قلق المستقبل وعلاقته بمركز الضبط لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام في مدينة حمص

طالبة الدراسات العليا: ختام عبد الكريم جنيدي كلية التربية – جامعة حمص
الدكتور المشرف: زياد الخولي الدكتور المشارك: أحمد سلوطة

ملخص البحث: يهدف البحث تعرف طبيعة علاقة قلق المستقبل بمركز الضبط لدى طلاب الصف الثاني الثانوي العام في مدينة حمص والتعرف على مستوى قلق المستقبل ومستوى الضبط الداخلي والتعرف إلى الفروق في مقياس قلق المستقبل ومركز الضبط تبعا لمتغير الجنس لديهم ولتحقيق هذه الأهداف تم تطبيق أدوات البحث على (316) طالباً وطالبة في مدارس الثانوية العامة في مدينة حمص واستخدمت الباحثة مقياس قلق المستقبل للمشيخي (2009) ومقياس روتر للضبط الداخلي والخارجي (1966) تعريب كفافي (1982) وقد تم التأكد من صدق وثبات كلا المقياسين وبعد إجراء المعالجة الإحصائية أظهرت نتائج البحث أن مستوى قلق المستقبل ومركز الضبط الداخلي لدى أفراد عينة البحث كان متوسطاً، ووجود علاقة دالة إحصائيا بين درجات أفراد العينة على كل من مقياسي قلق المستقبل ومركز الضبط الداخلي، ووجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل ومركز الضبط الداخلي تبعا لمتغير النوع (الذكور والإناث) وكانت الفروق لصالح الذكور.

الكلمات المفتاحية: قلق المستقبل – مركز الضبط الداخلي.

Research Summary:

This research aims to identify the relationship between future anxiety and internal locus of control among second year secondary school students in Homs, and to determine their levels of future anxiety and internal locus of control. and identifying the difference in future anxiety and Control locus according to the variable of gender To achieve these objectives, the research was conducted on 316 male and female students in secondary schools in Homs. The researcher used the Al-Mashikhi (2009) Future Anxiety Scale and the Rotter Internal and External Locus of Control Scale(1966) translated in Arabic by kafafai (1982). The validity and reliability of both scales were confirmed. After statistical analysis, the results showed that the level of future anxiety and internal locus of control among the research sample was moderate. A statistically significant correlation was found between the scores of the sample on both the future anxiety and internal locus of control scales. Statistically significant differences were found between the mean scores of the sample on the future anxiety and internal locus of control scales with the differences favoring males.

Key words: future anxiety , internal locus of control.

مقدمة البحث:

يعد القلق من الانفعالات الطبيعية لدى الإنسان، حيث يعتبر في درجاته العادية والمتوسطة استجابة طبيعية للإنسان نحو مثيرات ومواقف معينة ويعد أحد وسائل الدفاع عن النفس والمحافظة على البقاء، مما يعطي مؤشراً هاماً لصحة الفرد النفسية، ولكن إذا تجاوز هذا القلق الحد المسموح به، أصبح إنذاراً خطراً لحدوث الأمراض النفسية لديه.

يواجه الطلاب أثناء مسيرتهم الدراسية أنواع مختلفة من القلق ومن أخطر هذه الأنواع قلق المستقبل الذي يؤثر على حياتهم وسلوكهم وشخصيتهم بشكل سلبي مما يؤدي إلى فشلهم وعجزهم في تحقيق طموحاتهم مستقبلاً ويعرف قلق المستقبل بأنه جزء من القلق العام المعمم على المستقبل ويتمثل في التشاؤم وإدراك العجز في تحقيق الأهداف وفقدان السيطرة على الحاضر وعدم التأكد من المستقبل(سعود، 2005، 5) ومن أبرز التأثيرات السلبية على الفرد شعوره بالوحدة والعزلة والتقوقع والافتقار إلى المرونة والفاعلية الذاتية بالإضافة إلى الاعتماد على الآخرين في تلبية حاجاته وتأمين مستقبله، ويؤدي بالفرد إلى عدم قدرته على التخطيط للمواقف الحياتية وتكوين ردود فعل سلبية قد تمنعه من تحقيق الأفضل بالمستقبل (الحويج، 2021، 726)

تشير نتائج الدراسات كدراسة الخطاف (2021) ودراسة الشوريجي وآخرون (2024) عن وجود مستويات مرتفعة من قلق المستقبل لدى المراهقين ذكور وإناث بصفة عامة وطلبة المرحلة الثانوية بصفة خاصة والتي يمرون بمرحلة المراهقة المتوسطة وهي مرحلة تكثر فيها أحلام اليقظة، بالإضافة إلى أن الطلبة في هذه المرحلة يتعرضون إلى ضغوط دراسية تتمثل في ضرورة حصولهم على مجموع مرتفع في الثانوية العامة يؤهلهم للالتحاق بالكلية، والعمل على إحراز مكانة اجتماعية مرموقة، وكما تتعرض إلى ضغوط اقتصادية تتمثل في أعباء الدروس الخصوصية التي ترهق ميزانية الأسرة فيرى المراهق معاناة أسرته لتوفر له ثمن الدروس الخصوصية الأمر الذي ينعكس سلبياً على الصحة النفسية للطالب(السيد، 2021، 225).

وهذا ما ذكره رابابروت (Rappaport, 1991) على أن المستقبل هو أكبر مسبب للقلق لدى المراهقين بينما الخطاف (2021) يقول أن قلق المستقبل يزداد في مرحلة المراهقة نظراً للتغيرات العضوية والنفسية والاجتماعية، وبسبب عدم الموازنة بين إمكانياتهم وقدراتهم وتوقعاتهم في مرحلة المراهقة، وأن الأجواء المدرسية والأسرية غالباً ما تسبب لهم قلق المستقبل، لذا فأن الرؤية المعرفية والعقلية للمستقبل هي مثيرات

هذا القلق يمكن أن تكون أسباباً حقيقية لانفعالات معينة وبنتيجة ذلك يكون الفرد قلقا واعياً يدرك بالفعل ما يخاف منه.

ولذلك فأن نجاح الطالب في حل المشكلات التي يمر بها أثناء تلك المرحلة يعتمد على عدد من المتغيرات النفسية التي تكسبه مناعة نفسية وتخفف من قلقه، ومن هذه المتغيرات مركز الضبط الداخلي فهو سمة مهمة لضبط السلوك، وتحمل المسؤولية عما يحدث له فعندما يواجه الأفراد الضغوط فإنهم يميلون داخلياً لتبني استراتيجيات معينة لحل المشكلات، وتبين نتائج الأبحاث العديدة ارتباط مركز الضبط الداخلي بمتغيرات نفسية واجتماعية إيجابية منها الصحة النفسية، ودافع الإنجاز العالي، والتوافق النفسي، ومفهوم الذات الإيجابي كدراسة آل شويل والزهراني(2022) ودراسة(karaman & watson, 2017) ودراسة (D souza, 2016)` التي أجريت على الطلبة في تركيا وأمريكا والسعودية.

بينما يرتبط مركز الضبط الخارجي بنقص الصحة النفسية وضعف الأنا، وسمة القلق، مما يثبت أن لمركز الضبط تأثيراً على تفكير الفرد، فالفرد ذو الضبط الداخلي يعد نفسه مسؤولا عما يحدث لذا يكون ذو تفكير سليم وقوي الإرادة ولديه إحساس بالثقة بالنفس(لموزة والجبوري، 2018، 433).

مشكلة البحث:

أن وجود مستوى من القلق لدى الطلبة هو أمر طبيعي من حيث أنها مرحلة تتسم بشحنة من الطاقة والطموح حيث يكون رسم المستقبل هو هدفهم الأساسي، ولكن هناك العديد من الأسباب التي تجعل الطالب ينظر إلى مستقبله الدراسي بترقب وقلق.

فقلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الطلبة والتي تتمثل في الخوف من المجهول وتجعله يشعر بعدم الأمان وتسبب له قسطاً من التشاؤم واليأس يؤثر ذلك على طموحه ويعطله من تحقيق أهدافه وتنعكس خطورة قلق المستقبل السلبي على ادراكهم لفاعليتهم الذاتية وهذا ما أكدته عدة دراسات كدراسة بعلي(2014)`التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين قلق المستقبل والوحدة النفسية ودراسة سليمان وآخرون (2021) التي توصلت لوجود علاقة بين الضغوط وقلق المستقبل لدى الطلاب ودراسة (Rosselini & brown,2011) التي بينت عن علاقة موجبة بين قلق المستقبل والعصابية.

فالقلق هو العامل الأساسي للاضطرابات النفسية وتقبل الأفكار الهادمة للذات وتبني مركز ضبط خارجي بحسب ما أشارت إليه دراسة نويوة (2018) وأن أصحاب الضبط الخارجي لا يعتمدون على سلوكهم بل يرتبطون بعوامل خارجة عن ذواتهم(الحظ والصدفة) وهذا ما يولد لديهم قلق من المواقف المستقبلية بعكس أصحاب الضبط الداخلي الذين هم مسؤولون عن النجاح والفشل وهذا ما يجعلهم غير قلقين من المواقف المستقبلية، وهذا ما أكدته الدراسة الاستطلاعية التي قامت بها الباحثة للتعرف مستوى قلق المستقبل على

50 طالب وطالبة من الصف الثاني الثانوي في أحد مدارس مدينة حمص حيث كان مستوى قلق المستقبل لديهم مرتفعاً وكان معظم مركز الضبط لديهم خارجياً.

ومن خلال عمل الباحثة في إحدى الثانويات كمرشدة نفسية وجدت مستويات عالية من قلق المستقبل لدى الطلاب وذلك بسبب طموحاتهم وتطلعاتهم المستقبلية، إذ ينشغلون بالتفكير في كثير من الأمور التي تتعلق بمستقبلهم سواء من الناحية الدراسية أم الاقتصادية التي يرون أنها من الصعب تحقيقها في مجتمع محكوم بعوامل اقتصادية واجتماعية صعبة، الأمر الذي يولد لديهم حالة من القلق والتوتر ويضع أمامهم العديد من العوائق التي تحول دون تحقيق أهدافهم، وخوفهم من أن تكون النتائج التي سوف يحصلون عليها أقل من جهودهم المبذولة.

فمركز الضبط من المفاهيم المحورية في علم النفس والصحة النفسية نظراً لارتباطه بتوقعات حول المستقبل والتحكم في مجريات الأحداث التي تحيط بهم لذلك يهدف البحث إلى التعرف على نوع مركز الضبط الشائع ومستوى قلق المستقبل لدى الطلاب في هذه المرحلة والعلاقة بينهما، لذلك تتلخص مشكلة البحث بالسؤال الآتي: ما درجة العلاقة بين قلق المستقبل ومركز الضبط الداخلي لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام في مدينة حمص؟

ويتفرع عنه الأسئلة التالية:

1- ما نوع مركز الضبط (الداخلي / الخارجي) الأكثر شيوعاً لدى أفراد عينة البحث؟

2- ما مستوى قلق المستقبل لدى أفراد عينة البحث؟

أهداف البحث:

1- تعرف درجة العلاقة بين درجات أفراد العينة على كل من مقياسي قلق المستقبل ومركز الضبط لدى أفراد العينة.

