة الجوانب الحياتية .

تفسير ومناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية على أنه: هناك علاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجية وعلوم المادة "،وبتطبيق الأسلوب الإحصائي "ت" للفروق تم الوصول إلى تحقيق الفرضية على أنه توجد علاقة بين جودة الحياة وقلق المستقبل ،اي ان مستوى جودة الحياة كان منخفضا وذلك يعود لارتفاع مستوى قلق المستقبل .

وهذا مااشارت الية دراسة (احمدة حسانين ، 2000) :في "أن الأشخاص الذين يعانون من قلق المستقبل يشعرون بالوحدة ،ولا يستطيعون تحسين مستوى معيشتهم ،ولا يخططون للمستقبل ولا توجد لديهم مرونة ، ولا يحافظون على قوتهم من اجل مواجهة المواقف الحرجة في المستقبل" . ويعود هذا إلى عدة اسباب من وجهة نظر الباحث وتتلخص في الاثر البالغ الذي يتركه القلق بصفة عامة وقلق المستقبل على كل اجهزة الجسم الحيوية ، وخاصة مايعرف بالامراض السيكوسوماتية (النفس جسمية) ، وهذا ماقررته المدرسة المعرفية حيث ذكر بيك (BECK) " ان القلق حالة انفعالية متوترة تتسم بالعصبية والارتعاد الداخلي وهو على متصل يمتد عبر احد طرفيه من التوتر الخفيف حتى الرعب عند الطرف الأخير ،ويفسر سبب حدوثه كاضطراب انفعالي في ضوء الاعتقادات السلبية التي يكنها المريض عن نفسه والعالم والمستقبل" أما هاري سوليفان 1966 فيرى "أن القلق حالة مؤلمة تنجم عن المعاناة من عدم استحسان في العلاقات البيئية الشخصية للفرد وهذه العلاقات هي أساس بناء الشخصية والقلق يرتبط بالتوتر وهو بنائي وهدمي فقليل من القلق يمد الفرد بالحيوية لكن القلق التام يؤدي إلى فقد الحيوية وفقدان الأداء المنتج او الانسحاب من الموقف كلية.

تفسير ومناقشة الفرضية الثالثة:

تنص هذه الفرضية على ان هناك " فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير الجنس لدى هذه الفئة من الطلبة"لقد تحققت هذه الفرضية من خلال دراستنا هذه ،في وجود فروق ذات دلالة بين الذكور والاناث حيث كان مستوى جودة الحياة عند الذكور احسن من مستواها عند الاناث ، وهذا ماذهبت اليه دراسة حسن والمحرزي وإبراهيم (2006) التي اجراها على عينة حجمها 183 طالب وطالبة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس ، فتوصل الى وجود ارتفاع مستوى جودة الحياة لدى الطلاب مقارنة بالطالبات ، وكذلك هذا ماأكدته دراسة (غريب عبد

الفتاح 1990) التي اجراها بدولة الإمارات العربية المتحدة وعلى عينة مكونة من (200 ذكور و250 إناث) في جامعة الإمارات العربية المتحدة المتحدة حيث وجد أن " ان الاناث حصلن على درجة اعلى في قياس حالة القلق من الذكور" ، وايضا دراسات كلاين (2000) توصلت إلى وجود فروق ذات دالة في قلق المستقبل وكذلك معنى الحياة تعود إلى متغير الجنس ، حيث وجدت إن النساء أكثر قلقا من المستقبل من الذكور .وهذا ماتوصلنا اليه في الفرضية الثانية التي نصت اليه في وجود علاقة عكسية بين جودة وقلق المستقبل . اما من حيث اسباب هذه الفروق فيرجع لعدة اسباب مقارنة بجامعة الامارات العربية المتحدة او جامعة السلطان قابوس التي تمتاز دولهما وخاصة الامارات العربية المتحدة بمستوى معيشي عالي ورفاهية كبيرة ، ومع ذلك وجدنا هذه الفروق بين الطلبة والطالبات ،فمابالك بحالتنا هذه ،ومن الاسباب التي يرجع اليه هذه الفروق هو ان الطلبة الذكور لهم عدة خيارات في الوصول الى طموحاتهم حتى في حالة الرسوب طبقا للبيئة الجزائرية ، اما الطالبات فخياراتهم محدودة وضيقة فهي اما النجاح او مصيرهن الواضح هو المكوث بالبيت او عمل مهين لا يحفظ لهن كرامة ،وبناء على هذا يتفاوت مستوى جودة الحياة بين الاناث والذكور .

