



كلية الدراسات العليا والبحث العلمي

برنامج الإرشاد النفسي والتربوي

القدرة التنبؤية لقلق البطالة في الإجهاد النفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة

الخليل

## **Predictive Capacity of Unemployment Anxiety and its Relation to Psychological Stress among Hebron University Graduates**

إعداد:

سرين سالم السراحنة

إشراف:

د. إبراهيم سليمان مصري

قدمت هذه الرسالة لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بكلية الدراسات

العليا/ تخصص الإرشاد النفسي والتربوي في جامعة الخليل

1444هـ-2023م

## إجازة الرسالة

القدرة التنبؤية لقلق البطالة في الإجهاد النفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل

إعداد الباحثة

سرين سالم السراحنة

إشراف الدكتور

إبراهيم مصري

نوقشت هذه الرسالة يوم الثلاثاء بتاريخ 9/ 3/ 2023م، الموافق 17 / 8 / 1444هـ وأجيزت من أعضاء

لجنة المناقشة:

أعضاء لجنة المناقشة الآتية أسماؤهم:

د. إبراهيم المصري	مشرقاً ورئيساً	التوقيع .....
د. كامل كتلو	ممتحنًا داخليًا	التوقيع .....
أ. د. محمد شاهين	ممتحنًا خارجيًا	التوقيع .....

الخليل-فلسطين

1444هـ/2023م

## الإهداء

إلى معلمنا وقائدنا الأول وهادي البشرية سيدنا محمد "صلى الله عليه وسلم وعلى آله وصحبه أجمعين" إلى مَنْ كَلَّمَهُ اللهُ بِالْهَيْبَةِ وَالْوَقَارِ، وَعَلَّمَنِي مَعْنَى الْعِطَاءِ، وَوَهَبَنِي اسْمَهُ الَّذِي أَفْتَخِرُ بِهِ، أَرْجُو اللهُ أَنْ يَمِدَّ فِي عَمْرِكَ لِتَرَى ثَمَاراً قَدْ حَانَ قَطَافُهَا بَعْدَ طَوْلِ انْتِظَارِ (أَبِي الْعَزِيزِ).

إلى ملاكي في الحياة إلى معنى الحب والحنان إلى بسمَةِ الحياة وسر الوجود إلى من كان دعاؤها سر نجاحي وبلسم جراحي، إلى أعلى الحبايب (أمي الحبيبة)

إلى من استقيت منهم الحروف وتعلمت كيف أنطق الكلمات وأصوغ العبارات وأحتكم إلى القواعد عساهم يجدون في هذا الجهد ثمرهم (أساتذتي الكرام).

إلى من كان لي السند والجيش الذي أسند نفسي به، الذي حضنني ورباني ودعمني بكل ما يملك (أخي الدكتور يوسف).

إلى من عاملوني كأبنائهم وما توائموا يوماً عن دعمي ومساندتي ووقفوا بجانبني منذ أن أتيت على هذه الحياة (إخوتي وأخواتي وأبنائهم وبناتهم).

إلى من كان معي ولم يفارقني ومن كان لي خير مُعِينٍ، إلى شريكي في الحياة ورفيق الدرب (زوجي الغالي عبد الهادي) إلى عائلتي الثانية الذين كانوا لي أهلاً بعد الأهل (عائلة زوجي الطيبين).

إلى كل من كُنَّ -وما زلنَ- لي من الصاحبات، إلى من ولدتهنَّ لي الحياة (صديقاتي العزيزات).

إلى الذين لم يدخروا جهداً في مَدِّي بالمعلومات والبيانات (الزملاء والزميلات).

أَسْأَلُ الْمَوْلَى -سبحانه وتعالى- أَنْ تُكَلِّلَ رِيسَالَتِي بِالنَّجَاحِ وَالْقَبُولِ.

وفي الختام أحمدُ اللهُ على ما تبقى، وعلى ما أتى، وعلى ما هو قادم، فالحمد لله دائماً وأبداً.

## الشكر والتقدير

قال تعالى: {لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ}. صدقَ اللهُ العَظِيمُ.

الحمد لله الذي هدانا لهذا، وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله، والحمد لله الذي وفَّقني لإنجاز هذا العمل، وما توفَّقني إلا بالله.

أتقدم بخالص الشكر والامتنان للجنة المناقشة الكرام: الدكتور إبراهيم المصري، والدكتور كمال كتلو، والأستاذ الدكتور محمد شاهين، أصحاب العلم والفكر الرزين؛ لِتَفَضُّلِهِمْ بِقَبُولِ مناقشةِ هذا البحثِ وأرجو الله تعالى أن يُثَبِّتَهُمْ على توجيهاَتِهِمْ وملاحظاتِهِمْ خيرَ الثوابِ.

إلى كل هؤلاء الذين كانَ لهم الفضلُ في إخراجِ هذا البحثِ، لهم مني كلُّ التحية والتقدير.

سورة ابراهيم - الآية 7

## فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	التفويض والإقرار
ب	الإهداء
ج	الشكر والتقدير
ت	قائمة المحتويات
ح	قائمة الجداول
خ	قائمة الملاحق
د	الملخص باللغة العربية
ر	الملخص باللغة الإنجليزية
<b>10-1</b>	<b>الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها</b>
1	المقدمة
4	مشكلة الدراسة وأسئلتها
5	أسئلة الدراسة
6	أهمية الدراسة
8	أهداف الدراسة
8	فرضيات الدراسة
9	التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة
10	حدود الدراسة ومحدداتها
<b>41-11</b>	<b>الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة</b>
<b>30-11</b>	<b>الإطار النظري</b>
<b>41-31</b>	<b>الدراسات السابقة</b>
<b>54-42</b>	<b>الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات</b>
42	منهجية الدراسة
42	مجتمع الدراسة وعينتها
43	أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية

52	إجراءات تنفيذ الدراسة
53	متغيرات الدراسة
53	المعالجات الإحصائية
<b>72-55</b>	<b>الفصل الرابع: نتائج الدراسة</b>
55	النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
58	النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
62	النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
65	النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
69	النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
70	النتائج المتعلقة بالسؤال السادس
<b>85-73</b>	<b>الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها</b>
73	تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها
74	تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها
77	تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشتها
78	تفسير نتائج السؤال الرابع ومناقشتها
82	تفسير نتائج السؤال الخامس ومناقشتها
83	تفسير نتائج السؤال السادس ومناقشتها
<b>84</b>	<b>التوصيات والمقترحات</b>
<b>86</b>	<b>المراجع باللغة العربية</b>
<b>93</b>	<b>المراجع باللغة الإنجليزية</b>
<b>96</b>	<b>الملاحق</b>

## فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الجدول
43	توزيع أفراد عَيِّنة الدراسة حَسَبَ الجِنسِ، والمعدل التراكمي، والكلية.	1.3
45	نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات قلق البطالة مع الدرجة الكلية للمقياس.	2.3
47	يوضح طول الفئات قلق البطالة.	3.3
49	نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات الإجهاد النفسي مع الدرجة الكلية للمقياس.	4.3
51	يوضح طول فئات الإجهاد النفسي.	5.3
55	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقلق البطالة على الدرجة الكلية والفقرات مرتبة تنازلياً.	1.4
58	نتائج اختبار ت (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية لقلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرُّجُهُم تَبَعاً لمتغير الجنس.	2.4
59	المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لقلق البطالة تَبَعاً لمتغير المعدل التراكمي.	3.4
60	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Analysis of Variance) للفروق في درجات قلق البطالة وَفَقاً للمعدل التراكمي.	4.4
61	نتائج اختبار توكي (Tukey) لمعرفة اتجاه الدلالة تَبَعاً لمتغير المعدل التراكمي.	5.4
61	نتائج اختبار ت (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية لقلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرُّجُهُم تَبَعاً لمتغير نوع الكلية.	6.4
63	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإجهاد النفسي على الدرجة الكلية والفقرات مرتبة تنازلياً	7.4
64	نتائج اختبار ت (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية للإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تَبَعاً لمتغير الجنس.	8.4
66	المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للإجهاد النفسي تَبَعاً لمتغير المعدل التراكمي.	9.4
67	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Analysis of Variance) للفروق في درجات الإجهاد النفسي وَفَقاً للمعدل التراكمي.	10.4
67	نتائج اختبار توكي (Tukey) لمعرفة اتجاه الدلالة تَبَعاً لمتغير المعدل التراكمي.	11.4
68	نتائج اختبار ت (t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية للإجهاد لِنفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تَبَعاً لمتغير نوع الكلية.	12.4
70	نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للعلاقة بين قلق البطالة وبين الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرُّجُهُم.	13.4
71	نتائج تحليل الانحدار البسيط لتأثير قلق البطالة كمتغير مستقل في التنبؤ بالإجهاد النفسي كمتغير تابع.	14.4

## فهرس الملاحق

رقم الصفحة	عنوان الملحق
96	ملحق (1) الاستبانة بصورتها الأولى
100	ملحق (2) الاستبانة بصورتها النهائية
104	ملحق (3) أسماء المحكمين

# القدرة التنبؤية لقلق البطالة في الإجهاد النفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل

إعداد: سرين سالم السراحنة

بإشراف: الدكتور إبراهيم مصري

## الملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لقلق البطالة في الإجهاد النفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل، بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك باستخدام العينة الطبقية العشوائية المكونة من (425) طالباً وطالبة، واستخدم مقياس قلق البطالة، ومقياس الإجهاد النفسي، وُطِّبَتْ في الفصل الصيفي من العام الدراسي (2022).

وبينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تُعزى لمتغير الجنس أو نوع الكلية، ووجود فروق في المعدل التراكمي لصالح الذين معدلاتهم التراكمية (ممتاز، وجيد جداً).

وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، و متغير المعدل التراكمي لصالح الطلبة الذين معدلاتهم التراكمية (جيد جداً، وجيد)؛ وعدم وجود فروق بحسب نوع الكلية.

وبينت النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين قلق البطالة وبين الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم، كما بينت النتائج أنه يمكن التنبؤ

بالإجهاد النفسي من خلال قلق البطالة، وأن الدرجة الكلية لقلق البطالة جاءت بدرجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية لقلق البطالة (2.76)، وبنسبة مئوية مقدارها (55.3%).  
والدرجة الكلية للإجهاد النفسي جاءت بدرجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية للإجهاد النفسي (2.82)، وبنسبة مئوية مقدارها (56.5%).

أوصت الدراسة بضرورة رفع الوعي لدى الطلبة المتوقع تخرُّجُهُم بآليات التعامل مع قلق البطالة والإجهاد النفسي من خلال: البحث عن فرص العمل والتدريب المتاحة لهم قبل التخرج، والتخطيط لمستقبلهم المهني، وتحديد الأهداف والخطط الواقعية لتحقيقها وتحسين المهارات وتعزيز الشبكات الاجتماعية، والبحث عن طرق لتقليل التوتر والضغط النفسي، كما يمكن لهم أيضاً الحصول على المشورة النفسية والعاطفية؛ بالإضافة إلى تطوير البرامج التدريبية والتأهيل المهني، وتحسين جودة التعليم الجامعي، وتعزيز الروابط بين الجامعات وسوق العمل.

الكلمات المفتاحية: قلق البطالة، الإجهاد النفسي، الطلبة المتوقع تخرُّجُهُم.

## Abstract

The study aimed to investigate the predictive ability of unemployment anxiety on psychological burnout among the expected graduates of Hebron University students, using the descriptive correlational approach and a stratified random sample consisting of 425 male and female students. The study utilized an unemployment anxiety scale and a psychological burnout scale, which were applied during the summer semester of the 2022 academic year.

The results indicated no statistically significant differences at the  $\alpha \leq .05$  level in the mean unemployment anxiety scores among the expected graduates of Hebron University students, attributed to gender or college type. However, there are significant differences in the cumulative grade point average (GPA) in favor of those who had an excellent or very good cumulative GPA.

The results also revealed statistically significant differences at the  $\alpha \leq .05$  level in the mean psychological burnout scores among the expected graduates of Hebron University students, attributed to gender in favor of females, and the cumulative GPA in favor of students who had a very good or good cumulative GPA. However, there were no differences based on college type.

The results also showed a significant positive correlation at the  $\alpha \leq .05$  level between unemployment anxiety and psychological burnout among the expected graduates of Hebron University students. Furthermore, the results indicated that psychological burnout can be predicted through unemployment anxiety. The overall score for unemployment anxiety was moderate, with an average of 2.76 and a percentage of 55.3%. Similarly, the overall score for psychological burnout was moderate, with an average of 2.82 and a percentage of 56.5%.

The study recommended raising expected graduates' awareness on dealing with unemployment anxiety and psychological burnout through seeking employment and training opportunities, planning their professional future, setting realistic goals and plans, enhancing skills and social networks, seeking ways to reduce stress and pressure, and seeking psychological counseling if needed.

**KeyWords:** Unemployment anxiety and psychological stress.

## الفصل الأول

### الإطار العام للدراسة

#### 1.1 مقدمة

يعتبر قلق البطالة من السمات الملازمة للقرن الحادي والعشرين، ويتمحور قلق البطالة في اعتقاد وتنبؤ الفرد بعدم قدرة الحصول على فرص عمل؛ مما يهدد الأمن النفسي والبدني للأفراد؛ ويهدد فرص التطور وتحقيق الذات، وينشأ قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم وفقاً للصورة الذهنية المبنية بحسب المعطيات المتوافرة لديهم حول محدودية سوق العمل ومعدلات البطالة في المجتمع؛ مما يؤثر على حالتهم النفسية، ويعرضهم للإجهاد النفسي.

يعتبر الطلبة المتوقع تخرجهم الأكثر عرضة لقلق البطالة عند الافتراض الطبيعي أن المرحلة القادمة هي مرحلة العمل والقدرة على الإنتاج، تحقيق الذات والاكتفاء المادي والاستقلالية عن الأبوين، ونتيجة توقعهم المسبق وافتراضهم أنهم لن يجدوا فرصة عمل، يتعرضون لقلق البطالة لتناقض النتيجة الحتمية مع النتيجة الواقعية لافتقارهم الحافز الذي يشعرون بالرضا والسعادة، ويتفاقم مستوى الألم في حال اعتبار الأسرة أن تعليم أبنائهم هو استثمار ماديّ سينعكس على الأسرة بالنفع والفائدة (المومني، 2001)، (صالح، 1998)، (Scutella, Wooden، 2008).