2- تعرف الفروق بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل تبعاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث).

3- تعرف الفروق بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط تبعاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث).

فرضيات البحث:

1-لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين درجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل ودرجاتهم على مقياس مركز الضبط.

2-لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل تبعاً لمتغير النوع (ذكور، إناث).

3-لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط تبعاً لمتغير النوع (ذكور، إناث).

أهمية البحث:

1. تزويد المكتبات العربية والباحثين بمعلومات خاصة عن مفهوم مركز الضبط وقلق المستقبل وتأثيرها على مجرى الحياة لدى الطلبة وخاصة طلبة المرحلة الثانوية.
2. يمكن أن يسهم البحث في إثراء الدراسات التجريبية في هذا المجال من حيث تناوله لموضوع مركز الضبط وقلق المستقبل.
3. تأتي أهمية البحث من أهمية المرحلة العمرية التي يمر بها طلبة المرحلة الثانوية للتخلص من قلق المستقبل كونها مرحلة فاصلة من الناحية الاجتماعية مما يساعدهم على الشعور بمزيد من الصحة النفسية والرضا عن الحياة والتوافق في حياتهم.
4. يفيد الباحثين من طلبة كليات التربية من أدوات البحث والنتائج المستخلصة مما يساعد على فتح آفاق جديدة للبحث العلمي.

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

1. **قلق المستقبل (Future anxiety)** : ويعرفه زاليسكي(zaleski, 1996, 16) بأنه حالة من التوجس والخوف وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات غير المرغوبة حدوثها في المستقبل وفي الحالة القصوى يكون هناك تهديد بأن شيئاً ما غير حقيقي سوف يحدث للشخص. وتعرفه مسعود (2006، 15) بأنه الشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند التفكير الزائد والشعور بأن الذات غير جديرة بالاهتمام مع فقدان الأمان والطمأنينة نحو المستقبل ويعرف إجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس قلق المستقبل المستخدم في البحث.
2. **مركز الضبط (Locus of Control)**: يعرفه روتر(Rotter, 1966, 1) بأنه مدى إدراك الفرد لوجود علاقة سببية بين سلوكه وبين ما يتلو سلوكه من مكافأة أو تدعيم، ويعرف مركز الضبط على أنه مدى ادراك الفرد للتحكم في نتائج سلوكياته (promsri, 2018, 38).
3. **مركز الضبط الداخلي (internal Locus of Control)** هو اعتقاد الفرد أن كل ما يتعرض له من نتائج إيجابية أو سلبية يعتمد على سلوكياته، خصائصه الشخصية، مهاراته، قدراته، وكمية الجهد

الذي يبذله لتحقيق أهدافه(حسين وسيد، 2020، 366) ويعرف إجرائياً: أنه الدرجة التي يحصل عليها الطلبة على مقياس روتر(Rotter, 1966) للضبط الداخلي والخارجي وتمثل الدرجات من (0–8) ذوي الضبط الداخلي والدرجات من (9–23) ذوي الضبط الخارجي.

4. **المرحلة الثانوية secondary stage**: وهي تلك المرحلة الدراسية التي يصل إليها كل طالب ناجح في شهادة الاعدادية لإتمام الدراسة في تخصص معين وتكون فيها مرحلة المراهقة المتوسطة والذي سوف يطبق مقاييس البحث عليهم(المصري، 2023، 275).

حدود البحث:

- **الحدود البشرية:** طلاب الصف الثاني الثانوي في مدارس مدينة حمص.
- **الحدود المكانية:** تم التطبيق في بعض الثانويات العامة من مدينة حمص وحددت في الجدول رقم (1).
- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق البحث في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي2025–2026.
- **الحدود الموضوعية:** سيدرس البحث المتغيرات الآتية : مركز الضبط الداخلي وقلق المستقبل والفروق بينهما حسب متغير النوع.

الإطار النظري:

أولاً: قلق المستقبل

تعريف قلق المستقبل:

ويشير قلق المستقبل إلى حالة يشعر فيها الفرد بالتوتر وعدم اليقين والقلق بشأن احتمالية تغيرات سلبية في المستقبل فيتصور الأحداث المستقبلية على أنها مخيفة وتؤدي على تغيرات سلبية وينبع من المواقف التي تسود فيها العمليات المعرفية والعاطفية السلبية ويكون فيها الخوف أقوى من الأمل (Oztekin, 2025, 2). بينما يذكر(الحمداني، 2011، 80) إلى أن قلق المستقبل حالة انفعالية تتصف بالترقب والتوقع، وتترافق بعدم الاطمئنان بالأيام القادمة، تؤدي إلى الخوف في التفكير المستقبل.

وقد ذكر (المومني، 2013، 174) نقلا عن كرميان (2008) في تحديد مفهوم قلق المستقبل بأنه شعور انفعالي يتسم بالارتباك والضيق والغموض وتوقع السوء والخوف من المستقبل وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعي.

بينما يظهر قلق المستقبل كسمة نفسية بارزة من خلال تعرض الفرد لمجموعة من المتغيرات تعبر عن شعور سائد بعدم الوثوق بالمستقبل. (القاضي، 2009، 29).

وأضاف (المشيخي، 2009، 46) في تعريفه لقلق المستقبل حسب ما عرفته نجلاء العجمي بأنه قلق محدد يدرك الفرد أسبابه ودوافعه ويصاحبه عادة صور من الخوف والشك والاهتمام والتوجس بما سيحدث من تغيرات سواء كانت شخصية أو غير شخصية ينتج من الشعور باليأس وعدم الأمان وعدم الثقة من حيث التحكم بالنتائج أو البيئة.

أسباب قلق المستقبل : يعتبر قلق المستقبل هو قلق ناتج عن التفكير اللاعقلاني في المستقبل والخوف من الأحداث السيئة المتوقعة حدوثها، والشعور بالارتباك والضيق، والغموض، وتوقع السوء أي النظرة السلبية للحياة (القاضي ، 2009، 30).

وتنقسم إلى:

1. **أسباب شخصية** : مثل انعدام الثقة في المستقبل، والأفكار السلبية بشأنه، بالإضافة إلى ضعف الكفاءة الذاتية وعدم القدرة على التعامل مع ردود الفعل السلبية تجاه أحداث المستقبل، بالإضافة إلى غموض المستقبل وعدم وضوحه وشعور الفرد بالعجز والقلق المفرط، وعدم القدرة على التحكم في مستقبله، مما يجعله غير قادر على التفكير والتخطيط له(Mahammad, 2016, 55) .
2. **أسباب اجتماعية:** التفكك الأسري وما يحتويه من مشاكل وعدم مساعدة الفرد من قبل الوالدين أو من يقوم مقامهم على حل مشاكله والشعور بالعزلة وعدم الانتماء للأسرة والمجتمع والشعور بعدم الأمان والاحساس بالضياع، فخبرات الماضي الحزينة وضغوط الحياة والطموح والتكامل نحو تحقيق الذات لإيجاد معنى خاص لوجوده في هذه الحياة كلها تفرز حالات من الخوف والاضطراب والقلق (دبار وبن موسى، 2021، 195).

مظاهر قلق المستقبل

هناك ثلاث مظاهر صنفها (الداهري، 2005، 327) وهي كالتالي :

1. **المظاهر المعرفية:** وتتعلق بالأفكار التي تدور في تفكير الشخص وتكون متذبذبة لتجعله متشائم من الحياة معتقداً قرب أجله وان الحياة أصبحت نهايتها وشيكة أو التخوف من فقدان السيطرة على الوظائف الجسدية والعقلية .
2. **مظاهر سلوكية:** تتمثل في سلوك الفرد النابعة من أعماقه تتمثل في تجنب المواقف المثيرة للقلق والانعزال (دبار وبن موسى، 2021، 195)
3. **مظاهر جسدية:** من خلال ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسيولوجية، مثل: ضيق النفس، وجفاف الحلق، وبرودة الأطراف، وارتفاع ضغط الدم، وغماء، وتوتر عضلي، وعسر الهضم (إبراهيم، 2019، 29).

سمات ذوي قلق المستقبل:

وذكر حسانين (2000) إلى مجموعة من السمات التي يتسم بها الأشخاص ذوو قلق المستقبل والتي من أهمها ما يلي:

1. التركيز الشديد على أحداث الوقت الحاضر أو الهروب نحو الماضي.
2. الانتظار السلبي لما قد يقع والانسحاب السلبي من الأنشطة البناءة.
3. الحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة (إبراهيم، 2019 ، 32).
4. اتخاذ اجراءات وقائية من أجل الحفاظ على الوضع بدلا من المخاطرة من زيادة الفرص في المستقبل .
5. استخدام آليات دفاعية ذاتية مثلا الإزاحة والكبت من أجل التقليل من الحالات السلبية.
6. الانطواء وظهور علامات الحزن والشك والتردد وظهور الانفعالات لأدنى الأسباب ويصل الأمر به إلى البكاء لأسباب تافهة (زقاوة، 2013 ،102).

الآثار السلبية لقلق المستقبل:

يؤثر القلق من المستقبل على الأفراد العاديين في المرحلة الثانوية بسبب خوفهم وقلقهم من عدم تحقيق طموحاتهم المستقبلية، والتي تتجاوز قدراتهم مما يجعلهم عرضة للاضطرابات النفسية والسلوكية، وعدم القدرة على التكيف، والتوازن ويجعلهم يشعرون بالتشاؤم والإحباط تجاه المستقبل(Jumah and Al-Khamra, 2022, 8250) ويمكن أن نوجز الآثار السلبية لقلق المستقبل فيما يلي:

- ✓ الهروب من الماضي والتشاؤم وعدم الثقة في أحد .
- ✓ الشعور بالتوتر والانزعاج لأتفه الأسباب، والأحلام المزعجة ، واضطرابات النوم، وسوء الإدراك الاجتماعي والانطواء.
- ✓ عدم القدرة على التخطيط للمستقبل، والجمود وقلة المرونة والاعتماد على الآخرين في تامين المستقبل (قمر، 2015 ، 82).
- ✓ التوقع السلبي للأحداث المستقبلية.
- ✓ اضطراب في التفكير وعدم التركيز والانطواء والشعور بالوحدة .

- ✓ تشوه نفسية الفرد فلا يستطيع أن يحقق ذاته أو يبدع وإنما يضطرب وينعكس ذلك في صورة إضرابات متعددة الأشكال والخرافات والانحراف واختلال الثقة بالنفس والعجز والأفكار اللاعقلانية (بلال، 2021، 100).