تفسير ومناقشة الفرضية الرابعة:

تنص هذه الفرضية على انه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص لدى هذه الفئة من الطلبة"لقد تحققت هذه الفرضية من خلال هذه الدراسة ،في وجود فروق ذات دلالة يعزى لمتغير التخصص ، فطبقا للجدول رقم (12) يتضح لنا ان تخصص الري الحضري هم احسن جودة ثم يليهم تخصص المتابعة والمراقبة ، وبالرغم ان نتائج مستوى جودة الحياة لدى هذه الفئة منخفضة وذلك عند قياس علاقاتها بقلق المستقبل كما راينا في الفرضية

الثانية ، الا انها متفاوتة من تخص لاخر ومن فرد لاخر ، وفي نظري ان وجود هذا التباين هو ان فرصهم في المستقبل متفاوتة سواء في الانتقال الى شهادة الماستر او الحصول على فرص العمل ، وكذلك يعزى هذا التباين الى متغير الجنس ، فمستوى جودة الحياة عند الذكور كانت افضل من مستوى جودة الحياة عند الاناث وذلك يعود ايضا لنسبة الذكور المقدرة ب **62 %** مقارنة بنسبة الاناث المقدرة ب **38 %** ، وحتى دراسة حسن ألمحرزي وإبراهيم (2006) قد توصلت إلى أن هناك تباين في مستوى جودة الحياة طبقا للتخصص ،وطبقا للجدول رقم (**12**) فان تخصص متابعة ومراقبة يتمتعون بجودة افضل ، ثم يليهم تخصص ري حضري وهذا يعود لعدة اسباب ، اهمها ان تخصص متابعة ومراقبة يشمل عدد اكبر من الذكور حيث بلغ عددهم (**28**) ، وبلغ عددهم في تخصص ري حضري(**42**) ، ومن المعلوم كما راينا في نتائج الفرضية الثالثة ان الذكور هم احسن جودة من الاناث ، كذلك في نظر الباحث يعزى هذا الاختلاف الى توفر فرص كل تخصص في عالم الشغل

الاستنتاج العام:

من خلال النتائج المستخلصة من هذه الدراسة نستنتج ان طلبة كلية العلوم التكنولوجيا وعلوم المادة يتمتعون بجودة حياة منخفضة ، وذلك راجع لعدة اسباب ، اهمها قلق المستقبل الذي اصبح من اكبر العوامل المنغصة لحياة الطلبة ، وخاصة لطلبة السنة الثالثة LMD ، فقد اصبح قلق المستقبل لديهم هو قلق مركب من قلق مستقبل يشاركون فيه كل الطلبة بمختلف اختصصاتهم ،وهذا راجع الى قلة سوق الشغل على مستوى الوطن حتى اصبحت ظاهرة بطالة اصحاب الشهادات الجامعية متناولة في الجرائد الوطنية ، والعنصر الثاني الذي ترك بصماته بقوة ايضا هو نظرة ارباب العمل الخواص وحتى بعض المؤسسات العامة الى شهادة ليسانس LMD ،لان مدة التكوين غير مقنعة لهم بالنسبة للجامعات الجزائرية ، والعنصر المساهم كذلك في ارتفاع معدل القلق وانخفاض مستوى جودة الحياة لدى هذه الفئة هو كيفية الانتقال الى شهادة الماستر التي تعتبر عندهم باب اقرب الى تحقيق طموحات أي طالب مقبل على التخرج والالتحاق بالحياة العملية ،اضافة الى بعض الاسباب الاخرى والتي تختلف من طالب الى اخر ،اما الشيئ الاخر الملاحظ وبالعمليات الاحصائية ، هو انخفاظ مستوى جودة الحياة عند الاناث اكثر من الذكور وهذا راجع في اعتقادي مرتبط بالبيئة الاجتماعية والموروثات الاجتماعية ، لانه عادة مايكون مصير الاناث اذا فشلت في الحصول على عمل يناسبها فالبيت هو مصيرها الحتمي ، وهذا ماترفضه اغلب الاناث وخاصة بعد المشوار العلمي الطويل الذي قضته وبسببه الفت الخروج من البيت ، اذن هذه الاسباب التي ذكرناها انفا هي من اكثر الاسباب التي تؤدي بالاناث الى انخفاظ في جودة من الحياة مقارنة بزملائها من الذكور الذي قد يجد اكثر من مخرج لطموحاته