وعليه يمكن ملاحظة ارتباط قلق البطالة بصورة طردية مع الخوف من المستقبل، وصورة عكسية مع القدرة على الإنجاز، كما يرتبط طرداً مع الإجهاد النفسي وسلباً مع الدافعية، وعالية تعتبر حتمية البطالة التي يتوقعها الطالب أهم المسببات لنشوء قلق البطالة والإجهاد النفسي حيث معاكستها للنتيجة

الفعلية المتوقعة بعد التخرج والتي توجب على الفرد الانتقال المفصلي لمرحلة جديدة تتمثل بالاستقلالية والإنتاج (Scutella, Wooden، 2008)، (اشتية وشاهين، 2015)، (Zaleski، 1996).

وبطبيعة الحال يرتبط الإجهاد النفسي مع المشكلات التي تواجه الفرد في حياته اليومية، ويتطور مستوى الإجهاد كلما خرج الأمر عن سيطرة الفرد، وتشابكت العوامل المؤدية للمشكلة، وبالتالي يؤثر على دافعية الفرد وقدرته على الإنجاز؛ ويعرّف الإجهاد بأنه ظاهرة مرتبطة بكافة مراحل الحياة العمرية للفرد نتيجة الضغوطات التي يتعرض لها الفرد مع تَعَقُّدِ نُظْمِ الحياة وتطورها؛ لكن نسبة إدراكه وطريقة التعامل معه يختلف بحسب سمات الشخص الطبيعية، وكذلك ظروف البيئة المحيطة، ويتدرج من الشعور بالإرادة والتصميم إلى الشعور بالخوف والإحباط، وَيُعَدُّ قَلَقُ البطالة أمراً طبيعياً لدى الطلبة المتوقع تخرجهم؛ حيث إنّ هذه المرحلة هي مرحلة انتقالية ومفصلية، إذ تنتهي حياة الطالب كمستهلك، وتوجب انتقاله لأنّ يُكوّنَ فرداً منتجاً في المجتمع، ومع ارتفاع نسبة البطالة مقارنة باحتياجات السوق الفلسطيني، لا بد من أن تشكل هذه المشكلة عبئاً على الطلبة يؤثر على طريقة تفكيرهم وسلوكهم وصحتهم (الرمادي، 2006)، (عسليّة، 2005)، (National Association for Sport and Physical Education، 2004).

وتشكل الآثار المترتبة على الإجهاد النفسي مشكلات حقيقية يواجهها الفرد وتتبعكس على المجتمع، ولعل أبرز أشكال الإجهاد النفسي هي المشاعر المختلطة من القلق، والتوتر، والاكتئاب، والشعور بالإحباط وفقدان تقدير الذات، والاعتراب، والتي من شأنها أن تتسبب في مشكلات سلوكية أعمق، وقد تؤدي إلى الانحراف الأخلاقي أو الانتحار، كما تُعرِّضُ صاحبها لمشكلات صحية، كارتفاع ضغط الدم، ومشكلات قلبية، ومشكلات الجهاز الهضمي، واضطراب مستويات السكر في الدم، ما يؤدي إلى

اختلال كامل في أسرة العاطل عن العمل، والتي تنعكس تدريجياً على المجتمع وبنائه الداخلي، وتمتد إلى سياسته الخارجية ( Scutella, Wooden ، 2008)، (اشتية وشاهين، 2001)، (صالح، 1998).

ولعل أبرز النظريات التي اقتصت في التعلم والسلوك هي نظريات Skinner ومن أهمها الإشراف الإجرائي والتي تشير إلى إمكانية فهم وتفسير السلوك الإنساني وإمكانية تعديله بحسب البيئة الاجتماعية المحيطة، بالاعتماد على إستراتيجية المحفز والتعزيز في الاستجابة للمثير؛ فالسلوك الذي يحدث في بيئة مرضية سيتم بشكل أقوى من الحدث الذي يترافق مع بيئة مزعجة والتي بدورها تضعفه؛ وتعتمد هذه النظرية على قانون الأثر ل Thondike، والذي يتمحور حول السلوك الذي يأتي بعده شيء جيد يحدث بوتيرة أعلى كاستجابة لنتيجة مُرضية، وأن السلوك الذي يأتي بعده شيء سيء سيحدث بوتيرة أقل كاستجابة لنتيجة مخيبة للآمال (Mazur، 2016)(شاهين، 2014).

وانطلاقاً من اعتبار التخرُّج حَدَثًا إيجابياً على العموم حيث المرحلة الانتقالية من التوكل والاعتماد على الآخرين إلى الاستقلالية والاعتماد على الذات؛ وتتمثل بالقدرة على الانفصال عن الأهل والقدرة على الإنتاج المادي، وعليه فإنَّ هذا الحدث حتماً يتطلب أن يحدث السلوك وفقاً له بوتيرة أعلى من الحماس والقدرة على الإنجاز، في حين أن قلق البطالة غير طريقة النظر لعملية التخرج وحوله إلى حدثٍ سيئ، مصحوباً بالإجهاد النفسي الذي ينعكس سلباً على طريقة سلوك الطلبة؛ حيث فقدان الدافعية والرغبة في التخرج، وربما التملل في الإنجاز التحصيلي، وبالتالي تأثر تفاعل الخريجين الاجتماعي والدراسي وكذلك التحصيل الأكاديمي وتماهي الهدف أمام هؤلاء الطلبة؛ بدلاً من الحماس لبدء مرحلة جديدة.

وترى الباحثة ضرورة تسليط الضوء على القدرة التنبؤية لقلق البطالة والإجهاد النفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم وانعكاسها على القدرة الإنتاجية للخريجين في التحصيل العلمي والأكاديمي الذي يوجب تخرجهم؛ حيث يؤكد Bandura على أن للقلق تأثيراً على طريقة تفكير الفرد والذي بدوره يؤثر على الفعالية الذاتية حيث الإنجاز والطموح والدافعية والتعلم، كما ترتبط بقدرة الشخص على التحمل والمقاومة وكمية الجهد القادر على بذله. (Bandura, 2003)

وعليه تتمحور مشكلة البحث بالسؤال الرئيسي الآتي: ما هي القدرة التنبؤية لقلق البطالة في الإجهاد النفسي لدى المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل؟

## 2.1 مشكلة الدراسة

يشير التقرير الإحصائي لمسح القوى العاملة في فلسطين لعام 2022 إلى أن أكثر 367 ألف شخص عاطلين عن العمل فوق سن 15 عاماً، 500 ألف شخص هو مجمل الاستخدام الناقص للعمالة، منهم 56 ألف باحث عن عمل محبط؛ يبلغ معدل البطالة لخريجي الجامعات بمؤهل علمي دبلوم فأعلى 48.3% ، بلغ عدد العمال الفلسطينيين في إسرائيل والمستعمرات الإسرائيلية 193 ألف عامل، كما يشير إلى أن محافظة الخليل هي الأعلى في معدلات البطالة في الضفة الغربية بمعدل 16.9%، يعتبر نشاط قطاع التعليم والصحة الأكثر استيعاباً للعاملين في السوق المحلي (الجهاز المركزي للإحصائي الفلسطيني، 2022).

هناك ارتفاع لقلق البطالة بشكل ملحوظ لدى المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل بسبب الإجهاد النفسي لديهم؛ حيث تشكل مخرجات التعليم ومدى ملاءمتها لاحتياجات سوق العمل جزءاً رئيساً ومهماً من

مشكلة البطالة، والتي ترتبط ارتباطاً سلبياً بمفاهيم التنمية القائمة على توظيف القدرات وتحفيز الطاقات البشرية، ومن الجدير ذكره أنّ إجماليّ الأفراد بلا عمل في السوق المحلية الفلسطينية خلال الربع الثاني من عام (2021) ووفقَ تصنيفات منظمة العمل الدولية، الذي بلغ قرابة (521) ألف فرد (مركز الإحصاء الفلسطيني، 2021)، وبالتالي تنعكس سلباً على صحة الطالب النفسية والاجتماعية والإنجاز الأكاديمي وفقاً للقدرة التنبؤية التي تستدعي لقلق البطالة.

ومن المؤكد أنّ مثل هذه الأرقام تشكل تصوراً مسبقاً لدى المتوقع تخرجهم، وتؤثر على صحتهم النفسية والجسدية؛ وبالتالي التأثير على الإنجاز الأكاديمي، أي أن السلوك الذي يأتي بعده شيء سيء سيحدث بوتيرة أقل بحسب ثورندايك؛ لافتقار المحفز الذي يدفعهم لإتمام العملية التعليمية بالطريقة الصحيحة.

### 3.1 أسئلة الدراسة

سعت الدراسة إلى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1. ما درجة قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، الكلية).
3. ما درجة الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع

تخرجهم تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، الكلية)؟

5. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسطات قلق البطالة وبين متوسطات الإجهاد النفسي

لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

6. هل يمكن التنبؤ بالإجهاد النفسي من خلال قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

## 4.1 أهمية الدراسة

### 1.4.1 الأهمية النظرية

تستمد الدراسة أهميتها من عمق الظاهرة القائمة عليها ومدى خطورة عواقبها؛ حيث تعتبر ظاهرتا قلق البطالة والإجهاد النفسي من أهم المواضيع التي يركز عليها علم النفس انطلاقاً من العلاقة العكسية بين القلق والإجهاد مقابل الدافعية والقدرة على الإنتاج؛ والتي تنتج الإحباط والتشاؤم وفقدان السيطرة على المشاعر السلبية وفقاً للمراجعات الأدبية والدراسات السابقة.

تسلط هذه الدراسة الضوء على ظاهرة مجتمعية مهمة حيث قلة الدراسات المتعلقة بموضوع الدراسة، يفترض أن الطلبة المتوقع تخرجهم يشكلون العنصر البشري للإنتاج المادي؛ بمعنى الذخيرة البشرية التي من شأنها أن تنهض بسوق العمل ومخرجاته وتدفع بعجلة التنمية للدول، في حال تمتعهم بصحة نفسية وعقلية وبدنية؛ أما في حال معاناتهم من الإجهاد النفسي كأعراض لقلق البطالة فالنتيجة المتوقعة هي الإحباط والفشل، مما يؤثر سلباً على سوق العمل ومخرجاته؛ لذا كان لا بدّ من التركيز

على موضوع الدراسة لتجنب العواقب الوخيمة التي من الممكن أن تقود الطالب والمجتمع إلى كوارث نفسية وأخلاقية وصحية واقتصادية.

تعد استكمالاً للدراسات السابقة؛ وقد تشكل هذه الدراسة مرجعاً أدبياً للدراسات المستقبلية ذات الصلة بالموضوع.

### 2.4.1 الأهمية التطبيقية

- تمثل هذه الدراسة دراسة لواقع قلق البطالة والإجهاد النفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم.
  - تسهم في تحديد ومعرفة أسباب مشاعر الطلبة المختلطة التي قد تؤثر على إنجازهم الأكاديمي.
  - قد تشكل مرجعية للأبحاث المستقبلية.
  - إمكانية استخدام نتائجها من قِبَل أصحاب القرارات في الجامعات والمراكز التعليمية:
1. لبناء وتبني إستراتيجيات جديدة في العملية التعليمية لتوعية الطلبة لاتجاهات دراسية في تخصصات جديدة أو التي يحتاجها السوق.
  2. بناء دورات وبرامج إرشادية للطلبة لتنمية قدراتهم وإمكاناتهم الذاتية وبناء توقعاتهم بشكل سليم وطرق للتعامل مع قلق البطالة في كافة المراحل الحياتية.

## 5.1 أهداف الدراسة

هدفت الدراسة إلى:

1. التعرف إلى مستوى قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل.
2. الكشف عن الفروق في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، الكلية).
3. التعرف إلى مستوى الإجهاد النفسي لدى طلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل.
4. الكشف عن الفروق في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، الكلية).
5. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين متوسطات قلق البطالة وبين متوسطات الإجهاد لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل.
6. الكشف عن إمكانية التنبؤ بالإجهاد النفسي من خلال قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل.

## 6.1 فرضيات الدراسة

للإجابة عن الأسئلة (الثاني، والرابع، والخامس، والسادس)، فقد صيغت الفرضيات الصفرية الآتية:  
الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $(\alpha \leq 0.05)$  في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، نوع الكلية).

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $05.\alpha \leq$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، نوع الكلية).

الفرضية الثالثة: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $05.\alpha \leq$ ) بين قلق البطالة وبين متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

الفرضية الرابعة: لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $05.\alpha \leq$ ) لقلق البطالة في الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

## 7.1 مصطلحات الدراسة الاصطلاحية والإجرائية

▪ قلق البطالة (Unemployment Anxiety): هي حالة انفعالية مؤقتة غير سارة، وهي عبارة عن مزيج من مشاعر التوتر، والقلق، وانشغال الفكر، واضطراب الحالة الجسدية والمزاجية؛ يمر بها الطالب قبل تخرجه؛ خوفاً من شبح البطالة (رشاد، 2000)، كما يُعرَّفُ بزيادة القلق لدى الشباب؛ في هذه المرحلة يتأثر الشاب بأفكاره وأحلامه وآماله وطموحاته بما ينتظر أو يتوقعه في المستقبل، وقد لا تتوافق الظروف لتهيئة الشاب لما يريده (الجمال وبخيت، 2008).

▪ ويُعرَّفُ قلقُ البطالة إجرائياً بالحالة النفسية للطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل، والتي تشكل خوفاً من الفشل في المرحلة التالية لمرحلة التخرج؛ والتي توجب الحصول على فرصة عمل كنتيجة مُرضية لعملية التخرج؛ ويمكن قياسها من خلال الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس قلق البطالة المستخدم في الدراسة.

▪ الإجهاد النفسي: مجموع الاستجابات الجسمية والنفسية والسلوكية الناجمة عن التفاعل المستمر بين الفرد وبيئته؛ التي يدركها الفرد وقيمتها كمواقف غير سارة، ويعرف الإجهاد على أنه حالة اختلال أي

عدم توازن بين المتطلبات وكفاءة الفرد للقدرة على الاستجابة، مما يقلل الدافعية ويقود الفرد للفشل نتيجة تصور العواقب مسبقاً (ميموني، 2005).

▪ وَيُعَرَّفُ الإِجْهَادُ النفسي إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة في مقياس الإجهاد النفسي المستخدم في الدراسة.

### 8.1 حدود الدراسة

الحدود الموضوعية: قلق البطالة وعلاقته بالإجهاد النفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم.