ثانيا: تعريف مركز الضبط:

يعد مركز الضبط مفهوم نفسي ويستدل به على اعتقاد أو توقع بشأن طبيعة العلاقة السببية بين سلوك الفرد ونتائجه(Caliendo et al, 2016, 2) ويعرف كونلي مركز الضبط (connolly) بأنه بناء من بنى الشخصية يعكس اعتقاد الفرد وادراكه بالقوى المسيطرة على سلوكه وكذلك على حوادث الحياة ويؤدي إلى نشوء توقع لدى الشخص يتعلق بمدى السيطرة على هذه الحوادث (ناصري، 2020 ، 16).

مركز الضبط هو مفهوم يتعلق بمن تعزى مسؤولية أسباب ظهور الأحداث التي يواجهها، أي يعبر عن التقييمات فيما يتعلق بتوجيه حياة الأفراد والأحداث التي يواجهونها ونتائج هذه الأحداث(Akkay, Akyol , 2016, 71)

بينما يعرَّف مركز الضبط الداخلي بأنه قوة الاختيار التي تنطوي على كلٍّ من حرية الاختيار وحق الفرد فيه، وعبء المسؤولية عن اختياره ويتطور التحكم الداخلي للفرد من خلال قرار واعٍ وفعّال بتقبُّل المسؤولية عن اختياراته والتحكم في مشاعره(Ome et al , 2014, 220).

أما عريشة (2025، 1437) هو اعتقاد الفرد بأنه مسؤول عن الأحداث التي حدثت في حياته ونتائجها وأنه يشعر بالتمكن والكفاية والقدرة على التحكم بحيث يقبل المسؤولية عن الأحداث التي يواجهها في حياته.

ويذكر لازاروس Lazarus " إن الضبط الداخلي يتأثر بمعتقدات الفرد حول كفاءاته وقدراته على ضبط النتائج في عالمه الخاص، وهو توقعات الفرد الإيجابية المتعلقة بالثقة والاعتماد على الآخرين في محيطه، أما الضبط الخارجي فهو عبارة عن توقعات الفرد السلبية مثل عدم قدرته على التحكم في نتائج الأحداث، أو اعتقاده بأنه يعمل في عالم عدائي "(المشوح، 2009، 159).

مصادر مركز الضبط

تتعدد المصادر سواء لفئة الضبط الداخلي أو فئة الضبط الخارجي حيث يحدد بشير معمريه هذه المصادر في:

1. الذكاء والقدرات العقلية فالفرد يعتقد انه يستطيع فهم البيئة وضبط أحداثها وهو المسؤول عن ما يناله من عقاب أو ثواب.
2. المهارة والكفاءة وذلك من خلال الاستفادة من الخبرات السابقة للتحكم بالبيئة.

3. السمات الانفعالية والمزاجية فالفرد يكوّن اعتقادا حول نفسه بأنه يمتلك صفات تجعله يتحكم بالأحداث البيئية وينال التعزيزات المرغوبة وهذه الخصائص هي: الثقة بالنفس، الاكتفاء الذاتي، الطموح، المثابرة، الجدية(ناصري ، 2020، 18).

أهمية وجهة الضبط :

1. أن وجهة الضبط سمة من سمات الشخصية العامة والتي تبدأ في الثبات من العمر 8-9.
2. أن أصحاب الوجهة الداخلية لديهم القدرة على التأثير في الحياة الاجتماعية ومقاومة الضغوط ويبذلون جهودهم لتحقيق المزيد من النجاح، أما أصحاب الوجهة الخارجية فيفتقرون إلى التوافق مع البيئة التي يعيشون فيها نتيجة عجزهم عن تحقيق التوافق بين رغباتهم وبين أوضاع حياتهم.
3. أن مفهوم مركز الضبط كمفهوم يرتبط بالنظم الثقافية والقوانين الاجتماعية السائدة في المجتمع مما يعطي نتائج قد تختلف باختلاف المجتمعات(الزبيدي، 2007، 11).

سمات الاشخاص ذوي الضبط الداخلي:

1. يتحملون مسؤولية أفعالهم ويتمتعون بإحساس قوي بالكفاءة الذاتية ويُبدعون في إنجاز المهام بوتيرتهم الخاصة
2. يتأثرون بشكل أقل بآراء الآخرين ويعملون بجد لتحقيق ما يريدون وعندما يواجهون تحديًا، يكونون واثقين من أنفسهم ويكونون أكثر استقلالية وفي مكان عملهم ويتمتعون بصحة بدنية أفضل.(Mwamwenda & Kariuki, 2020, 1129- 1130).
3. كثرة حذرهم ووعيهم لسلوكهم المستقبلي يقاومون المحاولات المغرية للتأثير عليهم ويتخذون خطوات فعالة لتحسين حال بيئتهم.
4. يضعون قيمة كبيرة لتعزيزات مهاراتهم ويكونون أكثر اهتماماً بقدراتهم ويفشلون أيضاً(الزبيدي، 2007، 11).

العوامل المؤثرة في مركز الضبط:

1. **أساليب التنشئة الأسرية:** ينشأ مركز الضبط الداخلي من الأساليب التي تربي الطفل فيها على الاعتماد على الذات، وتحمل المسؤولية، والتعبير عن الرأي ومناقشة الوالدين، بينما ينشأ مركز الضبط الخارجي من الأساليب التي تربي الطفل فيها على التبعية والحماية الزائدة، والتفرقة بين الأبناء والتسلط.

2. **العمر:** كلما زاد العمر اتجه مركز الضبط إلى الداخلي فحسب ما أوضحت دراسة (Lifshitz,1973) أن الضبط الداخلي يزداد حتى سن الرابعة عشر ثم يصل إلى الثبات في نهاية مرحلة المراهقة(Alsubhi, 2023, 141)
3. **النوع:** تخضع الإناث لقوى خارجية تؤثر على حياتها وقد يؤدي ذلك إلى وجهة الضبط الخارجية في ادراك مصادر التدعيم، بعكس الذكور والتي تميل إلى الضبط الداخلي.
4. **المستوى الاجتماعي والاقتصادي:** أن أفراد المستويات الاجتماعية المتوسطة والمرتفعة لديهم مركز الضبط الداخلي لتوفر الاحساس بالكفاءة والقدرة على تغيير مسار الأحداث من حولهم لأنهم ينشئون على الاستقلال وتشجيع للفروق الفردية ، والأفراد من المستويات الاجتماعية المنخفضة يميلون إلى أن يكون مركز الضبط خارجياً بسبب غياب الاستقلال وتشجيع القدرات(جرمان، 2020، 50).

الدراسات السابقة

أولاً: دراسات عن قلق المستقبل:

1- **دراسة حسانين(2000) سوريا:** تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين قلق المستقبل وقلق الامتحان ودافعية الإنجاز والطموح والكشف عن الفروق بين الذكور والإناث وتكونت عينة الدراسة من(311) طالب وطالبة بالصف الثاني الثانوي واستخدم الباحث مقياس قلق المستقبل زاليسكي ومقياس قلق الاختبار لسبيلبرجر ومقياس الدافعية للإنجاز إعداد هرمانز ومقياس مستوى الطموح إعداد كاميليا عبد الفتاح وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سالبة بين قلق المستقبل وبين الدافعية للإنجاز ومستوى الطموح وكذلك وجود علاقة ايجابية بين قلق المستقبل وبين قلق الاختبار كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دالة إحصائية بين الذكور والإناث في قلق المستقبل.

2- **دراسة بولانسكي (Bolanowski, W, 2005) بولاندا:** التي اهتمت بدراسة مستوى القلق المهني نحو المستقبل لدى طلبة كليات الطب في بولاندا، بلغت عينة الدراسة 992 طالبًا وطالبة في السنة الأخيرة بكليات الطب استخدمت استبانة من إعداد الباحثة لتنفيذ أهداف الدراسة. توصلت الدراسة إلى أنّ 81% من أفراد العينة يعانون من مستوى مرتفع من قلق المستقبل المهني، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل تعزى للجنس.

3- **دراسة (Ari, 2011) تركيا:** هدفت إلى الكشف عن قلق المستقبل والهوية النفسية وأنماط التعاطف لدى طلبة المدارس الثانوية العليا والكليات، تكونت عينة الدراسة من 1525 طالب وطالبة وأظهرت النتائج وجود اختلاف فروق بين بعدي الاستكشاف والتزام في ضوء مستوى الحميمية والقلق من

المستقبل، ولصالح الذكور في مجال الاستكشاف، ووجود فروق ذات دالة إحصائية في تدني المخاوف والقلق من المستقبل لدى الذكور مقارنة بالإناث.

4- **عابد (2015) فلسطين:** هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طلبة الثانوية العامة في ضوء المتغيرات كالنوع والتخصص ومستوى التحصيل الدراسي حيث تشكلت عينة الدراسة (220) من طلبة الثانوية العامة كما تم استخدام المقاييس من إعداد الباحثة وأشارت النتائج لوجود مستوى مرتفع من قلق وفاعلية الذات ووجود علاقة طردية بين المتغيرات لدى أفراد العينة ووجود علاقة دالة إحصائيا ومستوى الطموح، ووجود فروق في مستويات قلق المستقبل تعزى لمتغير النوع لصالح الذكور

5- **دراسة زقاوة (2017) الجزائر:** هدفت التعرف إلى الفروق في مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة لمتغير النوع (ذكور، إناث) لمستوى المرحلة الدراسية التعليمية (ثانوي، جامعي، تكوين مهني) وتم استخدام استبيان لقلق المستقبل تضمن (30) فقرة من أعداد الباحث، طبقت على عينة من (1200) طالب وطالبة ينتمون إلى المراحل الدراسية الثلاثة، وأظهرت النتائج وجود مستوى متوسط من قلق المستقبل الطلاب عينة الدراسة بلغت (60.08%)، و(28.83%) قلق منخفض، (11.08%) قلق مرتفع، كما وجدت فروق دالة في مستوى قلق المستقبل بين الذكور والإناث لصالح الإناث.

ثانياً: دراسات عن مركز الضبط:

1- **دراسة نويوة (2018) الجزائر:** هدفت هذه الدراسة إلى معرفة علاقة بين مركز الضبط وقلق المستقبل وفعالية الأنا وقلق المستقبل والتعرف على الفروق وفق متغيرات الجنس، التخصص الدراسي و لتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس فعالية الأنا لمار كستروم وآخرون(2005) ومقياس قلق المستقبل لشقير (2005) بالإضافة إلى مقياس مركز الضبط لروتر(1966) تعريب كفافي(1982) على عينة من 311 مراهقين في مرحلة الثانوية. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين فعالية الأنا وقلق المستقبل، و جود ارتباط بين مصدر الضبط وقلق المستقبل، ولا توجد فروق في كل من مستوى فعالية الأنا، مصدر الضبط وقلق المستقبل وفق متغير النوع والشعبة.

