جامعة قاصدي مرباح – ورقلة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

الميدان: علوم اجتماعية

الشعبة: علم النفس

التخصص: علم النفس العيادي

بعنـــــــــوان

قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج

دراسة ميدانية على عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي في علم النفس العيادي

إعداد الطالبة: منال شيباني

لجنة المناقشة مكونة من السادة

أ.د/ يمينة خلادي	.....جامعة قاصدي مرباح	رئيسا
د/ سامية مخن مجول	.....جامعة قاصدي مرباح	مشرفا ومقررا
أ.د/ سليم خميس	.....جامعة قاصدي مرباح	مناقشا

السنة الجامعية 2020/2019

جامعة قاصدي مرباح – ورقلة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

الميدان: علوم اجتماعية

الشعبة: علم النفس

التخصص: علم النفس العيادي

بعنـــــــــــوان

قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج

دراسة ميدانية على عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي في علم النفس العيادي

إعداد الطالبة: منال شيباني

لجنة المناقشة مكونة من السادة

أ.د/ يمينة خلادي .....جامعة قاصدي مرباح	رئيسا
د/ سامية مخن مجول.....جامعة قاصدي مرباح	مشرفا ومقررا
أ.د/ سليم خميس.....جامعة قاصدي مرباح	مناقشا

السنة الجامعية 2020/2019

شكر و عرفان

انطلاقا من قوله تعالى "لئن شكرتم لأزيدنكم" وقوله صل الله عليه وسلم (من اصطنع اليكم معروفا فجازوه فإن عجزتم عن مجازاته فأدعوا له حتى يعلم أنكم قد شكرتم فإن الله شاكر يحب الشاكرين).

الحمد لله على تمام فضله وإحسانه، والشكر له على توفيقه وامتنانه. وأصلي وأسلم على الحبيب المصطفى محمد صل الله عليه وسلم، وعلى آله وصحبه أجمعين.

أتوجه بأسمى آيات الشكر الخاص إلى الوالدين الكريمين والإخوة على مساندتهم ودعمهم خلال هذه المدة وأمدوني بالقوة والدعم للوصول إلى هذه المرحلة.

يطيب لي أن أتوجه بالشكر والامتنان إلى كل من مد لي يد العون وساهم في إتمام هذا العمل المتواضع، وأخص بالفضل والعرفان

أستاذتي الفاضلة سامية مخن، التي رعت هذه الرسالة في جميع مراحلها، وكانت لملاحظاتها السديدة وتوجيهاتها المفيدة الأثر البين في إنجاز هذه الرسالة وإخراجها على هذه الصورة، أشكرها على صبرها وأحيي فيها أخلاقها النبيلة وشرف تأطيرها.

كما يسرني أن أتقدم بالشكر والامتنان لأعضاء لجنة المناقشة على تفضلهم بقبول مناقشة هذا العمل العلمي.

كما لا أنسى فضل جميع أساتذة قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة ورقلة، إلىكل من قدموا لي يد العون والمساندة طوال فترة مشواري الجامعي.

كما أتقدم بتقديري واعترافي بالجميل إلى كل من ساعدني على إنجاز هذا العمل من قريب أو بعيد، وشكر موصول إلى كل من عائلة شيباني، مزوار، أكشيش، بن زاهي.

أتقدم لكل هؤلاء بوافر الشكر وعظيم الامتنان، وأدعو الله العلي القدير أن يجزيهم خير الجزاء، وأن يجعل ما قدموه في موازين حسناتهم.

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والتفكير اللاعقلاني لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة، في ضوء المتغيرات التالية: السن والمستوى التعليمي والوضعية المهنية.

وبما أن هذه الدراسة تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والتفكير اللاعقلاني لدى المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة، فقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي الملائم لهذه الدراسة.

تكونت العينة من (97) متأخرة عن الزواج بمدينة ورقلة، معتمدين على العينة الملائمة، كما تم الاعتماد في جمع البيانات على الأدوات التالية: مقياس قلق المستقبل النعيمي والجباري، ومقياس التفكير اللاعقلاني من إعداد ألبرت إليس والمعرب من قبل سليمان الريحاني.

وبعدها تم التأكد من الخصائص السيكومترية للأدوات من خلال حساب معاملات الصدق والثبات قبل تطبيقها في الدراسة الأساسية، وبتطبيق برنامج الزوم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) في نسخته التاسعة عشر، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

وجود علاقة ضعيفة سالبة دالة احصائيا بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى العاملات والماكثات المتأخرات عن الزواج.

- عدم وجود فروق بين المتوسطات مما يشير إلى أن مستوى قلق المستقبل لدى عينة الدراسة متوسط وليس مرتفعا.
- مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة مرتفع.
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في التفكير اللاعقلاني لدى المتأخرات عن الزواج باختلاف الوضعية المهنية (عاملة/ غير عاملة).
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في قلق المستقبل لدى المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني باختلاف المستوى التعليمي.
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في قلق المستقبل لدى المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني باختلاف السن [30-35 سنة] [36-40 سنة]

وقد تمت مناقشة هذه النتائج المتوصل إليها في ضوء التراث النظري المتعلق بهذا الموضوع والدراسات السابقة، وختمت الدراسة باقتراحات.

Abstract :

This study aim to discover the relationship between the future anxiety and the irrational thinking in a sample of retarded for marriage in Ouargla's town, in these different variables: age, level of schooling and vocational situation.

And this study aim to discover the relationship between future anxiety and the irrational thinking in the retarded for marriage in Ouargla's town, when it based on the descriptive method, which is adapted for this study.

The sample is constituted by (97) retarded for marriage in Ouargla'stown,when it based on the adapted sample.

For collecting of data we based on these tools; Scale of future anxiety (Naimi and Eldjabari); and Scale of irrational thinking, which prepared by Elbert, translated on Arabic by SoulaymaneElrehani.

After we assured by the psychometric characteristics of these tools, as factors of validity and stability before application for the principal study and by application of statistical program socials sciences in19 edition.

The study arrived at these results:

- There is a peer negative a significance statistical between future anxiety andthe irrational thinks in a sample of workers and stay at home for retarded formarriage.

- There aren't differences among the means, where it indicate that the level of future anxiety in the sample is middle, not high.

- The prevalence of irrational thinking among the study sample is high.

- There aren't significance statistical differences in the irrational thinking

among the retarded for marriage regardless of the vocational situation

(Worker/no worker).

- There aren't significance statistical differences in the future anxiety

among the retarded for marriage, who have the irrational thinking

regardless of the level of schooling.

- There aren't significance statistical differences in the future anxiety

among the retarded for marriage, who have the irrational thinking

regardless of the age(30-35 years old)(36- 40 years old).

These findings were discussed in light of the theoretical heritage related to this topic and previous studies, and the study was concluded with suggestions.

قائمة المحتويات

المحتوى	الصفحة
شكر والعرفان	أ
ملخص الدراسة بالعربية	ب
ملخص الدراسة بالإنجليزية	ج
قائمة المحتويات	د
قائمة الجداول	هـ
قائمة الأشكال	ز
قائمة الملاحق	ح
مقدمة	1
الجانب النظري	
الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة	
1. تحديد الإشكالية	5
2. تساؤلات الدراسة	8
3. فرضيات الدراسة	8
4. أهداف الدراسة	9
5. أهمية الدراسة	10
6. التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة	10
7. متغيرات الدراسة	11
8. حدود الدراسة	11
9. خلاصة الفصل	11
الفصل الثاني: علاقة قلق المستقبل بالأفكار اللاعقلانية	
I. قلق المستقبل	13
1- مفهوم قلق المستقبل	13
2- مظاهر قلق المستقبل	14
3- أسباب قلق المستقبل	14
4- قلق المستقبل وبعض المفاهيم المرتبطة به	15
5- النظرية الإنسانية وقلق المستقبل	18

6- الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل	19
II. الأفكار اللاعقلانية	20
1- تعريف الأفكار اللاعقلانية	20
2- الأفكار اللاعقلانية كما أوردها أليس Ellis	22
3- عوامل نشوء الأفكار اللاعقلانية	24
4- أساليب التفكير اللاعقلاني	27
5- النظريات المفسرة للأفكار اللاعقلانية	27
6- خطورة الأفكار اللاعقلانية	29
III. علاقة قلق المستقبل بالأفكار اللاعقلانية	30
الجانب الميداني	
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
تمهيد	34
1. المنهج المتبع	34
2. الدراسة الاستطلاعية	34
2.1. وصف عينة الدراسة	35
2.2. أدوات جمع البيانات	36
3.2. الخصائص السيكومترية لأدوات جمع البيانات	37
3. الدراسة الأساسية	40
1.3. العينة الأساسية	40
2.3. أدوات جمع البيانات	42
3.3. إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية	42
4.3. الأساليب الإحصائية المستخدمة	43
خلاصة الفصل	43
الفصل الرابع: عرض وتحليل النتائج	
تمهيد	45
1. عرض وتحليل نتيجة الفرضية الأولى	45
2. عرض وتحليل نتيجة الفرضية الثانية	45
3. عرض وتحليل نتيجة الفرضية الثالثة	46
4. عرض وتحليل نتيجة الفرضية الرابعة	46
5. عرض وتحليل نتيجة الفرضية الخامسة	47

6. عرض وتحليل نتيجة الفرضية السادسة	48
الفصل الخامس: تفسير ومناقشة النتائج	
تمهيد	51
1. تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى	51
2. تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية	51
3. تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة	52
4. تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الرابعة	53
5. تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الخامسة	54
6. تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية السادسة	54
خلاصة ومقترحات	56
قائمة المصادر والمراجع	58
الملاحق	64

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية ومواصفتها	35
02	يوضح طريقة حساب مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية	37
03	يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين المتطرفتين على مقياس قلق المستقبل	38
04	يوضح نتائج التجزئة النصفية للاستبيان قبل وبعد التعديل	39
05	يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين المتطرفتين علة مقياس التفكير اللاعقلاني	39
06	يوضح نتائج التجزئة النصفية للاستبيان قبل وبعد التعديل	40
07	يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي	41
08	يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن	41
9	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الوضعية المهنية	42
10	يوضح المؤشرات الإحصائية الرئيسية لدرجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل	45
11	يوضح المؤشرات الإحصائية الرئيسية لدرجات أفراد العينة على مقياس الأفكار اللاعقلانية	46
12	يوضح نتائج العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة	46
13	يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في التفكير اللاعقلاني باختلاف الوضعية المهنية (عاملة/ غير عاملة) لدى المتأخرات عن الزواج	47
14	يوضح نتائج تحليل التباين لدلالة الفروق في قلق المستقبل باختلاف المستوى التعليمي لدى المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لاعقلاني	48

15	يوضح نتائج تحليل التباين لدلالة الفروق في قلق المستقبل لدى المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لاعقلاني باختلاف السن [30-35 سنة] [36-40 سنة]	49

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	صفحة
01	يوضح المفاهيم التي تشابه قلق المستقبل	16
02	يوضح كيفية نشوء الأفكار اللاعقلانية	26
03	يوضح كيفية حدوث الاضطراب الانفعالي عند إليس	28

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	صفحة
01	استبيان قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية	64
02	النتائج المفصلة لحساب الصدق والثبات	72
03	النتائج المفصلة لمعالجة الفرضيات	77

مقدمة:

يعتبر الزواج أحل السبل الشرعية والنظم الاجتماعية التي تساعد الفرد على بلوغ مستوى التوافق النفسي والصحة النفسية، فهو ضمان لبقاء النوع الإنساني واستمراره وضمان لسلامة المجتمع من الانحلال الأخلاقي والفساد الاجتماعي يقول تعالى: { أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنو إليها وجعل بينكم مودة ورحمة} (الروم: 21) ، لكن رغم أهمية الزواج النفسية وضرورته الاجتماعية إلا أنه تأثر بمجموعة التحولات التي عرفها المجتمع الجزائري في السنوات الأخيرة في مختلف المجالات النفسية، الاجتماعية والاقتصادية، كل هذه العوامل ساهمت في بروز ظاهرة تأخر سن الزواج داخل المجتمع، الأمر الذي أدى إلى معانات العديد منالفتيات من المشكلات النفسية والاجتماعية التي أثرت سلبا على صحتها النفسية، ولعل أهم ما يهدد مجال الصحة النفسية للمتأخرات عن الزواج هو القلق بشتى أنواعه وخاصة ما يرتبط منه بالمستقبل أو ما يعرف بقلق المستقبل.

وأغلب المشكلات النفسية اضطرابات التي تصيب الفرد ترجع بالأساس إلى الطريقة التي يفسر بها الأحداث من حوله، فعندما يفكر بطريقة عقلانية يكون أكثر إنتاجية وفي قمة السعادة وراض عن نفسه، وعندما يفكر بطريقة غير عقلانية فإنه يشعر بالخوف والقلق ويكون أقل إنتاجية.

ويشير إليس"Ellis"إلى أن هناك كثيرًا من الدراسات التجريبية التي تؤكد أنا لأفراد المضطربين نفسي لديهم أفكار لاعقلانية أكثر من غير المضطربين، وأن الاضطراب الانفعالي يرتبط أساسا باعتناق الفرد بعض الأفكار التي تخلو من المنطق والعقلانية، ويستمر هذا الاضطراب باستمرار تبني الفرد لهذه الأفكار. وبما أن العديد من الاضطرابات النفسية هي نتيجة للعمليات العقلية اللاعقلانية، فإن أفضل أسلوب للتخلص من تلك الاضطرابات يكمن في تعديل تلك العمليات العقلية أو المعرفية نفسها.

(إبراهيم عبد الستار، 1998، ص17)

فالتعرض لمختلف الضغوط الحياتية وما تنتجه من انفعالات واضطراب في علاقة الفرد مع غيره، تدفع به إلى حالة من القلق والضيق والتوتر، فيأخذ أسلوبا في التعامل مع الموقف وفق استراتيجية نفسية يختارها هو وهذه الوسائل تسمى أساليب التعامل مع الضغوط النفسية، إذ عندما يستعملها الفرد إنما يستجيب بطرق تهدف إلى تجنب المواقف الضاغطة، حيث تشهد متغيرات الدراسة اهتماما علميا متزايدا نظرا لارتباطهم بالصحة النفسية.

وعليه جاءت هذه الدراسة التي تبحث في العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة، وفقا لخطة شملت ما يلي:

الجانب النظري: الدراسة النظرية تضمنت فصلين، وهما كالآتي:

الفصل الأول: يشمل إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، وفرضياتها وأهميتها وأهدافها تم التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة، إضافة إلى حدود الدراسة.

الفصل الثاني: يضم علاقة قلق المستقبل بالأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج، بداية بقلق المستقبل حيث سنتناول فيه قلق المستقبل أين تناولنا مفهومه، مظاهر وأسباب قلق المستقبل، بالإضافة إلى المفاهيم المرتبطة به، النظرية الإنسانية وقلق المستقبل، وأخيرا الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل. في حين سيتم التطرق إلى التفكير اللاعقلاني بداية بتعريف التفكير اللاعقلاني، الأفكار اللاعقلانية كما أوردها أليس Ellis وعوامل نشوئها إضافة إلى أسليب التفكير اللاعقلاني، النظريات المفسرة للأفكار اللاعقلانية، وخطورة الأفكار اللاعقلانية، ثم أخيرا إبراز علاقة قلق المستقبل بالأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج، وإثباتها بالدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع.

الجانب الميداني: خصص للدراسة الميدانية حيث سنعرض فيه ما يلي:

الفصل الثالث: وهو فصل الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، وفيه يتم توضيح المنهج المستخدم، الدراسة الاستطلاعية وإجراءاتها وذلك بتأكد من صدق وثبات المقياسين، وصف الأدوات المستخدمة فيها وخصائصها السيكومترية، وبعدها سيتم التطرق إلى العينة ومواصفاتها وأدوات جمع البيانات المستخدمة وبعدها سيتم التطرق إلى إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية والأساليب الإحصائية المستخدمة.

الفصل الرابع: فقد خصص لعرض وتحليل النتائج.

الفصل الخامس: خصص لتفسير ومناقشة نتائج الدراسة.

وختمت الدراسة بمجموعة من الاقتراحات.

الجانب النظري

الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة

1- تحديد الإشكالية.

2- تساؤلات الدراسة.

3- فرضيات الدراسة.

4- أهمية الدراسة.

5- أهداف الدراسة.

6- التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة.

7- متغيرات الدراسة.

8- حدود الدراسة.

خلاصة الفصل.

1-مشكلة الدراسة:

تعتبر المعرفة وسيلة الإنسان لفهم ذاته والعالم الخارجي المحيط به ومنحى مهم للوصل إلى حقائق الأشياء كما تساعد على نمو العقل الإنساني لأجل السيطرة على الأشياء، وعندما تضطرب هذه المعرفة وتشوه فإنها لا تؤدي إلى السعادة والشفاء بل تؤدي إلى المرض والشقاء.

ويرى المعرفيون أن التشويه المعرفي وتحريف التفكير عن الذات وعن العالم والمستقبل وراء نشأة واستمرار الأعراض العصابية، حيث يلجأ الفرد إلى تضخيم السلبيات والتقليل من شأن الإيجابيات وتعميم الفشل وتوقع الكوارث ولوم الذات والمبالغة في المعايير وكل هذا يرتبط بالتكوين المعرفي للفرد وكيفية إدراكه وتفسيره.

ومنذ أن طور ألبرت أليس نظريته "العلاج العقلي العاطفي" توالت الأبحاث والدراسات التي تناولت الأفكار اللاعقلانية وهذه النظرية وإن كانت نظرية في الشخصية فهي أيضا طريقة في الإرشاد والعلاج النفسي وتعتمد هذه النظرية على أساس أن الأحداث الإنسانية تنتج عن العوامل الخارجة عن إرادة الإنسان ولكن لدى الإنسان القدرة على اتخاذ الإجراءات التي من شأنها أن تعدل وتضبط سلوكه وحياته المستقبلية.

ويذكر (الريحاني، 1987) أن العصاب ينشأ ويستمر نتيجة لبعض الأفكار والمعتقدات التي تخلو أساسا من العقلانية، والمنطق السليم، وأن الناس يتبنون أهدافا غير واقعية بل مستحيلة وغالبا ما تتصف بالكمال وخاصة تلك الأهداف التي تظهر بشكل رغبة الفرد في أن يكون محبوبا ومقبولا من المحيطين به، وأن يكون كاملا فيما ينجز من أعمال وأن لا يشعر بالإحباط في كل ما يريد. وعلى الرغم من كثرة الأدلة التي تثبت عكس هذه الأفكار والأهداف واستحالة تحقيقها فإن بعض الناس يرفضون التخلي عنها ويستمرون في التمسك بها، وقد تعددت الدراسات والأبحاث حول الأفكار اللاعقلانية فمن الدراسات الأجنبية في هذا المجال دراسة "جانيس مارتين وآخرون والتي أوضحت أن العلاقة بين الداخلي والأفكار اللاعقلانية علاقة عكسية وأن العلاقة بين الضبط الخارجي والأفكار اللاعقلانية علاقة طردية.

حيث أوضحت دراسة موراي أن هناك علاقة طردية بين الأفكار اللاعقلانية والانفعالات المحبطة للذات المتمثلة في الاكتئاب والقلق والعدوان.