الحدود الزمنية: تتحدد الدراسة بالفترة الزمنية التي طبقت فيها خلال الفصل الصيفي من العام الدراسي (2021/2022م).

الحدود البشرية: الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخليل من مستوى السنة الرابعة فأكثر.

الحدود المكانية: جامعة الخليل.

## الفصل الثاني

### الإطار النظري والدراسات السابقة

#### 1.2 مفهوم البطالة كعامل رئيسي لحالة قلق البطالة

تشكل البطالة واحدة من أخطر الظواهر المجتمعية على مرّ التاريخ؛ لارتباطها بكافة مناحي الحياة، والتي تعكس مدى تطور الدولة واستقرارها البنيوي على الصعيد السياسي، والاقتصادي والاجتماعي، وعلى الرغم من التطور الذي وصل إليه العالم اليوم، إلا أن البطالة ما زالت تشكل معضلة عالمية في ظل الأزمات الاقتصادية العالمية، حتى لو كان تأثيرها على الدول المتقدمة أقل حدة من الدول النامية؛ والتي تبقى نسب البطالة فيها منخفضة نسبياً مقارنة بنسبتها مع الدول الفقيرة، فهي مؤشرٌ قويٌّ لحالة الركود الاقتصادي الذي يعكس الشكل العام لدورة الاقتصاد العالمية؛ حيث تتكون البطالة من تركيب معقد يمتد تأثيره إلى اختلال الدخل القومي، والإنتاج الاقتصادي، وتوزيع رأس المال، وبالتالي عمليات التنمية الشاملة والنهوض الاقتصادي، مما يؤثر في تركيبة المجتمع حيث قوى الإنتاج مقابل حجم الاستهلاك.

البطالة بمفهومها اللغوي مشتقة من الفعل بَطَلَ بمعنى فَسَدَ، أو عدم النفع وفقدان الصلاحية (الأنصاري وآخرون، 2010). وتعني اصطلاحاً عدم توافر فرص العمل أو عدم الاستغلال الأمثل لقوة العمل (الدباغ، 2007).

وجاء تعريف البطالة في مركز الإحصاء الفلسطيني على أنهم الأفراد القادرون على العمل ويرغبون به ويبحثون عنه بالطرق التقليدية أو غير التقليدية، ولا يعملون خلال فترة الإسناد أي من عمر (15) عام فأكثر بأي نوع من الأعمال (مركز الإحصاء الفلسطيني، 2021)، ويأتي تعريف العاطلين عن العمل بعدم تمكن الأفراد من القوى العاملة والقادرين على العمل بين (15- 65) عاماً من الحصول على فرص عمل؛ وعَرَّفَتْهُ منظمة العمل الدولية ILO بأنه كل فرد قادر على العمل وراغب فيه ويبحث عنه ويقبله عند مستوى الأجر السائد ولكن دون جدوى (منظمة العمل الدولية، 2021).

وهناك مجموعة من الأسباب العامة التي تساعد على ظهور ظاهرة البطالة، وما يصاحبها من قلق البطالة وإجهاد نفسي في أي مجتمع، ويعد أبرز هذه الأسباب سياسة التعليم حيث عدم المواءمة بين متطلبات سوق العمل ونوعية التخصصات الجامعية وافتقار سياسة توجيه الطلبة لمتطلبات السوق إضافة إلى عدم تهيئة المتوقع تخرجهم للانخراط بسوق العمل، بالإضافة إلى أنانية أداء القطاع الخاص حيث التركيز على الربح مقابل تقليص المصاريف من جهة، وتضييق نطاق استثماراته من جهة أخرى، ويتمثل السبب الثالث في تكريس السلوكيات الاجتماعية الخاطئة من خلال مفاهيم المظاهر الاجتماعية والصور النمطية للمفاضلة بين التخصصات كالتطب والهندسة، والنظرة الدونية للعمل المهني واليدوي، وأخيراً اللامساواة بين الجنسين وَفَقَ المجتمع الأبوي وتقاليد الصرامة والتمييز في حصر بعض الوظائف ومراكز القيادة على الذكور دون الإناث (عقون، 2010)، (شاهين، 2014)، (Ahn, Garcia, & Jimeno، 2004).

## 2.1.2 مفهوم قلق البطالة

يعتبر القلق من المشاعر الطبيعية الملازمة لحياة الإنسان وواقعها؛ حيث الأسباب المتعددة لإثارة مشاعر القلق سواءً أكانت عوامل اجتماعية، كالمرض والدراسة والمشكلات الأسرية؛ أم اقتصادية والمحسوبية والبطالة، أم سياسية كالحروب والصراعات الداخلية مما يتسبب باضطرابات نفسية لدى الأفراد على اختلاف فئاتهم؛ يساهم القلق في التكوين النفسي والجسدي للإنسان وتشكيل شخصيته؛ وقد ينعكس القلق إيجاباً على حياة الأفراد ودافعيتهم وإنجازاتهم وقد يشكل تهديداً للصحة النفسية والبدنية (الأنصاري، 2004).

اختلف العلماء في تفسير الخوف والقلق حيث اعتبرهما البعض مترادفين؛ في حين فَرَّقَ بينهما آخرون باعتبار الخوف شعوراً موضوعياً مرتبطاً بمثير ملموس؛ في حين أن القلق شعور يخرج من اللاوعي للفرد يدفعه لسلوك التجنب (Muschalla, Linden, & Olbrich، 2010).

يُعرَّفُ القلقُ بِكَوْنِهِ حالةً انفعالية مرتبطة بشدة التفكير بالمستقبل والوظيفة والعمل وكذلك العلاقات الاجتماعية، ويتفق كلُّ من بطرس (2008)، والعكايشي (2000)، على أنه حالة من الشعور الغامض بالضيق والتَّوجُّس والتوتر الدائم تجاه موضوعات مستقبلية نتيجة زيادة في نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي مسبباً وإحساسات جسمية؛ وعرف بكونه استعداداً سلوكياً مكتسباً عبر مراحل الطفولة المبكرة والمتوسطة، ويتشكل نهائياً وتتحدد طبيعته ومستواه في مرحلة الطفولة المتأخرة؛ ويُعرَّفُ على أنه استجابة الفرد للخوف والتوتر التي تعمد إلى تغيير أهدافه الحياتية؛ ويعرف على أنه حالة من التوتر الشامل التي تصاحب محاولات الفرد للتكيف (بطرس، 2008)، (حسن، 1999)، (العمامرة، 2007).

وفيما يتعلق بقلق البطالة؛ فالبطالة ظاهرة اقتصادية تنتهي بالأفراد غير العاملين على الرغم من أنهم متاحون للعمل وبيحثون عنه؛ وتشكل البطالة هاجساً مُرعباً أمام الطلبة المتوقع تخرجهم ممّا يعيق تكيفهم الأكاديمي، ويهدد تكيفهم وأمنهم النفسي، وكذلك التكيف العاطفي ممّا يثير مشاعر التوتر والضييق والقلق (إبراهيم، 2008)، (بدر، 2003).

ويشكل قلق البطالة أبرز المشكلات النفسية للطلبة المتوقع تخرجهم حيث التوتر والإحباط من غموض المستقبل، لارتباط توفر العمل والوظيفة بتقدير الذات وتحقيق الاتزان النفسي والشعور بالأمن والثقة من جهة، وتحقيق الاستقلالية وتحقيق الهوية الاجتماعية؛ واستكمال كافة متطلبات الحياة كالزواج وغيرها لكل من الذكور والإناث على حدّ سواء، والحماية من الانحرافات الفكرية والسلوكية كالإحباط والاعتراب والتشاؤم، والإحباط والآثار الناتجة عن تلك المشاعر (صالح، 1992)، (أحمد، 2005).

ويعرف قلق البطالة على أنه استجابة انفعالية غير سارة للطلاب المتوقع تخرجهم، حيث القلق والتوتر والخوف المرتبطة بالتوقعات السلبية والشبه أكيدة لشبح البطالة وسوق العمل، وهي تمثل مخاوف الطالب الجامعي حول عدم حصوله على عمل بعد تخرجه، ويعود ذلك لجملة من الأسباب والحقائق التي يدركها الخريج؛ حيث اختلال التوازن الناتج عن التخلف الاقتصادي المرتبط والتضخم السكاني، وضعف عمليات التنمية، ومحدودية الإنتاج وقلة المشاريع الجديدة، وعجز سوق العمل الحالي عن استيعاب الأعداد الهائلة من المتوقع تخرجهم، انخفاض الأجور ونقص التأمينات العمالية واستخدام الوساطة والمحسوبة في عمليات التوظيف وعدم تقدير الكفاءات وتمكينها (عبدالله، 2021)، (Mohammed, & Devecioglu, 2018).

أما قلق البطالة فهو حالة انفعالية مرتبطة بالصحة النفسية لدى الطالب المقبل على التخرُّج، تتصف بكونها حالة نفسية غير مستقرة تنعكس سلباً على الطلبة وأسْرِهِمْ؛ تنتج حالة من العجز في مواجهة التحديات متسببة في الضغط والإجهاد النفسي الذي يعيق تحقيق الأهداف المستقبلية بسبب انخفاض مستوى الدافعية والإنجاز في السنة الأخيرة للطلبة. وعرفه الصبان (2007) على أنه حالة من الانغلاق الفكري المصحوب بحالة من عدم الاتزان الفكري والنفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم؛ حيث أدنى مستويات الطموح، وبالتالي تدني مستويات الكفاءة الذاتية والإنجاز وتقدير الذات والتكيف الاجتماعي، وهو أحد أشكال القلق الاجتماعي النفسي والأكاديمي الذي يؤثر على الصحة النفسية والبدنية للطلبة المتوقع تخرجهم ويهدد إنتاجيتهم وكفاءتهم كنتيجة لانخفاض مستوى الدافعية (الخطابي، 2007)، (Muschalla, Linden, & Olbrich, 2010).

### 3.1.2 أسباب نشوء قلق البطالة

يمكن تفسير نشوء قلق البطالة وارتباطه بالإجهاد النفسي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم بجملة من الأسباب التي تنتجها البيئة المحيطة؛ ويُعدُّ تَقَاثُفُ أعدادِ الخَرِيجِينَ سبباً رئيساً في التَعَرُّضِ لِقَلَقِ البطالة وما يصاحبه من إجهاد نفسي والذي يعزى بطبيعته لتطور الوعي الاجتماعي والثقافي والصورة الذهنية لأهمية التعليم الأكاديمي، وتيسر التعليم حيث توفر المعاهد والكليات والجامعات في المدن والقرى، وتنوع التخصصات فيها من جهة، ومن جهة أخرى تطور سياسة التعليم عن بُعد مع التطور التكنولوجي وخدمات الإنترنت التي سهلت الاتصال بين المؤسسات التعليمية والطلبة وتجاوز العوائق الجغرافية والحفاظ على استمرارية العملية التعليمية وديمومتها، كما ساهمت في تخطي الكوارث العالمية كجائحة كورونا. (الشراونة، 2021)، (اشتية، 2021).

ويتمحور السبب الثاني في صِغَرِ حَجْمِ السُّوقِ المحلي، ومحدودية المشاريع، وقلة المصانع في الدول النامية، أمّا السبب الثالث فهو التجاربُ السابقة لأقرانهم وأبناء جيلهم ممّن تَخَرَّجُوا وواجهوا مشكلة البطالة؛ بالإضافة إلى الإحصائيات السنوية حول معدلات البطالة في الدولة؛ تشكل كل هذه الأسباب بيانات ومعلومات تبني تصوراً مسبقاً لدى الطالب المقبل على التخرج ما يسهم في إجهاده النفسي (ترتير، 2021).

وتجدر الإشارة إلى المعلومات التي تتوافر حول معدلات البطالة في المجتمع الفلسطيني، والتي من شأنها أن تعمل على إحباط رغبة الطالب المقبل على التخرج وتُحَيِّدُهُ عن هدفه؛ حيث تتكون القدرة التنبؤية مسببة الإجهاد النفسي والخوف من المستقبل؛ فَوْقاً للمعلومات وبيانات الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني بَلَغَ معدلُ البطالة للأفراد الحاصلين على شهادات جامعية (54%) لعام (2020)، معدل (38.5%) لدى الذكور، و(69.2%) لدى الإناث (مركز الإحصاء الفلسطيني، 2021).

## 4.1.2 آثار قلق البطالة

هناك آثار سلبية ومتعددة للبطالة، من أهمها:

- الشعور بخطر يهدد الأمن الداخلي والخارجي للطالب المتوقع تَخَرُّجُهُ نتيجة التعرض لقلق البطالة والإجهاد النفسي (عكاشة، 2003).
- يسبب الشعور بانعدام الأمن صراعاً داخلياً لدى الفرد حيث اهتزاز الثقة بالنفس وعدم تحقيق الذات؛ ضبابية بين النتيجة والهدف؛ إنَّ تدني مستوى ثقة الفرد بنفسه وقدرته على التحكم في بيئته وتعيق

تحقيق الأهداف الشخصية، وبالتالي يقع ضحية لقلق المستقبل والذي يشكل المتوقع تخرجهم الضحية الأكبر (Zaleski، 1996).

- العزلة الاجتماعية للطلبة المتوقع تخرجهم وتدني مستوى المشاركة والفعالية الاجتماعية والأسرية، مما يشكل خطراً على سلوك الخريج ونوعية الأصدقاء وخطر الانحراف.
- حالة مرضية نتيجة شعور الطالب بالعجز والاكتئاب (ال دراوشة، 2014).
- مشكلات أكاديمية يواجهها الطالب المقبل على التخرج نتيجة التوتر والتفكير الدائم بالمستقبل تعيق عملية تكيف الطالب وقدرته على الإنتاج (Zaleski، 1996).

تجدد الإشارة إلى واقع البطالة في فلسطين والذي يعد من أصعب التحديات التي تواجه الشباب والمواطنين الفلسطينيين بشكل عام، ويعتبر ارتفاع معدلات البطالة في فلسطين أحد النتائج الرئيسية للظروف الاقتصادية والسياسية الصعبة التي يمر بها البلد، فوفقاً للإحصاءات الرسمية بلغ معدل البطالة في فلسطين نحو 26% في الربع الثالث من عام 2020، مع ارتفاعها إلى أكثر من 50% في قطاع غزة. ويتضح من هذه الأرقام أنّ الوضع الاقتصادي في فلسطين يشهد تحديات كبيرة، مثل قلة الفرص الوظيفية، وعدم توافر الخبرة والمهارات المطلوبة في سوق العمل، والعقبات الاقتصادية والإدارية التي تواجه المشاريع الصغيرة والمتوسطة، والتحديات السياسية والاجتماعية التي تؤثر على الاستقرار الاقتصادي للبلد؛ وقيود الحركة والوصول إلى المؤسسات التعليمية والتدريبية.