قائمـــة الـمراجع

قائمـــــة الــمراجع:

01 –إيمان احمد خميس ،جودة حياة وعلاقتها بكل من الرضا الوظيفي وقلق المستقبل ، جامعة المنوفية ،(بدون سنة)

02– احمد محمد حسن صالح واخرون، الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية، مركز الاسكندرية ،ج**1**،ب ط، مصر ،،(بدون سنة)

03 – المطوع ، عبد العزيز ، برنامج تحسين الجودة في الأداء الفني للمرشد ،المدرسي ، المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة،(**1999**)

04 – اشرف محمد عبد الغني شريت ومحمد السيد حلاوة، الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق ،المكتب المكتب الجامعي الحديث، ب ط، الاسكندرية، .**2002**

05– العارف بالله محمد الغندور ،أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة ، عين شمس، **1999**

06– السيد كامل الشربيني) ، جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي وسمة ماوراء المزاج ،المجلة المصرية للدراسات النفسية ، اكتوبر،**2007**

07– الحجازي محمد ،التفسير الواضح ،دار الجيل الجديد ،بيروت ،الطبعة العاشرة، **1413** هجري

08– امطانيوس ميخائيل ،الخصائص السيكومترية المختصرة المعربة لمقياس الرضا عن الحياة التعدد الابعاد للطلبة في البيئة السورية، جامعة دمشق –سورية،**2002**

09– احسان محمد حسن ،الاسس العلمية لمناهج البحث العلمي ، دار الطليعة ،بيروت ط**01** ، **1982** .

10– بشير معمرية ،القياس النفسي وتصميم الاختبارات النفسية للطلاب والباحثين، منشورات شركة باتنيت، الجزائر، **2003**

11- بدر الانصاري ،القلق لدى الشباب في بعض الدول العربية ، دراسات نفسية مقارنة، مجلة دراسات نفسية ،2004

12- حسين مصطفى عبد المعطي، علم النفس النمو، ج2، 2000

13- حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي ،عالم الكتب ط 03 سنة 1977

14- حنان عبد الحميد العناني ، الصحة النفسية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000

15- حسين فايد، اضطربات السلوكية، مؤسسة طيبة لطباعة والنشر، مؤسسة صور لطباعة والنشر، ط 2001

16 – سيجموند فرويد، ترجمة محمد عثماني تجاني،، الانا والهو ،ط 4،دار الشروق،بيروت،1982

17- شارلز ، شيفر وميلمان ،هوارد ،مشكلات الاطفال والمراهقين واساليب المساعدة فيها ،ترجمة فسيحة داود ونزيه حمدي ،منشورات الجامعة الاردنية ، عمان، ،(1989)

1. 18- صبرة محمد علي ، اشرف محمد عبد الغني شريت ، الصحة النفسية والتوافق ، دار المعرفة الجامعية ،قناة السويس،2004.