كما فسر ألبرت إليس(Albert Ellis) على أن المحتوى المعرفي والمتمثل في الأفكار اللاعقلانية له دور في حدوث مشكلات نفسية، ويرى أن التفكير والانفعال والسلوك جميعها أشكال متلاحمة وأن جانبا كبيرا

من الانفعالات لا تتزيد عن كونها أنماط فكرية متحيزة، أو تقوم على التعميم الشديد، إن التفكير والانفعال يتلاحمان ويتبادلان التأثير والتأثر في علاقة دائرية، بل يصبحان في كثير من الأحيان شيئا واحدا، بحيث يحكم ما يقوله الفرد لنفسه عند حدوث شيء معين كصيغة انفعالية يترجم بها هذا السلوك عن نفسه.

(إبراهيم عبد الستار، 1998، ص85)

وهذا ما كشفت عنه الممارسة الإرشادية لألبرت إليس (Albert Ellis) بأن الأشخاص هم الذين يجلبون العصاب لأنفسهم، فيصبحون قلقين وتعساء، من خلال اعتناقهم للعديد من الأفكار اللاعقلانية، رغم أنهم يستطيعون تغيير هذه الأفكار وتحسين صحتهم النفسية من خلال أساليب سلوكية معرفية لتحرير هذه الأفكار. **(عبد الله معتز،1998، ص36)**

حيث أن هذه الأخيرة هي عبارة عن مجموعة من المفاهيم والأفكار التي يرفض الفرد أن يتبناها لأنها أحداث وظروف خارجية غير موضوعية، حيث أن المنشأ من التفكير اللاعقلاني يعود بجدوره إلى التعلم المبكر غير المنطقي، والذي يكتسبه الفرد من أطراف عملية التنشئة الاجتماعية.

ولعل من أهم الأحداث التي تؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية لدى الفتاة هي الخوف المستمر، والقلق المتزايد من تراجع فرص الزواج كلما تقدمت في السن، وهي لديها إدراك ووعي بأن فرصة الزواج ربما تقل أو تتلاشى بمرور الوقت ومع تقدم السن فالضغوط في تزايد مستمر مما يؤثر القلق على صحة هؤلاء الفتيات ومعاناتهن اليومية وتخوفهن من المستقبل.

فهذه الظاهرة وقلق المستقبل تنعكس سلبا على إدراك المتأخرات عن الزواج، طموحهن المستقبلي، مما يجعلهن عرضة للاضطرابات النفسية والسلوكية وتكيف غير الفعال، وهذا يؤثر سلبا على مستقبلهن، كما استهدفت "دراسة المشيخي" (2009) إلى معرفة (العلاقة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات والطموح لدى طلاب جامعة الطائف). توصلت الدراسة إلى انه توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في فاعلية الذات، كما توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في مستوى الطموح.

حيث ذهبت "شقير" (2005) إلى أن قلق المستقبل ينشأ من أفكار خاطئة لا عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله، كذلك المواقف والأحداث بشكل خاطئ مما يدفعه إلى حالة من الخوف الزائد الذي يفقده السيطرة على مشاعره، وعلى أفكاره العقلانية والواقعية ومن ثم عدم الامن والاستقرار النفسي.

وقد أجرت سعود (2006) دراسة في مصر هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية على عينة تكونت من 599 طالبا وطالبة من طلبة المدارس، أظهرت نتائجها وجود ارتباط موجب دال احصائيا بين قلق المستقبل وكلا من الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية، كما بينت النتائج أن الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية، كما بينت النتائج أن الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية تتأثر بدرجة قلق المستقبل.

حيث احتلت ظاهرة تأخر سن الزواج في المجتمع الجزائري أهمية خاصة في الفترة الأخيرة، ويظهر ذلك من خلال البحوث والدراسات التي تناولت هذه الظاهرة وتوضيح حجمها وأثارها على الفتاة والمجتمع، ومن خلال ما لمسته وشعرت به من معاناة وواقع مؤلم عند الكثير من الفتيات الغير متزوجات، فالرجل في حياة المرأة مسألة ضرورية فهو القائم على شؤونها ومسؤول عن خدمتها بصفة مباشرة.

كما بينت بعض الدراسات منها دراسة سند (1999) أن المتأخرات زواجيا يعانين من تدني مفهوم الذات والاكتئاب والقلق والهستيريا، وأوضحت دراسة موهوني (2006) بأن المتأخرات زواجيا يشعرن بالوحدة واضطراب العلاقات الاجتماعية والخجل وعدم الأمن والعناد، بالإضافة إلى ضغوط نفسية ، وتوصلت دراسة يوسف (2008) أن المتأخرات زواجيا يعانين من تدني مفهوم الذات والعدوانية والقلق والانطواء، وانتهت دراسة النعيمي والجباري (2010) أن المتأخرات زواجيا يعانين من قلق المستقبل، وأشارت دراسة نوار (2010) أن المتأخرات زواجيا يعانين من انخفاض تقدير الذات والأفكار السلبية.

ولذا فإن الإطار المعرفي يساعد الفرد على التعامل ببنية معرفية سليمة مع المواقف، فالإطار الفكري غير السليم يعد من بين المكونات المساهمة أيضا في تشكيل محتويات معرفية في شكل أفكار راسخة لدى الفرد، تدعو لحدوث مشكلات نفسية متعددة و اضطرابات على المستويين الانفعالي والسلوكي لدى الفرد،فالتفكير غير المنطقي لديهن يعيق شعورهن بالكفاءة والفاعلية والذي يعرف في سياق البحوث المعاصرة في علم النفس بما يصطلح عليه بالأفكار اللاعقلانية والتي تعبر عن أفكار غير منطقية في محتواها وبنيتها المعرفية والتي ترتبط بالاضطرابات الانفعالية والمشكلات النفسية،وعن دراسة هذه الأفكار اللاعقلانية نجد أنها تتصف بعدد من الخصائص التي جعلتها تبدو بهذه اللاعقلانية،فهذه الأفكار اللاعقلانية تتصف بأنها مطلقة وجامدة ولا منطقية ومنفصلة عن الواقع وتتهجم على الآخرين وعلى الذات، ومن أمثلة هذه الأفكار اللاعقلانية، أن المتأخرات عن الزواج يحاولن كسب رضا كل الناس

المحيطين بهن، أو أن يعتقدن أن تعاستهن ناتجة عن ظروف خارجية عن سيطرتهن، أو يحاولن تجنب المسؤوليات والمشاكل بدلا من مواجهتها.**(فراس أحمد،2008، ص38)**

وقد يؤثر قلق المستقبل بشكل أو بآخر على مواقف الأفراد الذاتية تجاه المستقبل أو تجاه ما سيحدث، وما يمكن أن يحدث، وقد يصبح المستقبل مصدر قلق ورعب نتيجة للإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل، وعدم ثقة الفرد في قدرته على التعامل مع هذه الأحداث والنظر إليها بطريقة سلبية نتيجة لتدخل الأفكار وربط الماضي بالحاضر والمستقبل.

وعلى الرغم من وجود دراسات تناولت بعضها متغير قلق المستقبل ودراسات أخرى تناولت متغير الأفكار اللاعقلانية، إلا أنني – وفي حدود علمني – لم أتحصل على دراسة تناولت علاقة قلق المستقبل بالأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج وإيجاد العلاقة بين المتغيرين، وبناء على ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

2-تساؤلات الدراسة:

1- ما مستوى قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة؟

2- ما مستوى انتشار التفكير اللاعقلاني لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة؟

3- هل توجد علاقة دالة إحصائيا في العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى العاملات والماكثات المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير اللاعقلاني لدى عينة من المتأخرات عن الزواج تعزى للوضعية المهنية (عاملة/ غير عاملة)؟

5- هل يختلف قلق المستقبل لدى عينة المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني باختلاف المستوى التعليمي؟

6- هل يختلف قلق المستقبل لدى عينة المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني باختلاف السن [30-35 سنة] [36-40 سنة]؟

3-فرضيات الدراسة:

1- نتوقع أن يكون مستوى قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة مرتفعا.

2- نتوقع أن يكون مستوى انتشار التفكير اللاعقلاني لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة مرتفعة.

3- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى العاملات والماكثات المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير اللاعقلاني لدى عينة من المتأخرات عن الزواج تعزى للوضعية المهنية (عاملة/ غير عاملة).

5- يختلف قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني باختلاف المستوى التعليمي.

6- يختلف قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لاعقلاني باختلاف السن [30-35 سنة] [36-40 سنة].

4- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

1- الاهداف النظرية:

- التعرف على ماهية كل من قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية، ومدى تأثيرهما على الصحة النفسية لدى المتأخرات عن الزواج.
- التعرف على أهم النظريات التي فسرت كل من قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية.
- التعرف على الدراسات السابقة التي اهتمت بموضوع الدراسة الحالية والتي تشمل متغيراتها.

2- الأهداف التطبيقية:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج من خلال:

- معرفة مستوى قلق المستقبل لدى المتأخرات عن الزواج.
- معرفة مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج.
- معرفة فيما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج.

5- أهمية الدراسة:

1- الأهمية النظرية: تتجلى أهمية الدراسة من:

- أهمية الموضوع الذي تتناوله أنه يعد كل من قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية من الاضطرابات النفسية، ومنه نثري المعرفة النظرية من خلال تقديم المعارف حول المتغيرين من حيث مفهومها وأسباب انتشارهما والنظريات المفسرة لهما.
- ندرة الدراسات التي تناولت قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج، وهذا قد يسهم في إثراء المكتبة العربية النفسية في بعض المعارف الخاصة بالمتغيرين اللذين تم دراستهما في هذا البحث.

2-الأهمية التطبيقية:

- قد يتم الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية، للتطبيق على عينات مختلفة كما يمكن توظيفه وتطويره.
- التعرف على الارتباط بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية، مما يساعد في معرفة مدى تأثير الأفكار اللاعقلانية في ظهور قلق المستقبل.

6-التحديد الاجرائي لمتغيرات الدراسة:

- **التعريف الاجرائي لقلق المستقبل:** هو حالة من الخوف المتمثل في القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية، قلق الصحة وقلق الموت، القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)، اليأس في المستقبل، الخوف والقلق من الفشل في المستقبل" ويقاس بالدرجة التي تحصل عليها المتأخرات عن الزواج على مقياس قلق المستقبل"
- **التعريف الاجرائي للأفكار اللاعقلانية:** هي تلك الأفكار الخاطئة غير المنطقية وغير الموضوعية التي تشكل البناء المعرفي لدى الفرد والمتمثلة في:(طلب الاستحسان، ابتغاء الكمال الشخصي، اللوم القاسي للذات وللآخرين، توقع الكوارث، التدهور الانفـعالي، القلق الزائد، تجنب المشـــكلات، الاعتمادية، الشعور بالعجز، الانزعاج لمشاكل الآخرين، ابتغاء الحلول الكاملة)، ويتحدد من خلال استجابات أفراد العينة على مقياس الأفكار اللاعقلانية لألبرت إليس والمعرب من قبل سليمان الريحاني خلال السنة 2020/2019.

7-متغيرات الدراسة:

- المتغير المستقل: (قلق المستقبل)
- المتغير التابع: (الأفكار اللاعقلانية)
- المتغيرات التصنيفية: (الوضعية المهنية، المستوى التعليمي، السن)

8-حدود الدراسة:

- الحدود الزمانية: قامت الباحثة بتطبيق الإجراءات الميدانية لأدوات الدراسة في الفترة الممتدة بين 20 فيفري إلى 1 جوان للعام 2019-2020م
- الحدود المكانية: تتحدد الدراسة مكانيا بمدينة ورقلة.
- الحدود البشرية: تتحدد الدراسة بشريا على المتأخرات عن الزواج.

خلاصة الفصل

تم التطرق في هذا الفصل إلى تقديم موضوع الدراسة من خلال تحديد مشكلة الدراسة، مع ضبط تساؤلاتها، فرضياتها، فالهدف من البحث وأهميته، ثم التعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة، فحدودها البشرية المكانية والزمانية.

الفصل الثاني

علاقة قلق المستقبل بالأفكار اللاعقلانية

I. قلق المستقبل

1- تعريف قلق المستقبل.

2- مظاهر قلق المستقبل.

3- أسباب قلق المستقبل.

4- قلق المستقبل وبعض المفاهيم المرتبطة به.

5- النظرية الإنسانية وقلق المستقبل.

6- الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل.

II. الأفكار اللاعقلانية

1- تعريف الأفكار اللاعقلانية.

2- الأفكار اللاعقلانية كما أوردها أليس Ellis.

3- عوامل نشوء الأفكار اللاعقلانية.

4- أساليب التفكير اللاعقلاني.

5- النظريات المفسرة للأفكار اللاعقلانية.

6- خطورة الأفكار اللاعقلانية.

III. علاقة قلق المستقبل بالأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج.

I. قلق المستقبل:

يعيش الإنسان في الوقت الحاضر في عالم متغير وتعقد الحياة التي يعيشها لم تجعله قادرا على تحقيق هدفه ولم تعد الأهداف قادرة على أن تجلب الطمأنينة والامن النفسي، فالقلق من المستقبل وما يحمله من مفاجآت وتغيرات تتخطى قدرة الكائن على التكيف معها وهذا ما يجعل التوتر النفسي شديدا ومن ثم تكون استجابته متطرفة في محاولة منه للتوقع بعيدا عن هذه التغيرات المتلاحقة، وهذا التفكير في المستقبل عامل مسبب للقلق لدى الفرد، فقد يواجه خلال مساره الحياتي العديد من العقبات والصعاب والضغوط المختلفة، التي تلعب دورا هاما في تكوين شخصيته، وذلك من خلال الأفكار التي تترسخ في ذهنه، ويتبناها أثناء حياته. حيث أن الكثير من الفتيات يواجهن تحديات كثيرة مثل: التكيف العاطفي (والمتمثل في الزواج والتفكير فيه، وفي تكوين أسرة، وما يلي ذلك من تبعات ومسؤوليات)، والتكيف المهني (والمتمثل في التفكير فيما إذا كانت ستجد وظيفة مناسبة لها وتقيم حياتها عليها أم لا)، كل هذه التحديات وغيرها من المشاكل الاقتصادية والاسرية تبعث في كثير من الأحيان على الإحساس بالتوتر والضيق والقلق.

وقد يصبح المستقبل لدى كثير من الفتيات مصدر قلق ورعب نتيجة للإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل، وعدم ثقة الفرد في قدرتها على التعامل مع هذه الأحداث، والنظر إليها بطريقة سلبية نتيجة لتدخل الأفكار وربط الماضي بالحاضر والمستقبل، مما يسهم في عدم القدرة على التكيف مع الأحداث التي تعترض مستقبلها مما يسبب لها زيادة القلق نحو المستقبل.

1-مفهوم قلق المستقبل:

هو خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات ودحض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس. **(شقير،2005، ص5)**

ويعرف قلق المستقبل بأنه هو الشعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة وعدم القدرة على مواجهة الضغوط والأحداث الحياتية وتدني اعتبار الذات وفقدان الشعور بالأمن مع الثقة بالنفس. **(الطخيس،2014، ص8)**

حيث أجري ابراهيم بلكيلاني (2008) دراسة بعنوان: علاقة تقدير الذات بقلق المستقبل.

والتي هدفت إلى التعرف على تقدير الذات وقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أسلو في النرويج، وتكونت عينة الدراسة من 500 شخصا (ذكور وإناث). وتم استخدام مقياس تقدير الذات للدريني ومقياس قلق المستقبل لمحمد عبد الثواب.

وأوضحت نتائج الدراسة بأن القلق يرجع إلى تبني الفرد أفكارا غير عقلانية وأهدافا غير واقعية تسبب له الاضطراب وتجعله يعيش القلق الاجتماعي مع المحيطين، ووجود علاقة بين تقدير الذات وقلق المستقبل لدى الجنسين، وجود فروق في قلق المستقبل وتقدير الذات يعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

2-مظاهر قلق المستقبل: لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر هي:

أ. **مظاهر معرفية:** هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في ذهن الشخص وتفكيره وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائم من الحياة معتقدا قرب أجله، وأن الحياة أصبحت نهايتها وشيكه، أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية أو العقلية.

ب. **مظاهر سلوكية:** مظاهر نابعة من أعماق الفرد تتخذ أشكالا مختلفة تتمثل في سلوك الفرد، مثل تجنب المواقف المحرجة للشخص وكذلك المواقف المثيرة للقلق.

ت. **مظاهر جسدية:** وهو ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسيولوجية مثل ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، ارتفاع ضغط الدم، إغماء، توتر عضلي، عسر الهضم، فالقلق لا يجعل الفرد يفقد اتصاله بالواقع بل يمكنه ممارسة أنشطته اليومية، وداركا عدم منطقية تصرفاته، أما في الحالات الحادة فأن الفرد يقضي معظم وقته للتغلب على مخاوفه ولكن دون فائدة. **(الداهري،2005، ص328)**

3-أسباب قلق المستقبل:

يعتبر قلق المستقبل هو قلق ناتج عن التفكير اللاعقلاني والخوف من الاحداث السيئة المتوقع حدوثها، والشعور بالارتباك، والغموض، وتوقع السوء أي النظرة السلبية للحياة. **(المحسن،2007، ص120)**

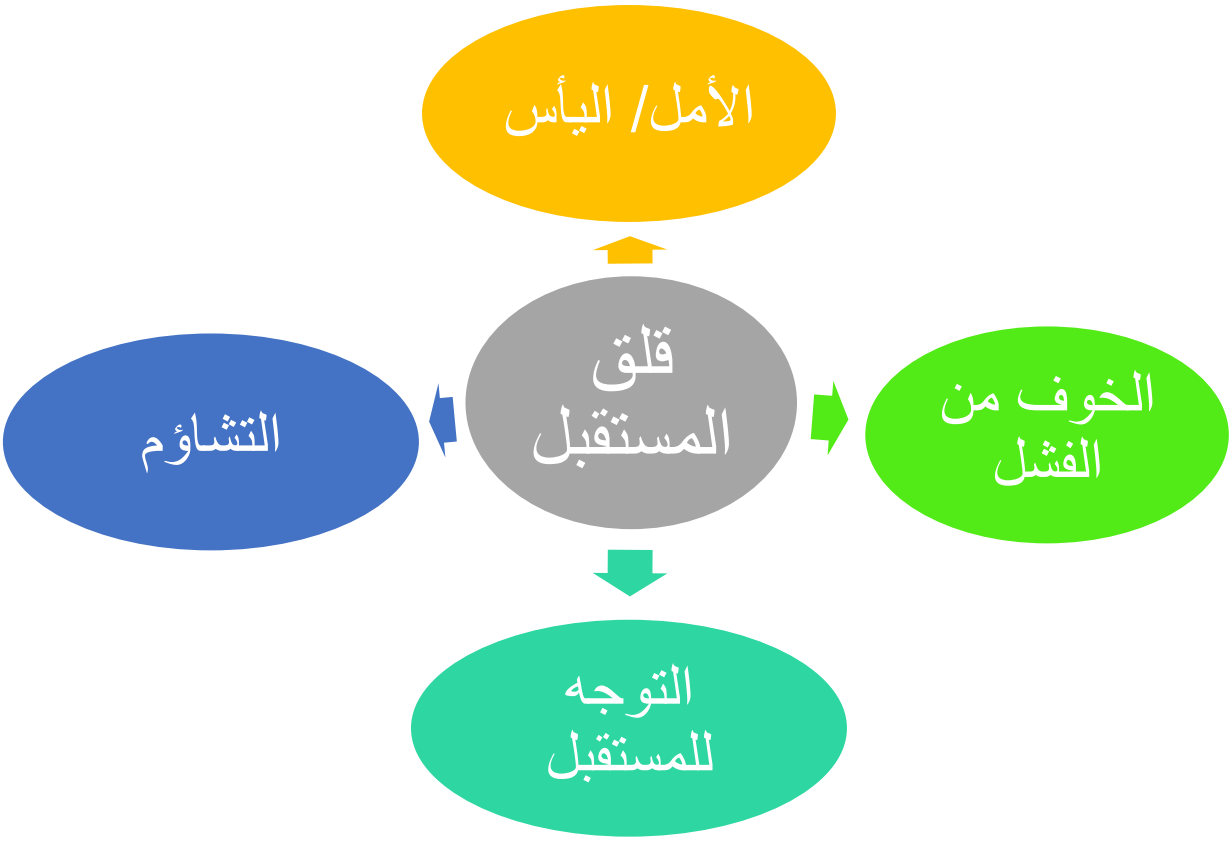
وتشير (العجمي،2004). إلى أن أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تعود إلى:

1- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات.
2- الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام.
3- عدم قدرته على فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع.
4- نقص القدرة على التنبؤ بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لديه لبناء الأفكار عن المستقبل وكذلك تشوه الأفكار الحالية.
5- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع.
6- عدم قدرته على التكيف مع المشاكل التي يعلني منها.
7- الشعور بعدم الأمان والاحساس بالتمزق.
8- مشكلة في كل من الوالدين والقائمين وعلى رعايته في عدم قدرتهم على حل مشاكله.
9- التفكك الأسري.