وتعد البطالة في فلسطين تحدياً كبيراً للسلطات الفلسطينية، وتتطلب جهوداً كبيرة للتغلب عليها، بما في ذلك توفير المزيد من الفرص الوظيفية وتشجيع الاستثمار وتحسين البنية التحتية والتدريب والتأهيل المهني للشباب؛ حيث يواجه الخريجون الجامعيون في فلسطين تحديات كبيرة في الحصول على فرص عمل

ملائمة بعد التخرج؛ حيث يجبر العديد من الخريجين على العمل في وظائف غير مطابقة لتخصصاتهم، أو العمل داخل الخط الأخضر كعمال في البناء والتنظيف؛ وتتعدد الأسباب وراء هذا الواقع، ومن بينها قلة الفرص الوظيفية المتاحة.

وبناءً على ما سبق يُواجه الطلبة المُتَوَقَّعُ تَخَرُّجُهُمْ ظاهرةً قلَّقِ البطالة التي تقود بدورها للإجهاد النفسي.

## 5.1.2 أنواع ومستويات قلق البطالة

يرى Freud (1936) أن هنالك ثلاثة أنواع للقلق، ويعتبر القلق الموضوعي قلقاً سوبياً يرتبط بإدراك الأنا الواقعية للفرد بوجود خطر يتحتم عليه مواجهته باتخاذ أساليب دفاعية؛ فيما يعتبر النوعان الآخران ظاهرة غير صحية حيث القلق العصابي والقلق الأخلاقي؛ ينعكس القلق العصابي فسيولوجياً ونفسياً لأسباب غير معروفة مرتبطة بخوف الأنا من الطغيان والعقاب؛ حيث الصراع الناجم بين رغبات الهو وكبح الأنا؛ ويشكل للفرد معاناة أكبر من معاناة القلق الموضوعي ويقسم بدوره إلى ثلاثة مستويات لا يمكن للفرد التخلص منها دون مساعدة؛ حيث القلق العام المرتبط بالتشاؤم، وقلق المخاوف المرضي المعروف بالرهاب من الأماكن والأشياء، والذي لا يحمل أي تفسير منطقي للأسباب، وأخيراً قلق الهستيريا؛ أما النوع الثالث المعروف بالقلق الأخلاقي فهو المعاناة الناتجة من صراع الهو والأنا العليا؛ حيث خوف الهو من عقاب ولوم الأنا الأعلى الممثلة للقيم المثلى والمعايير الأخلاقية للمجتمع (Freud، 1936) .

وبدوره فرَّقَ Spielberg (1976) بين حالة القلق وسمة القلق؛ حيث تشير حالة القلق إلى ظهور محفز بتوافر حالة طارئة آنية تثير انفعال الإنسان وقلق البطالة هو نوع من أنواع المحفزات الطارئة التي تعيق مستقبل الطلبة المتوقع تَخَرُّجُهُمْ؛ تختلف في وتيرة حَدِّثِها وارتفاعها باختلاف المكان والزمان

والتكرار، وتتبع مشاعر التوتر من خلال إدراك الفرد الذاتي لوجود خطر يهدده؛ وتتميز بعلاقة طردية مع حجم التهديد باختلاف (الجنس، المستوى الاقتصادي، والبنية الاجتماعية للأسرة؛ وطموحات المستقبل والآمال المتعلقة على التخرج من قبل الطلبة وعائلاتهم)، والخطر على حياة الإنسان، أما سمة القلق فهي صفة إنسانية نزعة فردية في الميل للقلق؛ يتم استنتاجها من خلال السلوك الإنساني المتكرر على اختلاف الأحداث وامتداد الزمان (Spielberger, 1976)، (عبد الخالق وإبراهيم، 2003).

على اعتبار قلق البطالة أحد أنواع القلق الذي يهدد الصحة النفسية والبدنية للطلبة المتوقع تخرجهم، قد يختلف نوع وقوة تأثيره بحسب الفروق الفردية للطلبة، ويعتبر شعور القلق هو شعوراً إنسانياً عاماً ومشاركاً إلا أنّ هنالك اختلافات فردية في مستوياته؛ وينعكس مستوى القلق المعتدل إيجاباً على حياة الأفراد؛ حيث يسهم في تشكيل قرارات الإنسان خاصة الإجراءات الوقائية؛ في حين يؤثر مستوى القلق المرتفع سلباً على الصحة النفسية والبدنية ومستوى الأداء والدافعية وفعالية الأفراد ((Bandura, 2003, Raghunathan, and Pham, 1999).

وقد يقسم قلق البطالة وفقاً ل Spielberger (1976) لثلاثة مستويات تتدرج بين المنخفض والمعتدل والمرتفع؛ من حيث العلاقة بين درجة يقظة الأفراد والقدرة على مقاومة الخطر والاستعداد لمواجهة، والتي تتحدد طرق استجابة الأفراد للمواقف والأخطار؛ حيث ترتفع درجة يقظته وقدرته على مواجهة الخطر عند مستوى القلق المنخفض، في حين يفقد الفرد قدرته على التفكير السليم واختيار طريقة الاستجابة المناسبة، والقدرة على التكيف مع ارتفاع معدل التوتر في مستوى القلق المرتفع (الشحات والبلاحي، 2013).

## 6.1.2 النظريات المفسرة للقلق البطالة

أولاً: نظرية التحليل النفسي/ القلق من المنظور الفرويدي

يُعدُّ Freud (1936) رائدَ المدرسة التحليلية التي فَسَّرَتِ القَلْقَ؛ ويمكن اشتقاق تفسير قلق البطالة من خلاله على اعتباره نوعاً من أنواع القلق المستحدث، على أنه وسيلة دفاعية نتيجة كبت الطالب المُقْبِلِ على التَّخَرُّجِ لِمْشاعِرِهِ المرتبطة بطروف قمعية ودوافع بغيضة وقدرة تنبؤية على الخوف من المستقبل نتيجة مهدِّدٍ خارجيٍّ أو صراعٍ داخليٍّ، وهو إشارة تحذيرية من الأنا لوشوك وقوع حدث ما؛ وهو شعورٌ اضطرابيٌّ تلقائيٌّ يَظْهَرُ نتيجةً مُثيراتٍ شديدةٍ لا يُمكنُ السيطرةُ عليها مِنْ قِبَلِ الطالبِ المُقْبِلِ على التخرُّجِ أو التخلُّصُ منها، مما يؤثر على حياتهم وشخصياتهم ومستويات ارتقائهم ودينامياتهم النفسية، وهو القوة المحركة لسلوك الطالب وإنجازه وقدراته ودافعيته (Freud, 1936).

ويعتبر قلق البطالة نتيجةً صراعاتٍ داخليةٍ يعيشها الفرد بين مكونات الشخصية الثلاث: الأنا المتمثلة بالضمير، وهو المتمثلة بالغرائز والحاجات اللاوعي، وصراعات خارجية بين الفرد والمجتمع الأنا العليا المتمثلة للقيم العليا والأخلاق الفضلى، حيث تعمل الأنا والأنا العليا بالضغط على الهو لكبت حاجات الطالب المقبل على التخرج وغرائزه؛ مما يولد التوتر والقلق والخوف عدم تحقيق الهدف وخذل الأهل وطموحاتهم وآمالهم؛ مما يتسبب في الإعياء البدني والنفسي التي تمثل مثابة إنذار للفرد وتيقظ الوعي والإدراك داخله ليتحكم في اللاوعي ويسيطر عليه، ونتيجة لهذه الصراع تنشأ ثلاثة أنواع من القلق؛ حيث القلق الموضوعي "الأنا" بتأثير خارجي، والقلق العصابي "الهُو" وهو القلق الأخلاقي "الأنا العليا"، ويحدث بتأنيب الضمير ومحاسبة الذات وجلدها خوفاً من منافاة توقعات الأهل (معشي، 2012).

ويفسر Fromm الاضطراب الشخصي الناتج عن قلق البطالة في فشل التكيف؛ والذي يصفه Rank بالخوف من الحياة وقلق البطالة هو الخوف من عدم التمكن من الحدو نحو الاستقلالية والاعتماد على الذات والخوف من الموت، وهو التأخر في الاستقلالية واستمرار الاعتماد على الغير؛ ويؤكد Sullivan على أن قلق البطالة قد يكون هداماً لحياة الفرد ويتسبب في اضطرابات كاملة في الشخصية، مما يعيق التفكير السليم، ويؤدي إلى العجز في العمل العقلي في حين يعتبر القلق البسيط بناءً لحياة الأفراد؛ ويعزو Adler مشاعر القلق في النضال في التفوق والتغلب على مشاعر الدونية والرغبة في تحقيق الانتماء للمجتمع (عبد اللطيف، وكفافي، وعبد الفتاح، 2015).

ويفسر Beck (2003) لأن حالة قلق البطالة تكمن في القلق بشكل عام وفي طريقة تفسير الفرد للواقع والمجتمع والبيئة والمستقبل وتكرار الأفكار وكتبها وتحولها لمعتقدات وتعميم المثير على أنه مصدرٌ للخوف والخطر من خلال اكتساب ثقافة البيئة المحيطة بطريقة غير عقلانية وتجذرها في خيال المريض يحد من كفاءة الفرد ويسيطر عليه (Padesky, and Beck, 2007).

### ثانياً: النظرية السلوكية

يعتبر السلوكيون أنّ القلق شعور مكتسب من البيئة المحيطة للفرد، ويمثل قلق البطالة حالة من الصراع والخوف من المستقبل وهو استجابة سلوكية للقلق بشكل عام متعلمة يرتبط بالتعلم والخبرة والاشتراط الكلاسيكي الذي يفسر القلق على أنه الشعور بالخوف الغامض كردات فعل الإنسان نتيجة اقتران المثيرات معاً "مثير الخوف والشعور بالخوف" بعيداً عن اللاوعي والديناميات النفسية؛ ويتكرر شعور القلق الغامض ويصبح شعوراً عاماً عند توافر مثيرات مشابهة لصفة وطبيعة المثير المخيف الأصلي، في حين تعتقد هذه النظرية أنّ سعادة الفرد مقترنة باكتسابها أفكاراً عقلانية تنعكس على

صحته النفسية؛ حيث تعتبر أن الإنسان قادر على السيطرة على سلوكه الإنفعالي وتحديد أهدافه وتعديل أفكاره؛ وأكد Hoffman (2012) على العلاقة العكسية بين القلق والاضطراب الشخصي وسعادة الفرد وصحته النفسية والبدنية؛ وبالتالي فإنَّ قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم يعانون من الإجهاد النفسي والاضطراب البدني؛ كما يستخدم الاشتراط الانعكاسي في مجال العلاج النفسي وتعديل السلوك في حالات القلق والقلق العصبي كالرهاب من خلال إزالة الاقتران بين المثيرات (الزغلول، 2003)، (المشيخي، 2009).

## 2.2 الإجهاد النفسي

### 1.2.2 ماهية الإجهاد النفسي

يُعرَّفُ الإجهادُ النَّفْسِيُّ بشكل عام على أنه حدث مزعج يسبب الضيق للفرد ويجعله غير قادر على التكيف، ويعرف على أنه رد فعل جسدي وعقلي كاستجابات لتوترات وضغوطات البيئة المحيطة؛ في حين عرفها Mills (1997) على أنها مجموعة من الاضطرابات الجسدية والنفسية لبواعث متنوعة، كالبرد والمرض؛ وهو رد فعل داخلي لوجود خلل بين القدرة الفردية والمهام المطلوبة وهو استجابة جسدية سلبية وإيجابية لمتطلبات الحياة؛ كما يعرف على أنه حالة من الانزعاج والقلق والتوتر الجسدي والعقلي نتيجة عدم الرضا (الميلادي، 2004)، ((Selye,1956) (Mills, 1982)

ومن أهم الطرق للتعامل مع الإجهاد النفسي هي قدرة الفرد على التكيف الذي يندرج تحت سمة المرونة، التي تبرز مهارات الفرد للتعامل مع الضغوطات ومصدر القلق؛ وقدرته على التخلص من المشكلات؛ لكن مقياس القدرة على التكيف ومعدل المرونة يختلف من فرد لآخر بحسب تكوينه النفسي

وصفاته الذاتية وتأثير البيئة المحيط، وترتبط سمة المرونة ودرجتها بأسلوب تفكير الفرد الذي لا يمكن التنبؤ به، وتتصف بالتغير وعدم الثبات عند التنقل بين أنماط التفكير المختلفة (السرودة والطرودة، (2020)، (Hergenhahn, & Olson, 1997).

## 2.2.2 أنواع الإجهاد

هناك ثلاثة أنواع رئيسة للإجهاد، هي:

1. الإجهاد الصحي: وهو حالة يومية تعمل على تحفيز الفرد، وتخلق الدافعية لإنجاز المهام وتحقيق الطموح، ويشير إلى القدرة على التكيف والتطور والنمو السليم في التكوين النفسي (السرودة والطرودة، (2020).

2. الإجهاد المرضي: وهو تحول حالة التوتر إلى طاقة سلبية مرافقة للفرد بغض النظر عن الظروف والأحداث نتيجة سوء التكيف واختلال التوازن الطبيعي للفرد (ميموني، 2005).

3. الإجهاد النفسي: حالة جسدية انفعالية نتيجة للتعرض لعوامل نفسية سلبية كالخوف والقلق والتوتر؛ يؤثر على تفاعل الفرد وإنتاجيته نتيجة لافتقاره المرونة والقدرة على التكيف، والكفاءة في حل المشكلات (Rice, 1999).

أما فيما يتعلق بالإجهاد النفسي للخريجين فهو حالة شعورية مكونة من مزيج من الحزن والخوف والقلق والعجز نتيجة لفقدان القدرة على التخطيط والشك في المستقبل، ولعل أبرز تحدي أمام الطالب الخريج يتجلى في البحث عن عمل حيث الرغبة الانتقال لمرحلة الإنتاجية التي تشير إلى التفرد والاستقلالية وتطوير الذات، والحاجة في تأكيد الذات لكسب الاحترام والتقدير وتعتبر هذه الاحتياجات

متطلبات أساسية لمرحلة انتقالية في حياة الخريج؛ وبالتالي يعتبر قلقه من شبح البطالة وتخوفه من عدم الحصول على العمل إجهاداً طبيعياً حيث يواجه مرحلة مفصلية ويخرج من دائرة الاعتماد على الغير إلى الاستقلال والإنتاج، وقد يتحول الإجهاد النفسي لحالة من العجز واليأس والإحباط في حال تضخم العوائق والعراقيل (Rice, 1999).