2- **دراسة سالم وحجازي (2018) مصر:** تهدف الدراسة إلى التعرف على علاقة كل من تحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط ومركز الضبط لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام والفني والفرق بين

الذكور والإناث في تلك المتغيرات وتكونت العينة من (379) طالبة وطالباً وطبق عليهم مقياس وجهة الضبط ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط من إعداد الباحثين، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى تحديد الذات متوسط وكان مركز الضبط داخلي لدى أفراد العينة وعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في هذه المتغيرات وعلاقة موجبة بين تحديد الذات وكل من مواجهة الضبط الداخلية واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية.

3- **دراسة موهانتي(Mohanty, 2021) الهند:** هدفت الدراسة الحالية إلى اكتشاف الفرق بين الجنسين لدى طلاب الجامعات في مركز الضبط، وتكونت عينة من 30 طالبًا و30 طالبة، من جامعة خاليكوت وكلية إس. بي. آر. الحكومية (الآلية) للبنات في الهند من طلاب السنة النهائية في المسار العلمي تم استخدام "مقياس مركز الضبط روتر (1966) تم استخدام الأسلوب الإحصائي المناسب لإيجاد النتائج وأشارت النتائج إلى عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين الجنسين في مركز الضبط.

4- **دراسة أداك وساركار (Adak and sarkae,2021) الهند:**

هدفت الدراسة الحالية إلى ملاحظة الفروق بين الجنسين في تقدير الذات، ومركز الضبط، والمرونة بين المراهقين الصغار وتألفت العينة من (250) من الطلاب المراهقين الصغار في مقاطعتي هوجلي وكولكاتا في ولاية البنغال الغربية. تم استخدام ثلاث أدوات مختلفة لقياس هذه الجوانب المختلفة من تصميم الباحثين وأظهرت النتائج وجود مستوى أعلى من مركز الضبط الداخلي، وأكثر مرونة وتقدير الذات لدى الذكور.

5- **دراسة ابن عبدالله (2024) الجزائر:** هدفت هذه الدراسة إلى معرفة علاقة مركز الضبط (الداخلي والخارجي) بالتمرد النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، والفروق حسب متغيرات النوع والتخصص والمستوى الدراسي حيث أجريت الدراسة على مستوى ثانويتين ببلدية بولاية غرداية وبلغت العينة من (440) طالب أو طالبة، تم تطبيق مقياس مركز الضبط من اعداد نويكي ودوك" (1987) ومقياس التمرد النفسي من اعداد "محمد ماجد ديب الشاعر "(2014)، توصلت النتائج إلى أن مركز الضبط لدى الطلاب داخلي، وأن مستوى التمرد النفسي منخفض، وأنه توجد علاقة ارتباطية سلبية بين مركز الضبط والتمرد النفسي، وأن لا توجد فروق في مركز الضبط حسب النوع ويوجد فروق والتخصص والمستوى الدراسي.

تعقيب على الدراسات السابقة:

يلاحظ من خلال عرض الدراسات السابقة تنوع في الأدوات المستخدمة وتنوع النتائج فجميعها اعتمدت المنهج الوصفي وطبقت فيها الدراسات على عينات مختلفة كطلبة الجامعة مثل دراسة بولانسكي (Bolanowski, W, 2005) بينما بعضها استهدف الطلبة كدراسة دراسة نويوة (2018) بينما من حيث الأهداف نلاحظ تنوع في المتغيرات المدروسة الدراسات ربطه بمتغيرات أخرى كقلق الامتحان دراسة حسانين(2000) والتمرد النفسي مثل دراسة ابن عبدالله (2024) وتقدير الذات كدراسة أداك وساركار (Adak and sarkae,2021) ومتغيرات أخرى عديدة، وقد تباينت النتائج فاتفقت نتائج البحث مع بعضها دراسة موهانتي(Mohanty, 2021) ودراسة نويوة (2018) واختلف مع بعضها كدراسة عابد (2015) ودراسة (Ari, 2011) وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في صياغة مقدمة ومشكلة البحث، واختيار الأداة المناسبة، كما استفادت من هذه الدراسات السابقة في تفسير نتائج الدراسة الحالية

منهج البحث: تسعى الدراسة الحالية إلى تعرف العلاقة بين قلق المستقبل ومركز الضبط، وبالتالي ستقوم الباحثة باستخدام المنهج الوصفي، وهو المنهج الذي يهتم بدراسة العلاقة بين مكونات الظاهرة وتوضيح خصائصها وأشكالها، يقوم برصد الظاهرة بطريقة كمية ونوعية من أجل التعرف على العوامل والظروف التي أدت إليها مما يساعد في فهم الحاضر والتنبؤ بالمستقبل(شلي، 2016، 61).

مجتمع البحث وعينته: يتألف المجتمع الأصلي للبحث من جميع طلبة الثانوية العامة من الصف الثاني الثانوي بفرعيه الأدبي والعلمي في مدينة حمص، وبعد الرجوع إلى دائرة الاحصاء في مديرية التربية بلغ عدد الطلاب المسجلين للعام الدراسي (2025-2026) (5473) طالباً وطالبة. وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية العنقودية التي تناسب المجتمعات الكبيرة وغير المتجانسة مع الأخذ بعين الاعتبار متغير البحث (النوع) وبلغ حجمها (316) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية من ثمان مدارس تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من 35 ثانوية حيث تم تقسيم المدينة إلى أربع مناطق جغرافية (جنوبية، شمالية، غربية، شرقية) وتم اختيار ثانويتين(مدرسة للذكور- مدرسة للإناث) من كل منطقة جغرافية والجدول الآتي يوضح عدد أفراد العينة والمجتمع.

جدول (1): المدارس وعدد الطلبة الذي تم اختيارهم للعينة

المنطقة	اسم المدرسة	عدد الشعب	عدد الطلاب
شمالية	وصفي قرنفلي ذكور	1	40
	اشرف زين العابدين إناث	1	42
جنوبية	حنا عبود ذكور	1	34
	فدوى سليمان للإناث	1	36
شرقية	أحمد درويش ذكور	1	43
	الفتح للإناث	1	46
غربية	خالد بن الوليد ذكور	1	40
	الجلاء أناث	1	35
المجموع			316

أدوات البحث:

أولاً: مقياس قلق المستقبل بعد مراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع قلق المستقبل مثل دراسة (zaleski, 1996) ودراسة (ناهد سعود،2005) ودراسة (شقير،2005) ودراسة (المشيخي، 2009) تم اعتماد مقياس المشيخي كونه الأقرب إلى خصائص العينة ويتألف من خمسة أبعاد وهي:

البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل ويضم الأفكار والمعتقدات الخاطئة والسلبية التي تجعله يشعر بعدم الارتياح والخوف من المستقبل.

البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة والتوقعات السلبية لأحداث الحياة المستقبلية.

البعد الثالث: القلق من الأحداث الضاغطة ويقصد بها الضغوط التي يعاني منها الفرد وتنعكس على نظرته على المستقبل.

البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل وردود الفعل الانفعالية .

البعد الخامس: المظاهر الجسمية وردود الفعل الفسيولوجية للمواقف التي يستجيب لها الفرد وتشكل تهديداً له ويدرك أنها تؤثر على مستقبله (صبح وليفا، 2021، 357) والجدول الآتي يوضح توزع العبارات في أبعاد المقياس كما يتضح وفق الجدول (2) الآتي:

جدول رقم (2): توزيع البنود على أبعاد مقياس قلق المستقبل

الأبعاد	البنود	عدد البنود
التفكير السلبي تجاه المستقبل	36.-31-26-21-16-11-6-1	8
النظرة السلبية للحياة	41-37-32-27-22-17-12-7-2	9
القلق من الأحداث الحياتية	42.-38-33-28-23-18-13-8-3	9
المظاهر النفسية لقلق المستقبل	39-34-29-24-19-14-9-4	8
المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	43-40-35-30-25-20-15-10-5	9

ويتألف المقياس من (43) بند موزعة على الأبعاد الخمسة وقد تم اعتماد المقياس الثلاثي في الإجابة على البنود بثلاث بدائل وهي (تنطبق- أحياناً- لا تنطبق) وتعطى الدرجات على التوالي (3-2-1) وبالتالي فأن أعلى درجة يحصل عليها الطالب (129) وأدنى درجة (43) ومن ثم تم تحديد مستويات قلق المستقبل وفق الجدول الآتي .

الجدول رقم (3): مستويات قلق المستقبل

مستويات	الدرجات
ضعيف	من 43 - 72درجة
متوسط	من 73- 102 درجة
مرتفع	من 103- 129 درجة

الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل:

أولاً: **صدق المقياس** تم التأكد من صدق المقياس باستخدام الطرائق الآتية:

1. **صدق المحكمين:** تم عرض المقياس بصورته الأولية على عدد من المحكمين من أعضاء الهيئة التدريسية والمختصين في الإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة حمص، وذلك للحكم على عبارات المقياس من حيث صياغتها اللغوية ومن حيث كفايتها و قدرتها على قياس ما وضعت لقياسه، وبناءً على آراء المحكمين بقي المقياس كما هو دون إجراء أي تعديل عليه.
2. **صدق الاتساق الداخلي:**

تم حساب الثبات بهذه الطريقة على عينة سيكومترية مؤلفة من (50) طالبا وطالبة من طلاب الصف الثاني الثانوي العام في محافظة حمص خارج عينة البحث حيث تم التحقق من الاتساق الداخلي لبنود

مقياس قلق المستقبل وبموجب هذه الطريقة تم حساب معامل الارتباط بين درجة المفحوص على كل بند والدرجة الكلية للبعد الذي يمثله، وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (Spss). ويوضح الجدول رقم (4) معاملات الاتساق الداخلي لبنود مقياس قلق المستقبل.