وترى (وفاء محمد) أن المستقبل مصدر مهم من مصادر القلق ويعتبر قلق المستقبل هو جزء من القلق المعمم باعتبار قلق المستقبل مساحة لتحقيق الرغبات والطموحات وتحقيق الذات وأن ظاهرة قلق المستقبل أصبحت واضحة في المجتمع مليء بالتغيرات في كافة المجالات نتج عنها الشعور بعدم الارتياح وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة وفقدان الشعور بالأمن وتدني اعتبار الذات والتفكير السلبي اتجاه المستقبل. **(وفاء،2009، ص13)**

4-قلق المستقبل وبعض المفاهيم المرتبطة به:

يتشابه قلق المستقبل وبعض المفاهيم، ويكون هذا التشابه إما في التأثير والنتائج على الأفراد أو في الأسباب المؤدية لحدوث الظاهرة أو في بعض الخصائص التي يتشابه فيها الأفراد تحت فئة هذا المفهوم.



شكل (1) يوضح المفاهيم التي تشابه قلق المستقبل

أ. الخوف من الفشل:

أشار "بتشالتر" إلى أن الأفراد الذين يعانون الخوف من الفشل يتصفون بفقدان الثقة في الذات والإحباط منعدم القدرة على العيش وفقا للتوقعات التي وضعوها لأنفسهم وانخفاض تقدير الذات والانسحاب والهروب والسلبية. **(Buchalter,1992,p369)**

وكذلك فإن من يعاني قلقا من المستقبل فإنه يعاني من اعراض مشابهة لأعراض الخوف من الفشل وهذا ما أكده (رونالد مولين)، حيث يرى أن الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو شخص يتصف بالسلبية وعدم الثقة في النفس مما يؤدي إلى الاصطدام بالآخرين، ويتصف بصلابة الرأي والعناد والتوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل وعدم القدرة على مواجهة المستقبل وبالتالي الكذب والتصنع والانسحاب والهروب اجتماعيا وثقافيا وعاطفيا. **(Molin,1990,p,510-512)**

ويؤكد ذلك (زاليسكي) فهو يرى تشابها بين قلق المستقبل وبين الخوف من الفشل وذلك بالنسبة للسلوك التجنبي، ففي كلتا الحالتين فإن الناس تتجنب الحالات المؤلمة، والخوف الزائد من الفشل يعود إلى عزو

خاص في حالات الفشل (عزو خارجي) ويتوقع وجود علاقة سلبية بين قلق المستقبل وبين مركز الضبط الداخلي. **(Zaleski,1996,p167-168)**

ب. قلق المستقبل والتوجه للمستقبل:

يمكن القول أن التوجه للمستقبل هو تصور الأفراد لما يتعلق بمستقبلهم، إنه ما يظهر في تقاريرهم الذاتية ويتضمن ما يعتقده الفرد أنه ذو أهمية ومعنى في حياته وهو مهم لدافعية الأفراد، أنه ليس ما تذهب اليه إنما تبنيه وهو خلفية التي يظهر عليها الأهداف والخطط والاكتشافات والخيارات وصنع القرار.

(Seginer,2003,p35)

ويعد مفهوم التوجه للمستقبل وثيق الصلة بقلق المستقبل فهما على طرفي متصل، فبقدر ما يكون قلق المستقبل حافزا على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه للمستقبل، وبقدر ما ينخفض مستوى التوجه للمستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه تجاه هذا المستقبل ودفاعه ضد هذا القلق بالإغراق في الحاضر، وإذا كان التوجه للمستقبل في حالته القصوى هو تطلع الفرد الدائم نحو المستقبل كسبيل لبلوغ الأهداف وتحقيق الاشباع. **(بدر،2003، ص34)**

ويشير اريكسون عام 1968 الى أن الفرد الذي لا يثق بأن المستقبل سيحقق له الرضا والاشباع فإن هذا سيقوده إلى أن يحيد هذا المستقبل وإلى أن يوقف الزمن تجاه المستقبل.**(Frich,1995,p278-279)**

ث. قلق المستقبل والتشاؤم:

يرتبط قلق المستقبل ارتباط إيجابي بين قلق المستقبل وبين التشاؤم.)**Chlewinsk,1994,p158**(

ويمكن تعريف التشاؤم بأنه توقع سلبي للأحداث القادمة يجعل الفرد يتوقع الشر والفشل وخيبة الامل.

(عبد الخالق ومراد،2001، ص45)

ويرتبط التشاؤم بسوء التوافق وبالاضطرابات النفسية كالقلق واليأس والاكتئاب، حيث أن الأفراد الأقل تفاؤلا كانوا أكثر تعددا في آمالهم وطموحاتهم من الأشخاص الأكثر تفاؤلا مما يشير الى أن الأفراد المتشائمين (الأقل تفاؤلا) غالبا ما يكونون أكثر حيرة وشكا إزاء مستقبلهم مما يجعلهم يبالغون ويضخمون من توقعاتهم كتعويض عن الخوف مما هو قادم ومجهول. **(Carver et al,1994,p450)**

في حين أنه يوجد من يدافع عن التشاؤم من الاحداث المستقبلية حيث يرى بعض المتشائمين ان التشاؤم هو تشاؤم دفاعي ويتمثل في شعور الفرد بالتوقع السيء للأحداث المستقبلية ومن ثم يكونون مستعدين لمواجهة الاخطار في حال حدثت بالفعل وبالتالي يتخذون التشاؤم منهجا ومذهبا في سلوكهم بوجه عام.

(Sanna,1998,p637)

وقد وجد (كلوينسكي) ارتباطا قويا بين قلق المستقبل وبين التوقعات التشاؤمية، حيث أن الأفراد اظهروا تخوفا من المستقبل يتعلق بالعمل وحل المشكلات وانهيار القيم والاعتقادات بمسألة الحظ العاثر والوحدة والمرض والموت. **(Chlewinski,1994,p55)**

د. قلق المستقبل مقابل / الامل واليأس:

إذا إفترضنا أن الأمل هو نقيض لليأس وإذا إفترضنا أن الأمل يتشابه مع التفاؤل (وهو ليس التفاؤل) من حيث كل منهما نزعة استبشار وتوقع النتائج الإيجابية، إلا الامل حالة من الوجود الإنساني، وإذا كان التفاؤل هو العكاز الذي يستند اليه الفرد عند مواجه الأزمات التي تحول بين الفرد وبين الهدف، فأن الامل هو إنتاج طرق جديدة إذا فشل المسار الأصلي لتحقيق الهدف. **(snyder,1995,p183)**

واليأس أو فقدان الأمل هو حالة وجدانية تبعث على الكأبة وتتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو الحياة والمستقبل وتتسم بخيبة الأمل والتعاسة وتعميم ذلك الفشل في كل محاولة يقوم بها الفرد، وهذا يعني النظرة السلبية للذات والعالم. **(بيك،2000، ص103)**

ويعرف قلق المستقبل بأنه خوف أو مزيج من الرعب والأمل بالنسبة إلى المستقبل. كما أن قلق المستقبل يتضمن الخوف من العجز في المستقبل واليأس في المستقبل. **(معوض،1996، ص31)**

ويؤكد (بدر،2003) أن انخفاض مستوى التوجه للمستقبل يؤدي إلى شعور بالإحباط والعجز في الحاضر والتشاؤم واليأس بالنسبة للمستقبل فيصبح الطريق ممهدا للاكتئاب. **(بدر،2003، ص62)**

5-النظرية الإنسانية وقلق المستقبل:

يؤكد التيار الإنساني على طبيعة الإنسان ككائن متميز وفريد له خصائصه الإيجابية مقابل التحليل النفسي الذي يتجاهل فضائله، وأن لحياته هدفا يسعى لبلوغه ويمتلك قيما يسعى لبلوغها ويتصف بها، حيث يسعى لتحقيق ذاته ومن ثم يرون أن القلق ينشأ إما من أحداث راهنة أو متوقعة مستقبلا، بحيث

تمثل هذه الأحداث تهديدا لوجود الإنسان وإنسانيته، فإن القلق من منظور أصحاب التيار الإنساني يرتبط بحاضر الفرد ومستقبله وليس بأحداث ماضية في حياته كما ذهب المحللون النفسيون والسلوكيون.

(أميمن،2009، ص66-67)

كما يرى أصحاب النظرية الإنسانية أن قلق الإنسان ينشأ من إدراكه بحتمية النهاية، وأن المستقبل قد يأتي معه من الأحداث ما يهدد وجود الفرد، ويحول بينه وبين تحقيق حياة الإنسانية كاملة، حيث أن كبر السن إشارة إنذار وهي تثير قلق المستقبل بما قد يأتي به قد يهدد وجود الفرد. **(جودة،2012، ص43)**

يتضح مما سبق أن أصحاب النظرية الإنسانية يرون أن الحاضر والمستقبل هما اللذان يثيران القلق لدى الفرد، وهذا يعني أن القلق من وجهة نظرهم ينشأ مما يتوقع الإنسان من أنه قد يحدث، بعكس المدارس التي عدت أن الماضي هو الذي يسبب القلق لدى الأفراد.

6-الطبيعة المعرفية لقلق المستقبل:

يمثل علم النفس المعرفي اتجاها قويا في علم النفس المعاصر حيث أثر على العديد من المنظرين من مدارس مختلفة ومن ذلك سوليفان في المدرسة التحليلية وباندورا في المدرسة السلوكية. كما تعددت الاتجاهات المعرفية وتعددت أغراضها. ولعل ما يهمنا في هذا المجال هو القلق والاضطرابات النفسية. ويعتبر جورج كيلي من علماء النفس الذين أعطوا المعرفة الإنسانية وزنا في تفسير الشخصية في حالتي السواء والمرض، حيث يرى أن أي حدث قابل لمختلف التفسيرات وهذا يعني أن تعرض الإنسان للقلق يمكن تفسيره بأكثر من طريقة حتى للحالة الواحدة. كما يرى أن العمليات التي يقوم بها الشخص توجه نفسيا بالطرق التي يتوقع فيها الأحداث وعلى اعتبار أن عملية القلق ليست إلا عملية توقع وخوف من المستقبل. وترى النظرية المعرفية أن أساس المشكلة في اضطرابات القلق يكمن في أسلوب الفرد وتفسير الواقع. **(سعود، 2005، ص123)**

ويمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحى المعرفي على أنه إطار لمختلف العمليات المعرفية والمواقف الانفعالية، فالقلق هنا يترافق بتخمينات الخطر المتعلقة بالمستقبل بناء على ما يتوفر في الواقع من معطيات وعلى نوعية التصورات الشخصية، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين الحالات المستقبلية بكونها خطرة، لأنهم يملكون تصورات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر للحالات وعن مقدرتهم المنخفضة للتعامل مع الخطر بشكل فاعل، فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز

أفكارا تلقائية سلبية عن الخطر تعكس مواضيع أو كوارث جسدية، اجتماعية، نفسية، ويمكن التحري عن قلق المستقبل من خلال مفهوم الحاضر باعتبار أن تحليلا دقيقا للحاضر يظهر أمرين: قد ينتج هذا التحليل إشارات إلى أن بنية الحاضر تحتمل وجود عناصر قابلة للاستمرار وتتضمن حوافز لنشوء القلق المستقبلي إضافة إلى أن كل تحليل أو قراءة للحاضر لابد من أن تفسح مجالا لاحتمالات سلبية تنشأ لاحقا وتشكل مصدرا للقلق . **(نفس المرجع، ص72)**

النموذج المعرفي يوضح أن الشخص القلق تكون معتقداته الشخصية وأفكاره أساسها سلبي عن المواقف التي يتعرض فيها للخطر أو التهديد، وربما يكون القلق ذا فائدة، إذا كان الفرد يعتقد في نفسه أنه مهما كان الحدث القادم ضارا أو سيئا، فربما يستطيع فعل شيء ما في مواجهته.

(Zaleski ,1996p,165)

وعلى هذا الأساس فالخريطة المعرفية للشخص القلق مبنية على منطق خاص يعتقد بصحته، هذا المنطلق يتشكل من أفكار غير عقلانية وتأويل خاطئ للأحداث ولما سيأتي.

وتظهر الاضطرابات الفكرية للشخص القلق فيما يلي:

1- أفكار متكررة عن الخطر، حيث أن المريض هو دائما تحت سيطرة أفكار لفظية وصورية تدور حول وقائع مؤدية.

2- نقص القدرة على مجادلة الأفكار المخيفة.

3- تعميم المؤثر الضار. **(بيك، 2000، ص122)**

II. الأفكار اللاعقلانية

1-تعريف الأفكار اللاعقلانية:

يعرف **إبراهيم عبد الستار** الأفكار اللاعقلانية:" بأنها عبارة عن معتقدات فكرية خاطئة يبنيها الفرد عن نفسه وعن العالم وعن المحيط به، تؤدي بالتالي إلى نشوء الاضطرابات الوجدانية والسلوكية لدى الفرد".

(إبراهيم عبد الستار،1994، ص273)

وعرف (**Albert Ellis 1977**) الأفكار اللاعقلانية: تلك المجموعة من الأفكار الخاطئة، وغير المنطقية، التي تتميز بعدم موضوعتيها، والمبنية على توقعات وتعميمات خاطئة، وعلى مزيج من الظن والتنبؤ المبالغ والتهويل بدرجة لا تتفق والإمكانيات الفعلية للفرد. **(حسن الزهران،2010، ص9)**

حيث عرف **الصبح والحموز:** "هي عبارة عن مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي لا مع الواقع الفعلي للأمور وتعتبر غير موضوعية، تتميز بتعظيم الأمور المرتبطة بالذات والآخرين، وتسعى إلى ما لا تستطيع الوصول إليه والتصرف بموجب ما تحمله هذه الذات من قيم ومعتقدات مما يجعلها تتحكم في أقدارها". **(الصباح والحموز، 2007، ص285)**

وتعرف الأفكار اللاعقلانية على أنها عبارة عن مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير الموضوعية التي تتميز بطلب الكمال والاستحسان وتعظيم الأمور المرتبطة بالذات والآخرين، والشعور بالعجز والاعتمادية.

(عبد الله وآخرون:1994، ص8)

حيث أجري رتيب دراسة في سوية بعنوان: الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الثالثة في جامعة دمشق.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي بين طلبة السنة الثالثة في جامعة دمشق، والتعرف على طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي.

وكانت نسبة العينة التي تم سحبها من المجتمع الأصلي (4%) العلوم الاجتماعية والإنسانية و(9%) العلوم الأساسية والتطبيقية.

استخدمت الباحثة الأدوات التالية: مقياس الأفكار اللاعقلانية، واختبار القلق الاجتماعي.

ومن أهم النتائج التي توصل إليها أنها تنتشر الأفكار اللاعقلانية بين الطلبة، كما بينت النتائج الإحصائية عدم وجود أثر للجنس والتخصص العلمي على كل من القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية، كما توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وبين القلق الاجتماعي.

2-الأفكار اللاعقلانية كما أوردها أليس Ellis:

تتكون الأفكار اللاعقلانية من الأفكار الإحدى عشرة التي وضعها **ألبرت إليس(Albert Ellis)**وهي تمثل كل فكرة عن بعد جوهري يكون للأفكار اللاعقلانية لدى الفرد وهي كالآتي:

1-طلب الاستحسان: "من الضروري أن يكون الشخص محبوبا ومقبولا اجتماعيا من المحيطين به" وهذه فكرة لا عقلانية لأنها:(هدف لا يمكن تحقيقه، تحقيق الغايات يفقد الفرد استقلاليته فيصبح عرضة للإحباط وأقل شعورا بالأمن).

2-ابتغاء الكمال الشخصي: "يجب أن يكون الفرد على درجة كبيرة من الكفاية والمنافسة والإنجاز لدرجة الكمال حتى يكون ذا أهمية والقيمة" وهذه فكرة لا عقلانية لأنها:(صعبة التحقيق، يصيب الفرد باضطرابات سيكوسوماتية، الشعور بالخوف من الفشل، فقدان الثقة بالنفس).

3-اللوم القاسي للذات وللآخرين: "بعض الناس يتصف بالشر والنذالة والخسة والجبن، لذا يجب تأنيبهم ومعاقبتهم ولومهم" وهذه فكرة لاعقلانية لأنها:(الإنسان غير معصوم من الخطأ، الصواب والخطأ لا يوجد له معيار مطلق، اللوم لا يؤدي إلى تحسين السلوك بل يزيد من اضطرابه).

4-توقع الكوارث: "إنه لمصيبة فادحة أن تسير الأمور عكس ما يريد الفرد" وهذه فكرة غير عقلانية لأنها:(ليس كل ما يتمناه المرء يدركه، إذا فشل الفرد من تغيير الموقف فإنه يجب أن يتقبل الموقف، الحدث قد يثير اضطراب الفرد لكن لا يجب أن يضل إلى حد الكارثة).

5-التهور الانفعالي: "تطهر التعاسة عند الفرد نتيجة عوامل خارجية، والتي ليس بمقدوره السيطرة عليها" وهذه فكرة لاعقلانية لأنها:(الحكم على العوامل الخارجية بأنها مسؤولة ومدمرة قد لا يكون كذلك، لأنه يرجع إلى تأثر الفرد بها وطريقة تفسيره الأمر الذي يسبب له الاضطراب الانفعالي).

6-القلق الزائد: "تستدعي الأشياء الخطيرة والمخيفة ظهور الهم الكبير والانشغال الدائم بالتفكير، وينبغي أن يتوقع الفرد احتمال حدوثها دائما، وأن يستعد لمواجهتها والتعامل معها"، وهذه فكرة لاعقلانية لأنها:(انعدام الموضوعية في تقدير الأمور، يجعل الأحداث ونتائجها تبدو أكبر من حجمها أو أنها أكثر خطورة مما هي عليه في الواقع، مما يؤدي بالفرد إلى قلق غير عادي).