### 3.2.2 أسباب الإجهاد النفسي

يحدث الإجهاد نتيجة لفقدان القدرة على التعامل مع الضغوطات النفسية والعاطفية، بغض النظر عن مصادرها سواء كانت ذاتية، أو خارجية، أو خيالية؛ مما يولد الشعور بالإحباط والخوف والقلق والضيق؛ ويسبب اضطرابات جسدية في إفراز الهرمونات كالأدرينالين؛ وهو رد فعل جسدي لإدراك حالة من الخوف والألم أو الفرح؛ وتزداد حدة وخطر الإجهاد عند افتقار الفرد إلى المرونة وعدم القدرة على التكيف ومحدودية التفكير ورفض الواقع خصوصاً عند التعرض للتغيرات الجذرية في الحياة وحدث صدمات ذاتية كعدم مطابقة الصورة الذاتية مع الصورة الواقعية، وعدم الكفاية بين المتطلبات والقدرات الشخصية وكفاءتها، وتدني احترام الذات، أو صدمات خارجية كالموت، والأمراض المزمنة، والألم الجسدي المستمر، وصراع الدور وعبء العمل (حسن، 2004)، (العبودي، 2008)، (Rice، 1999).

### 4.2.2 أعراض الإجهاد

تتعرض أعراض الإجهاد في مجموعة من الآثار الجسدية والنفسية والسلوكية التي يمكن تلخيصها في:

أولاً: آثار نفسية، تتمثل بالشعور بالخوف والحزن والقلق والغضب والعصبية، وجلد الذات وتأنيب الضمير، ويتطور إلى حالة من الكآبة واليأس نتيجة الشعور بالعجز، والهستيريا والقلق الحاد (الطهراوي، 2008).

ثانياً اضطرابات معرفية عقلية، كالنسيان والسلبية، وتدني احترام الذات وتقديرها (Sandin, 2006) .

ويليها آثار سلوكية واجتماعية، كاضطرابات النوم واضطرابات الشهية وتناول المواد المخدرة والعقاقير المهدئة، والتدخين، وانعدام المسؤولية، وعدم ممارسة الروتين اليومي؛ والانسحاب الاجتماعي والميل للعزلة، وافتقار المرونة والقدرة على التكيف (مجلي، 2011)، (Rice, 1999)

وأخيراً آثار جسدية تشمل التعرق، وارتفاع معدلات خفقان القلب، وآلام جسدية مزمنة غير مبررة، ونقص في المناعة، واضطرابات جنسية تتمثل بفقدان الرغبة، والتعرض للجلطات والذبحات القلبية، وامراض القولون والشقيقة وأنواع أخرى من الصداع (الطهراوي، 2008).

## 5.2.2 آليات التعامل مع الإجهاد

يؤثر الإجهاد على الصحة النفسية والبدنية على حدٍّ سواءٍ؛ وعليه لا بُدَّ من معرفة كيفية التعامل مع الإجهاد للتقليل من حدِّته وخفض مستوياته وتجنب مخاطره، ولعل أبرز الطرق وأهمها:

العلاج السلوكي المعرفي الذي يقوم على تحديد أسباب الإجهاد ومحاولة إقصاء الأفكار السلبية بآلية دفاعية وتحصين النفس ضد التوتر وتعزيز الثقة بالنفس، والتأمل، والاسترخاء، وممارسة الرياضة؛ والحصول على قسط من الراحة والاستحمام لتنشيط الدورة الدموية، وتحسين تمارين التنفس (مجلي، 2011)، (الخوخة، 2002).

بالإضافة إلى تنمية المهارات السلوكية والمعرفية ومشاركة الآخرين، والحصول على الدعم الاجتماعي اللازم من البيئة المحيطة، في حال كان الإجهاد يبلغ مستويات مرتفعة ويصل مستويات تهدد حياة الفرد كاضطرابات النوم والآلام الجسدية والأفكار الخطيرة كالانتحار، وتعرض الجسم للخطر، والاكنتاب الحاد المترتب على الشعور بالعجز واليأس لا بد من تلقي المساعدة من الأخصائيين والأطباء (عويضة، 1996)، (ميموني، 2005).

## 6.2.2 النظريات المفسرة للإجهاد النفسي

أولاً: نظرية هانز سيللي في التحليل البيولوجي للإجهاد

يعتبر Selly (1962) الطبيب النمساوي صاحب أول من فسّر الضغط النفسي طبيّاً من خلال الملاحظة الشخصية أثناء دراسته للطب العام؛ حيث ربط الأعراض العضوية المشتركة للأشخاص المصابين بضعف العضلات، وارتفاع ضغط الدم، وفقدان الشهية والدافعية، وأسس معهداً دولياً للإجهاد، ومؤسسة تحمل اسمه (عثمان، 2001).

ويعرف Selly (1956) الضغط النفسي من الناحية الفسيولوجية على أنه تعبير الجسد عن مشاعر الخوف والتهديد الناتجة من ضغوطات الحياة المختلفة، وهي عبارة عن استعداد عقلي وبدني كاستجابة جسدية لا إرادية تتمثل بعوارض مرضية متنوعة، تختلف تبعاً للفروقات الفردية وعوامل الضغط، مما يعني أن الإجهاد عامل متغير غير مستقر وهدفه الحفاظ على حياة الأفراد وحماية كيانهم؛ ووضح أنّ متلازمة الإجهاد أو نظرية الإجهاد تلعب دوراً مهماً في مختلف الأمراض الجسدية، ويبيّن أنّ الفشل في

التغلب على مسببات الإجهاد يؤدي إلى أمراض التكيف المزمنة، كارتفاع ضغط الدم والقرحة (عثمان، 2001).

حدد Selly (1965) نوعين للإجهاد النفسي المنبثق عن الضغط النفسي؛ حيث النوع الذي يمثل الضغوطات الجيدة يعتبر محفزاً للأفراد ويزيد من فاعليتهم وإنتاجيتهم وقدرتهم على اجتياز التحديات والنجاح، ويتمثل النوع الثاني بالضغوطات المرهقة، وهي نوع سلبي يثير المشقة، وينتهي بالشعور بالإحباط والفشل والدونية؛ ويعزى ذلك بحسب سيلي إلى قدرة الفرد على التكيف والتعامل مع مسببات الإجهاد.

كما حدد Selly (1965) مراحل للتكيف العام لمواجهة أي ضغوطات:

المرحلة الأولى تعرف بمرحلة الإنذار، وهي مرحلة إدراك الفرد لوجود تهديد أو خطر؛ حيث تبدأ الاستجابة الدفاعية الجسدية بانتقال الإشارات العصبية من الحواس الخمس إلى الغدة النخامية؛ والتي تقوم بدورها بتوجيه رسائل عصبية وكيميائية لإفراز هرمون الأدرينالين، مما يحدث تغيرات جسدية مرهقة للجسم مسببة وهناً في العضلات، وتعرقاً، وزيادة حدة التنفس، وسرعة ضربات القلب، وارتفاع السكر في الدم.

المرحلة الثانية تعرف بمرحلة المقاومة، حيث ينتقل الفرد للمرحلة الثانية في حال عجز عن السيطرة على المرحلة الأولى ومواجهة الاضطراب في التوازن الداخلي للجسم.

والمرحلة الأخيرة تسمى مرحلة الإنهاك، وهي نتيجة لعدم القدرة على اجتياز المرحلة الثانية من المراحل الدفاعية واستمرار وجود عامل الضغط، تتوقف العملية الدفاعية في الجسم، ويصاب بحالة من الإعياء،

وينخفض نشاط الأنسجة وعمليات البناء مما يسبب حالة من الإحباط الذي يقود للاكتئاب، وقد ينتهي بالموت.

وحدد Selly (1999) ثلاث مراحل للاستجابة للإجهاد النفسي تتمثل في مرحلة الإنكار، وهي مرحلة مصحوبة بأعراض اكتئابية نتيجة لتجنب نقل الأحداث لدائرة الوعي كحيلة دفاعية، ومرحلة التمثل، وهي مرحلة تأخير الاستجابة الفعلية مما يؤدي إلى تمثل الأحداث الضاغطة في صور ومعلومات كالكوابيس، بالإضافة إلى مرحلة التكامل والتوافق.

ثانياً: نظرية التقييم المعرفي ل Lazarus (1981) في علم النفس المعرفي للإجهاد (التوافق/ التكيف)

يتعرض الفرد للإجهاد بحسب نظرية التقييم المعرفي نتيجة للتناقض بين قدرات الفرد الذاتية ومتطلبات البيئة الخارجية؛ بحيث يتمحور النقص وعدم امتلاك الفرد المصادر الكافية للتعامل مع الموقف وتلبية احتياجات البيئة؛ فيشعر بالتوتر النفسي والضغط الشديد والخوف والإعياء البدني؛ وتعتمد الاستجابة الانفعالية الجسمية والنتائج السلوكية على إدراك الفرد لعامل الضغط في حين تعتمد عملية تقييمه المعرفية على قدرته على تفسير وفهم المعطيات انطلاقاً من خبراته السابقة وفهم البيئة الاجتماعية المحيطة، وعليه تقترن إستراتيجيات التعامل بالفروقات الشخصية تبعاً للتكوين الشخصي والنفسي للأفراد ((Lazarus, & Coyne, 1981, Loo, Loo, & Régualinouki, 1999)).

أكد Lazarus و Coyne (1981) أن الاستجابة الفردية للإجهاد والضغط النفسي لا تقوم على تحديد وإدراك عامل التهديد أو الخطر فقط؛ بل تحتاج لعملية التقييم المعرفي للأفراد في تفسير المواقف تفسير العوامل المسببة للضغوطات النفسية والتي تنقسم إلى قسمين حيث العوامل الشخصية والسمات

الشخصية والخبرات السابقة والحالة الصحية، إلى جانب العوامل الخارجية المرتبطة بالبيئة الاجتماعية، إضافة إلى العوامل المقترنة بالموقف بحد ذاته؛ تمر عملية تفسير الحدث الضاغط من خلال عمليات التقييم بعملية تقييم أولية حيث عملية المعالجة المعرفية للحدث بتحديد نوع الضغط سلبي أو إيجابي ومستوى تأثيره خطر أو تحدّد؛ وعملية تقييم الثانوية، وهي عملية تحديد قدرات الفرد ومصادر القوة والوسائل المتاحة؛ وعليه يبقى الفرد أمام خيارين يتمثل الأول في مواجهة الحدث الضاغط ودرجة خطورته، كالقتال أو الهروب؛ أو إعادة التقييم من خلال حصر الفرد للمعلومات الجديد الخاصة بالحدث الضاغط وربطها مع الخبرات السابقة وتحديد طريقة الاستجابة المناسبة للإجهاد النفسي (Taylor، 1995).

### 3.2 قلق البطالة والإجهاد

يعد قلق البطالة من المشكلات الرئيسية التي يواجهها الخريجون في الوقت الحالي، حيث يشعرون بالقلق والتوتر بشأن إمكانية الحصول على وظيفة بعد التخرج، تتأثر درجة القلق التي يشعر بها الخريجون بالعديد من العوامل، مثل توافر فرص العمل في المجال الذي تخصصوا فيه ومدى تناسب مهاراتهم وخبراتهم مع متطلبات سوق العمل.

يتمحور قلق البطالة بانتهاء مستقبل الطالب بالعاطل عن العمل وهو في أوج القدرة على الإنتاج وأعلى مراكز الدافعية والطموح التي تتحطم بسبب انتشار البطالة كمؤثر سلبي، والتي يشكل انتشارها خطراً جسيماً يهدد الفرد والمجتمع؛ حيث يؤثر على صحة الشباب البدنية والنفسية التي ما زالت في طور النمو والتكوين، فتتشكل عواقب وخيمة على صحة الفرد النفسية مما يتسبب في فقدان تقدير الذات

واحترامها بسبب الفشل الناتج عن الإحباط، والذي بدوره يؤثر على الجسدية حيث قدرة الفرد واستعداداته البدنية (Hoffman, 2012)، (المومني 2001).

وبناءً على ما سبق يتعرض الطالب للإجهاد النفسي الذي يؤثر على قدرته على الإنجاز الأكاديمي وبلوغ هدف التخرج؛ لافتقاره المحفز والتعزيز السلبي لخيبته أمله، وعدم التأكد من ضمان النتيجة المرضية وتحقيق الهدف؛ مما يهدد الأمن النفسي للطلاب حيث القلق والتوتر والإحباط وعدم الرضا (بوعافية ومأمون، 2015)، (رشاد، 2000).

قد يؤدي قلق البطالة لدى الخريجين إلى الإجهاد النفسي والاكنتاب، حيث يمكن أن يشعروا بالضغط والقلق الشديدين بشأن مستقبلهم المهني والمالي، وقد يؤدي هذا القلق إلى تدني مستويات الحيوية والطاقة والانخفاض في الدافعية والإنتاجية.

وبالتالي يمكن أن يؤثر قلق البطالة على الصحة النفسية للخريجين، مما يؤثر على جودة حياتهم ويجعلهم يشعرون بالإحباط والإحساس بعدم الفائدة والقيمة. وقد يتطور هذا الوضع إلى مشاكل أخرى مثل القلق العام، والإدمان على المخدرات، والعزلة الاجتماعية.

### 3.3 الدراسات السابقة

ستعرض هذه الدراسة مجموعة من الدراسات المتعلقة بقلق البطالة والدراسات المتعلقة بالإجهاد النفسي

#### 1.3.3.1 أولاً: الدراسات المتعلقة بقلق البطالة

هدفت دراسة عبد السلام (2022) بعنوان "فعالية برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي لتحسين الصلابة النفسية وخفض قلق البطالة لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة"، إلى الكشف عن تأثير بعض فنيات علم النفس الإيجابي لتحسين الصلابة النفسية وخفض قلق البطالة لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة من خلال برنامج إرشادي، باعتماد شبه المنهج التجريبي الذي طبق على عينة مكونة من (100) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة في جامعة المنصورة حيث تم تقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين، حيث مثلت المجموعة الأولى المجموعة التجريبية والأخرى المجموعة الضابطة؛ وقد تم تصميم وإعداد برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي للوصول لأهداف الدراسة شملت (التفاؤل والأمل والتدفق والانفعالات الإيجابية، وكفاءة الذات، والثقة بالنفس والتفكير الإيجابي)، باستخدام مقياس الصلابة النفسية ومقياس قلق البطالة لدى الطالبات، وخلصت النتائج إلى فعالية البرنامج الإرشادي القائم على فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين الصلابة النفسية وخفض قلق البطالة لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة.