الجدول رقم (4) يوضح معاملات ارتباط بنود مقياس قلق المستقبل مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

التفكير السلبي تجاه المستقبل		النظرة السلبية للحياة		القلق من الأحداث الحياتية		المظاهر النفسية لقلق المستقبل		المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	
البند	للبعد	البند	للبعد	البند	للبعد	البند	للبعد	البند	للبعد
1	0.37** 7	2	0.501**	3	0.309*	4	0.394**	5	0.477**
6	0.42** 7	7	0.440**	8	0.411**	9	0.477**	10	0.476**
11	0.39** 2	12	0.392**	13	0.543**	14	0.521**	15	0.455**
16	0.43** 9	17	0.527**	18	0.428**	19	0.352*	20	0.470**
21	0.33** 3	22	0.249*	23	0.198*	24	0.471**	25	0.533**
26	0.310*	27	0.405**	28	0.243*	29	0.512**	30	0.401**

31	0.68**0	32	0.249*	33	0.323*	34	0.149*	35	0.290*
36	0.263*	37	0.548**	38	0.535**	39	0.389**	40	0.361*
		41	0.321*	42	0.622**			43	0.398**

كما تم حســاب الارتباط بين كل بعد مع الأبعاد الأخرى ومع الدرجة الكلية عند مســتوى دلالة (0.05) و(0.01) الجدول الآتي يوضح معاملات ارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية

الجدول رقم (5): معاملات ارتباط الأبعاد مع بعضها ومع الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل

الأبعاد	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	الدرجة الكلية
البعد الأول	1	0.461**	0.470**	0.425**	0.439**	0.738**
البعد الثاني	0.461**	1	0.428**	0.390**	0.447**	0.749**
البعد الثالث	0.470**	0.428**	1	0.468**	0.490**	0.774**
البعد الرابع	0.425**	0.390**	0.468**	1	0.409**	0.695**
البعد الخامس	0.439**	0.447**	0.490**	0.409**	1	0.762**
الدرجة الكلية	0.738**	0.749**	0.774**	0.695**	0.762**	1

يلاحظ من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط السابقة جميعها دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05 −0.01) وهذا يعني أن المقياس يتمتع بصدق اتساق داخلي

3. الصدق التميزي:

للتّأكد فيما إذا كان المقياس قادراً على التمييز بين ذوي الدّرجات العليا وذوي الدّرجات الدّنيا في المقياس ووفقاً لهذه الطّريقة تم ترتيب درجات المفحوصين على كل بعد من أبعاد المقياس من الأدنى إلى الأعلى، ثمّ تمّ أخذ مجموعة المفحوصين الذين حصلوا على أعلى الدّرجات(الربع الأعلى)، والمفحوصين الذين حصلوا على أدنى الدّرجات(الربع الأدنى) ومن ثم تم التأكد من دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين باستخدام اختبار ت والجدول الآتي(T test) يوضح ذلك الجدول رقم 6

الجدول رقم (6) دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى بالنّسبة لمقياس قلق المستقبل ككل وأبعاده

أبعاد المقياس	الربيع الأدنى ن= 12		الربيع الأعلى ن= 12		ت المجدولة	ت المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية sig	القرار
	م	ع	م	ع					
البعد الأول	21.750	.8660	16.250	1.138	13.322	0.647	22	0.00	دال
البعد الثاني	24.500	1.000	18.250	.7530	17.289	1.355	22	0.00	دال
البعد الثالث	24.166	1.114	18.250	.7530	15.232	1.599	22	0.00	دال
البعد الرابع	21.083	1.083	15.750	.7530	13.996	1.015	22	0.00	دال
البعد الخامس	24.833	1.193	18.750	1.288	12.001	0.131	22	0.00	دال
المقياس ككل	112.16	3.563	90.50	3.580	14.859	0.659	22	0.00	دال

من خلال الجدول السّابق يتبيّن أنّ الفروق بين متوسطي المجموعتين دالّة بالنّسبة إلى الدّرجة الكليّة لمقياس ككل وأبعاده الفرعيّة، وهذا يعني أنّ المقياس يتصف بالصّدق التمييزيّ، حيث أنّه قادر على التّمييز بين ذوي الدّرجات العليا وذوي الدّرجات الدّنيا بالنسبة للمقياس ككل وكذلك بالنّسبة إلى أبعاده الفرعية.

ثانياً: ثبات المقياس

تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام الطرائق الأتية وهي:

معامل ألفا كرومباخ (Cronbach's alpha) و ثبات التجزئة النصفية (Split –half methods)، والجدول رقم (7) يوضح معامل الثبات ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية بعد تعديله باستخدام معامل سبيرمان –براون في مقياس قلق المستقبل

جدول رقم (7) معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية و الفا كرونباخ لمقياس قلق المستقبل

الأبعاد	التفكير السلبي تجاه المستقبل	النظرة السلبية للحياة	القلق من الأحداث الحياتية	المظاهر النفسية لقلق المستقبل	المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	المقياس ككل
معامل ألفا كرومباخ	0.748	0.757	0.774	0.758	0.781	0.794
معامل التجزئة النصفية	0.771	0.750	0.791	0.624	0.774	0.865

يتضح من الجدول رقم (12) أن معاملات ثبات أبعاد المقياس جيدة مما يسمح بقبول هذه الأبعاد وعباراتها، وتدل على درجة ثبات عالية.

ثانياً: مقياس مركز الضبط جوليان روتر(Rotter, 1966):

ينسب إلى جوليان روتر (Rotter, 1966) ويتكون من تسع وعشرين بند، وكل بند يتضمن عبارتين أحدهما تعبر عن الضبط الداخلي، والثانية تعبر عن الضبط الخارجي وتشير الدرجة المرتفعة للمقياس على التوجه الخارجي، بينما الدرجة المنخفضة تشير إلى التوجه الداخلي في الضبط وترتبط بنود المقياس بتوقعات الفرد عن الكيفية التي يتم به التحكم في التعزيزات أو التدعيمات تتراوح الدرجة من (صفر – 23)، (Rotter,

1966, 21) وقد قام بتعريبه الدكتور علاء الدين كفافي(1982) وقامت العبيد (2016) بتطبيقه على البيئة السورية يتم تصحيح المقياس على النحو الآتي:

جدول رقم (8): مفتاح تصحيح مقياس مركز الضبط

الفقرات	فقرات تمويه	الفقرات
-18-17-16-9-7-6-2 29-25-23-21-20	27-24-19-14-8-1	-13-12-11-10-5-4-3 28-26-22-15
تعطى علامة واحدة عند الإجابة عنها بالرمز (أ) وتعطي صفراً عند الإجابة عنها بالرمز (ب).	لا تعطى لها أي علامة	تعطى علامة واحدة عند الإجابة عنها بالرمز (ب) وتعطى صفراً عند الإجابة عنها بالرمز (أ)

ويصنف المستجيبون على المقياس إلى فئتين:

- من (0-8) درجة ذوي ضبط داخلي
- من (9-23) درجة ذوي ضبط خارجي

أولاً: صدق مقياس مركز الضبط

تم التحقق من صدق وثبات المقياس بتطبيقه على (50) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية خارج العينة وللتحقق من صدق والثبات وفق الآتي

1. **صدق المحتوى لمقياس مركز الضبط(صدق المحكمين):**

تم عرض المقياس على آراء المحكمين من دكاترة جامعة حمص للوقوف على مدى صلاحية وصدق عبارات المقاييس وبناء على ملاحظاتهم ومقترحاتهم تم تعديل بعض الكلمات و توضيح بعض العبارات حيث عدلت البنود التي وافق على تعديلها من 8-5 دكاترة وبلغت نسبة الاتفاق في مقياس مركز الضبط 90% وبناء على ذلك تم تعديل البنود في بعض العبارات و تغيير بعض العبارات وإضافة عبارات أخرى ويبين الجدول الآتي العبارات التي تم تعديلها

جدول رقم(9) العبارات التي تم تعديلها على مقياس مركز الضبط

نص العبارة قبل التعديل	نص العبارة بعد التعديل
هناك بعض الناس الذين هم سيئون	هناك بعض الناس السيئين
لا استطيع أحيانا أن افهم كيف يتوصل المدرسون للعلامات التي يعطونها	لا أستطيع أحيانا أن افهم كيف يُقدر المدرسون العلامات للطلاب
اعتماد المرء على القدر في تصريف أموره لا يجدي بالمرة .	اعتماد المرء على القدر في تصريف أموره لا يجدي اطلاقاً

2. صدق الاتساق الداخلي لمقياس مركز الضبط:

تم حســاب معامل ارتباط البنود مع الدرجة الكلية للمقياس بعد حذف فقرات التمويه المشــار اليها في الجدول رقم (10) والجدول الآتي يوضح ذلك:

الجدول رقم (10) يوضح معاملات الاتساق الداخلي لبنود مقياس مركز الضبط

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	تمويه	11	0.794*	21	0.385**
2	0.358**	12	0.713*	22	0.218**
3	0.265**	13	0.228**	23	0.210**
4	0.425**	14	تمويه	24	تمويه
5	0.584*	15	0.394**	25	0.543*
6	0.371**	16	0.303**	26	0.703*
7	0.636*	17	0.502*	27	تمويه
8	تمويه	18	0.435**	28	0.260**
9	0.327**	19	تمويه	29	0.503*
10	0.340**	20	0.371**		

يلاحظ من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط السابقة جميعها دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05− 0.01) وهذا يعني أن المقياس يتمتع بصدق اتساق داخلي

3. الصدق التمييزي:

فبعد جمع البيانات وتفريغها ثم ترتيب درجات الأفراد تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة ثم قسمت إلى مجموعتين العليا والدنيا نأخذ 27% من الدرجات الدنيا و27% من الدرجات العليا ونحسب باختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات لعينين مستقلتين كما هو موضح في الجدول الآتي رقم (11) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت ستيودنت" ودلالتها في مقياس مركز الضبط

الجدول رقم (11) دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى بالنّسبة لمقياس مركز الضبط

العينة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت المجدولة	مستوى الدلالة عند 0,01
المجموعة العليا	12	14.92	1.26	0.040	15.58	دالة
المجموعة الدنيا	12	7.58	0.996			

ونلاحظ من الجدول السابق أن ت المحسوبة التي بلغت (0.040) والتي هي أصغر من (0.05) وبالتالي يوجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) وهذا مما يجعلنا نطمئن لصدق المقياس الذي يتمتع بصدق تميزي عال

ثانياُ: ثبات مقياس مركز الضبط

تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية بعد تعديله باستخدام معادلة سبيرمان – بروان وثبات الفا كرونباخ والثبات بالإعادة الجدول الأتي يوضح نتائج الثبات بالطرق المذكورة:

جدول (12) يبين معامل الثبات في مقياس مركز الضبط

مقياس مركز الضبط	العدد	التجزئة النصفية	ألفا –كرونباخ	الثبات بالإعادة
29	50	0.629	0.616	0.675

يتبين من الجدول السابق أن معاملات الثبات جيدة وهذا يعني أنه صالح للاستخدام.

عرض النتائج وتفسيرها:

أولاً: النتائج المتعلقة بأسئلة البحث

1- ما مستوى قلق المستقبل لدى أفراد عينة البحث؟

للإجابة هن هذا السؤال تم حساب الدرجة الكلية للمقياس وهي (129) وأدنى درجة (43) ثم حساب المدى (129-43=86) ومن ثم تم تقسيم المدى على عدد الفئات (منخفض- متوسط – مرتفع) وفق الجدول (2) السابق ومن ثم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات افراد عينة البحث على مقياس قلق المستقبل لأفراد العينة والجدول (13) يوضح ذلك.

جدول رقم (13): المتوسط والانحراف المعياري ومستوى لدى أفراد العينة.