7-تجنب المشكلات: "من الأسهل أن تتجنب بعض الصعوبات والمسؤوليات بدلا من مواجهتها "وهذه فكرة لاعقلانية لأن:(الهروب من المسؤوليات يؤدي إلى تراكمها بدون حلها، ليس بالضرورة أن تكون الحياة السعيدة سهلة).

8-الاعتمادية:"يجب أن يعتمد الشخص على الآخرين، ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه" وهذه فكرة لاعقلانية لأن (الاعتمادية تجر إلى نقص في تقدير الذات فقدان الاستقلالية، الفشل في التعلم).

9-الشعور بالعجز: "تقرر الخبرات والأحداث الماضية الحاضر، ولا يمكن تجاهل أو محو الماضي" وهذه فكرة لاعقلانية لأن:(حلول الماضي قد لا يصلح للحاضر، يمكن للفرد التعلم من الماضي ولا ينافد إليها قسرا والذي كان عاجزا بالأمس قد يكون فعالا اليوم).

10-الانزعاج لمشاكل الآخرين: "ينبغي أن يخزن الفرد لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات" وهذه فكرة غير عقلانية لأن:(الاهتمام بمشكلات الآخرين بدرجة مبالغ فيها ينسيه مشكلاته، مهما كان الإنسان يفكر بمشكلات الآخرين فإنه لا يخفف عنهم).

11-ابتعاد الحلول الكاملة: "هناك دائما حل دائم وصحيح يجب التواصل إليه لكل مشكلة، وإلا ستكون النتائج خطيرة" وهذه فكرة غير عقلانية لأن:(عدم وجود حل دائم، الإصرار على التوصل إلى هذا الحل قد يؤدي إلى إخفاق مع مشكلات أخرى، البحث عن مثل هذا الحل يولد القلق والخوف لدى الفرد إذا لو يصل إليها). **(روبي محمد،2013، ص85)**

أعاد (أليس) ولخص هذه الأفكار في ثلاث حتميات أساسية مصاغة على شكل يجب أو ينبغي وهي:

- **مطالب متعلقة بالذات:** يجب على أن أؤدي عملي بشكل جيد وأن أكون محبوبا ومن الخطأ أن لا أفعل.
- **مطالب متعلقة بالآخرين:** يجب عليك أن تعاملني بلطف وإلا فأنت شخص سيء.
- **مطالب متعلقة بالعالم:** يجب أن يعطيني العالم الذي أريده بسرعة وسهولة وإلا فإنه سيكون عالما فاسدا. **(مشاقبة،2008، ص153)**

وقد أضاف سليمان الريحاني (1975) فكرتين أساسيتين تعتبر كل منهما لا عقلانية وشائعة في مجتمعنا العربي، هما:

- **الرسمية والجدية:** ينبغي أن يتسم الفرد بالرسمية والجدية في تعامله مع الآخرين حتى تكون له قيمة أو مكانة محترمة بين الناس.
- **مكانة الرجل بالنسبة للمرأة:** لا شك أن مكانة الرجل تعد هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة.

وإلى جانب ذلك فقد أضاف عبد الستار إبراهيم (1994) فكرة أخرى هي:

- أن هناك مصدرا واحدا للسعادة إنها لكارثة إذا ما غلق هذا المصدر أو فقد.

(عبد الله محمد،2000، 63)

3-عوامل نشوء الأفكار اللاعقلانية:

يعتقد (اليس ألبرت) بأثر مجموعةمن العوامل التي تساهم في تطور شخصية الفرد وفي اضطرابات الشخصية متضمنة عوامل بيولوجية واجتماعية لابد من اكتشافها بهدف تقديم المساعدة للعميل فقد تناول أليس (Ellis.1995) العوامل البيولوجية والبيئة الثقافية للفرد المؤدية للأفكار اللاعقلانية من خلال النظريات البيولوجية الاجتماعية التي ترى أن بعض أفكار الإنسان تنبع من عجزه البيولوجي وهو ما يوحي بوجود تأثيرات جينية، وأن معظم هذا العجز يغرس أو يؤكد بفعل التربية والقائمين عليها كالأبوين والمدرسين والاتصال بالثقافة وما يبثه وسائل الاعلام، والذي يجعل الفرد محتفظا باضطرابه الانفعالي هي إحدى عادات التفكير الخاطئة وهي الحديث الداخلي أو حديث الذات إلى الذات، فنحن نصدر أحكاما مستمرة على الأشياء والأشخاص والموضوعات بما فيها ذواتنا. وفي ظل المثالية والنزعة الكمالية تكون أميل إلى إصدار أحكام تقلل من شأن ذواتنا. **(ضمرة،2008، ص93)**

3-1- العوامل البيولوجية: ترى (Rational Emotive Behavior Therapy)

REBT وجود أساس بيولوجي لسلوك الانسان يولد ولديه ميول قوية على ترتيب أمور حياته على شكل الأفضل وهو جاهز ليدين أو يلوم نفسه والآخرين عندما لا يحصل على ما يريد، كما أن لديه ميل بيولوجي قوي لإزعاج نفسه وإيذائها والتفكير بشكل عقلاني. بالإضافة إلى أن (أليس) يعتقد أن بعض الاضطرابات

العقلية الحادة موروثة جزئيا ولها مكونات بيولوجية قوية. على سبيل المثال الفصام الذي يتأثر بالمحددات البيولوجية التي تمنع التفكير بشكل عقلاني ومنطقي.

ويرى (أليس) أن النزعة إلى الكمال ورغبة الفرد في أن ينجز الأعمال عند أعلى مستوى من الإتقان، تلك النزعة العامة التي تكاد توجد عند الجميع، يوحي بأن لهذه النزعة أساسا بيولوجيا فطريا، وفي الوقت الذي يحرص فيه كل الناس في البداية على إنجاز الأعمال عند المستوى المثالي فإن أغلب الناس تهجر هذا المدخل لعدم قدرتها على الالتزام به وللعوامل الكثيرة التي تقف حائلا دون ذلك. على أن بعض الناس

يظلوا في مجاهدة مستمرة لكي يلتزموا بهذا المستوى، ويدفعون لذلك ثمنا باهظا، وهم الذين يكونون أكثر عرضة من غيرهم للاضطراب بسبب عدم الرضا عن آدائهم وتقييمهم السلبي لذواتهم.

(كفافي،1999، ص324)

3-2- العوامل الاجتماعية والثقافية:

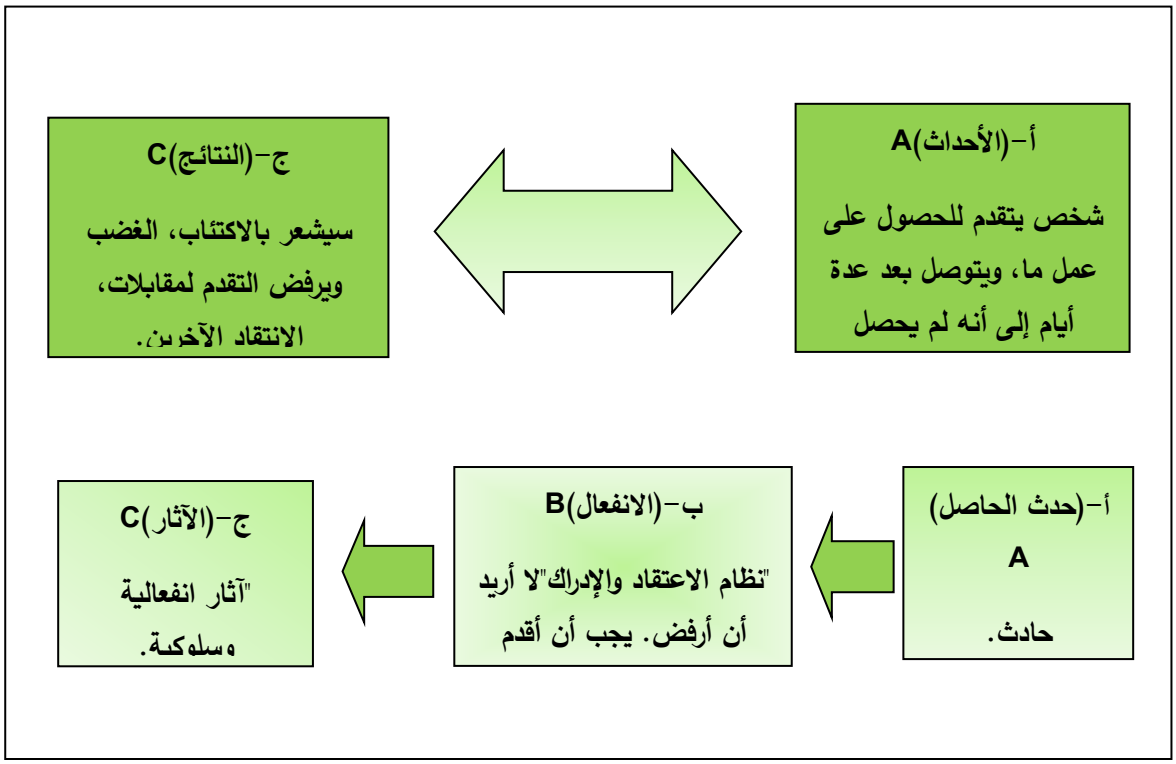
تعتبر الأسرة أول بيئة اجتماعية عن طبيعة وخصائص أفكار و معتقدات الفرد، إلى جانب الأسرة نجد المدرسة والمؤسسات التعليمية وجماعة الرفاق كلها تلعب دورا فعالا في التأثير على أفكار ومعتقدات الفرد، وأما الثقافة التي يعيش فيها الفرد تحمل أصول معتقداته وقيمه واتجاهاته وعاداته وتقاليده، و الأفكار اللاعقلانية يكون من ورائها الأسرة ووسائل الإعلام و أن مصادر الأفكار اللاعقلانية هي الأب بنسبة 72.22% والأم بنسبة 44.44% و الأصدقاء بنسبة 16.67% والمدرسة و الجامعة بنسبة 11.11% ووسائل الإعلام 11.11% مما يفسر ما يلعبه المحيط الاجتماعي و الثقافي في نشوء الأفكار اللاعقلانية.**(الشربيني،2005، ص91)**

والأمر الواقعي والمعقول للأفراد أن يجدوا أو يرضوا أنفسهم (التمركز حول الذات) (البحث عن الهوية الذاتية) من خلال علاقاتهم الشخصية وبالحصول على نسبة عالية مما يسميه (آدلر) الاهتمام الاجتماعي أو الميل الاجتماعي، فالشخص الطبيعي يجد الأمر ممتعا عندما يحصل على الحب من الآخرين، وفي الحقيقة الأمر فإنه كلما كانت العلاقات الشخصية للإنسان أفضل كلما كانت سعادة وراحة وتكيف نفسي.

(ضمرة،2008، ص93)

3-3-العوامل المعرفية:

إن طبيعة معالجة الحوادث و المواقف وإدراكنا لها، من بين الأسباب غير المباشرة وراء تكوين الأفكار اللاعقلانية عند الفرد، فإذا فكر بطريقة غير عقلانية للحدث فإن النتيجة ستكون اضطرابا ومنه ينشأ أفكار غير عقلانية تجاه حدث ما أو موقف ما، وهذا ما أشار إليه **ألبرت إليس (Albert Ellis)**،بأنه: يعتقد معظم الناس أن بعض الحالات تسبب انفعالات غير ملائمة وسلوكات غير مرغوب فيها وحسب **ألبرت إليس** فالأمر ليس كذلك، فليست الأحداث من يسبب آثارا غير مرغوب فيها سواء على المستوى الانفعالي أم السلوكي، ولكن كيفية إدراك حصول هذه الأحداث هي السبب مع الأخذ بعين الاعتبار النموذج (أ.ب.ج) A-B-C الذي يفسر كيفية نشوء الأفكار اللاعقلانية في الشكل التالي:



شكل رقم (2) يوضح كيفية نشوء الأفكار اللاعقلانية.

(Albert Ellis. Cottraux ،2001، ص19)

يتضح مما سبق أن معالجة الفرد للأحداث وأساليب التفكير الخاطئ لها تعد أحد الأسباب المعززة لظهور تركيبات ومعتقدات في بنية الفرد المعرفية تتصف بأفكار غير عقلانية، كما أن الضغوط الخارجية والداخلية التي يتعرض لها الفرد تتساهم في استمرار الأفكار اللاعقلانية، ينسب الفرد أفعاله وسلوكاته الخاطئة إلى الآخرين. مما يؤثر على إدراكه لأحداث الخارجية وحالته الانفعالية والسلوكية ويمثل ذلك في اللوم المستمر للذات وللآخرين، فالحدث يساهم في نشوء الأفكار اللاعقلانية، وطبيعة نظام المعتقدات يترتب عليه نتائج، والنتائج تترتب عليها معتقدات حول الذات وحول الآخرين. حيث تعني:

A= الحدث المنشط =هناك فكرة أو حقيقة أو حدث أو سلوك ما وراء المشكلة التي يعاني منها الفرد.

B = نظام أفكار الفرد ومفاهيمه الخاطئة عن الحدث المنشط.

C = النتائج الانفعالية والسلوكية.

4- أساليب التفكير اللاعقلاني:

أشار أليس Ellis إلى أن الناس يزعجون أنفسهم من خلال سعيهم بشكل شعوري أولا وراء تلك الأفعال الأمر الذي يؤدي إلى عدم التخلي عن اضطراباتهم والإبقاء عليها والتصعيد من حدتها وهذا السعي يرجع لأسباب منها:

أ. **الجهل:** فكثير من الأفراد يجهلون سبب اضطراباتهم ويعتقدون أنها طبيعية وحتمية، ولا يبدلون أي جهد للتخلص من هذه المشكلات.

ب. **التصرف بغباء:** حيث أن كثيرا من الأفراد يتصرفون بغباء فهم لا يدركون أنهم هم الذين يسببون اضطراباتهم.

ت. **عدم الإدراك أو العته:** فالمعارف تكون موجودة في عقل الأفراد لكنهم لا يدركون أنها السبب في اضطرابهم.

ث. **التصلب:** يتمسك كثير من الناس بأفكارهم اللاعقلانية المتعلقة بالاستحسان والتحمل وحتى عندما يعرفون أن تلك الأفكار انهزامية يظلون على تصلبهم.

ج. **الدفاعية:** حيث أن الأفراد لديهم قابلية لتجنب التركيز على مشكلاتهم والتفاعل معها، وذلك من خلال اللجوء إلى التبرير والتعويض والاسقاط والتقمص والتجنب والكبث والكف وهم يشعرون بالقلق نتيجة قلقهم.

ح. **تغيير المواقف لا تغيير الذات:** حينما يتعامل بعض الأفراد الأذكياء مع مشكلاتهم فهم يلجؤون إلى حلول وقتية. **(سماح،2006، ص106،107)**

5-النظريات المفسرة للأفكار اللاعقلانية:

5-1- نظرية التحليل النفسي:

يرى **فرويد(Freud)** الفرق بين عمليات التفكير الأولية والثانوية، مؤكدا بأن العمليات الأولية تعني الطاقة الكلية اللاشعورية التي تسعى لتحقيق الإشباع، في حين أرجع العمليات الفكرية الشعورية المرتبطة الأنا الذي يرتبط بدوره بالواقع، والتي تعمل على تأجيل إشباع الغرائز، فمن هذا المنطلق فالأفكار التلقائية اللاعقلانية تقابل اللاشعور عند التحليلين وهي ميكانيزمات دفاع نتيجة الفشل في الإشباع الغريزي. كما يركز **أدلر(Adler)** عكس **فرويد(Freud)**على مشاعر النقص والعجز، والعدوان والحاجة للحب والغائية

من أجل الكمال والكفاح ونمط الحياة ولذا فإن الأفكار اللاعقلانية عنده هي نتاج للنقص والعجز التي توحي بفشل الفرد في النجاح في الحياة وبلوغ الكمال والحسن. **(أبوسعد، عربيات،2009، ص94)**

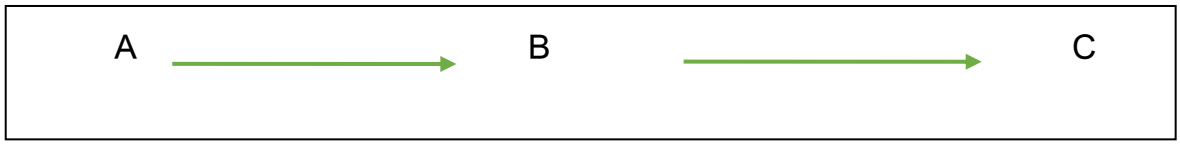
5-2-النظرية السلوكية:

يركز كلا من **واطسن وبافلوف وثورندايك** على قضية المثير والاستجابة، وبالتالي الأفكار اللاعقلانية وفق هذا المبدأ أنه يتشكل في سلوكيات فقط وليس أفكار ونستدل غلى تلك الأفكار اللاعقلانية من خلال ظهور المثير الذي أدى بالفرد إلى سلك سلوك غير عقلاني.كما يركز **ووبلي ولازاروس ونيل ميللر** على العمليات المعرفية، ويرون أن الأفكار اللاعقلانية هي سلوكات تم اكتسابها من العالم الخارجي فتم معالجتها عقليا، وبالتالي هي مثير-معرفة -استجابة، والاستجابة تمثل(الأفكار اللاعقلانية).

(أبو أسعد والآخرون، 2009، 95)

5-3- النظرية المعرفية:

لقد فسر **إليس(Albert)** دور الأفكار اللاعقلانية في السلوك المضطرب من خلال نموذج ABC حيث يرى أن الأحداث والخبرات المنشطة ويرمز لها بحرفA، ونظام التفكير لدى الفرد يرمز له بالرمزB،أما الاضطراب الانفعالي الناشئ عن الحدث فيرمز له بالرمزC،ويرى أن الحدث الذي يقع لا ينشأ عنه الانفعال مباشرة إنما ينتج عن منظومة تفكير الفرد، فإذا كان التفكير غير عقلاني و غير منطقي يصبح الانفعال مضطربا مشوشا.**(غادة،2007، ص2)**



شكل رقم (3) يوضح كيفية حدوث الاضطراب الانفعالي عند إليس.