هدفت دراسة رزيقة وسليمانى (2021) بعنوان "الضغوط النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة المتوقع تخرجهم دراسة ميدانية في جامعة مولود معمري تيزي وزو"، إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين

الضغوط النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة المتوقع تخرجهم، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي باعتماد أدوات البحث الكمي، وتم تصميم استمارة لتحقيق أغراض الدراسة، طبقت على عينة قصدية مكونة من (150) طالبًا وطالبةً بجامعة مولود معمري تيزي وزو، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي وقلق البطالة لدى المتوقع تخرجهم، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي عند متغير الجنس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق البطالة عند متغير الجنس لصالح الإناث، وأوصت الدراسة بضرورة توفير المراكز الإرشادية في الجامعات والكليات، وتحديد الاحتياجات النفسية والاجتماعية للطلاب، والعمل على دعمها وتعزيز مستويات الثقة بالنفس، وتمكين المتوقع تخرجهم وتدريبهم أثناء الدراسة.

وهدفت دراسة الشراونة (2021) بعنوان "قلق البطالة وعلاقته بمستوى الطموح لدى الطلبة المتوقع تخرجهم من جامعة الخليل"، إلى الكشف عن العلاقة بين قلق البطالة ومستوى الطموح لدى عينة من الطلبة المتوقع تخرجهم من جامعة الخليل بقياس متغيرات مقياس قلق البطالة ومقياس مستوى الطموح؛ باستخدام الكمي من خلال تصميم استبانة صممت لأغراض الدراسة باعتماد عينة عشوائية بسيطة مكونة من (567) من الطلبة المتوقع تخرجهم من جامعة الخليل للعام الدراسي (2021/2020)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى الطموح وقلق البطالة لدى أفراد العينة؛ كما بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق البطالة تعزى لمتغير: الجنس، نوع الكلية، مستوى الدخل الأسري، المعدل التراكمي؛ تعزى لصالح الذكور؛ الكليات الإنسانية، الدخل الأسري المنخفض والمعدل التراكمي المنخفض؛ في حين كانت الفروق ذات الدلالة الإحصائية عكسية في مستوى الطموح عند نفس

المتغيرات؛ وأوصت الدراسة بتوفير حلول من قِبَل إدارة الجامعات ووزارة العمل لتخفيف آثار قلق البطالة على المتوقع تخرجهم، وتمكينهم ورفع مستوى طموحهم بالتعاون مع المراكز الإرشادية.

هدفت دراسة عبد الله (2021) بعنوان: "البنية العاملية لقلق البطالة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى طلاب السنة النهائية بجامعة الأزهر"، للكشف عن العلاقة الارتباطية بين قلق البطالة والبنية الهرمية العاملية عند متغيرات المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى خريجي جامعة الأزهر، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، باعتماد الأسلوب الكمي من خلال تصميم استبانة صممت لغرض الدراسة، باعتماد عيّنتين لبلوغ أهداف الدراسة؛ تكونت العينة الأولى من عينة استطلاعية عشوائية ل (400) طالبًا وطالبة من طلاب جامعة الأزهر، فيما تكونت العينة الثانية من عينة أساسية ل (964) من الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الأزهر لقياس قلق البطالة، المساندة الاجتماعية، الصلابة النفسية عند متغير الجنس والكلية؛ وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين كل من المساندة الاجتماعية وأبعادها والصلابة النفسية بأبعادها وقلق البطالة لصالح الإناث وعند متغير الكلية لصالح الكليات العلمية؛ وأوصت الدراسة بضرورة توفير آليات من قِبَل إدارة الجامعة لتحسين الصحة النفسية والاجتماعية للطلاب، ودعم الإرشاد النفسي لتحقيق الصلابة النفسية؛ ورفع الوعي حول خطر قلق البطالة وآليات التعامل معه والحد من تأثيراته.

هدفت دراسة **Shahin** (2021) بعنوان: "قلق البطالة في الشباب في تركيا"، للكشف عن العلاقة بين قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم وأعضاء هيئة التدريس، المعدل التراكمي ومتغيرات تجربة التدريب والخبرة؛ باعتماد المنهج الوصفي وطريقة المسح مع نماذج **Google**، باعتماد عينة مكونة من (59) طالبًا معظمهم من طلاب جامعة أتلين التركية، وتم تصميم استمارة لخدمة أغراض البحث وتحليلها

باستخدام برنامج **JASP**؛ وفقاً للنتائج النهائية لم يتم العثور على علاقة بين القلق من البطالة والمتغيرات، وقد فسر الباحث النتيجة وفقاً لصغر حجم العينة؛ وأوصت الدراسة بضرورة دعم تنظيم المشاريع، وتنفيذ سياسات العمالة لمنع البطالة وزيادة المعروض من العمالة.

هدفت دراسة **Kaur (2020)** بعنوان: "القلق والتوتر والاكتئاب بين الأفراد العاملين والعاطلين عن العمل في دلهي"، للكشف عن العلاقة بين القلق والاكتئاب والتوتر لدى الأفراد العاملين والعاطلين عن العمل، باستخدام المنهج الوصفي باعتماد عينة عشوائية مكونة من (100) شاب، وتم تقسيم هؤلاء المشاركين إلى مجموعتين متساويتين من العاملين والعاطلين عن العمل في منطقة دلهي، وتم تحليل البيانات باستخدام طريقة الارتباط واختبار ت، واستخدم برنامج التحليل الإحصائي **SPSS** لتحليل البيانات والوصول إلى النتائج التي توصلت إلى وجود علاقة إحصائية بين القلق والاكتئاب والتوتر، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لكل من المجموعتين عند متغيرات التوتر والاكتئاب؛ في حين وجود فروق دالة إحصائية لمتغير القلق لصالح العاطلين عن العمل؛ وقد فسر الباحث النتيجة وفقاً لقيود البحث حيث صغر حجم العينة، استجابة المبحوثين المحدودة وفقاً للقيود الاجتماعية، اقتصار الدراسة على دلهي **NCR** فقط؛ وأوصت الدراسة بضرورة وضع إستراتيجيات للتدخل للتغلب على المعدل المتزايد للبطالة، وضرورة عمل أبحاث مستقبلية وتطويرها بزيادة حجم العينة للحصول على نتائج أكثر موثوقية، وتوسيع الحدود الجغرافية وعدد المتغيرات لهذه الأبحاث.

وهدف دراسة **Aliot & El Keshky (2020)** بعنوان: "المرونة المعرفية كوسيط بين القلق من البطالة والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعات ذوي الإعاقة"، للكشف عن العلاقة الارتباطية بين المرونة المعرفية بين القلق والرفاهية النفسية لدى طلاب الجامعات ذوي الإعاقة، من خلال استخدام المنهج

الوصفي باعتماد الأسلوب الكمي باستخدام أداة الاستمارة التي صممت لبلوغ أهداف هذه الدراسة، وطبقت على عينة مكونة من (155) متطوعاً من طلبة الجامعات في السعودية في عام (2019)؛ وبينت النتائج وجود علاقة عكسية لدى الأفراد ذوي الإعاقة بين المرونة المعرفية ومتغيرات قلق البطالة والرفاهية النفسية؛ وأنَّ الأفراد الذين يعانون من قلق بطالة مرتفع يظهرون مستويات رفاهية نفسية أقل؛ إضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لقلق البطالة عند متغير الجنس ونوع الإعاقة.

هدفت دراسة الليمون والشواشرة (2020) بعنوان: "أساليب إدارة الذات وعلاقتها بقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم"، إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين أساليب إدارة الذات وعلاقتها بقلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في الجامعة الأردنية؛ باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي والأسلوب الكمي الإحصائي من خلال تصميم استمارة لتحقيق أغراض الدراسة، طبقت على عينة عشوائية عنقودية مكونة من (550) طالباً من الطلبة المتوقع تخرجهم للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (2018/2019) لمقاييس إدارة الذات وقلق البطالة؛ وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين أبعاد إدارة الذات وأبعاد قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لإدارة الذات وقلق البطالة عند متغير الجنس والدخل؛ في حين وجود فروق ذات دلالة إحصائية لقلق البطالة لصالح الإناث عند متغير القلق المهني والقلق النفسي؛ لصالح الكليات المهنية عند متغير نوع الكلية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح (ممتاز) عند متغير إدارة الذات، لصالح (جيد جداً) عند متغير إدارة الوقت والثقة بالنفس والدافعية الذاتية، لصالح تقدير (جيد) في إدارة العلاقات الاجتماعية؛ وأوصت الدراسة بتكثيف برامج تشغيل الطلبة الجامعيين أثناء الدراسة، إضافة مواد دراسية إجبارية متخصصة في إدارة الذات، تمكين الطلبة وتوجيههم للتخصصات بما يتناسب مع حاجة السوق.

هدفت دراسة السوادحة والطرأونة (2020) بعنوان: "أساليب التفكير علاقتها بقلق البطالة لدى طلبة جامعة مؤتة"، إلى التعرف إلى أساليب التفكير وعلاقتها بقلق البطالة لدى طلبة جامعة مؤتة في الأردن، باستخدام المنهج الوصفي الإحصائي وبعتماد أدوات البحث الكمي الذي طبق على عينة متيسرة مكونة (373) طالبًا وطالبة، وتم تصميم استبانة خصصت لبلوغ أهداف الدراسة باستخدام مقياسي أساليب التفكير المطور وقلق البطالة المطور، وخلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج، ومن أبرزها ارتفاع درجة أساليب التفكير ودرجة قلق البطالة، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب التفكير وقلق البطالة، يمكن تفسير قلق البطالة بحسب أنواع التفكير حسب تقسيم (Sternberg) لصالح التفكير الأقليمي، ويعزى تفسير قلق البطالة بحسب تقسيم نزعة التفكير لصالح نمط التفكير المحافظ، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب التفكير وفي قلق البطالة تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص، وأوصت الدراسة بضرورة تطوير أساليب تفكير الطلبة وطموحاتهم من خلال البرامج وورش العمل ووسائل الإعلام المختلفة.

هدفت دراسة الطيب (2019) بعنوان: "العلاقة بين قلق البطالة وجودة الحياة لدى عينة من طلاب السنة النهائية بجامعة الخرطوم"، الكشف عن العلاقة الارتباطية بين قلق البطالة وجودة الحياة لدى عينة الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة الخرطوم، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، باعتماد الأسلوب الكمي وتصميم استبانة صممت لأغراض الدراسة طبقت على عينة عشوائية بسيطة مكونة من (295) طالبًا وطالبة من المتوقع تخرجهم عام (2018/2019) لقياس قلق البطالة وجودة الحياة عند متغير الجنس، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين قلق البطالة وجودة الحياة، كما بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية مستوى قلق البطالة عند متغير الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة

إحصائية مستوى جودة الحياة عند متغير الجنس، وأوصت الدراسة بضرورة العمل على الموازنة بين احتياجات السوق ومخرجات التعليم للتقليل من حدة البطالة، العمل على توفير آليات ترفع مستوى جودة الحياة لدى الطلبة، وتوفير برامج إرشادية للتقليل من حدة قلق البطالة.

هدفت دراسة المحتسب وآخرون (2017) بعنوان: "المرونة كمتغير وسيط بين قلق البطالة وجودة الحياة لدى المتوقع تخرجهم"، للكشف عن العلاقة الارتباطية بين المرونة وقلق البطالة وجودة الحياة لدى المتوقع تخرجهم، باستخدام المنهج الوصفي، حيث تم تصميم استمارة طبقت على العينة العشوائية البسيطة المكونة من (300) طالباً وطالبةً من خريجي محافظة رفح؛ وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المرونة وقلق البطالة، وموجبة بين المرونة وجودة الحياة؛ كما بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة عند متغيرات الجنس والحالة الاجتماعية لصالح الإناث، وصالح العزاب، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق البطالة عند متغيرات التقدير العلمي ودخل العائلة لصالح التقدير المتدني لكل متغير؛ وأوصت بضرورة تفعيل البرامج الإرشادية للتخفيف من المشكلات التي تواجه الطلبة المتوقع تخرجهم.

هدفت دراسة **Bordea** (2017) بعنوان: "البطالة والتعامل مع التوتر والقلق والاكتئاب"، لتقييم العلاقة بين نوع التأقلم ومستويات التوتر والقلق والاكتئاب للعاطلين لمعالجة هذه المشكلات باستخدام بيانات **hfe**؛ باستخدام المنهج الوصفي الإحصائي، باعتماد عينة عشوائية بسيطة مكونة من (208) عاطلاً عن العمل تتراوح أعمارهم بين 20 و 65 عاماً، من المناطق الحضرية، باستخدام أداة المقابلة النفسية للتقييم بأسلوب الملاحظة ما إذا كانت هناك اضطرابات عقلية مهمة تتطلب اهتماماً، وتم استخدام مقياس **DASS-21R** الذي صمم لأغراض الدراسة بهدف تقييم مستوى التوتر والقلق والاكتئاب ومقياس

**COPE** الموجز الذي يظهر مستويات التوتر والقلق ويتأثر اكتئاب العاطلين عن العمل بنوع التأقلم؛ وقد تبيّن أنّ الأشخاص الذين يعانون من التأقلم يركزون على القضية لديهم أقل مستويات التوتر والقلق والاكتئاب، أن البطالة عامل مهم للتوتر والقلق والاكتئاب؛ يعاني الأشخاص العاطلون عن العمل أو الذين يخشون طردهم من وظائفهم أعلى مستويات التوتر والقلق؛ يلعب الإدراك المسبق والفروق الفردية وأبرزها المرنة والاعتدال والقدرة على التكيف دوراً مهماً في إعادة ترتيب حياة الأفراد وسرعة إيجاد فرص جديدة.