المقياس	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى قلق المستقبل
قلق المستقبل	316	101.08	7.115	مرتفع

نلاحظ من خلال النتائج السابقة أن مستوى قلق المستقبل مرتفع وتتفق هذه النتيجة مع دراسة بولانسكي (Bolanowski, W, 2005) وكان المستوى مرتفع لدى أفراد العينة التي طبقت فيها هذه الدراسات وتتعارض مع دراسة زقاوة(2017) والتي كان مستوى القلق متوسط يعود السبب برأي الباحثة إلى توقعات الأهل العالية من أولادهم فعادة ما تولد نسبة التوقع العالية من الوالدين الخوف والاضطراب في نفوس الأبناء لديه مما يؤدي إلى الخوف من المستقبل والتفكير فيه والقلق وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى أن هذه المرحلة مهمة في مستقبل الطالب الدراسي حيث تعد مفترق طرق وفيها الكثير من التطلعات والتوقعات للمستقبل والتخوف من أن هذه التوقعات لا تتناسب مع قدراتهم وإمكانياتهم مما يتولد لديهم التوتر والخوف من المستقبل

2- ما نوع مركز الضبط (داخلي- خارجي) الأكثر شيوعاً لدى أفراد عينة البحث.

للإجابة عن هذا السؤال تم تطبيق القاعدة الآتية (المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري)

جدول رقم (14): المتوسط والانحراف المعياري و لدى أفراد العينة.

المقياس	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نوع مركز الضبط
مركز الضبط	316	11.70	2.875	خارجي

يتبين من الجدول رقم (14) أن المتوسط الحسابي(11.70) يقع ضمن الضبط الخارجي وهو (9-23) والذي يوضح أن مركز الضبط السائد هو الخارجي وتختلف عن دراسة سالم وحجازي (2018) ودراسة ابن عبدالله (2024) اللتان كان المركز السائد لدى أفراد العينة داخلي حيث أن هناك محددات وعوامل تربوية واجتماعية وثقافية كأساليب التربية وثقافة المجتمع وتنمي الاعتقاد بوجهة الضبط الداخلي أو الخارجي وتفسر الباحثة ذلك أن الطلاب في هذه المرحلة يفسرون نتائج سلوكهم لعوامل خارجية كالحظ أو صعوبة المهمات أو صعوبة المقررات ويشعرون بأنهم غير مسؤولين عن الأحداث التي تحيط بهم وغير قادرين على التحكم فيها ويعتقدون أن الأمور الخارجية كالآخرين أو الحظ هي المسؤولة عن نجاحهم أو فشلهم.

ثانياً: النتائج المتعلقة بفرضيات البحث.

الفرضية الأولى: التي تنص: "لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين درجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل ودرجاتهم على مقياس مركز الضبط"، لاختبار صحة الفرضية تم استخدام معامل ارتباط بيرسون وذلك باستخدام برنامج spss كما يظهر الجدول الآتي:

الجدول رقم (15) قيم معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على مقاييس البحث

المتغير		أبعاد مقياس قلق المستقبل					
	معامل الارتباط	**التفكير السلبي**	**النظرة السلبية للحياة**	**القلق من الأحداث**	**المظاهر النفسية**	**المظاهر الجسمية**	**المقياس ككل**
مركز الضبط	**Sig**	**0.612**	**0.733**	**0.677**	**0.755**	**0.818**	**0.822**
	الحكم	الارتباط دال عند 0,01	الارتباط دال عند 0,01	الارتباط دال عند0,05	الارتباط دال عند 0,01	الارتباط دال عند 0,01	الارتباط دال عند 0,01

من الجدول السابق تبين أن معامل ارتباط بيرسون بين قلق المستقبل ومركز الضبط بلغت(0.822) عند مستوى دلالة (0.01) أي أنه يوجد علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على قلق المستقبل بأبعاده الفرعية ودرجاتهم على مقياس مركز الضبط وبذلك نرفض الفرضية الصفرية

ونقبل الفرضية البديلة، أي كلما زادت الدرجات على مقياس قلق المستقبل زادت الدرجات على مقياس مركز الضبط أي(انخفض مركز الضبط الداخلي) و العكس صحيح.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة نويوة (2018) وقد جاءت النتائج متسقة مع ما ذهب إليه الكثير من الباحثين في أن التوقع، وهو دافع معرفي بعد عاملا أساسيا لنشوء القلق. فلقد ثبت أن الأشخاص القلقين تنقصهم الفاعلية في استبصارهم بالواقع، وفهمهم للأحداث البيئية والسيطرة عليها. ويحملون توقعات سلبية عن إمكاناتهم الشخصية في ضبط أسباب الحصول على التعزيزات، وهذا نتيجة للتوتر الذي ينتابهم بصورة مزمنة (معمرية، 2012 ، 98) وتبدو هذه النتيجة منطقية فأصحاب مركز الضبط الداخلي يدركون أنهم هم المسؤولون عن نتائج سلوكهم، وهو ما يقلل من مستوى قلقهم مما سيحدث في المستقبل، في حين أن من يعتقدون في الضبط الخارجي يدركون أن أحداث الحياة لا تتوقف أو تعتمد على سلوكهم فقط، بل أنها ترتبط بعوامل خارجية ومستقلة عن ذواتهم، وهو ما يترتب عنه قلق وتوجس من الأحداث المستقبلية

الفرضـية الثانية: لا توجد فروق دالة إحصـائياً عند مسـتوى الدلالة (0.05) بين متوسـطي درجات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل تبعاً لمتغير النوع (ذكور، إناث).

الجدول رقم (18) الفروق بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس قلق المستقبل

البعد	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة sig	النتيجة
التفكير السلبي تجاه المستقبل	ذكور	157	31.44	2.874	0.499	0.751	غير دال
	إناث	159	31.91	3.251			
النظرة السلبية للحياة	ذكور	157	33.13	3.891	0.294	0.553	غير دال
	إناث	159	32.29	3.591			
القلق من الأحداث الحياتية	ذكور	157	32.25	3.783	1.27	0.332	غير دال
	إناث	159	33.62	3.371			
المظاهر النفسية لقلق المستقبل	ذكور	157	29.31	3.646	0.770	0.587	غير دال
	إناث	159	30.26	4.249			

المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	ذكور	157	34.75	3.396	0.343	0.334	غير دال
	إناث	159	34.32	4.312			
مقياس قلق المستقبل	ذكور	157	161.25	11.981	0.330	0.268	غير دال
	إناث	159	162.68	15.159			

يلاحظ من خلال الجدول رقم (18) أن قيمة (**sig**) قد بلغت (0.268) وهي قيمة أكبر من قيمة مستوى الدلالة الافتراضي (0.05) ، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية القائلة بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة من أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل وفق متغير النوع وتتفق نتائج البحث مع دراسة بولانسكي (Bolanowski, W, 2005) ودراسة حسانين(2000) اللتان توصلتا لعدم وجود فروق بينما تختلف هذه النتيجة مع دراسة(Ari, 2011) ودراسة عابد (2015) ويعود ذلك برأيهم بأن الذكور لديهم احساس نفسي كبير بأنهم سيتحملون المسؤولية أكثر من الاناث كما ان الذكور هم ارتباطا بمشكلات الواقع لذلك فان فشلهم في تحقيق طموحاتهم يوقعهم في الاكتئاب والانحراف والقلق من المستقبل بينما تختلف مع دراسة زقاوة (2017) والتي كشفت عن فروق لصالح الإناث وتفسر الباحثة ذلك إلى أساليب التنشئة الاجتماعية الأسرية تعتمد في وقتنا على المسؤولية والاستقلالية فأن كلا الجنسيان يتطلب منهم مواجهة المواقف والاستعداد الكافي والخوف والتوجس من المجهول والأوضاع غير المستقرة التي تجعلهم في حال قلق دائم وبذلك أصبح قلق المستقبل من الأمور التي تشغل الذكور والإناث على حد سواء

النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة: والتي تنص (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس مركز الضبط وفقاً لمتغير النوع / ذكور وإناث)والنتائج المتحصل في الجدول(19) تبين الفروق بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس مركز الضبط

الجدول رقم (19) الفروق بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس مركز الضبط

مقياس	**النوع**	**العدد**	**المتوسط الحسابي**	**الانحراف المعياري**	**قيمة ت**	**مستوى الدلالة sig**	**النتيجة**
مركز الضبط	ذكر	157	10.61	2.796	7.183	0.417	غير دالة
	أنثى	159	12.77	2.536			

يلاحظ من خلال الجدول رقم (19) أن قيمة (**sig**) قد بلغت (0.417) وهي قيمة أكبر من قيمة مستوى الدلالة الافتراضي (0.05)، لذا نقبل الفرضية الصفرية القائلة بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة من أفراد عينة الدراسة على مقياس مركز الضبط ونجد أن هذه النتيجة تتفق مع دراسة سالم وحجازي (2018) ودراسة ابن عبدالله (2024)، ويفسر ابن عبدالله(2024 ،78) عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مركز الضبط الداخلي إلى التشابه في الضغوط النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها الجنسان في مرحلة المراهقة مما يؤدي إلى تجانس السلوك بينهما وأيضاً يتعرضان لنفس التطورات والتغيرات الاجتماعية والجسدية وكما يتأثر كل منهما بتوقعات المجتمع والثقافة المحيطة بينما دراسات أخرى أكدت بوجود فروق لصالح الذكور مثل دراسة أداك وساركار (Adak and sarkae,2021) حيث يؤكد عبدالله (2024، 84) الذكور يختلفون في شتى الخصائص والسمات عن مما قد يكون سبب وجود الاختلافات لصالح الذكور حيث يميل الذكور إلى تحمل المسؤولية والثقة بالنفس مما يعزز وجهة الضبط الداخلية.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى أن البيئة الأسرية والاجتماعية للفرد هي واحدة وظروف التنشئة الاجتماعية هي التي تؤثر على مركز الضبط الداخلي والخارجي.

توصيات البحث:

- أعداد البرامج الإرشادية لخفض قلق المستقبل ورفع مستوى الضبط الداخلي لدى الطلاب المراهقين.
- اعداد ندوات ودروس التوجيه والتوعية للطلاب المراهقين من قبل المرشدين في المدارس لأعدادهم للمرحلة القادمة وتدريبهم على تحمل المسؤولية.
- عقد ورشات لتدريب للمرشدين للتعامل مع حالات قلق المستقبل ورفع مستوى الضبط الداخلي.
- أعداد الأنشطة المدرسية والرياضية والترفيهية للطلاب في المدارس من أجل مساعدتهم في التفريغ والتخفيف من قلق المستقبل.