19- فؤاد البهي السيد، علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، القاهرة، 2006

20- فريد نجار، المعجم الموسوعي لمصطلحات التربية(انجليزي-عربي)، ط1، مكتبة لبنان، بيروت، لبنان 2003

21- فرج عبد القادر طه ،سيكولوجية الشخصية المعوقة للانتاج، مكتبة الخانجي بالقاهرة ،1980

22- فهمي، مصطفى، الصحة النفسية في الأسرة والمدرسة والمجتمع، الطبعة الثانية، دار الثقافة للنشر، القاهرة،(1967)

23 – منذر عبد الحميد الضامن و عبد الحميد سعيد حسن ، قيم العمل ودورها في جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس ،جامعة السلطان قابوس

24– محمد حامد زهران ،الارشاد النفسي المصغر ، عالم الكتب ،القاهرة ، 2000

25– محمد عاطف رشاد ،دراسة عبر ثقافية لمشكلات طلاب الجامعة ، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية للكتاب،2000

26– عبد المطلب امين القريطي، الصحة النفسية، دار الفكر العربي، ط1، مدينة نصر ،مصر ،2001

27– عمار بوحوش ومحمد ذنيبات ،مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث ،ديوان المطبوعات الجامعية، ط3، الجزائر ،2001

82– علي مهدي كاظم ،وعلي عبد الخالق نجم الباهدلي ،جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين ، دراسة ثقافية مقارنة ،(بدون سنة)

29–محمود عبد الحليم منسي و علي مهدي كاظم ، قسم علم النفس ، كلية التربية – جامعة السلطان قابوس ،2006

المراجع الأجنبية :

- WHOQOL Group (1995). The World Health Organisation Quality of Life Assessment.
- Katschnig H. (1997). How Useful is the Concept of Quality of Life in Psychiatry.

الملاحق

- مقياس قلق المستقبل
- مقياس جودة الحياة
- برنامج SPSS

الملحق رقم 01

وزارة التعليم العلمي والبحث العلمي

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

استبيان قلق المستقبل

أخي الطالب، أختي الطالبة:

بين يديك مجموعة من النقاط تتناول ما يمكن أن تشعر به في حياتك اليومية ، يرجى قراءة كل عبارة منها بعناية ثم الإجابة عن عنها بدقة وموضوعية وذلك بوضع علامة (×) في المكان المخصص.

واعلم بأن ما تقدمه من معلومات سيستخدم لأغراض البحث العلمي فحسب ولا حاجة لذكر اسمك.

شاكرين لكم حسن تعاونكم.

الجنس: .....ذكر .....أنثى

التخصص:.....

الأسئلة

الرقم	العبارة	تعبر عني تماما	تعبر عني كثيرا	تعبر عني بدرجة متوسطة	تعبر عني بدرجة قليلة	لا تعبر عني على الاطلاق
1	يراودني أمل في تحقيق أهدافي في الحياة.					
2	أشعر أن فرص السعادة ستتضاءل في المستقبل.					
3	أشعر أن حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة.					
4	خوفي من المستقبل يضعف دوافعي نحو الدراسة.					
5	أشعر أنني سيئة الحظ الآن وسيكون حظي أسوأ في المستقبل					
6	أخشى تكرر مشكلاتي الماضية في المستقبل					
7	أشعر بالثقة بأي قرار أتخذه بشأن مستقبلي					

8	ينتابني الإحساس بالأمل حين أفكر في مستقبلي					
9	ينتابني الأرق ليلاً كلما تأملت في المستقبل.					
10	يتملكني الشعور بالإحباط، إذ أن المستقبل الذي ينتظرني غير واضح.					
11	أتوقع أن حياتي في المستقبل ستصبح باعثة على التعاسة والشقاء					
12	أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل					
13	أتوقع أن أسعار المواد تزداد زيادة عالية في الأيام المقبلة					
14	يراودني أمل في الحصول على فرصة لإكمال دراستي العالية مستقبلا					
15	أرى أن التخطيط لعمل ما مضيعة للوقت.					
16	أرى أن د راستي نوعاً من العبث وغير مجدية للمستقبل.					
17	أتوقع أن أجد صعوبات ترهقني مستقبلاً للحصول على دخل يسد حاجاتي المعاشية					
18	يتيح لي عملي في أن أكون عضواً نافعاً في المستقبل					
19	أشعر أن الد راسة مصدر ضمان اقتصادي للغد					
20	أرى أن القيم الأخلاقية ترتقي يوماً بعد آخر					
21	أرى أن الهجرة إلى الخارج ستكون الحل الأخير لما أعانيه من مشكلات.					
22	أخشى أن لا أوفق في حياتي الزوجية مستقبلا.					
23	عندي أمل أن أتكيف مع الجو الجامعي.					
24	إن قبولي في كليةالعلوم يقلل من فرص حصولي على زواج مناسب					
25	أثق بقدرتي على حل أية مشكلة اجتماعية تواجهني.					
26	أرى أنني سأواكب سرعة تغيير بعض مفردات الحياة					
27	لدي أصدقاء وصديقات أعتمد عليهم وقت الحاجة					
28	أخشى أن تجبرني ظروفي على التعامل مع أفراد لا أنسجم معهم.					