### 2.3.2 ثانياً: الدراسات المتعلقة بالإجهاد النفسي

هدفت دراسة قدوري (2022) بعنوان "مستوى الإجهاد النفسي لدى معلمي الطور الابتدائي بمدينة غرداية في فترة انتشار فيروس كورونا"، إلى معرفة الإجهاد النفسي لدى معلمي الطور الابتدائي وكذلك معرفة الفروق بالنسبة لمتغيري (النوع، الخبرة) حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، وتم تطوير أداة الإجهاد النفسي من خلال الأدبيات السابقة، كما تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية البسيطة، وشملت عينة الدراسة (62) معلماً ومعلمةً من السنة الدراسية 2022/2021، وبعد إدخال البيانات بالطريقة الإحصائية تم استخراج مجموعة من النتائج أهمها: أن مستوى الإجهاد النفسي لدى المعلمين كان متوسطاً حيث كانت أهم الأعراض الخاصة بأبعاد الإجهاد النفسي لدى المعلمين كما يأتي: الأعراض النفسية، ثم الأعراض السيكوسوماتية، ثم الأعراض السلوكية، وأخيراً الأعراض المعرفية، كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الإجهاد النفسي تعزى لمتغير النوع، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإجهاد النفسي تعزى لمتغير الخبرة.

هدفت دراسة مهيدات (2021) بعنوان "القدرة التنبؤية لإدارة الإجهاد النفسي المدرك في خفض قلق المستقبل لدى طلبة جامعة اليرموك"، إلى الكشف عن مستويات إدارة الإجهاد النفسي المدرك لدى طلبة جامعة اليرموك ومستوى قلق المستقبل، والقدرة التنبؤية لفهم إدارة الإجهاد النفسي في الحد من قلق المستقبل. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة مقياس إدارة الإجهاد النفسي، وقلق المستقبل، اللذين تمَّ تطويرُهُما من خلال مراجعة الأدبيات التربوية المتخصصة لغايات هذه الدراسة، واتبع المنهج الارتباطي. حيث تكونت عينة الدراسة من (1084) طالبًا من الطلبة الملتحقين بجامعة اليرموك، اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى إدارة الإجهاد النفسي المدرك ومستوى قلق المستقبل جاءا ضمن المستوى المتوسط، كما تشير النتائج إلى وجود قدرة تنبؤية لإدارة الإجهاد النفسي المدرك في خفض مستوى قلق المستقبل لدى طلبة جامعة اليرموك.

هدفت دراسة بابش وإسماعيلي (2022) بعنوان "الإجهاد النفسي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة النهائية من التعليم الثانوي" إلى التعرف إلى مستوى الإجهاد النفسي والتوافق الدراسي لدى عينة من طلبة السنة النهائية من التعليم الثانوي بمدرسة فايد السعيد الثانوية بمدينة حمام الضلعة ولاية المسيلة في الجزائر، وكذلك فحص فروق الدرجة الكلية لهما لدى عينة الدراسة تَبَعاً لمتغيرات منها (الجنس، التخصص)، كما هدفت إلى تحديد نوع العلاقة بين المتغيرين لدى العينة الممثلة، ولتحقيق الأهداف تم استخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية للتأكد من صحة الفرضيات واختبارها، وقد تم التوصل إلى مجموعة من النتائج أهمها مستوى الإجهاد النفسي لدى الطلبة في المدرسة الثانوية جاء مرتفعاً، كما أن مستوى التوافق الدراسي لدى طلبة السنة النهائية من التعليم الثانوي جاء بدرجة منخفضة. كما أشارت نتائج الدراسة إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في كل من الإجهاد النفسي

والتوافق الدراسي تبعاً لمتغيرات الجنس، والتخصص الدراسي. بينما توجد علاقة عكسية ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد النفسي والتوافق الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة.

هدفت دراسة عبد السادة (2021) بعنوان "الإجهاد النفسي لدى تدريسيات الجامعة في جامعة القادسية"، التعرف إلى الإجهاد النفسي لدى المدرسات في جامعة القادسية في العراق من فئتي المتزوجات وغير المتزوجات. واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لتحقيق أهداف الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (100) من أعضاء هيئة التدريس في الكلية تم اختيارهن بالطريقة العشوائية، كما تم تطوير مقياس الإجهاد النفسي ليلتم عينة الدراسة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التدريسيات المتزوجات من أفراد العينة ومتوسط درجات التدريسيات الغير متزوجات من نفس العينة عند مستوى دلالة (.05)، ومن ثم خرج البحث بمجموعة من المقترحات والتوصيات.

### 3.3.2 التعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من الدراسات السابقة عدم وجود دراسات ناقشت إمكانية التنبؤ بالإجهاد النفسي من خلال قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم بشكل محدد، وبناءً على ما سبق تم الاستفادة من الدراسات السابقة في وضع الإطار النظري ومعرفة طرق تحليل البيانات وبناء المقاييس للمتغيرات، وتمت الاستفادة من النتائج لدعم نتائج الدراسة الحالية، اختلفت مع الدراسات السابقة في المنهج حيث اعتمد بعضها على المنهج الشبه تجريبي، واتفقت مع الدراسات التي استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي.

وجاءت الدراسة الحالية بصورة مكملة للدراسات السابقة حيث اعتمدت على المنهج الوصفي والذي يربط بين متغيرين مختلفين، وهما البطالة والإجهاد النفسي، ولكن ما يميز هذه الدراسة هو وجود سؤال تنبؤي يفيد في التنبؤ بالظاهرة الحالية من خلال قياس قلق البطالة المستقبلي لدى عينة من الطلبة الخريجين من جامعة الخليل وعلاقة ذلك بالإجهاد النفسي.

## الفصل الثالث

### الطريقة والإجراءات

يتضمن هذا الفصل وصفاً لمنهج الدراسة، ومجتمعها وعينتها. كما يعطي وصفاً مفصلاً لأدوات الدراسة وصدقها وثباتها، وكذلك إجراءات الدراسة والمعالجة الإحصائية التي استخدمتها الباحثة في استخلاص نتائج الدراسة وتحليلها.

### 1.3 منهج الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة؛ حيث تم استقصاء آراء طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم حول القدرة التنبؤية لقلق البطالة بالإجهاد النفسي من وجهة نظرهم.

### 2.3 مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم، والبالغ عددهم حوالي (1242)، وذلك حسب إحصائيات رسمية صادرة عن عمادة القبول والتسجيل في جامعة الخليل في الفصل الثاني من العام الدراسي (2022م).

### 3.3 عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (435) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم، اختيروا بطريقة العينة الطبقية العشوائية، وتشكل العينة ما نسبته (35%) من مجتمع الدراسة، واستردت الباحثة (398) استبانة، وقد ألغيت (5) استبانات؛ بسبب النقص في البيانات، وبالتالي أصبح عدد الاستبانات الصالحة للتحليل الإحصائي (393) استبانة، ويبين الجدول (1.3) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس، والمعدل التراكمي، الكلية.

جدول (1.3) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس، والمعدل التراكمي، الكلية

المتغير	العدد	النسبة المئوية	المجموع
الجنس	ذكر	22.1	393
	أنثى	77.9	306
المعدل التراكمي	ممتاز	14.8	393
	جيد جداً	58.3	229
	جيد	27.0	106
الكلية	كلية إنسانية	39.9	393
	كلية علمية	60.1	236

### 4.3 أدوات الدراسة

استخدمت أداتان في هذه الدراسة، وهي مقياس قلق البطالة، ومقياس الإجهاد النفسي، وفيما يأتي وصف لكل مقياس من هذه المقاييس:

### 1.4.3 مقياس قلق البطالة

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية قامت الباحثة ببناء مقياس قلق البطالة، وذلك بعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس قلق البطالة في بعض الدراسات، وبخاصة المقياس المستخدم في دراسة (الجمال، نوال، 2008) ودراسة (الشرونة، 2021)، وبناءً على ذلك صيغت فقرات المقياس في صورتها الأولية. وقد شمل المقياس في صورته الأولية (31) فقرة، وبعد عرض المقياس على مجموعة من المتخصصين والخبراء بالبحث العلمي أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (25) فقرة.

### 2.1.4.3 صدق المقياس

للتأكد من صدق مقياس قلق البطالة، استخدمت الباحثة طريقتين:

#### أولاً- صدق المحكمين (الصدق الظاهري):

تم التأكد من صدق المقياس بصورته الأولية في الدراسة الحالية بعرضه على (8) من المحكمين المختصين في الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي، والتربية الخاصة، وعلم النفس (مرفق قائمة بأسماء المحكمين) -ملحق رقم (2)- للتأكد من مدى صلاحية الفقرات في قياس ما وضعت لقياسه، وملاءمة صياغة كل فقرة لغوياً ووضوحها بالنسبة للمبحوث/ة، وملاءمة كل فقرة من فقرات المقياس لمستوى المبحوث/ة، وإضافة العبارات، أو تعديلها، أو حذفها، إذا احتاج الأمر، وهي التي شأنها أن تجعل المقياس أكثر صدقاً، وإبداء أية ملاحظات أخرى بشكل عام، وبعد جمع آراء المحكمين، كان هناك اتفاق بينهم على صلاحية المقياس ومقروئيته، باستثناء بعض الفقرات التي تم تعديلها، أو حذفها

بناء على ملاحظاتهم، وذلك كما هو مشار إليه في - ملحق رقم (3)- الذي يتضمن مقياس الدراسة بعد التحكيم.

### ثانياً-صدق البناء:

تم التحقق من الصدق بحساب معامل ارتباط فقرات الأداة مع الدرجة الكلية على عينة الدراسة، وذلك كما هو واضح في الجدول (2.3) والذي بين أن جميع قيم معاملات الارتباط للفقرات مع الدرجة الكلية، دالة إحصائياً، ما يشير إلى تمتع الأداة بصدق البناء، وأنها تشترك معاً في قياس قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

جدول (2.3) نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات قلق البطالة مع الدرجة الكلية للمقياس.

مصفوفة ارتباط فقرات قلق البطالة								
الرقم	قيمة ر	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة ر	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة ر	الدالة الإحصائية
1	.506**	.000	10	.683**	.000	19	.778**	.000
2	.524**	.000	11	.704**	.000	20	.761**	.000
3	.619**	.000	12	.732**	.000	21	.685**	.000
4	.605**	.000	13	.594**	.000	22	.649**	.000
5	.690**	.000	14	.502**	.000	23	.622**	.000
6	.685**	.000	15	.695**	.000	24	.615**	.000
7	.707**	.000	16	.651**	.000	25	.673**	.000
8	.625**	.000	17	.596**	.000			
9	.641**	.000	18	.704**	.000			

\*\* دالة إحصائياً بدرجة عالية عند مستوى  $\alpha \leq 0.01$ .

\* دالة إحصائياً عند مستوى  $\alpha \geq 0.05$ .

تشير المعطيات الواردة في الجدول (2.3) إلى أن جميع قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية دالة إحصائياً، حيث تراوحت درجات معامل الارتباط بين (0.51 - 0.78)، مما يشير إلى تمتع الأداة بصدق عالٍ وأنها تشترك معاً في قياس قلق البطالة من وجهة نظر طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

### 3.1.4.3 ثبات المقياس

للتأكد من ثبات مقياس قلق البطالة استخدمت الباحثة طريقتين:

#### أولاً- طريقة إعادة الاختبار (العينة الاستطلاعية):

تم التأكد من ثبات الأداة في الدراسة الحالية من خلال طريقة إعادة الاختبار (Test- Retest)، حيث قامت الباحثة بتطبيق الأداة على عينة من خارج عينة الدراسة، تكونت من (30) مبحوثاً منهم (15) ذكوراً، و(15) إناثاً، ومن ثم أعادت الباحثة تطبيق الأداة على نفس العينة، وذلك بعد مرور أسبوعين، وبلغ معامل الارتباط بين نتائج الدراسة الاستطلاعية الأولى ونتائج الدراسة الاستطلاعية الثانية (0.651\*\*) عند مستوى دلالة (0.000).

#### ثانياً- طريقة كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية:

قامت الباحثة باحتساب ثبات الأداة عن طريق قياس ثبات الاتساق الداخلي (Consistency): وهذا النوع من الثبات يشير إلى قوة الارتباط بين الفقرات في أداة الدراسة، ومن أجل تقدير معامل التجانس استخدمت الباحثة طريقة (كرونباخ ألفا) (Cronbach Alpha). وطريقة التجزئة النصفية (Split - Half)، حيث بينت النتائج أن قيمة معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا بلغت (0.94). أما بطريقة

التجزئة النصفية فقد بلغت قيمة معامل التجزئة النصفية للدرجة الكلية (92). وهذا يشير إلى أن الأداة تتمتع بدرجة عالية جداً من الثبات.

### تصحيح المقياس:

استخدم التدرج الخماسي للحكم على فقرات المقياس، وقد بنيت الفقرات بالاتجاه السلبي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما هو آتٍ: (دائماً: خمس درجات، غالباً: أربع درجات، أحياناً: ثلاث درجات. نادراً: درجتان. أبداً: درجة واحدة). حيث طبق هذا المقياس على جميع الفقرات.

وللتعرف إلى تقديرات أفراد العينة وتحديد درجة (قلق البطالة)، وفق قيمة المتوسط الحسابي تم حساب المدى (5-1=4)، ثم تم تقسيمه على (4) للحصول على طول الفئة الصحيح (5/4 = 0.80)، وبعد ذلك تم إضافة هذه الدرجة إلى أقل قيمة في المقياس (أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الفئة، وهكذا أصبح طول الفئات كما يأتي:

جدول (3.3) يوضح طول الفئات

الدرجة	طول الفئات	الرقم
منخفضة جداً	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو المقياس الفرعي بين 1 - 1.79	1
منخفضة	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو المقياس الفرعي بين أكثر من 1.80 - 2.59	2
متوسطة	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو المقياس الفرعي بين أكثر من 2.60 - 3.39	3
مرتفعة	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو المقياس الفرعي بين أكثر من 3.40 - 4.19	4
مرتفعة جداً	إذا تراوحت قيمة المتوسط للفقرة أو المقياس الفرعي بين أكثر من 4.20 - 5	5

### 2.4.3 مقياس الإجهاد النفسي

وصف المقياس:

بعد اطلاع الباحثة على عدد من الدراسات السابقة والأدوات المستخدمة وعلى الأدب التربوي المتعلق بموضوع الدراسة قامت بتطوير مقياس الإجهاد النفسي من خلال الرجوع للعديد من الدراسات والمقاييس خاصة دراسة (قدور، 2022)، وقد تكون المقياس في صورته الأولية من (29) فقرة، حيث تم استبعاد (5) فقرات منها، والتعديل على غالبية الفقرات الموجودة لئلا تتناسب مع الدراسة الحالية، وذلك بعد عرض المقياس على مجموعة من المحكمين والمختصين، وبذلك أصبح عدد الفقرات التي يتألف منها المقياس في شكله النهائي (23) فقرة.