يتضح مما سبق أن نظرية التحليل النفسي تفسر الأفكار اللاعقلانيةبميل الأفراد إلى استخدام بعض الميكانيزمات الدفاعية ضد أفكارهم وسلوكهم وذلك حفاظاً على دواتهم، بمعنى أنهم يميلون إلى عدم الاعتراف لأنفسهم أو للآخرين بأن سلوكهم وتفكيرهم خاطئ وأكثر سلبية، أما عن النظرية السلوكية اعتمدت على سلوكيات الأفراد، حيث يسلك الأفراد وفقا لتوقعاتهم عن استجابات الآخرين، حيث تنشئ أفكارهم الغير اللاعقلانية نتيجة مثير و معرفة واستجابة، وبالنسبة النظرية المعرفية والتي نتبناها في دراستنا هذه لأنها تركز على الجانب المعرفي، وتقوم فلسفتها على أن التفكير والانفعال والسلوك تتداخل

فيما بينها في علاقات السبب والنتيجة المتبادلة، وتفترض هذه النظرية أن التفكير يقرر السلوك، أي أن المشكلات التي يمر بها الأفراد تُعزى إلى الطريقة التي يفسرون بها الأحداث والمواقف، وأن الاضطرابات النفسية التي يعانيها الفرد هي نتاج أفكار ومعتقدات خاطئة وسلبية تشكل البناء المعرفي لديه، حيث تقوم النظرية المعرفية على نموذج تعليمي هو نموذجABC ، فالحرف (A) Activating Event يعني الأحداث أو الخبرات المنشطة وهي عادة خبرات مؤلمة وغير سارة مثل خبرة الطلاق أو الفشل أو الموت أو الفصل من العمل، وهذه الخبرات يتم إدراكها في جو غير عقلاني وبذلك تكون خبرة لا عقلانية، وهيفي السلوكية أشبه ما تكون بالمثير أو الحدث غير المرغوب فيه والذي يعمل على استثارة الخوف أو القلق لدى الفرد، أما الحرف (Beliefs about event) B فيعني نسق الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية لدى الفرد، والتي تؤدي إلى إثارة الاضطراب الانفعالي و تدمير وهزيمة الذات، وهي أشبه في السلوكية بالعمليات الوسطية، أما الحرف(Consequences) C فيقصد به النتيجة الانفعالية أو الاضطرابات الانفعالية لدى الفرد وهي دائما تكون مرتبطة بنسق المعتقدات والأفكار لدى الفرد، فإذا كان نسق المعتقدات غير عقلاني كانت النتيجة هي الاضطراب النفسي كما في حالات القلق والاكتئاب.

ولذلك وعليه تتم محاربة الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد وتخليصه منها خلال المناقشة والإقناع وتزويده بالأفكار العقلانية والمنطقية.

6-خطورة الأفكار اللاعقلانية:

تكمن خطورة الأفكار الغير عقلانية من خلال ما يأتي:

أ. تعتبر مصدر الاضطراب الانفعالي فإنه يربط الاضطراب الانفعالي ارتباطا وثيقا باعتناق الفرد لمجموعة من الأفكار غير منطقية، وأن هذا الاضطراب يستمر ما لم يغير الفرد هذه الأفكار بأفكار أخرى ومنطقية وواقعية.

ب. كما تكمن خطورة الأفكار اللاعقلانية باعتبارها مسؤولة عن ظهور العديد من المظاهر السلوكية المرفوضة، فقد أشار "ينلسون" Nelson أن الأفكار اللاعقلانية التي يتم غرسها في نفوس الأبناء تؤدي إلى مظاهر سلوكية مرفوضة كالتعاسة، والتكبر، والسخرية، والتمركز حول الذات.

ت. وتعتبر الأفكار اللاعقلانية مؤشرات الضغوطات الحياتية الناجمة عن الطلاق أو وفاة مقرب أو فقدان وظيفة. **(الانصاري، ومرسي،2007، ص50)**

III. علاقة قلق المستقبل بالأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج

يعد التأخر عن الزواج من المشكلات الخطيرة التي تعاني منها جميع المجتمعات وان اختلفت درجة ظهورها وحدتها وخطورتها من مجتمع لآخر تبعا لظروف حياة الاقتصادية والاجتماعية، وتركيبة السكانية، والعادات، والتقاليد، حيث تركت هذه الظاهرة آثارا سلبية على الفرد والمجتمع، وهذا ما نلاحظه ونسمعه، من خلال معايشتنا الطويلة، حيث تعود بالإضافة إلى ذلك، إلى أسباب كثيرة منها الظروف السياسية والاقتصادية الصعبة، وهذا ما يؤثره القلق على صحة الفرد ومعاناته اليومية وتخوفه من المستقبل. فقد أظهرت دراسة شقير حمود العتيبي (2000) أن هناك عدة أسباب مختلفة للتأخر عن الزواج منها أسباب تتعلق بأهل الفتاة وتتمثل في إجبار الفتاة على شخص معين أو الطمع في راتبها أو تعطيلها من أجل الخدمة في المنزل وكذا المغالاة في المهر، وأسباب تتعلق بالفتاة نفسها وتتمحور في اشتراط إكمال الدراسة واشتراط الوظيفة ورفض الزواج من متزوج إضافة إلى وجود عيب ما في الفتاة، كما يقرر أسبابا تتعلق بالشاب وتتمحور في الإعراض عن الزواج بحجة الحرية والمرونة، والزواج من الخارج، وعدم القدرة على تكاليف الزواج، ورفض الزواج من ثيب، ورفض الزواج من أرملة، وعدم الزواج من بعض الموظفات كالطبيبات، ويطرح الباحث العلاج بتوعية الجماهير عن طريق وسائل الإعلام بتحديد المهور، وبتعدد الزوجات، ومنع الزواج من الخارج. **(السناد،2007، ص96)**

فهذه الظاهرة وقلق المستقبل تنعكس خطورتها سلبا على إدراك المتأخرات عن الزواج، على فعاليتهن وقدراتهن وطموحهن المستقبلي، مما يجعلهن عرضة للاضطرابات النفسية والسلوكية والتكيف غير الفعال، وهذا بدوره يؤثر سلبا على مستقبلهن العلمي والعملي. كما توصلت دراسة الرفاعي ورسلان حول الضغوط النفسية لدى الفتيات المتأخرات زواجيا في البيئة السعودية والبيئة المصرية والتي أجريت على عينة قوامها 600 فتاة (300 فتاة من مصر و300 فتاة من السعودية) إلى أن الفتيات المصريات والسعوديات على حد سواء يعانين من ضغوطات نفسية نتيجة تأخرهن في الزواج وأن هذه الضغوط تتفاوت من فتاة إلى أخرى نتيجة العوامل الثقافية والاجتماعية والاقتصادية، كما أن بعض الفتيات لا يستطعن التغلب على هذه الضغوط فيلجأن إلى الحيل الدفاعية كالتبرير والإزاحة كأن يلجأن لعمل دراسات عليا أو يتطوعن في العمل الخيري أو العمل مع بعض الفرق المسرحية أو السهر خارج المنزل أو السفر خارج البلاد.

(الرفاعي ورسلان،2007، ص2)

وفي هذا السياق يتبين أن قلق المستقبل نتيجة حتمية للإحباطات والضغوط التي تواجهها الشابات في حياتهن وأنه من الطبيعي أن يشعرن بالقلق ولكن إذا وصل التفكير في المستقبل إلى حالة تشعرن فيه بالعجز عن مواجهة ضغوط الحياة فإن هذا القلق سوف يؤثر على صحتهن النفسية.

كما إن التأخر عن الزواج قد يشعر الفتيات بالفشل والشعور بالاضطهاد وضعف العلاقات الاجتماعية وفقدان الصلات العاطفية والشعور بقلق المستقبل. **(المالكي،2001، ص5)**

وقد يؤثر القلق على صحة الفرد ومعاناته اليومية وتخوفه من المستقبل وارتباطه بالدوافع العدوانية وضعف الكفاءة والإحباط والشعور بالذنب وتفكك العلاقات الاجتماعية والاعتقاد بالأفكار غير العقلانية والانهيار العصبي والاصابة بالأمراض النفسجسمية. **(العكاشي،2000، ص1)**

ويعتبر القلق من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعا، وتؤكد النظريات على أن الفرد يكون قلقا على مستقبله نتيجة لتوقع الفشل أو لإدراك خطر ما، أي أن إدراك الإنسان للمواقف من حوله يقود به إلى السلوك النهائي الصادر منه، وأغلب المشكلات اضطرابات التي تصيب الفرد ترجع بالأساس إلى الطريقة التي يفسر بها الأحداث من حوله، فعندما يفكر بطريقة غير عقلانية فإنه يشعر بالخوف والقلق ويكون أقل إنتاجية، وغالبا ما تأخذ هذه الأفكار صيغة اللزوميات والوجوبيات، فالفرد الذي يحمل أفكار لا عقلانية يرى أنه من الواجب أن يكون ناجحا دائما ويكسب قبول و موافقة الأشخاص ذوي الدلالة في حياته سهلة وسارة وأن تسير الأمور كما يهوى.

إن التأخر عن الزواج يعتبر عند الكثيرين بداية لسلسلة من الضغوط النفسية وما يصاحبها من القلق والخوف من المستقبل، حيث يقول: لينين (1997) إنه بالرغم من المشكلات والضغوط التي يعاني منها بعض المتزوجين، إلا أن غير المتزوجين يعانون أكثر، وكذلك في دراسة للطبيب النفسي ديفيد عام (1996) حول أكثر من 10 ألاف بالغ توصل من خلالها إلى أن واحد من كل أربع حالات يعاني من الاكتئاب بسبب كونه عازبا أو عازبة.

أشار تقرير لمنظمة الصحة العالمية سنة 2001 إلى أن حوالي 450 مليون شخص في العالم تعرض لمشاكل واضطرابات نفسية، حيث يعتبر القلق أخطر هذه الاضطرابات، ويمثل حوالي 40% من الاضطرابات العصبية، ويعتبر هذا الأخير أي القلق من الظواهر التي تظهر لدى الأفراد نتيجة لظروف

الحياة المختلفة، إذ تختلف شدته ودرجته من شخص لآخر حسب أهداف كل منهم وطموحاته وأوضاعه العامة. **(حسين،2012، ص31)**

فظاهرة القلق أخذت تتزايد في العقود الأخيرة وتبرز كقوة مؤثرة في حياة الفرد، نتيجة لما يتعرض له من ضغوط ومتطلبات تفرضها طبيعة الحياة التي يعيشها في مختلف مراحل حياته، وخاصة مرحلة الشباب وما تحمله من أمل وطموحات، وما يواجه من صعوبات وما يخبئه الغد والمستقبل خلف ستاره من المجهول، فقد بينت دراسة لمنصور أحمد (2010) أن أكثر ما يثير قلق الشباب هو المستقبل والشعور بعدم الارتياح وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة إضافة إلى التفكير السلبي.

الجانب الميداني

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

1-المنهجالمتبع.

2-الدراسةالاستطلاعية.

2-1-وصف عينة الدراسة الاستطلاعية.

2-3-أدوات جمع البيانات.

2-4-الخصائص السيكومترية لأدوات جمع البيانات.

3-الدراسةالأساسية.

3-1-العينة ومواصفاتها.

3-2-أدوات جمع البيانات المستخدمة.

3-3-حدود الدراسة.

3-4-إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية.

3-5-الأساليبالإحصائية المستخدمة.

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعد تطرقنا للجانب النظري والذي من خلاله تم تحديد المشكلة وتساؤلاتها وصياغة فرضياتها والمفاهيم الأساسية للدراسة، وكذلك متغيرات الدراسة. ولفحص الفروض والتحقق منها، تم القيام بعدة إجراءات منهجية، يتم عرضها في الفصل الحالي الذي تضمن المنهج المستخدم، وعينة الدراسة الاستطلاعية وأدواتها، وخصائصها السيكومترية، وكذلك الدراسة الأساسية والعينة ومواصفاتها وأدواتها، كما تم توضيح ظروف وإجراءات التطبيق الميداني، وجمع البيانات، وطرق التحليل الإحصائي التي استخدمت في معالجة هذه البيانات.

1-المنهج المتبع:

يعتبر المنهج المستخدم في أي دراسة علمية من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث في تقصيه من الحقيقة، فانتقاء المنهج المناسب للدراسة مرتبط بطبيعة الموضوع الذي يتناوله الباحث، ونظرا لطبيعة موضوعنا ومن أجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها، وتحديد العلاقة بين عناصرها (قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية)، تبين أنه من المناسب استخدام **المنهج الوصفي**، ذلك لتوافقه مع هدف الدراسة، فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جمع الحقائق وتفسيرها وتحليلها، واستخلاص دلالاتها، فهي كما يعرفها "**مصطفى حسن باهي**"... "يعتبر المنهج الوصفي من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية، حيث يهتم بجمع أوصاف دقيقة وعلمية للظاهرة المدروسة، و وصف الوضع الراهن وتفسيره، كما يهدف إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة، ولا يقتصر المنهج الوصفي على جمع البيانات والحقائق، وتحليلها تحليلا دقيقا وكافيا للوصول إلى تعميمات بشأن موضوع الدراسة."

(باهي،2000 ص83)

2-الدراسة الاستطلاعية:

قبل التطرق إلى الدراسة الأساسية في هذا التناول فإنه كان لازما على المرور بمحطة هامة وجوهرية، وهي الدراسة الاستطلاعية التي تقرب الباحث من ميدان بحثه وتزوده بمعلومات أولية حول الظاهرة محل الدراسة، وبهذا فهي " تعتبر أساسا جوهريا لبناء البحث " **(محي الدين مختار،2000 ص47)**

كما تتم الدراسة الاستطلاعية من أجل التعرف أكثر على المجتمع الأصلي للدراسة واستطلاع الميدان من خلال التأكد من صحة وصلاحية أداة القياس "الاستبيان" وذلك بالتأكد من بعض خصائصها السيكومترية ويمكن تلخيص أهم أهداف الدراسة الاستطلاعية فيما يلي:

- التعامل مع أفراد العينة ومعرفة مدى تجاوبهم مع الأداة.
- استطلاع الظروف التي يجري فيها البحث والتعرف على العقبات التي تقف في طريق إجرائه.
- التعرف على الصعوبات التي تعيق الدراسة الأساسية، وبالتالي إيجاد الحلول اللازمة لها.
- حساب الخصائص السيكومترية للأدوات والتحقق من مدى صلاحيتها للاستعمال ومدى ملاءمتها لمستوى أفراد عينة البحث وفهمهم لفقراتها.

2-1- وصف عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (30) متأخرة عن سن الزواج من مستويات تعليمية الآتية: منخفض (ابتدائي، متوسط)، متوسط (ثانوي)، مرتفع (جامعي ودراسات عليا)، ومن الوضعية المهنية مختلفة (عاملة/غير عاملة).

جدول رقم (1)

يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية ومواصفتها

المتغيرات	العدد		المجموع
المستوى التعليمي	منخفض	**9**	**30**
	متوسط	**10**	
	مرتفع	**11**	
الوضعية المهنية	عاملة	**20**	**30**
	غير عاملة	**10**	

يوضح الجدول أعلاه توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية التي تكونت من (30) متأخرة عن سن الزواج العاملات والماكثات بالبيت، (20) عاملة (10) منهم عاملات في قطاع الصحة و(10) في قطاع التعليم، بالإضافة إلى (10) ماكثات بالبيت.

2-2- أدوات جمع البيانات: تم الاعتماد في هذه الدراسة على أدوات الآتية:

2-2-1- مقياس قلق المستقبل:

هذا المقياس تم تبنيه من طرف الباحثان (النعيمي، والجباري)، حيث تمثل مجتمع البحث بالمدرسات المتأخرات عن الزواج العاملات في المدارس الثانوية في مركز محافظة كركوك للعام الدراسي (2008-2009)، وقد بلغ عدد المدارس الثانوية (72) مدرسة شملت على (220) مدرسة ممن تتراوح أعمارهن بين (30-45) سنة فأكثر، وفق الإحصائية المأخوذة من مديرية التربية العامة في كركوك. تم استبعاد (22) مدرسة لعدم تمكن الباحثين من الوصول إليها.

مفتاح التصحيح:

تضم فقرات المقياس (5 بدائل)، لذا أعطيت (5) درجات، للبديل (تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا) و(4) درجات، للبديل (تنطبق علي بدرجة كبيرة) و(3) درجات، للبديل (لا تنطبق علي مطلقا) وبذلك حسبت الدرجة الكلية على أساس مجموع أوزان الإجابات على الفقرات أي أن أعلى درجة هي (200) وأقل درجة هي (40) درجة.

2-2-2- مقياس الأفكار اللاعقلانية:

أعد هذا الاختبار للبيئة العربية سليمان الريحاني (1985) ويتكون هذا الاختبار من 52 فقرة تعبر عن ثلاثة عشرة فكرة لا عقلانية منها 11 فكرة لا عقلانية قدمها ألبرت إليس في نظريته بالإضافة إلى فكرتين تم صياغتها لتعبر عن خصائص المجتمع العربي ويتم التعبير عن كل فكرة من خلال أربعة فقرات نصفها إيجابي (أي في إتجاه الفكرة) ونصفها سلبي (أي في الإتجاه المعاكس للفكرة).

مفتاح التصحيح:

تتم الإجابة على فقرات المقياس بالاختيار من بين (نعم) أو (لا) بحيث تكون (نعم) معبرة عن تمسك المفحوص بالفكرة اللاعقلانية وتأخذ درجتان، أما (لا) فتعبر عن رفض المفحوص للفكرة وتأخذ درجة واحدة إلا في العبارات التالية وهي (8، 10، 12، 13، 15، 17، 20، 23، 27، 31، 33، 35، 36، 38، 39، 43، 45، 46، 47) وفي حالة العبارات السالبة تكون الدرجات بالعكس بحيث تأخذ (نعم) درجة واحدة أما (لا) فتأخذ درجتان وتتراوح درجات المقياس بين 52 درجة في حدها الأدنى و104 درجة في حدها الأقصى، وتعتبر الدرجة المرتفعة على المقياس دليلا على التفكير اللاعقلاني أما الدرجة

المنخفضة فتعتبر دليلا على التفكير العقلاني، حيث الدرجة الكلية دون 65 كدرجة عليا في العقلانية، والدرجة 78 تمثل خط النمط العام. **(أبو سعد،2009 ص2009)**

- حساب طول الفئة:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{المدى}}{\text{عدد الفئات}}$$

المدى = عدد البدائل (2) – أصغر بديل(1)

$$0.5 = \frac{1}{2} = \frac{1-2}{2}$$

جدول رقم (2)

يوضح طريقة حساب مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية

المتوسط المرجع	متوسط الانتشار
الفئة الأولى 1 إلى 1.5	منخفض
الفئة الثانية 1.5 إلى 2	مرتفع

2-3-الخصائص السيكومترية لأدوات جمع البيانات:

يعد الصدق والثبات من الخصائص الأساسية التي تمنح الأداة الصلاحية لقياس الظاهرة موضوع الدراسة، وفيما يلي عرض لطرق حساب صدق وثبات الأدوات المستخدمة في بحثنا الحالي:

2-3-1-بعض الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل:

- **الصدق:** اعتمد صاحبا المقياس في حساب الصدق طرق مختلفة وهي:

صدق المحكمين، وصدق اتساق الظاهري، وصدق اتساق الداخلي وتوصلت إلى معامل دال (0.79) ويشير (عيسوي 1985) إلى أن معامل الارتباط يجب أن يتراوح بين (0.70/ 0.90).

ولتأكيد صدق المقياس قامت صاحبة الدراسة الحالية بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من 30 متأخرة عن الزواج وقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

أ. **الصدق: لحساب صدق المقياس تم الاعتماد على:**

صدق المقارنة الطرفية:نقوم بترتيب مجموع الدرجات التي يحصل عليها كل فرد في العينة على الاستبيان ثم نقوم بترتيبها ترتيبا تنازليا أي من أعلى قيمة إلى أدنى قيمة وبعدها نأخذ نسبة 27% من كلتا الفئتين ثم نقوم بحساب الأسلوب الإحصائي t-test بين الدرجات المتحصل عليها، والنتائج المتحصل عليها مدونة في الجدول الاتي:

جدول رقم (3)

يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين المتطرفتين على مقياس قلق المستقبل

الفئتين	ن	م	ع	ت المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة 0.05
الفئة العليا	10	162.00	8.340	21.76	18	دالة
الفئة الدنيا	10	77.40	9.033			

من خلال نتائج الجدول المدونة أعلاه، نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا يقدر بـ: 162.00 وهي قيمة تنحرف بدرجة 8.340، والمتوسط الحسابي للفئة الدنيا يقدر بـ: 77.40 وهي قيمة تنحرف بدرجة 2.31 وبحساب درجة الحرية المقدرة بـ(18) نجد أن قيمة (ت) المحسوبة والتي تقدر بـ: 21.76 وهي دالة عند مستوى دلالة 0.05 ومنه يمكن القول أن المقياس على قدر عال من الصدق.