29	أخشى أن تكون علاقات الآخرين معي نفعية.					
30	اخشى من العدوان الخارجي على بلدي.					
31	أرى أن العلاقات الاجتماعية غير صادقة كلما تقدم العمر بي.					
32	أخشى استمرار تدهور العلاقات الاجتماعية والإنسانية بين الأفراد في المستقبل					
33	خوفي على نفسي من غدر الذين من حولي.					
34	عند مراجعتي للطبيب يؤكد أن ما أعانيه من الآم راجع إلى أسباب نفسية.					
35	أخشى من انتشار الأوبئة والأمراض بشكل أوسع مستقبلاً نتيجة التلوث.					
36	أعاني من جفاف الفم عندما أفكر بمستقبلي					
37	. أخشى من الإصابة بعاهات بدنية					
38	ألاحظ أن يدي ترتعش عندما أقوم بعمل ما.					
39	أعرق كثيراً وبسهولة حتى أيام البرد.					
40	أشعر أن قلبي يدق بشدة وصدري ضاغط عليه.					
41	أتوقع استمرار الظروف الضاغطة الحالية مما يؤدي إلى تدهور صحتي					
42	تحصل عندي الأم في المعدة كلما تأملت مستقبلي					
43	يقلقني تدخل الأهل في تقرير مصيري.					
44	أخشى أن أفقد أحد أفراد أسرتي.					
45	أرى أن دوري في الأسرة سيزداد قوة					
46	أتوقع أن تحصل لي خلافات أسرية مستقبلا					
47	تملكني شعورا بالاطمئنان على مستقبل أسرتي					
48	أشعر بالاطمئنان على أفراد أسرتي على الرغم من انتشار الظواهر السلوكية غير السليمة.					

الملحق رقم 02

وزارة التعليم العلمي والبحث العلمي

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

استبيان جودة الحياة

أخي الطالب، أختي الطالبة:

بين يديك مجموعة من النقاط تتناول ما يمكن أن تشعر به في حياتك اليومية، يرجى قراءة كل عبارة منها بعناية ثم الإجابة عن عنها بدقة وموضوعية وذلك بوضع علامة (×) في المكان المخصص.

واعلم بأن ما تقدمه من معلومات سيستخدم لأغراض البحث العلمي فحسب ولا حاجة لذكر اسمك.

شاكرين لكم حسن تعاونكم.

الجنس: .....ذكر .....أنثى

التخصص:.....

الأسئلة

م	الأسئلة	ابدأ	قليل جدا	إلى حد ما	كثيرا	كثيرا جدا
1	لدي إحساس بالحيوية والنشاط					
2	اشعر ببعض الآلام في جسمي					
3	اضطر لقضاء بعض الوقت في السرير مسترخيا					
4	تتكرر إصابتي بنزلة برد					
5	لا اشعر بالغثيان					
6	اشعر بالانزعاج نتيجة التأثيرات الجانبية للدواء الذي أتناوله					
7	أنام جيدا					
8	أعاني من ضعف في الرؤية					
9	نادرا ما أصاب بالأمراض					
10	كثرة إصابتي بالأمراض تمثل عبئ كبير على أسرتي					
11	اشعر بأنني قريب جدا من صديقي الذي يقدم لي الدعم الرئيسي					
12	اشعر بالتباعد بيني و بين والدي .					
13	احصل على دعم عاطفي من أسرتي.					