المراجع العربية:

- إبراهيم، أشرف. (2019). الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- ابن عبدالله، هناء .(2024). علاقة مركز الضبط (الداخلي والخارجي) بالتمرد النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بثانويات بريان–غرداية، **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة غرادية، الجزائر.
- أحمد، زقاوة. (2014). قلق المستقبل وعلاقته بالمشروع الشخصً للحياة، **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة وهران، الجزائر.
- أحمد، زقاوة. (2017).الفرق في مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلاب التعليم الثانوي والجامعي والتكوين المهني. **المجلة العربية لعلم النفس**، ع3، 51–75.
- آل شويل، سعيد والزهراني، صالح.(2022). وجهة الضبط والتوافق النفسي لدى طلبة جامعة الباحة في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة العلوم التربوية** ، 8(12)،121 –154.
- البعلي، مصطفى.(2014). قلق المستقبل وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية. **مجلة العلوم الاجتماعية والانسانية** ، 4(6)، 63–77.
- بلال، نجمة.(2021). قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز الدراسي لدى الطلبة الجامعيين المقبلين على التخرج دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة. **تامدة –تيزي وزو**، 15(1) ، ص 96–108.
- حسين، عمرو وسيد، شيماء.(2020) فعالية برنامج قائم على القصص لتنمية الذكاء الوجداني وأثره في تحسين وجهة الضبط الداخلية لدى الطلاب ضعاف السمع في مدارس الدمج الأعدادية بمدينة بني السويف. **مجلة كلية التربية بعين شمس**، ع 42، 351– 417.
- الحويج، أحمد عبد الهادي.(2021). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات. **مجلة العلوم الانسانية بجامعة المرقب**، ع 22، 725–755.
- الخطاف، نهى.(2021). قلق المستقبل لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية في بريدة. **المجلة العلوم التربوية والاجتماعية**، 1(5) ، 26– 54.
- جرمان، أكرامان .(2020). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بمركز الضبط لدى الطلا ب المرحلة الثانوية. **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة العربي بن مهيدي – أم البواقي، الجزائر.
- الداهري، صالح. (2005). **مبادئ الصحة النفسية** : دار وائل للنشر والتوزيع، **الأردن**.

- دبار، حنان وبن موسى ،عبد الوهاب. (2021). قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات لدى الطلبة المقبلين على التخرج. **مجلة العلوم النفسية والتربوية**، 7(1) ، 190-205.
- دندي، إيمان .(2017). المساندة الاجتماعية وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، **مجلة جامعة حمص**، 83-51 (27) 39.
- عابد، هيام زياد. (2015). قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات و مستوى الطموح لدى طلبة الثانوية العامة في محافظة غزة . **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الإسلامية – غزة.
- عريشة، رويدا.(2025). مركز الضبط وعلاقته باضطراب التحدي المعارض لدى أطفال الروضة باستخدام تطبيقات الذكاء الصناعي. **مجلة الطفولة**،50(1)، 1422-1459.
- سالم، هانم وحجازي، إحسان. (2018). تحديد الذات وعلاقته بكل من وجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثاني الثانوي العام والفني والفرق بين الذكور والإناث في. **مجلة كلية التربية بالزقازيق**، 99(2)، 136-266.
- سعود، ناهد.(2005). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية ، جامعة دمشق، سورية.
- سليمان، إيمان و حسانين، اعتدال و عفيفي، منال.(2021). التحصيل الدراسي وعلاقته بقلق المستقبل والضغوط الأكاديمية لدى طلاب المرحلة الثانوية. **مجلة كلية التربية بالإسماعلية**، ع 50، 100-130.
- السيد، هند.(2021). الضغوط النفسية عند طلاب المرحلة الثانوية من العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة . **مجلة العلوم التربوية بجامعة الغردقة**، 4(2)، 215-235.
- شقير، زينب.(2002). مقياس قلق المستقبل: مكتبة الأنجلو المصرية، ط1 ، مصر.
- الشلاش، عمر.(2015).قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية والافكار اللاعقلانية لدى عينة من طلبة جامعة الشقراء .**مجلة البحث العلمي في** التربية، العدد 16، 283-265.
- شلي،كمال.(2016). **منهجية البحث العلمي**: مديرية الكتب والمطبوعات بجامعة حماة ، سوريا.
- الشوريجي، أبو المجد و حليم، شيري والغريب، بسبوسة و محمد، هدى.(2024). قلق المستقبل والحساسية الانفعالية لدى طلبة المرحلة الثانوية. **مجلة كلية التربية بالزقازيق**، 134(39)،351 – 396.

- الصبحي، حنين.(2023).الابتكارية الانفعالية وعلاقتها بالتمثيل المعرفي ومركز الضبط لدى الطالبات الموهوبات وغير الموهوبات بالمرحلة الثانوية بمكة المكرمة. **مجلة العلوم النفسية التربوية العلمية**، 7(7) ، ص158-135.
- صبح، صفاء وليفا، رهام.(2021). قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية بجامعة تشرين. **مجلة جامعة تشرين** ، 43(1) 349- 464،.
- القاضي، وفاء. (2009). قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة. **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الإسلامية – غزة.
- قمر، مجذوب.(2015). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية. **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة دنقلا، السودان.
- ناصري، ابتسام .(2020). مركز التحكم وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة بوضياف مسيلة، **الجزائر**.
- مسعود، سناء.(2006). بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين، دراسة تشخيصية. **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة طنطا، مصر.
- المشيخي، غالب.(2009). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات وبمستوى الطموح لدى عينة من طلاب التربية بجامعة الطائف، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، فلسطين.
- المصري، أسماء.(2023). تطوير التعليم الثانوي الحكومي في ضوء استراتيجية التنمية المستدامة. **مجلة كلية التربية بجامعة دمياط**، 38(85)، 265-332.
- مصطفى ، بن مريحة. (2021). قلق المستقبل و علاقتـه بكل من فاعلّية الذات و وجهة الضبط لدى تلاميذ السنة الثالثة من التعلّم الثانوي، **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة عبد الحميد ابن باديس، مستغانم، الجزائر.
- نويوة ، فيصل. (2018). النمو النفس اجتماعي (فاعليات الأنا) ومصدر الضبط وعلاقتهما بقلق المستقبل المتمدرس بمرحلة التعليم الثانوي.(**رسالة ماجستير غير منشورة**) ،كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس، جامعة المسيلة.
- لموزة ،أشواق والجبوري، ميعاد.(2018). الكفاية المدركة وعلاقتها بموقع الضبط لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، ع 85، 409-442.

المراجع الأجنبية:

-Adak, CH & sarkae, K . (2021). the gender differences on self-esteem locus of control and resilience among young adolescents. **Journal of Research in Humanities and Social Science**, 9(2), p1-6.

- Alsubhi, H. (2023). Emotional Creativity and its relationship to Cognitive Representation and Locus of Control among Talented and Untalented High School female students in Makkah Al-Mukarramah. **Journal of Educational and Psychological Sciences (JEPS)**, 7(7), 135- 158.

- Ari, R. (2011): Analysis of Ego Identity Process of Adolescents in terms of attachment styles and Gender', **Social and Behavoiral Science**, 2(10), P 744-750.

-Bolanowski, w.(2005). Anxiety about professional future among young doctors. **International journal of occupational medicine and environmental health**, 18(4), 367-374.

- Caliendo, M., Cobb-Clark, D. A., Seitz, H,& Uhlendorff, A.(2016). Locus of control and investment in training(No. 10406), **IZA discussion papers**.

- D `souza, G (2016). Self-efficacy and locus of control mediators of stress in adolescents **International journal of Advanced Research**, 4 (5), 711 - 715.

- García, P.J., Delgado, J.C., Llanes, L.R., Fernández, F.M., & Pando E.V. (2017). Locus of Control in Mexican University Students Comparisons by Gender. **European scientific journal**, 13, 235-235.

-Hammad, M.(2016).Future Anxiety and its Relationship to Students' Attitude toward **Academic Specialization Journal of Education and Practice**, 7(15), 54-65.

-Jumah, Farah ,& Al-Khamra, H.(2022). Future Anxiety Among High-School Students With Visual Hearing Impairments, And Non-Disabled Students And

Its Relationship To Their Parents' Educational Level In The Capital Amman .**Journal of Positive School Psycholo**g, 6(8), 8249- 8269

-Kutanis, M. & Ovdur, Z. (2011). The Effects of Locus of Control on Learning Performance: A Case of an Academic Organization. **Journal of Economic & Social Studies** (JECOSS), 1(2), 113-136.

-Karaman, M. & Waston, J. (2017). Examining associations among achievement motivation, Locus of control, academic stress and life stratification: A comparison of U.S and international Undergraduate students, ،**Personality and Individual Differences,** 111, 110- 160.

-Mohanty, A.(2021). Gender Difference in Locus of Control: A Comparative Study. **International Journal of Indian Psychology**, 9(4), p 949

-Ome, N, & Okorie, A, & Azubuike, E. (2014). Assertiveness, self-esteem and locus of control as predictors of aggression in a Nigerian sample. **International Journal of Research in Arts and Social Sciences,** 7(2), 217-229.

- Öztekin, G.,& Gómez-Salgado, J, & Yıldırım, M. (2025). Future anxiety, depression and stress among undergraduate students: Psychological flexibility and emotion regulation as mediators. **Frontiers in Psychology**, 16, 1- 9.

Mwamwenda, T & Kariuki, H. (2020). University of Nairobi Students' Locus of Control . **Turkish journal of Computer and Mathematics Education** , 1(3), 1129- 1135.

- Promsri, Ch.(2018).The Influence of External Locus of Control on Life Stress: Evidence from Graduate Students in Thailand . **International Journal of Social sciences perspectives, 3(1), p 38-41.**

- Rana, K., Muammer, M., & Zeynep, O. (2011). The Effect of Locus of Control on Learning Performance: A Case of an Academic Organization. **Journal of Economic and social Studie**s, 1(2) 113-133

- Rappaport, H. (1991)Measuring defensiveness against future anxiety elepression. **Current Psychology**, 10, 1, 65-77.

-Rotter, J.B. (1966). Generalized expectation for internal versus external control of reinforcement. **psgchological monographs**,p 2-24-34-76.

-Rosellini, A. J., & Brown, T. A. (2011). The NEO Five-Factor Inventory: Latent structure and relationships with dimensions of anxiety and depressive disorders in a large clinical sample. **Assessment,** 18(1), 27-38.

- Roy, B, & Arora, A. (2017). Locus of control and emotional intelligence among high and low self-efficacious school students. **The International Journal of Indian Psychology,** 4, 19-24

- Zaleski, Z.(1996). Future Anxiety: Concept Measurement and Preliminary Research. **Journal of Personality and Individual Differences**, 21 (2), 174-163.

مقياس(المشيخي) قلق المستقبل

عزيزتي الطالبة / عزيزي الطالب الاسم.....النوع.....