ب. **الثبات:** يقصد بثبات الاختبار أن يكون على درجة عالية من الدقة والإتقان والاتساق والاطراد فيما يزودنا من بيانات عن السلوك المفحوص، وقياسه قياسا متسقا في ظروف مختلفة ومتباينة. **(مجيد، 2010، ص66)**

-التجزئة النصفية:

حيث نقوم في هذه الطريقة بتجزئة الاختبار الواحد إلى نصفين متساويين، يشمل النصف الأول البنود الفردية والثاني البنود الزوجية، ثم يحسب معامل الارتباط بيرسون بين الجزئيين، وتم التعديل بمعادلة سبيرمان براون والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (4)

يوضح نتائج التجزئة النصفية للاستبيان قبل وبعد التعديل

المؤشرات الإحصائية	معامل الارتباط المحسوب	
	(ر) قبل التعديل	**(ر) بعد التعديل**
النصف الأول	**0.885**	**0.939**
النصف الثاني		

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيمة "ر" المحسوبة قبل التعديل بلغت قيمة 0.885 وبلغت قيمة "ر" بعد التعديل بـ: 0.939، ومنه يمكن القول أن الثبات قوي.

-**معامل ألفا كرومباخ** : إذ بلغ معامل الثبات: 0.964 أي بنسبة 96.4 % وعليه يمكن القول أن المقياس يتمتع بقدر مقبول من الثبات يجيز لنا الاعتماد عليه.

2-3-2-بعض الخصائص السيكومترية لمقياس الأفكار اللاعقلانية:

أ. **الصدق:** معنى أن يكون المقياس صادقا هو أن يقيس هذا الاختبار أو الأداة المعدة لما وضع لقياسه.**(صابر وخفاجة،2002)**

-صدق المقارنة الطرفية(الصدق التمييزي):

نقوم بترتيب مجموع الدرجات التي يحصل عليها كل فرد في العينة على الاستبيان ثم نقوم بترتيبها ترتيبا تنازليا أي من أعلى قيمة إلى أدنى قيمة وبعدها نأخذ نسبة 27% من كلتا الفئتين ثم نقوم بحساب الأسلوب الإحصائي t-test بين الدرجات المتحصل عليها، والنتائج المتحصل عليها مدونة في الجدول الأتي:

جدول رقم (5)

يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين المتطرفتين على مقياس التفكير اللاعقلاني

الفئتين	ن	م	ع	ت المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة 0.05
الفئة العليا	10	91.80	1.370	8.600	18	دالة
الفئة الدنيا	10	78.90	4.541			

من خلال نتائج الجدول المدونة أعلاه، نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا يقدر بـ:91.80 وهي قيمة تنحرف بدرجة 1.370 ،والمتوسط الحسابي للفئة الدنيا يقدر بـ:78.90 وهي قيمة تنحرف بدرجة 4.541 وبحساب درجة الحرية المقدرة بـ(18) نجد أن قيمة (ت) المحسوبة والتي تقدر بـ: 8.600 وهي دالة عند مستوى دلالة 0.05 ومنه يمكن القول أن المقياس على قدر عال من الصدق.

ب. الثبات:

-**التجزئة النصفية:** تم تجزئة الاختبار الواحد إلى نصفين متساويين، يشمل النصف الأول غالبا البنود الزوجية والثاني البنود الفردية، وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين الجزئيين والجدول الموالي يوضح ذلك.

جدول رقم (6)

يوضح نتائج التجزئة النصفية للاستبيان قبل وبعد التعديل

المؤشرات الإحصائية	معامل الارتباط المحسوب	
	(ر) قبل التعديل	(ر) بعد التعديل
النصف الأول	0.529	0.69
النصف الثاني		

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيمة "ر" المحسوبة قبل التعديل بلغت قيمة 0.529 وبلغت قيمة "ر" بعد التعديل بـ: 0.69 وعليه يمكن القول أنالأداة تتمتع بقدر مرتفع من الثبات.

-**معامل ألفا كرومباخ:** قيس الثبات باستخدام معامل ألفا كرومباخ فبلغ معامل الثبات بـ: 0.709 أي بنسبة 70.9 %ومنه يمكن القول أن الثبات قوي.

3-الدراسة الأساسية:

3-1-العينة ومواصفتها:

اشتقت عينة البحث الحالية من مجتمع أصل يتمثل في المتأخرات عن الزواج، حيث تم اختيار العينة بطريقة قصدية لتناسبها مع متغيرات الدراسة الحالية (المستوى التعليمي، السن، الوضعية المهنية) والبالغ عددهن (97)، وفيما يلي عرض لخصائص العينة.

جدول رقم (7)

يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.

المؤشرات إحصائية / متغيرات	العدد	النسبة المئوية
منخفض	15	%15.46
متوسط	34	%35.05
مرتفع	48	%49.48
المجموع	97	%100

من خلال الجدول نلاحظ أن العينة الكلية للدراسة المكونة من (97) متأخرة عن الزواج تتوزع حسب المستوى التعليمي إلى ثلاثة فئات، الفئة الأولى (منخفض) البالغ عددها (15) بنسبة (15.46%)، والفئة الثانية (متوسط) البالغ عددها (34)بنسبة (35.05%) والفئة الثالثة(مرتفع) البالغ عددها(48) بنسبة(49.48%) هو موضح في الجدول أعلاه.

جدول رقم(8)

يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن.

المؤشرات إحصائية / متغيرات	العدد	النسبة المئوية
30-35 سنة	60	%61.85
36-40 سنة	37	%38.14
المجموع	97	%100

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن العينة الكلية المكونة من (97) تتوزع حسب السن على فئتين، الفئة الأولى (30-35 سنة) البالغة عددها (60) بنسبة (61.85%)، والفئة الثانية (36-40) البالغة عددها (37) بنسبة (38.14%) كما هو موضح في الجدول أعلاه.

جدول رقم(9)

يوضح توزيع أفراد العينة حسب الوضعية المهنية.

المؤشرات إحصائية / متغيرات	العدد	النسبة المئوية
عاملة	68	%70.10
غير عاملة	29	%29.89
مجموع	97	%100

يتضح من خلال الجدول السابق أن العينة الكلية (97) تتوزع حسب الوضعية المهنية إلى فئتين، الفئة الأولى (عاملة) والبالغ عددها (68) بنسبة (70.10%)، والفئة الثانية (غير عاملة) البالغ عددها (29) بنسبة (29.89%) كما هو موضح في الجدول أعلاه.

3-2- أدوات جمع البيانات المستخدمة:

اعتمدنا في جمع البيانات في هذه الدراسة على مقياس قلق المستقبل ل النعيمي والجباري المكون من (40) فقرة، ومقياس التفكير اللاعقلاني لألبرت إليس والمعرب من قبل سليمان الريحاني المكون من (54) فقرة.

3-3- عرض إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية:

- بعد حصول الباحثة على التوجيهات والتسهيلات من قبل الجامعة بتوزيع الاستبيان (قلق المستقبل، الأفكار اللاعقلانية) على العينة الاستطلاعية قوامها (30) متأخرة عن الزواج لتأكد من صدق وثبات الاستبيانين.
- بعد إجراء الصدق والثبات والتأكد من صلاحية أدوات الدراسة من خلال تطبيقها على عينة الدراسة الاستطلاعية قامت الباحثة بتوزيع (150) استبانة على جميع أفراد مجتمع الدراسة.
- بعد جمع الاستبانات (قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية) من أفراد مجتمع الدراسة تم استبعاد الاستبانة التي لم يتم الإجابة عن أحد فقراتها أو لم يتم استرجاعها.
- تم ترقيم وترميز أداة الدراسة، كما تم توزيع البيانات حسب الأصول ومعالجتها إحصائيا من خلال جهاز الحاسوب للحصول على نتائج الدراسة.

3-4-الأساليب الإحصائية المطبقة: قمنا بمعالجة البيانات وتحليلها باستخدام الحاسب الآلي من خلال برنامج (spssVER.19) حيث تم القيام بمجموعة من الأساليب الإحصائية الآتية:

1- تم استخدام المتوسط الحسابي وهو من مقاييس النزعة المركزية وهذا لحساب المتوسط الحسابي لمتغير العمر الخاص بعينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية، وتم أيضا استخدام الانحراف المعياري وهو من مقاييس التشتت.
2- التكرارات والنسب المئوية لإعطاء صور عن عينة الدراسة والبيانات الأولية.
3- معامل الارتباط بيرسون لحساب معامل الثبات والصدق الاتساق الداخلي لأدوات البحث.
4- معامل ألفا كرومباخ لحساب ثبات أدوات البحث.
5- اختبار ت للفروق لحساب الصدق التمييزي للأدوات البحث.
6- معادلة سبيرمان-براون لتصحيح معامل الارتباط عند حساب ثبات.
7- معامل الارتباط بيرسون لحساب جميع الفرضيات.

خلاصة الفصل:

لقد تم تناول في هذا الفصل إجراءات الدراسة الميدانية بداية بالمنهج المتبع وتليه الدراسة الاستطلاعية التي تهدف إلى التأكد من صلاحية أدوات جمع البيانات المستخدمة من خلال قياس خصائصها السيكومترية وتم الدراسة الأساسية التي تم فيها شرح طريقة اختيار العينة وأدوات جمع البيانات، كما أشرنا إلى إجراءات التطبيق لعينة الدراسة وانتهاء بالأساليب الإحصائية المستخدمة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل النتائج

تمهيد

1-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الأولى.

2-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الثانية.

3-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الثالثة.

4-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الرابعة.

5-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الخامسة.

6-عرض وتحليل نتيجة الفرضية السادسة.

تمهيد:

بعد ما تناولنا في الفصل السابق الإجراءات المنهجية للدراسة، وبعد القيام بجمع المعلومات وبيانات أفراد العينة عن طريق الأدوات المختارة، سنقوم بعرض النتائج المتحصل عليها وتحليلها طبقا للفروض الموضوعة.

1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه: "نتوقع أن يكون مستوى قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة مرتفعا"، وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب المتوسط، الحسابي، الانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة عن إجابتهم على مقياس قلق المستقبل، توصلنا إلى النتائج المبينة في الجدول الآتي:

جدول رقم (10)

يوضح المؤشرات الإحصائية الرئيسية لدرجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل.

عدد العينة	المتوسط الفرضي	متوسط العينة	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
97	**120**	**100.16**	**37.151**	**96**	**-5.258**	**0.000**	**0.05**

نلاحظ من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه أن قيمة ت المحسوبة بلغت (5.258-) عند درجة الحرية (96) كما يلاحظ أن قيمة (sig=0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) وعليه عدم وجود فروق بين متوسط أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل والمتوسط الفرضي للمقياس، مما يعني أن مستوى قلق المستقبل لدى عينة الأفراد متوسط وليس مرتفع.

2-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه: " نتوقع أن تكون نسبة انتشار التفكير اللاعقلاني لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة مرتفعة"، وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة عن إجاباتهم على مقياس الأفكار اللاعقلانية، توصلنا إلى النتائج المبينة في الجدول الآتي:

جدول رقم (11)

يوضح المؤشرات الإحصائية الرئيسية لدرجات أفراد العينة على مقياس الأفكار اللاعقلانية

عدد العينة	متوسط المرجح	الانحراف المعياري
97	**1.662**	**0.122**

نلاحظ من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه أن قيمة متوسط المرجح بلغت (1.662) بانحراف معياري مقداره (0.122)، وبالنظر للنتائج نلاحظ أنه ينتمي للفئة الثانية (من 1.5 إلى 2) أنظر صفحة (37) وعليه مستوى انتشار التفكير اللاعقلاني لدى عينة الدراسة مرتفع.

3-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى العاملات والماكثات المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة"، وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة، وتوصلت النتائج الموضحة في الجدول أدناه:

جدول رقم (12)

يوضح نتائج العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة

العينة	قيمة "ر"	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
97	0.13	0.204	0.05

يظهر الجدول أعلاه أهم النتائج التي نبحث عنها، والمتمثلة في العلاقة بين متغيري قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج بقيمة قدرت ب: (0.13)، وبلغت القيمة الاحتمالية للاختبار sig ب: (0.204) أي بنسبة 20.4% وهي نسبة أكبر من 5% وهي نتيجة غير دالة بمعنى أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية، وعليه نرفض الفرضية البحثية.

4-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من المتأخرات عن الزواج تعزى للوضعية المهنية (عاملة/ غير عاملة)، ولتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب اختبار "ت" لدلالة الفروق في التفكير اللاعقلاني باختلاف الوضعية المهنية (عاملة/ غير عاملة) لدى المتأخرات عن الزواج، وتوصلت إلى النتائج الموضحة في الجدول أدناه:

جدول رقم (13)

يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق في التفكير اللاعقلاني باختلاف الوضعية المهنية (عاملة/ غير عاملة) لدى المتأخرات عن الزواج.

مؤشرات الإحصائية / المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة حرية	دلالة الإحصائية
عاملة	**68**	**86.32**	**6.32**	**0.282**	**95**	**0.05**
غير عاملة	**29**	**86.72**	**6.58**			

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) أن المتوسط الحسابي للمتأخرات عن الزواج العاملات يساوي: (86.32) والذي ينحرف بقيمة المقدرة بـ:(6.32) أقل من المتوسط الحسابي للمتأخرات عن الزواج غير العاملات الذي يساوي (86.72) وينحرف بقيمة قدرت بـ:(6.58)، حيث تقدر قيمة "ت" المحسوبة بـ:(0.282) عند درجة حرية 95 وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى 0.05، وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة في التفكير اللاعقلاني لدى المتأخرات عن الزواج تعزى للوضعية المهنية (عاملة/غير عاملة)، وعليه يمكن أن نرفض الفرضية البحثية.

5-عرض وتحليل نتيجة الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الخامسة على أنه: "يختلف قلق المستقبل لدى عينة المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لاعقلاني باختلاف المستوى التعليمي"، وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب تحليل تباين لدلالة الفروق في قلق المستقبل باختلاف المستوى التعليمي لدى المتأخرات عن الزواج، وتوصلت إلى النتائج الموضحة في الجدول أدناه:

جدول رقم (14)

يوضح نتائج تحليل التباين لدلالة الفروق في قلق المستقبل باختلاف المستوى التعليمي لدى المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لاعقلاني.

مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجة حرية	قيمة "ف" المحسوبة	القيمة الاحتمالية sig	دالة إحصائية
بين المجموعات	31.484	7.871	4	0.187	0.944	دالة عند مستوى 0.005
داخل المجموعات	3864.454	42.005	92			
المجموع	3895.938	49.876	96			

نلاحظ من خلال الجدول رقم(15) أن مجموع المربعات بين المجموعات يساوي: (31.484) عند درجة الحرية 4 ومجموع المربعات داخل المجموعات يساوي :(3864.454) عند درجة الحرية 92، ومتوسط المربعات بين المجموعات يقدر بـ: (7.871) ومتوسط المربعات داخل المجموعات يقدر بـ:(42.005)، حيث قدرت قيمة "ف" المحسوبة بـ :(0.187) والقيمة الاحتمالية للاختبار sig تساوي 0.944 أي بنسبة 94.4% وهي نسبة أكبر من 5% وهي نتيجة غير دالة، وهذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائيا لدى عينة من المتأخرات عن الزواج باختلاف المستوى التعليمي، وعليه نرفض الفرضية البحثية.

6-عرض وتحليل نتيجة الفرضية السادسة:

تنص الفرضية السادسة على أنه: " يختلف قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لاعقلاني باختلاف السن [30-35 سنة] [36-40 سنة]" للتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة بحساب تحليل تباين لدلالة الفروق في قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لاعقلاني باختلاف السن [30-35 سنة] [36-40 سنة]، وتوصلت إلى النتائج الموضحة في الجدول أدناه:

جدول رقم (15)

يوضح نتائج تحليل التباين لدلالة الفروق في قلق المستقبل لدى المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لاعقلاني باختلاف السن [30-35 سنة] [36-40 سنة]

مصدر التباين	متوسط الحسابي	درجة حرية	قيمة "ت" المحسوبة	القيمة الاحتمالية sig	دالة إحصائية
من 30 إلى 35 سنة	86.27	95	0.330	0.742	دالة عند مستوى 0.005
من 36 إلى 40 سنة	86.71				

نلاحظ من خلال الجدول رقم (16) أن المتوسط الحسابي لعدد الفتيات اللاتي أعمارهن من 30 إلى 35 سنة يساوي 86.27، أما عدد الفتيات أعمارهن من 36 إلى 40 سنة قدر ب 86.71، هذا وقد جاءت قيمة ت المحسوبة لعينتين مستقلتين متجانستين مساوية ل 0.330 وهي أقل تماما من القيمة الاحتمالية التي قدرت ب 0.742 بدرجة حرية 95 ومستوى الدلالة 0.005.

وبناء على هذه القيم يمكننا القول بأنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني باختلاف السن، وعليه نرفض الفرضية البحثية.

الفصل الخامس:تفسير ومناقشة النتائج

1-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى.

2-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية.

3-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة.

4-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الرابعة.

5-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الخامسة.

6-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية.

خلاصة ومقترحات

تمهيد:

بعد الانتهاء من عرض نتائج الدراسة تتناول الطالبة في هذا الفصل مناقشة هذه النتائج التي توصلت اليها بعد القيام بمعالجتها احصائيا، وفقا لترتيب الفرضيات وقد اعتمدنا في مناقشتنا للنتائج على الدراسات السابقة والجانب النظري للدراسة.

1-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على الآتي: " نتوقع أن يكون مستوى قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة مرتفعا." وبعد المعالجة الإحصائية تبين عدم تحقق هذه الفرضية. يعني أن مستوى قلق المستقبل لدى عينة الدراسة متوسط وليس مرتفع.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة ذهبية (2012) التي تهدف إلى التعرف على علاقة قلق المستقبل بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتاة العانس، وشملت العينة 103 فتاة عازبة وأسفرت نتائج الدراسة على عدم وجود فروق بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة والمتوسط الفرضي للمقياس مما يشير إلى أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة متوسط وليس مرتفعا. ويمكن تفسير ذلك بأن التغير الاجتماعي لدى المجتمع الجزائري وخاصة في نظرته للمرأة فحصول المرأة على مكانة مرموقة في المجتمع هذا ما أدى إلى التغلب على قلق المستقبل، وأصبح اليوم بإمكانها الحصول على هذه المكانة من خلال عدة عوامل منها: النشاطات الاجتماعية والثقافية، العمل كذلك التعليم، وبالتالي لم تعد الفتاة مضطرة للزواج ويضاف إلى ذلك تغير نظام الزواج وتراجع سلطة الوالدية في عملية اختيار الزوج، حيث أنها لها الحرية في اتخاذ قراراتها بنفسها بالقبول أو الرفض، وهذا ما أشارت إليه الخولي بقولها: "إن عمل المرأة أثر على وضعها في المجتمع حيث أعطاها قسطا من الاستقلالية والحرية لم تكن تتمتع به من قبل، الأمر الذي جعل حقوقها وامتيازاتها تمتد إلى مجالات عديدة كالتعليم والأنشطة الرياضية، وتزايد حقها في أن تتزوج أو تبقى دون زواج" وهذا ما يفسر عدم ارتفاع قلق المستقبل لديهن، كذلك ارتباط الفتاة بعلاقة عاطفية مع شاب يعطيها الأمل في الخروج من حالة التأخر عن الزواج ودخول قفص الزوجية، فإن استمرار الطموح الزواجي لدى الفتاة يحميها من الاضطرابات النفسية وبالتالي عدم الشعور بالقلق نحو المستقبل.

2- تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على الآتي:" نتوقع أن يكون نسبة انتشار التفكير اللاعقلاني لدى عينة من المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة مرتفعة". وبعد المعالجة الإحصائية أظهرت النتيجة ارتفاع نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج بمدينة ورقلة، أي أن الفرضية الثانية تحققت.

وهذه النتيجة تؤكد على أن الأفكار اللاعقلانية واردة في نظرية ألبرت إليس لا يقتصر وجودها على المجتمع الغربي فحسب بل هي موجودة في مختلف الثقافات كالمجتمع الجزائري مثلا. كما اتفقت هذه النتيجة مع نتائج التي توصل إليها كل من العويضة (2009)، إبراهيم (1991)، الجوفي (2004) كل هذه الدراسات بحثت في نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية، حيث أثبتت نتائجها ارتفاع نسبة انتشار تلك الأفكار كما وردت في نظرية ألبرت إليس.

يعزى انتشار الأفكار اللاعقلانية إلى أسباب عدة منها: سيادة بعض الأفكار الخرافية والاعتقادات غير منطقية التي من شأنها أن تحد من قدرتهن على تحقيق الأهداف وبلوغ الحاجات ومن هذه العادات التسرع في اتخاذ القرارات والتعلق الشديد بالماضي، كما أوضحت دراسات كل من كورين (Corin) وآمي (Ami) ودراسة سبيتزي (Spitzy) وماهوني (Mahoni) أن الثقافة والحضارة ومنظومة العادات والتقاليد وما شابه ذلك كله يؤثر على المعتقدات والأفكار اللاعقلانية لدى الفرد. ويرى إليس أن التفكير اللاعقلاني ينشأ في مراحل مبكرة من حياة الفرد حيث يكون مؤثرا بالبيئة الخارجية وأكثر قابلية للإيحاء.

كما يمكن تفسير الأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج إلى اعتقادهن بأن تعاستهن تأتي من الظروف الخارجية كسوء الحظ الذي يعتقدن أنه سبب الفشل وليس بمقدورهن التغلب على هذه الظروف لأنها أقوى منهن، كما أنهن قد يمتلكن صفة الانهزامية التي تجعلهن يتجنبن صعوبات الحياة والمسؤولياتها بدلا من مواجهتها، وهذا ما يراه جولد فرايد وسوسنسكي (1975) في دراستهما التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين المعتقدات اللاعقلانية لها تأثير على الجانب الانفعالي للفرد الذي يظهر من خلال قلق التفاعل بين الأشخاص، وهذا من شأنه أن يؤثر على الحياة بشكل عام.

3-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على الآتي:" توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية لدى العاملات والماكثات المتأخرات عن الزواج"، وأظهرت نتيجة التحليل الاحصائي عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية، وهذا يعني عدم تحقق الفرضية، ويمكن تفسيره بالقول أن النظرة الإيجابية للفرد يقترن بوجود أفكار إيجابية مسيطرة عليه، فالاعتقاد بأن الأشياء الجديدة في الحياة يمكن الحصول عليها وأن الأشياء السيئة يمكن التخلص منها وتجنبها.

حيث أن نتيجة هذه الفرضية لم تتفق مع نتائج دراسة مسعود (2006) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية لدى عينة من الطلبة، وتكونت العينة من (599) طالبا وطالبة بفرعي الادبي والعلمي في المحافظة الغربية وتم تطبيق مقاييس: قلق المستقبل

والأفكار اللاعقلانية ومواقف الحياة الضاغطة، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية. كما لم تتفق مع العديد من الدراسات التي أشارت إلى وجود علاقة بين القلق والأفكار، كما جاءت في دراسة كل من خالد العنزي (2007)، ودراسة نادية رتيب (2000) وعبد الرحمن وعبد الله (1994) ومعاذ إبراهيم (2000) التي تناولت بحث في العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وكل من حالة وسمة القلق، وتوصلت دراسة كرامر وكوبشيك (Kupshik & Carmer 1993)، التي توصلت إلى أن الأفكار اللاعقلانية تستثير المشاعر غير المناسبة ومن أهمها الضغط النفسي والقلق، ودراسة أمبروز ورواليس (Ambrose et Rholes1993) التي أشارت إلى ارتباط الأعراض الاكتئابية والقلق إيجابيا بالأفكار اللاعقلانية وتوقع الاحداث.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن التفكير الإيجابي والنتائج الإيجابية المتوقعة هي تنظيم معرفي للإنسان السوي الذي لابد له أن يتوقع النجاح كما أنه لا يتوقع الفشل فالهدف الأساسي لتنظيم المعرفي هو إحلال الأفكار الإيجابية المتفائلة، بالإضافة إلى الاتجاهات الموجبة نحو الحياة المستقبلية والرضا عن الحياة وطريقة تقييم الفتاة للظروف الحياتية، بالإضافة إلى وجود وعي الديني الذي أعطى للمرأة مكانة مرموقة في المجتمع.

4-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على الآتي:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير اللاعقلاني لدى عينة من المتأخرات عن الزواج تعزى للوضعية المهنية (عاملة/ غير عاملة)"، وبعد المعالجة الإحصائية أسفرت نتيجة الدراسة على عدم وجود فروق دالة إحصائيا في التفكير اللاعقلاني باختلاف الوضعية المهنية لدى المتأخرات عن الزواج، وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه دراسة جنابي وصبيح (2004) التي هدفت إلى الكشف عن قلق المستقبل والفروق ذات دلالة الإحصائية في درجة قلق المستقبل لدى عينة مكونة من 300 امرأة عراقية وذلك تبعا لمتغيرات السن، والوضعية المهنية، المستوى الدراسي والحالة الاجتماعية، وقد توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل تبعا لمتغير الوضعية المهنية، كما أثبتت الدلالة العلمية أن حجم الأثر كان بسيط جدا أي أن كون المتأخرة عن الزواج عاملة أو غير عاملة لا يؤثر على زيادة أو نقصان الأفكار غير عقلانية (التفكير السلبي) لدى المتأخرات عن الزواج، كما أنها اتفقت مع دراسة نوار (2010): التي هدفت إلى كشف العلاقة بين تقدير الذات والنشاط المعرفي المتمثل في سلبية التفكير لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج. أجريت الدراسة على (157) فتاة عاملة وغير عاملة جميعهن متأخرات عن الزواج. وتوصلت الدراسة إلى أنه لا

يوجد فروق في سلبية التفكير بين الفتيات المتأخرات زواجيا العاملات والغير عاملات، كذلك توصلت دراسة حسن (1999) حول قلق المستقبل لدى عينة مكونة من 250 شاب من خريجي الجامعة العراقية إلى عدم وجود فروق دالة احصائيا في قلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس والوضعية المهنية، كدلك نفس النتيجة التي توصلت إليها دراسة ذهبية (2012) التي تهدف إلى التعرف على علاقة قلق المستقبل بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتاة العانس، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق في قلق المستقبل وفقا لمتغير الوضعية المهنية لدى الفتاة العانس.

وهذا ما يقودنا لتمحيص هذه الفكرة واقعيا، فلو تأملنا في قضية عمل الفتاة، لوجدنا أن عددا كبير من الفتيات غير عاملات يشتغلن في بيوتهن فيوفرن مدخولا ماديا غير رسمي، منهن من تشتغل بصنع الحلويات في المناسبات والأفراح، وبعضهن بحضانة الأطفال، وأخريات بالحياكة...إلخ. أي أن الفتيات العاملات وغير العاملات يعشن في جو متقارب من حيث الضغوط الحياتية والظروف الاجتماعية،

وهذا ما يفسر عدم وجود فروق جوهرية بين العاملات وغير العاملات المتأخرات عن الزواج، وأن الأمر يرتبط أكثر بطريقة تفكيرهن.

5-تفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الخامسة على الآتي: "يختلف قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني باختلاف المستوى التعليمي."، وبعد المعالجة الإحصائية أسفرت نتيجة الدراسة على عدم وجود فروق دالة احصائيا في قلق المستقبل باختلاف المستوى التعليمي، وهذا يعني عدم تحقق الفرضية البحثية إذ أن حجم الأثر كان ضعيف.

حيث أن نتيجة هذا الفرض لم تتفق مع نتائج دراسة عشري (2004) حول قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية، والتي هدفت إلى معرفة تأثير المستوى التعليمي، والجنس، والتخصص على قلق المستقبل، وقد تكونت عينة الدراسة من 104 طالب وطالبة من مصر وسلطنة عمان، وأسفرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى قلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى التعليمي لصالح طلاب السنة الثانية، وتبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في مستوى قلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص.

وهذا يعني أن المستوى التعليمي لا يؤثر على زيادة أو نقصان قلق المستقبل لدى المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني، ويمكن تفسير هذه النتيجة بالأفكار التي تؤمن بها الفتيات أي أنه يرتبط بأسلوب تفكير الشخص حيث أصبح مسيطرا وموجها لكل انفعالاته وسلوكاته. فالمتأخرات عن الزواج

المتسمات بالقلق الزائد أو توقع المصائب والكوارث أو ابتغاء الحلول الكاملة وغيرها من الأفكار اللاعقلانية، نجدهن يعشن بهذه الأفكار مهما كان سبب نشوئها لديهن، وتتطور معتقداتهن الخاطئة ما لم تجد من يغيرها، وبالتالي يصبح المستوى التعليمي لا معنى له في ظل قبول هذه الأفكار وتبنيها وعدم التخلص منها فتجدها تقود المتأخرات عن الزواج بشكل أو بآخر إلى ظهور اضطرابات عديدة، أما في ظل التخلص منها عادة ما يحرر الفتاة من الجمود الفكري ويعزز ثقتها بنفسها، وهن بذلك يستطعن التأقلم بسهولة مع ما يحيط بهن من ظروف.

6-تفسير ومناقشة الفرضية السادسة:

تنص الفرضية السادسة على الآتي: "يختلف قلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات عن الزواج المتسمات بتفكير لا عقلاني باختلاف السن [30-35 سنة] [36-40 سنة]"، وبعد المعالجة الإحصائية أسفرت نتيجة الدراسة على عدم وجود فروق دالة إحصائيا في قلق المستقبل تبعا لمتغير السن.

وتعزى هذه النتيجة إلى تجانس أفراد العينة من حيث وضعهن الاجتماعي في كونهن غير متزوجات، حيث أظهرت دراسة النعيمي والجباري (2010) التي هدفت إلى التعرف على قلق المستقبل لدى المدرسات المتأخرات عن الزواج، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (100) مدرسة متأخرة زواجيا في محافظة كركوك، وتوصلت الدراسة إلى أنه لا توجد فروق في قلق المستقبل تبعا لمتغير العمر 30-45 سنة. حيث اتفقت دراسة رفاعي ورسلان (2007) والتي هدفت إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى الفتيات المتأخرات زواجيا في المجتمعين السعودي والمصري، أجريت الدراسة على عينة بلغت (600) مفحوصة منهن (300) فتاة من الجنسية و (300) فتاة من الجنسية المصرية، تراوحت أعمارهن من 30-42 عاما، استخدمت الدراسة مقياس الضغوط واستمارة البيانات الأساسية من إعداد الباحثين، وتوصلت الدراسة إلى أن الفتيات المتأخرات زواجيا يعانين من ضغوط النفسية بين البيئة السعودية والبيئة المصرية لدى الفتيات المتأخرات زواجيا. ولم تتفق نتائج الفرضية مع دراسة ذهبية (2012) التي هدفت إلى التعرف على قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى العازبات وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (103) فتاة عازبة، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير السن.

وهنا يمكن أن نفسر الأمر حسب نظرية هانلي سيلي حول الضغوط النفسية بعد تجاوز الفتاة سن الثلاثين تدخل مرحلة المقاومة وفيها تحاول الفتاة مقاومة مصدر التهديد بأن تسلك سلوكا يدل على توافقها مع الظروف الراهنة، ولتحقيق ذلك عادة ما تلجأ إلى الحيل الدفاعية كالتبرير مما يخفف لديها نوعا ما

شعورها بالقلق، ويستمر الأمر على هذا الحال حتى تتجاوز الأربعين من العمر وتبلغ سن اليأس، إذ أن عامل السن لا يؤثر في المشكلات النفسية أي أن الفتاة سواء كانت متقدمة أو غير متقدمة في السن فإنها تعاني نفس الضغوط النفسية والاجتماعية.

خلاصة ومقترحات:

بعد عرض أدبيات الموضوع، وتفسير نتائج الدراسة الميدانية تجلت حقائق عدة، لابد من التنويه إليها حيث يعتبر التأخر عن الزواج من الظواهر الاجتماعية التي تهدد المجتمعات العربية عموما والمجتمع الجزائري خصوصا، فالارتفاع المستمر في نسبة التأخر عن الزواج من شأنه أن يعصف ببنية تماسك المجتمع، وقد جاءت هذه الدراسة للبحث في انعكاسات هذه الظاهرة على الفتاة، وبالرغم من أن مشكلة الآثار المترتبة على التأخر عن الزواج يمكن تناولها من الجانبين، جانب الفتاة المتأخرة عن الزواج وجانب المحيطين بها، إلا أن البحث الحالي انصب على الجانب الأول ألا وهو انعكاسات التأخر عن الزواج على الفتاة وبالتحديد على جانبها النفسي، ونظرا للنقص في الدراسات النفسية التي تناولت موضوع التأخر عن الزواج.

لقد كان الهدف من بحثنا هذا هو التعرف على مستوى قلق المستقبل ومستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى المتأخرات عن الزواج تبعا لمتغيرات السن والوضعية المهنية والمستوى التعليمي.

ومن العرض السابق لنتائج البحث يتضح لنا أن العينة تعاني من مستوى متوسط من قلق المستقبل، غير أن هذا الأخير أثر على طرقة تفكيرها.

ومن خلال النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة تأمل الباحثة وتتطلع إلى ما يلي:

1- الاهتمام بهده الفئة من خلال فتح دورات تثقيفية من للمتأخرات عن الزواج، من قبل جمعيات بالتعاون مع المختصين النفسيين والاجتماعيين وعلماء الدين لتخفيف من مشاكلهن النفسية وإيجاد حلول مناسبة لهذه الظاهرة.
2- إنشاء جمعيات تهتم بتسهيل التعارف وتسهيل إجراءات الزواج لمن يريدون الزواج.
3- إتاحة فرص العمل للشباب العاطل، وذلك لتسهيل فرص الزواج والقضاء على هذه الظاهرة.
4- قبول تعدد الزوجات لإنقاض الفتيات من ظاهرة تأخر سن الزواج.
5- إنشاء مراكز للإرشاد النفسي والحرص على توصية المتأخرات عن الزواج سواء العاملات أو الماكثات أن الرضاء بقضاء الله وقدره، والتزام بالصبر والعفاف وتقوية الصلة بالله عزوجل لأنها أساس كل نجاح، والابتعاد عن الانحرافات الأخلاقية لأنها هي سبب انتشار ظاهرة تأخر سن الزواج.
6- تبسيط وتسهيل إجراءات الزواج بما يتناسب مع الظروف الاقتصادية والاجتماعية الحالية.
7- إنشاء صندوق لدعم الشباب المقبل على الزواج، لتخفيف أعبائه وكلفته المادية، وتوفير شقق للسكن بأسعار منخفضة.
8- تخفيض المهور والتقليل منها قدر الإمكان من أجل القضاء على ظاهرة تأخر عن الزواج.

9- فتح مجال أمام الفتيات من أجل القيام بالخطبة، لكن يجب أن يمر الأمر بعدة ضوابط تحكمه كي لا يكون خارجا عن مساحة الحياء التي يجب أن تتمتع بها الفتاة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1- المصادر

القرآن الكريم

2- الكتب:

1. أبو أسعد أحمد، أحمد عربيات(2009): **نظريات الإرشاد النفسي والتربوي**، ط1،الأردن،دار المسيرة.
2. إبراهيم، عبد الستار (1994): **العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث أساليبه وميادين تطبيقه**، القاهرة، دار الفجر للنشر والتوزيع.
3. إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسن باهي (2000): **طرق البحث والتحليل الاحصائي في مجالات التربوية والنفسية والرياضية**، ط1، مصر، مركز الكتاب للنشر.
4. بختي إبراهيم (2015): **الدليل المنهجي لإعداد البحوث العلمية (المذكرة، الأطروحة، التقرير، المقال)**، ط4، الجزائر، مخبر المؤسسة والتنمية المستدامة.
5. أميمن، عثمان علي (2009): **في الصحة النفسية (الأسباب النفسية اضطرابات العصابية)**، مطابع عصر الجماهير، الخمس.
6. بيك أرون (2000): **العلاج المعرفي والاضطرابات المعرفية**، ترجمة عادل نصطفى، دار الافاق العربية، القاهرة
7. الداهري، صالح حسن (2005): **مبادئ الصحة النفسية**، الأردن، دار وائل للنشر والتوزيع.
8. تونسي عديلة (2002): **القلق والاكتئاب لدى عينة من المعاقين حركيا وبصريا في مدينة مكة المكرمة**، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
9. شقير زينب محمود (2005): **مقياس قلق المستقبل**، ط3، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
10. جلال كايد ضمرة (2008): **الاتجاهات النظرية في الارشاد**، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، القاهرة.
11. خفاجة ميرفت (2002): **أسس ومبادئ البحث العلمي**، ط1، الإسكندرية، مكتبة الاشعاع الفنية.
12. عادل عبد الله محمد (2000): **دراسات في الصحة النفسية (الهوية، الاغتراب، الاضطرابات النفسية)**، ط1، القاهرة، دار الرشاد، مصر.
13. روبي محمد (2013): **الأفكار اللاعقلانية عند المراهقين**، الجزائر، دار الخلدونية للنشر والتوزيع.

14. عبد المعطي حسن مصطفى (2006): **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، مكتبة الزهراء الشرق، القاهرة.
15. عبد الستار إبراهيم (1998): **الاكتئاب اضطراب العصر**، فهمه وأساليب علاجه، ط1، الكويت، عالم المعرفة.
16. محمد أحمد مشاقبة (2008): **مبادئ الارشاد النفسي**، دار المناهج، عمان.
17. مجيد سوسن (2010): **نماذج الاختبارات النفسية**، ط1، عمان، دار الصفاء.
18. محي الدين مختار (2000): **محاضرات في علم النفس الاجتماعي**، ط1، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
19. معتز سيد عبد الله، محمود السيد عبد الرحمن (1994): **إعداد مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين**، مكتبة الانجلو المصرية.