14	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين .					
15	اشعر بان والدي راضين عني.					
16	لي أصدقاء مخلصين .					
17	علاقتي بزملائي رديئة للغاية.					
18	لا احصل على دعم من أصدقائي و جيراني					
19	اشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي					
20	لا أجد من أثق فيه من أفراد أسرتي.					
21	اخترت التخصص الدراسي الذي أحبه.					
22	بعض المقررات الدراسية غير مناسبة لقدراتي					
23	اشعر بانني احصل على دعم					
24	لدي احساس بانني لم استفد شيئ من تخصصي					
25	الاساتذة يرحبون بي ويجيبون عن تساؤلاتي					
26	الانشطة الطلابية بالجامعة مضيعة للوقت					
27	ان فخور باختياراتي للتخصص الذي يناسبني في الجامعة					
28	اشعر بان دراستي الجامعية لن تحقق طموحاتي المهنية					
29	اشعر بان الدراسة بالجامعة مفيدة للغاية					
30	اجد صعوبة في الحصول على استشارة علمية من المرشد الاكاديمي					
31	انا فخور بهدوء اعصابي					
32	لشعر بالحزن بدون سبب واضح					
33	اواجه مواقف الحياة بقوة ارادة وهدوء اعصاب					
34	اشعر بانني عصبي					
35	لا اخاف من المستقبل					
36	اقلق من الموت					
37	من الصعب استثارتي انفعاليا					
38	اقلق لتدهور حالتي					
39	امتلك القدرة على اتخاذ اي قرار					
40	اشعر بالوحدة النفسية					
41	اشعر بانني متزن انفعاليا					
42	انا عصبي جدا					
43	استطيع ضبط انفعالاتي					
44	اشعر بالاكتئاب					
45	اشعر بانني محبوب من الجميع					
46	انا لست شخصا سعيدا					
47	اشعر بالامن					
48	روحي المعنوية منخفضة					
46	استطيع الاسترخاء بدون مشكلات					
50	اشعر بالقلق					

51	استمتع بمزاولة الانشطة الجامعية في اوقات فراغي					
52	ليس لدي وقت فراغ ، فكل وقتي ينقضي في الاستذكار					
53	اقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط					
54	اتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة					
55	اهتم بتوفير وقت للنشاطات الاجتماعية					
56	تنظيم وقت الدراسة والاستذكار صعب للغاية					
57	لدي الوقت الكافي لاستذكار محاضرتي					
58	ليس لدي وقت للترويح عن النفس					
59	انجز المهام التي اقوم بها في الوقت المحدد					
60	لا يوجد لدي برنامج منتظم لتناول الوجبات الغدائية					

الملحق رقم 03

```
T-TEST GROUPS=sex(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=jouda
  /CRITERIA=CI(.95).
```

T-Test

الجنس

Group Statistics

	sex	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
jouda	1,00	70	143,9714	49,32911	5,89596
	2,00	70	85,1857	16,23852	1,94087

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
									95% Con
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lowe
jouda	Equal variances assumed	106,930	,000	9,471	138	,000	58,78571	6,20720	
	Equal variances not assumed			9,471	83,781	,000	58,78571	6,20720	

```
NEW FILE.
DATASET NAME DataSet5 WINDOW=FRONT.
CORRELATIONS
  /VARIABLES=angoise jawda
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Correlations

العلاقة

Correlations

		angoise	jawda
angoise	Pearson Correlation	1	-,449**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	140	140
jawda	Pearson Correlation	-,449**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	140	140

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
ONEWAY jawda BY niveaux
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS.
```

Oneway

[DataSet6]

التخصص

Descriptives

jawda

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
3,00	31	122,3548	50,32729	9,03905	103,8946	140,8150	62,00	219,00
4,00	74	104,1351	38,17025	4,43720	95,2918	112,9785	61,00	232,00
5,00	35	129,7714	56,01475	9,46822	110,5297	149,0132	67,00	251,00
Total	140	114,5786	46,99978	3,97221	106,7248	122,4323	61,00	251,00

ANOVA

jawda

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	18024,219	2	9012,109	4,272	,016
Within Groups	289023,917	137	2109,664		
Total	307048,136	139			