نضع بين يديك مجموعة من العبارات التي تعبر عن مدى قلقك وخوفك من المستقبل يرجى قراءة كل من تلك الفقرات ووضع إشارة (x) في المكان المناسب في ورقة الإجابة الذي تعتقد أنه ينطبق عليك، كما يرجى التأكد من الإجابة عن جميع الفقرات دون استثناء وبكل صدق وأمانة علماً أن الإجابة لأغراض البحث العلمي فقط وشاكرين لكم حسن تعاونك

الرقم	العبارات	لا تنطبق	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق تماما
1	أشعر بخيبة امل كلما فكرت في المستقبل			
2	أخشى الفشل في المستقبل			
3	أشعر بقلق شديد من نتيجة ما يحدث من عنف وتطرف وارهاب			
4	أشعر بالعصبية والتوتر وعدم الاستقرار			
5	أشعر بالضعف العام ونقص الطاقة الحيوية			
6	تنتابني حالة من التوتر وعدم الارتياح عندما أفكر في المستقبل			
7	أشعر بأن آمالي وطموحاتي لن تتحقق			
8	يزعجني ازدياد تكاليف الزواج			
9	أشعر بعدم القدرة على تجاوز الصعوبات التي تواجهني			
10	أشعر بالخمول وتوتر العضلات			
11	تفكيري المستمر في المستقبل هو مصدر قلقي			
12	ينتابني شعور بأن الأيام القادمة غير سعيدة			
13	أشعر بقلق من ارتفاع الاسعار وغلاء المعيشة			
14	أشعر بالارتباك والحيرة عندما أفكر في المستقبل			
15	أعاني من بعض الاضطرابات في المعدة			

16	أشعر بالقلق من سرعة تحقيق أهدافي			
17	أخشى من أن تتغير حياتي إلى الإسوء في المستقبل			
18	أخشى الدخول في علاقات جديدة خوفا من الفشل			
19	أجد صعوبة في التخطيط للمستقبل			
20	أعاني من ضيق في التنفس			
21	أشعر بعدم الأمان كلما فكرت في المستقبل			
22	نظرتي للحياة مليئة بالتشاؤم			
23	يزعجني ارتفاع نسبة الطلاق في المجتمع			
24	أشعر بضعف التركيز وشرود الذهن			
25	أعاني من اضطراب في النوم			
26	مشاكل الحياة المستقبلية تفرض نفسها على تفكيري			
27	تلازمني فكرة الموت في كل وقت			
28	قلق أهلي الدائم على مستقبلي يشكل ضغطا نفسيا علي			
29	أخشى بأنني لن أستطيع تحقيق ذاتي			
30	أشعر بسرعة نبضات القلب			
31	أشعر أن المستقبل لا يحمل أي صورة مشرقة			
32	أخشى من وقوع بعض المصائب في المستقبل			
33	يشغلني التفكير في مستقبلي الدراسي			
34	أشعر بالضيق والحزن وانشغال الفكر			
35	أعاني من صداع مستمر			
36	يسيطر علي شعور بالخوف من المستقبل			
37	أشعر أن المستقبل يحمل في طياته كثير من الصعوبات			
38	أخشى قلة فرص العمل بعد التخرج			
39	أشعر بعدم القدرة على اتخاذ القرارات			
40	يتصبب مني العرق دون سبب واضح			
41	أشعر بأنني لن أحقق السعادة في حياتي المقبلة			
42	يشغلني كثرة متطلبات الحياة والتزاماتها المادية المتزايدة			
43	أعاني من ارتفاع في ضغط الدم			

مقياس مركز الضبط

الاسم..... النوع.....

عزيزي الطالب / الطالبة نضـــع بين يديك مجموعة من العبارات أرجو الإجابة بوضـــع إشـــارة دائرة على الفقرة(أ) او الفقرة (ب) التي تناسب رأيك بكل أمانة ، علماً أنه ليس هناك إجابة خاطئة أو صحيحة ، بل الإجابة صحيحة طالما تعبر عن رأيك و إجابتك سوف تبقى سرية لأغراض البحث العلمي وشاكرين لكم حسن تعاونكم .

الرقم	رمـــــز الإجابة	فقرة السؤال
1	أ-	- يقع الأولاد في المشكلات لان إبائهم يعاقبونهم كثيراً
	ب-	- مشكلة غالبية الأولاد في هذه الأيام تساهل إبائهم الزائد معهم .
2	أ-	- يعود الكثير مما يصيب الناس من تعاسة جزئيا إلى حظهم السيئ .
	ب-	- يعود سوء حظ الناس إلى الأخطاء التي يرتكبونها .
3	أ-	- من الأساليب الرئيسية لوقوع الحروب عدم اهتمام الناس الكافي بالسياسة
	ب-	- ستقع الحروب باستمرار مهما حاول الناس منع حدوثها
4	أ-	- يحصل الناس في النهاية على الاحترام الذي يستحقونه في هذا العالم
	ب-	- لسوء الحظ غالباً ما تمضي حياة الفرد دون أن يقدر قيمته أحد مهما بلغ من جهد .
5	أ-	- إن فكرة عدم عدالة المدرسين تجاه طلابهم لا معنى لها .
	ب-	-غالبية الطلاب لا يدركون مدى تأثر علاماتهم بعوامل الصدفة
6	أ-	- لا يمكن للمرء أن يكون قائداً فعالاً دون توفر الفرص المناسبة .
	ب-	- الأكفاء الذين يفشلون في أن يصبحوا قادة هم أناس لم يحسنوا استغلال فرصهم
7	أ-	- مهما تبذل من جهد في كسب ود الآخرين فسيظل هناك أناس يكرهونك .
	ب-	- الذين لا يستطيعون كسب ود الآخرين لا يفهمون كيفية التعامل معهم
8	أ-	- تلعب الوراثة الدور الرئيسي في تحديد شخصية الفرد .
	ب-	- خبرات الفرد في الحياة هي التي تحدد ما ستكون عليه شخصيته .
9	أ-	- غالبا ما أجد الأشياء المقدر لها أن تحصل ، تحصل فعلاً .
	ب-	- اعتماد المرء على القدر في تصريف أموره لا يجدي اطلاقاً
10	أ-	- يندر أن يجد الطالب الامتحان غير عادل إذا كان استعداده لهذا الامتحان تاماً .

	ب-	– في كثير من الأحيان تكون أسئلة الاختبار عديمة الصلة بالمادة الدراسية مما يجعل الاستعداد لها عديم الجدوى
11	أ- ب-	– يعتمد النجاح على العمل الجاد ولا دخل للحظ به إلا نادراً . – الحصول على وظيفة جيدة يعتمد بشكل أساسي على وجود الفرد في المكان و الوقت المناسبين
12	أ- ب-	– يستطيع المواطن العادي أن يؤثر بشكل ما على قرارات الحكومة – يسيطر على العالم مجموعة من الناس ولا يستطيع الشخص العادي أن يفعل شيئا إزاء ذلك .
13	أ- ب-	– عندما أقوم بوضع الخطط فإنني غالبا ما أكون على يقين بقدرتي على تنفيذها . – ليس من الحكمة أن تخطط للمستقبل البعيد ، لأن كثيرا من الأشياء يتحكم فيها الحظ الجيد أو الحظ السيئ على أي حال
14	أ- ب-	– هناك بعض الناس السيئين . – هناك شيء جيد في كل إنسان تقريباً
15	أ- ب-	– بالنسبة لي فان ما أسعى للحصول عليه لا علاقة له بالحظ . – لا بأس في كثير من الأحيان أن يكون قرارنا على أساس الوجه الذي يظهر عند رمي قطعة نقود في الهواء .
16	أ- ب-	– من يصل إلى مركز الرئاسة هو في الغالب ذلك الشخص الذي خدمه الحظ في أن يكون في الموقع . – لكي يقوم الناس بعملهم على الوجه الصحيح لا بد من وجود القدرة لديهم حيث إن دور الحظ في ذلك يكون قليلا أو معدوماً
17	أ- ب-	– بالنسبة لما يجري في هذا العالم يمكن القول بأن معظمنا ضحايا لقوى لا نستطيع فهمها أو السيطرة عليها . – يمكن للناس بالمشاركة الإيجابية في الشؤون الاجتماعية والسياسية أن يسيطروا على ما يجري في هذا العالم .
18	أ- ب-	– غالبية الناس لا يدركون مدى سيطرة عوامل الصدفة على مجريات حياتهم . – في الحقيقة ليس هناك شيء اسمه الحظ .
19	أ- ب-	– على المرء أن يكون لديه الاستعداد الدائم للاعتراف بأخطائه . – من الأفضل عادة أن يتستر الفرد على أخطائه .
20	أ-	– من الصعب أن تعرف إذا كان شخص ما يحبك حقاً أم لا .

	ب-	- إن عدد الصداقات التي تكونها يعتمد على كم أنت شخص طيب
21	أ- ب-	- الأمور السيئة التي تصيبنا تتساوى على المدى البعيد مع الأمور الحسنة . - إن معظم ما يصيبنا من سوء الطالع هو سبب الجهل أو الكسل أو الافتقار إلى القدرة أو الثلاثة معاً
22	أ- ب-	- بمزيد من الجهد نستطيع القضاء على الفساد السياسي . - من الصعب على الناس العاديين أن يكون لهم سيطرة كافية على الأعمال التي يقوم بها السياسيون وهم في مراكز الحكم
23	أ- ب-	- لا أستطيع أحيانا أن أفهم كيف يُقدر المدرسون العلامات للطلاب . - هناك ارتباط مباشر بين ما أبذل من جهد في الدراسة والعلامات التي أحصل عليها .
24	أ- ب-	- القائد الجيد هو الذي يتوقع أن يقرر الناس لأنفسهم ما يجب أن يفعلوه . - القائد الجيد هو الذي يحدد لكل فرد الأعمال التي يقوم بها .
25	أ- ب-	- في كثير من الأحيان اشعر أني لا أستطيع السيطرة على الأشياء التي تحدث لي . - يستحيل علي أن أقتنع أن الحظ أو الصدفة يلعبان دورا هاماً في حياتي .
26	أ- ب-	- يعزل بعض الناس أنفسهم عن الآخرين لأنهم لا يحاولون كسب صداقتهم . - لا فائدة كبيرة ترجى من بذل الجهد أكثر مما يجب في كسب صداقة الآخرين لأنهم إذا أرادو أن يحبوك فهم يحبوك .
27	أ- ب-	- هناك مبالغة في التأكيد على الرياضة في المدارس الثانوية . - إن ممارسة الرياضة ضمن فريق تعتبر طريقة ممتازة لبناء الشخصية
28	أ- ب-	- إن ما يحدث لي هو ما تفعله يداي . - اشعر أحيانا أني لا أستطيع التحكم في الاتجاه الذي تسير فيه حياتي
29	أ- ب-	- في كثير من الأحيان لا استطيع أن أفهم لماذا يتصرف السياسيون بالطريقة التي يتصرفون بها - في المدى البعيد الناس هم المسئولون عن سوء الحكم سواء على المستوى القومي أو المحلي