3- الرسائل الجامعية:

20. الرفاعي، صباح قاسم سعيد ورسلان، شاهين عبد الستار(2007): **الضغوط النفسية لدى الفتيات المتأخرات زواجيا في البيئة السعودية والبيئة المصرية**، دراسة مقارنة، جامعة الملك سعود، الرياض.
21. الزهراني، حسن بن علي (2010): **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بإرادة الوقت لدى عينة من طلاب جامعة حائل**، أطروحة الدكتوراه غير منشورة.
22. حسين ذهبية (2012): **قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي**، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.
23. شحاتة سماح (2006): **الأفكار اللاعقلانية لدى المديرين ذوي الاضطرابات النفسجسمية**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنصورة، مصر.
24. الطخيس، إبراهيم سعد علي (2014): **فعالية برنامج ارشادي واقعي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية**، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية.
25. العكاشي، بشرى أحمد جاسم (2000): **قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة المستنصرية**، رسالة ماجيستير غير منشورة، كلية التربية.
26. المالكي، حنان عبد الرحيم (2001): **القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى كل من المرأة العاملة في التعليم وغير العاملة**، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
27. بعيجة لياس (2006): **استراتيجيات التعامل مع ضغوط النفسية وعلاقتهما بمستوى القلق والاكتئاب لدى المعاقين حركيا**، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.
28. سعود ناهد (2005): **قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم**، رسالة دكتوراه، جامعة دمشق، سوريا.

29. وفاء محمد أحميدان القاضي (2009): **قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة**، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

4- المجلات:

30. السناد، جلال (2007): **تأخر سن الزواج لدى الشباب الجامعي: دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق**، مجلة جامعة دمشق، المجلد 23، العدد الأول.

31. الشربيني، زكريا أحمد (2005): **الأفكار اللاعقلانية وبعض مصادر اكتسابها (دراسة على عينة من طالبات الجامعة)**، مجلة دراسات نفسية، المجلد 15، عدد 4، القاهرة.

32. الحموري، فراس أحمد (2008): **العلاقة بين أساليب التفكير والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة اليرموك، مجلة العلوم التربوية والنفسية**، جامعة البحرية، المجلد 10، العدد 3.

33. الصباح، سهير سليمان والجموز، عايد محمد (2007): **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعات الضفة الغربية في فلسطين**، مجلة اتحاد الجامعات العربية، العدد 49.

34. بدر، إسماعيل إبراهيم (2003): **مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي**، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 13، العدد 3.

35. جودة آمال، وآخرون (2012): **الذكاء الانفعالي والسعادة والأمل لدى طالبات الجامعات في مصر وعمان واليمن وفلسطين والسعودية**، مجلة الدراسات العربية في علم النفس، المجلد 11، العدد 1.

36. سامية لطفي الأنصاري، وخليلة عبد المنعم مرسي (2007): **التفكير الغير العقلاني وعلاقته بالسلوك العدواني في ضوء بعض أساليب المعاملة الوالدية في مرحلة الطفولة المتأخرة**، مجلة الدراسات الطفولة، جامعة عين الشمس، مصر.

37. عبد الخالق، أحمد ومراد، صلاح (2001): **السعادة والشخصية**، دراسات نفسية، المجلد 1، العدد 3.

38. غادة محمد عبد الغفار (2007): **الأفكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة**، مجلة دراسات نفسية، مجلد 17، العدد 3.

39. هيازع طلال، البارقي حسن(2012): **مواقع الدلالة الإحصائية والعلمية لبحوث المنشورة بمجلة جامعة أم القرى لعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية في جدة** من1425إلى 1430هـ، مطلب تكملي لنيل درجة ماجستير في علم النفس إحصائي وبحوث قسم علم النفس، كلية علوم التربية، جامعة أم القرى بمكة المكرمة.

الروابط الإلكترونية:

40- ممدوح صابر(2009): **الأفكار اللاعقلانية المؤشرة باضطراب الشخصية كإحدى إشكالات الأمن الفكري**،http://www.minshawi.com./817، 20/02/2020، 20:00.

المعاجم والقواميس:

1- القسي نايف(2006): **المعجم التربوي وعلم النفس**، ط1، عمان الأردن، دار أسامة للنشر ودار المشرق الثقافي.

المراجع باللغة الأجنبية:

1- Buchalter, S. (1992); fear of success, journal of personality assessment, vol,(58) , N.(2).

2- Carver, c.& gaines, J. (1994) : cognitive therapy & research, vol. (11), N. (4).

3- Chawinsk, Z. (1994) : the future of the world in view of chances and thrats, psychological research on student, vol. (37), N(2).

4- Cottraux. Jean(2001) :les thérapier comportementales et cognitives :3em Edition. Paris.

5- Frich, S.(1995) : journal of youth and adolescencl, vol. (36).

6- Molin, R. (1990) future ansciety, journal of children & adolescent. Social work, vol. (7), N. (6)

7- Seginer, R. (2003) : adolescent future orientation, http//www.edu/cultural.

8- Zaleski, Z. (1996) : attributions and omotion related to future goal attainment, journal of educational psychology, vol. (80), N. (4).

9- Zaleski (1996) ; future ansciety ; personal individual differences, vol, (32). N. (2).

الملاحق

الملحق رقم (1)

استبيان قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية

مقياس قلق المستقبل

جامـــعة قاصـــدي مرباح ورقـــــلة

كلية العلـــوم الإنـــسانية والاجـتماعية

قسم علم النفـس وعلوم التربـــية

استـــبـــيـــــــان

التعليمـات:

سيدتي تحية طيبة وبعد...

❖ هذه المقاييس بغرض بحث علمي، واضمن ليك أن تكون هذه المعلومات سرية لذا نرجو أن تكوني صادقة وصريحة في استجاباتك.

❖ فيما يلي مجموعة من العبارات، لا توجد عبارات صحيحة وأخرى خاطئة، لكن المطلوب منك أن تحدد إجابتك دون أن تترك أي عبارة.

❖ لا يوجد زمن محدد لإتمام هذا المقاييس، ولكن حاولي أن تجيبي بسرعة.

من فضلك ضعي علامة (×) في العمود الذي يعبر عن رأيك بصراحة وصدق.

البيانات العامة :

العمر: .....

الوضعية المهنية: عاملة ☐ غير عاملة ☐

المستوى التعليمي: ابتدائي ☐ متوسط ☐ ثانوي ☐ جامعي ☐ دراسات عليا ☐

مثال يوضح الإجابة:

يرجى تفضلك بوضع علامة (√) في المربع المقابل للبديل الذي يمثل اختيارك، فمثلا اذا كانت الفقرة تنطبق عليك (بدرجة كبيرة جدا) تكون إجابتك كما يأتي:

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي مطلقا
1	تؤلمني حالة الصراع بين ما أعيشه وبين ما أطمح إليه		√			

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي مطلقا
1	تؤلمني حالة الصراع بين ما أعيشه وبين ما اطمح إليه.					
2	اشعر بقلق من انني سوف لا أوفر الظروف الجيدة لأسرتي.					
3	أشعر بالقلق لضعف قدرتي في مساعدة أقرب الناس لي.					
4	أشعر بغموض مستقبلي.					
5	أخاف من الصراع بين الالتزام بالقيم والمثل وبين ضعف التمسك بها مستقبلا.					
6	اشعر أنني غير متفائلة بالمستقبل.					
7	اشعر بالخوف من الشيخوخة مستقبلا.					
8	أحس بالاغتراب حتى في وجودي بين أهلي.					
9	اشعر بالخوف من احتمال حصول حادثة مفاجئة مستقبلا.					
10	أتوقع ان تواجهني مزيد من الصعوبات المادية مستقبلا.					
11	اعتقد ان حياتي في المستقبل تكون غير مريحة.					
12	تؤلمني ضعف قدرتي على الإيفاء بالوجبات الاجتماعية مستقبلا.					
13	أخشى على أحوالي الصحية مستقبلا عندما تستمر الظروف الحالية.					
14	أخاف الاتكال على الآخرين في تدبير أموري الشخصية عند الكبر.					
15	تؤرقني ظهور التجاعيد والشيب مستقبلا.					
16	اشعر انني سيئة الحظ الآن وسيكون حظي أكثر سوءا في المستقبل.					
17	اعتقد ان ضغوط الحياة الحالية ستزداد مستقبلا.					
18	أخاف أن أضطر لممارسة عملا					

	(حرفة) لا يناسبني في المستقبل.					
19	أتوقع بضعف علاقات الاجتماعية كلما تقدم بي العمر.					
20	اشعر ان العالم يتجه نحو الانهيار.					
21	أخشى ان لا أجد في المستقبل عملا (حرفة) يتناسب مع مؤهلاتي العلمية.					
22	أرى ان القيم الأخلاقية تتدهور يوما بعد يوم.					
23	أخشى بأن تتغير حياتي نحو الاسواء في المستقبل.					
24	ينتابني حالات ضغوط واضطراب عندما أفكر في أمور المستقبل.					
25	أخاف من تفاقم المشاكل العائلية مع ازدياد صعوبة الحياة.					
26	أخشى ان أتعرض إلى بعض الأمراض المزمنة مستقبلا.					
27	لا أمل لي في الحصول على سكن في المستقبل.					
28	أخشى ان لا أتمكن من تحقيق أهدافي في الحياة.					
29	اشعر ان الأمور ستتعقد أمامي أكثر في المستقبل.					
30	أخشى ان يكون دوري ضعيفا في ادارة أسرتي مستقبلا.					
31	اشعر بأنني لا أتمكن من مواكبة التقدم العلمي.					
32	اشعر إنني منعزلة عن الآخرين بسبب قلق من المجهول.					
33	اشعر بالعجز في اتخاد القرارات بشأن مستقبلي.					
34	أخشى ان يضمر الآخرون لي أمرا ما في المستقبل.					
35	أتوقع ان لا أجد أحدا يهمه لما يحدث لي مستقبلا.					
36	اشعر بالذنب لفوات الأوان على عدم تحقيق بعض طموحاتي الشخصية.					
37	أحس بالخوف كلما فكرت بالمستقبل.					
38	أتمنى الزواج ولكني أخاف ان لا ي					

	سعدني مستقبلا.					
39	أخاف ان ينساني أهلي بعد زواجي.					
40	اشعر بقرب الموت كلما تقدم بي العمر.					

مقياس التفكير اللاعقلاني.

الرقم	العبارات	نعم	لا
1	لا أتردد أبدا بالتضحية بمصالحي ورغباتي في سبيل رضا وحب الآخرين.		
2	أؤمن بأن كل شخص يجب أن يسعى دائما لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال.		
3	أفضل السعي وراء إصلاح المسيئين بدلا من معاقبتهم أو لومهم.		
4	لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تأتي على غير ما أتوقع.		
5	أؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه.		
6	يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر.		
7	أفضل تجنب الصعوبات بدلا من مواجهتها.		
8	من المؤسف أن يكون الإنسان تابعا للآخرين ومعتمدا عليهم.		
9	أؤمن بأن ماضي الإنسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل.		
10	يجب أن لايسمح الشخص لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة.		
11	أعتقد أن هناك حل مثالي لكل مشكلة لا بد من الوصول إليه.		
12	إن الشخص الذي لا يكون جديا ورسميا في تعامله مع الآخرين لا يستحق احترامهم.		
13	أعتقد أنه من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواة.		
14	يزعجني أن يصدر مني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين.		
15	أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من أعمال حتى وإن لم تتصف بالكمال.		
16	أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى أتبين الأسباب.		
17	أتخوف دائما من أن تسير الأمور على غير ما أريد.		
18	أؤمن بأن أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دورا كبيرا في شعوره بالسعادة أو التعاسة.		
19	أؤمن بأن الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا يقلل من إمكانية حدوثه.		

20	أعتقد أن السعادة هي في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة الصعوبات.		
21	أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية الفشل فيها.		
22	لا يمكن للفرد أن يتخلص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك.		
23	من غير الحق أن يحرم الفرد نفسه من السعادة إذا شعر بأنه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعاون الشقاء.		
24	أشعر باضطراب شديد حين أفشل في إيجاد الحل الذي أعتبره حلا مثاليا لما أواجه من المشكلات.		
25	يفقد الفرد هيبته واحترام الناس له أذا أكثر من المرح والمزاج.		
26	إن تعامل الرجل مع المرأة من منطلق تفوقه عليها يضر في علاقة التي يجب لأن تقوم بينهما.		
27	أؤمن بأن رضا جميع الناس غاية لا تدرك.		
28	أشعر بأن لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف.		
29	بعض الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم.		
30	يجب أن يقبل الإنسان بالأمر الواقع إذ الم يكن قادرا على تغييره.		
31	أؤمن بأن الحظ يلعب دورا كبيرا في مشكلات الناس وتعاستهم.		
32	يجب أن يكون الشخص حذرا ويقظا من إمكانية حدوث المخاطر.		
33	أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلا من تجنبها والابتعاد عنها.		
34	لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة من هم أقوى مني.		
35	أرفض أن أكون خاضعا لتأثير الماضي.		
36	غالبا ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة.		
37	من العبث أن يصر الفرد على إيجاد ما يعتبره الحل المثالي لما يواجهه من المشكلات.		
38	لا أعتقد أن ميل الفرد للمداعبة والمزاح يقلل من احترام الناس له.		
39	أرفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة.		
40	أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى وإن كانت سببا في رفض الآخرين لي.		

41	أؤمن أن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته.		
42	لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الاخرين ويسئ إليهم.		
43	أومن بأن ما كل ما يتمنى المرء يدركه.		
44	أومن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالبا ما تقف ضد تحقيقه لسعادته.		
45	ينتابني خوف شديد من مجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث.		
46	يسرني أن أوجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي.		
47	أشعر بالضعف حين أكون وحيدا في مواجهة مسؤولياتي.		
48	أعتقد أن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عذر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير.		
49	من غير الحق أن يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب.		
50	من المنطق أن يفكر الفرد في أكثر من حل لمشكلاته وأن يقبل بما هو عملي و ممكن بدلا من الإصرار على البحث عما يعتبره حلا مثاليا.		
51	أؤمن بأن الشخص المنطقي يجب أن يتصرف بعفوية بدلا من أن يقيد نفسه بالرسمية والجدية.		
52	من العيب على الرجل أن يكون تابعا للمرأة.		

الملحق رقم (2)

النتائج المفصلة لحساب الصدق والثبات

نتائج صدق: المقارنة الطرفية لمقياس قلق المستقبل

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	T	ddl
Som_X	Hypothèse de variances égales	.619	.442	-21.760-	18
	Hypothèse de variances inégales			-21.760-	17.886

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
Som_X	Hypothèse de variances égales	.000	-84.600-	3.888
	Hypothèse de variances inégales	.000	-84.600-	3.888

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Inférieur	Supérieur
Som_X	Hypothèse de variances égales	-92.768-	-76.432-
	Hypothèse de variances inégales	-92.772-	-76.428-

نتائج الثبات: التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرومباخ لمقياس قلق المستقبل

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100.0
	Exclu[a]	0	.0
	Total	30	100.0

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.925
		Nombre d'éléments	20[a]
	Partie 2	Valeur	.940
		Nombre d'éléments	20[b]
		Nombre total d'éléments	40
		Corrélation entre les sous-échelles	.885
Coefficient de Spearman-Brown		Longueur égale	.939
		Longueur inégale	.939
		Coefficient de Guttman	.935

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.964	40

نتائج صدق: المقارنة الطرفية لمقياس الأفكار اللاعقلانية

Statistiques de groupe

	Code	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
Som_Y	القيم الدنيا	10	78.90	1.370	.433
	القيم العليا	10	91.80	4.541	1.436

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	T	ddl
Som_Y	Hypothèse de variances égales	6.897	.017	-8.600-	18
	Hypothèse de variances inégales			-8.600-	10.626

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
Som_Y	Hypothèse de variances égales	.000	-12.900-	1.500
	Hypothèse de variances inégales	.000	-12.900-	1.500

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Inférieur	Supérieur
Som_Y	Hypothèse de variances égales	-16.051-	-9.749-
	Hypothèse de variances inégales	-16.216-	-9.584-

الثبات: التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرومباخ لمقياس الأفكار اللاعقلانية

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100.0
	Exclu[a]	0	.0
	Total	30	100.0

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.508
		Nombre d'éléments	26[a]
	Partie 2	Valeur	.594
		Nombre d'éléments	26[b]
		Nombre total d'éléments	52
		Corrélation entre les sous-échelles	.529
Coefficient de Spearman-Brown		Longueur égale	.692
		Longueur inégale	.692
		Coefficient de Guttman	.689

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.709	52

الملحق رقم (3)

النتائج المفصلة لمعالجة الفرضيات

1. نتائج الفرض الأول والثاني:

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne المتوسط الحسابي	Ecart type الانحراف المعياري	Moyenne erreur standard
قلق المستقبل	97	100.16	37.151	3.772

Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum
قلق المستقبل	97	41	181
N valide (liste)	97		

Test sur échantillon unique

Valeur de test = 120

	t	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur
قلق المستقبل	-5.258-	96	.000	-19.835-	-27.32-

Valeur de test = 120

	Intervalle de confiance de la différence à 95 %
قلق المستقبل	-12.35-

Statistiques descriptives

	N	Moyenne	Ecart type
الأفكار اللاعقلانية	97	1.6624	.12251
N valide (liste)	97		

2. نتائج الفرض الثالث:

Corrélations

		قلق المستقبل	الأفكار اللاعقلانية
قلق المستقبل	Corrélation de Pearson	1	.130
	Sig. (bilatérale)		.204
	N	97	97
الأفكار اللاعقلانية	Corrélation de Pearson	.130	1
	Sig. (bilatérale)	.204	
	N	97	97

3. نتائج الفرض الرابع:

Statistiques de groupe

	الوضعية المهنية	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الأفكار اللاعقلانية	عاملة	68	86.32	6.323	.767
	غير عاملة	29	86.72	6.584	1.223

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	T	Ddl
الأفكار اللاعقلانية	Hypothèse de variances égales	.183	.670	-.282-	95

	Hypothèse de variances inégales		-.278-	51.059

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
الأفكار اللاعقلانية	Hypothèse de variances égales	.778	-.401-	1.420
	Hypothèse de variances inégales	.782	-.401-	1.443

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Inférieur	Supérieur
الأفكار اللاعقلانية	Hypothèse de variances égales	-3.219-	2.418
	Hypothèse de variances inégales	-3.298-	2.497

4. نتائج الفرض الخامس:

ANOVA

الأفكار اللاعقلانية

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Inter-groupes	31.484	4	7.871	.187	.944
Intragroupes	3864.454	92	42.005		
Total	3895.938	96			

5. نتائج الفرض السادس:

Statistiques de groupe

	فئات العمر	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الأفكار اللاعقلانية	من 30 إلى 35	59	86.27	5.830	.759
	من 36 إلى 40	38	86.71	7.203	1.169

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	Ddl
الأفكار اللاعقلانية	Hypothèse de variances égales	1.419	.237	-.330-	95
	Hypothèse de variances inégales			-.315-	67.183

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
الأفكار اللاعقلانية	Hypothèse de variances égales	.742	-.439-	1.331
	Hypothèse de variances inégales	.754	-.439-	1.393

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Inférieur	Supérieur
الأفكار اللاعقلانية	Hypothèse de variances égales	-3.082-	2.204
	Hypothèse de variances inégales	-3.220-	2.342