### 1.2.4 صدق المقياس

للتأكد من صدق مقياس الإجهاد النفسي استخدمت الباحثة طريقتين:

أولاً- صدق المحكمين:

تم التأكد من صدق المقياس بصورته الأولية في الدراسة الحالية بعرضه على (8) من المحكمين المختصين في الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي، والتربية الخاصة، وعلم النفس (مرفق قائمة بأسماء المحكمين) -ملحق رقم (2)- للتأكد من مدى صلاحية الفقرات في قياس ما وضعت لقياسه، وملاءمة صياغة كل فقرة لُغَوِيًّا ووضوحها بالنسبة للمبحوث/ة، وملاءمة كل فقرة من فقرات المقياس لمستوى المبحوث/ة، وإضافة العبارات، أو تعديلها، أو حذفها، إذا احتاج الأمر، وهي التي شأنها أن تجعل المقياس أكثر صدقاً، وإبداء أية ملاحظات أخرى بشكل عام، وبعد جمع آراء المحكمين كان

هناك اتفاق بينهم على صلاحية المقياس ومقروئيته، باستثناء بعض الفقرات التي تم تعديلها، أو حذفها بناء على ملاحظاتهم، وذلك كما هو مشار إليه في -ملحق رقم (3)- الذي يتضمن مقياس الدراسة بعد التحكيم.

### ثانياً- صدق البناء:

تم التحقق من الصدق بحساب معامل ارتباط فقرات الأداة مع الدرجة الكلية على عينة الدراسة، وذلك كما هو واضح في الجدول (4.3) والذي بين أن جميع قيم معاملات الارتباط للفقرات مع الدرجة الكلية، دالة إحصائياً، ما يشير إلى تمتع الأداة بصدق البناء، وأنها تشترك معاً في قياس الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

جدول (4.3) نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات الإجهاد النفسي مع

#### الدرجة الكلية للمقياس

مصفوفة ارتباط فقرات الإجهاد النفسي								
الرقم	قيمة ر	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة ر	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة ر	الدالة الإحصائية
1	.525**	.000	9	.762**	.000	17	.651**	.000
2	.675**	.000	10	.699**	.000	18	.648**	.000
3	.627**	.000	11	.712**	.000	19	.718**	.000
4	.609**	.000	12	.638**	.000	20	.548**	.000
5	.662**	.000	13	.643**	.000	21	.555**	.000
6	.686**	.000	14	.625**	.000	22	.734**	.000
7	.644**	.000	15	.585**	.000	23	.486**	.000
8	.641**	.000	16	.481**	.000			

\* دالة إحصائياً عند مستوى  $(\alpha \geq 0.05)$ . \*\* دالة إحصائياً بدرجة عالية عند مستوى  $(\alpha \leq 0.01)$ .

تشير المعطيات الواردة في الجدول (4.3) إلى أنّ جميع قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية دالة إحصائياً، حيث تراوحت درجات معامل الارتباط بين (48. - 76.) مما يشير إلى تمتع الأداة بصدقٍ عالٍٍ وأنها تشترك معاً في قياس الإجهاد النفسي من وجهة نظر طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

### 3.2.4.3 ثبات المقياس

للتأكد من ثبات مقياس الإجهاد النفسي استخدمت الباحثة طريقتين:

أولاً- طريقة إعادة الاختبار (العينة الاستطلاعية):

تم التأكد من ثبات الأداة في الدراسة الحالية من خلال طريقة إعادة الاختبار (Test- Retest)، حيث قامت الباحثة بتطبيق الأداة على عينة من خارج عينة الدراسة، تكونت من (30) مبحوثاً منهم (15) ذكوراً، و(15) إناثاً، ومن ثمّ أعادت الباحثة تطبيق الأداة على نفس العينة، وذلك بعد مرور أسبوعين، وبلغ معامل الارتباط بين نتائج الدراسة الاستطلاعية الأولى ونتائج الدراسة الاستطلاعية الثانية (0.613\*\*) عند مستوى دلالة (0.000).

ثانياً: طريقة كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية:

قامت الباحثة باحتساب ثبات الأداة عن طريق قياس ثبات الاتساق الداخلي (Consistency): وهذا النوع من الثبات يشير إلى قوة الارتباط بين الفقرات في أداة الدراسة، ومن أجل تقدير معامل التجانس استخدمت الباحثة طريقة (كرونباخ ألفا) (Cronbach Alpha). وطريقة التجزئة النصفية (Split - Half)، حيث بينت النتائج أنّ قيمة معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا بلغت (0.93). أما بطريقة

التجزئة النصفية فقد بلغت قيمة معامل التجزئة النصفية للدرجة الكلية (0.86). وهذا يشير إلى أن الأداة تتمتع بدرجة عالية جداً من الثبات.

### تصحيح المقياس:

استخدم التدرج الخماسي للحكم على فقرات المقياس، وقد بنيت الفقرات بالاتجاه السلبي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما هو آتٍ: (دائماً: خمس درجات، غالباً: أربع درجات، أحياناً: ثلاث درجات. نادراً: درجتان. أبداً: درجة واحدة)؛ حيث طبق هذا المقياس على جميع الفقرات.

وللتعرف إلى تقديرات أفراد العينة وتحديد درجة (الإجهاد النفسي)، وفق قيمة المتوسط الحسابي تم حساب المدى (5-1=4)، ثم تم تقسيمه على (4) للحصول على طول الفئة الصحيح (5/4 = 0.80)، وبعد ذلك تم إضافة هذه الدرجة إلى أقل قيمة في المقياس (أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الفئة، وهكذا أصبح طول الفئات كما يأتي:

جدول (5.3) يوضح طول الفئات

الرقم	الدرجة	الدرجة
1	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو الدرجة الكلية بين 1 - 1.79	منخفضة جداً
2	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو الدرجة الكلية بين أكثر من 1.80 - 2.59	منخفضة
3	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو الدرجة الكلية بين أكثر من 2.60 - 3.39	متوسطة
4	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو الدرجة الكلية بين أكثر من 3.40 - 4.19	مرتفعة
5	إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو الدرجة الكلية بين أكثر من 4.20 - 5	مرتفعة جداً

### 5.3 إجراءات تطبيق الدراسة

اتبعت الإجراءات الآتية من أجل تنفيذ الدراسة:

1. القيام بحصر مجتمع الدراسة والمتمثل في طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.
2. بناء أدوات الدراسة بعد اطلاع الباحثة على مجموعة من الأدوات المستخدمة في مثل هذه الدراسة.
3. القيام بالإجراءات الفنية والتي تسمح بتطبيق أدوات الدراسة، وذلك من خلال الحصول على موافقة إدارة جامعة الخليل، للحصول على الإحصائيات بأعداد الطلبة وتوزيع أدوات الدراسة.
4. اختيار عينة الدراسة من مجتمع الدراسة بطريقة عشوائية طبقية تبعاً لمتغير الجنس.
5. تم التأكد من صدق أدوات الدراسة من خلال عرضها على (8) محكمين.
6. توزيع أدوات الدراسة على العينة، في الفصل الصيفي للعام الدراسي (2022م) باليد وأجاب المبحوثون على الأدوات بوجود الباحثة، وكان كل مقياس مزوداً بالتعليمات والإرشادات الكافية لتساعدهم على كيفية الإجابة عن الفقرات.
7. لم تحدد الباحثة زمناً محدداً للإجابة عن أدوات الدراسة إلا أنّ معظم المبحوثين قد تمكنوا من الإجابة على فقرات المقاييس في زمن قدره (10 – 20) دقيقة.
8. تم إعطاء المقاييس الصالحة أرقاماً متسلسلة وإعدادها لإدخالها للحاسوب.
9. تم تصحيح المقاييس وتفرغ البيانات وتعبئتها في نماذج خاصة.

10. استخدم البرنامج الإحصائي SPSS لتحليل البيانات واستخراج النتائج.

### 6.3 متغيرات الدراسة

#### 1.6.3 المتغيرات (الديمغرافية)

الجنس، والمعدل التراكمي، والكلية.

#### 2.6.3 المتغير المستقل

قلق البطالة

#### 3.6.3 المتغير التابع

الإجهاد النفسي

### 7.3 المعالجة الإحصائية

تمت المعالجة الإحصائية اللازمة للبيانات، وتم استخدام الإحصاء الوصفي باستخراج الأعداد، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لدى أفراد العينة واستجاباتهم على مقاييس (قلق البطالة، والإجهاد النفسي)، وقد فحصت فرضيات الدراسة عن طريق الاختبارات الإحصائية التحليلية الآتية: اختبار (ت) (**t- test**)، واختبار تحليل التباين الأحادي (**one – way ANOVA**)، واختبار توكي (**Tukey**) ومعامل الارتباط بيرسون (**Pearson Correlation**). وتحليل الانحدار الخطي البسيط (**Simple Linear Regressions**)، كما استخدم معامل الثبات كرونباخ ألفا، وطريقة

التجزئة النصفية (**Split - Half**)، وطريقة إعادة الاختبار (**Test- Retest**) لحساب ثبات الأداة،  
وذلك باستخدام الحاسوب باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (**SPSS**).

## الفصل الرابع

### نتائج التحليل

يتضمن هذا الفصل عرضاً كاملاً ومفصلاً لنتائج الدراسة، وذلك للإجابة عن تساؤلات الدراسة والتحقق من صحة فرضياتها.

#### 1.4 نتائج السؤال الأول

ما درجة قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

للإجابة عن سؤال الدراسة الأول استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقلق البطالة بفقراته المختلفة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم، وذلك كما هو واضح في الجدول (1.4).

جدول (1.4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقلق البطالة على الدرجة الكلية والفقرات مرتبة تنازلياً

الرقم	الفقرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	الدرجة
2	تواجهني مشكلات في إيجاد فرص عمل مستقبلية.	393	3.46	1.175	69.16	مرتفعة
17	أشعر بالاستياء عند سماعي أخبار تشير إلى ارتفاع معدل البطالة.	393	3.27	1.401	65.34	متوسطة
16	يؤرقني التفكير في مستوى المعيشة ومتطلبات الحياة اليومية.	393	3.23	1.347	64.58	متوسطة
4	أشعر بالتوتر عندما أفكر في مستقبلي المهني.	393	3.13	1.387	62.54	متوسطة
1	أشعر بالقلق عند مقابلة أشخاص عاطلين عن العمل.	393	2.99	1.433	59.85	متوسطة

متوسطة	58.68	1.363	2.93	393	أشعر بعدم الارتياح لقلّة فرص العمل في مجال تخصصي.	6
متوسطة	58.42	1.343	2.92	393	اتوقع أن أحصل على فرصة عمل في مجال غير تخصصي.	13
متوسطة	58.42	1.341	2.92	393	أشعر بعدم الأمان عندما أفكر في مستقبلي المهني.	7
متوسطة	57.20	1.415	2.86	393	سيؤثر معدلي التراكمي الجامعي في الحصول على وظيفة.	14
متوسطة	57.05	1.273	2.85	393	أتوقع صعوبة الحصول على وظيفة في تخصصي الدراسي.	15
متوسطة	56.90	1.233	2.84	393	أرى أن مستقبلي المهني سيحمل الكثير من الصعوبات.	22
متوسطة	56.64	1.308	2.83	393	أشعر بعدم الارتياح عندما أرى زملائي في التخصص يعملون في مجالات لا علاقة لها بالتخصص الذي درسناه.	9
متوسطة	55.73	1.286	2.79	393	أقلق، نتيجة توقعي بقضاء مدة طويلة في البحث عن وظيفة مناسبة لتخصصي.	12
متوسطة	54.15	1.324	2.71	393	يسيطر عليّ الخوف عند التفكير بمستقبلي المهني نتيجة قلة فرص العمل.	19
متوسطة	53.89	1.336	2.69	393	ينتابني شعور بأنني سأنضم إلى فئة العاطلين عن العمل.	5
متوسطة	53.28	1.359	2.66	393	شعوري بالقلق يدفعني للبحث عن أي فرصة عمل ولو براتب قليل.	8
متوسطة	52.98	1.349	2.65	393	أعتقد بأن فرص العمل متاحة أكثر للتخصصات الأخرى من التخصص الذي درسته.	10
منخفضة	51.86	1.415	2.59	393	أشعر بضياح سنيّ دراستي دون جدوى.	23
منخفضة	50.33	1.354	2.52	393	أشعر بأن أسرتي قلقة بسبب ضعف	18

					إمكانية حصولي على وظيفة.	
منخفضة	49.01	1.324	2.45	393	أشعر بالقلق من توفر وظيفة لا تتوافق وقدراتي الجسمية.	25
منخفضة	48.45	1.416	2.42	393	أشعر بعدم الرضى عن تخصصي بسبب قلة فرص العمل.	11
منخفضة	48.14	1.408	2.41	393	أخشى أن أبقى عالة على أسرتي بعد تخرجي.	3
منخفضة	47.99	1.385	2.40	393	أؤثر عندما يسألني الآخرون عن وظيفتي المستقبلية.	20
منخفضة	47.28	1.289	2.36	393	أشعر بالتشاؤم لأن مستقبلي المهني مجهول.	21
منخفضة	44.43	1.332	2.22	393	شعوري بالقلق من البطالة أثر على الوضع الصحي لدي.	24
متوسطة	55.29	.873	2.76	393	الدرجة الكلية لقلق البطالة	

يتضح من الجدول (1.4) أن الدرجة الكلية لقلق البطالة جاءت بدرجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية لقلق البطالة (2.76) وبنسبة مئوية مقدارها (55.3%). وأمّا عن الفقرات فقد جاءت الفقرة (2) في المرتبة الأولى والتي تنص على (أتوقع أن تواجهني مشاكل في إيجاد فرص عمل مستقبلية) بمتوسط حسابي (3.46) معبرة عن درجة مرتفعة، تليها الفقرة (17) في المرتبة الثانية والتي تنص (أشعر بالاستياء عند سماعي أخباراً تشير إلى ارتفاع معدل البطالة) بمتوسط حسابي (3.27) معبرة عن درجة متوسطة، وجاءت الفقرة (16) في المرتبة الثالثة والتي تنص (يؤرقني التفكير في مستوى المعيشة ومتطلبات الحياة اليومية) بمتوسط حسابي (3.23) معبرة عن درجة متوسطة كذلك، بينما جاءت الفقرة (24) في المرتبة الخيرة والتي تنص (شعوري بالقلق من البطالة أثر على الوضع الصحي لدي) بمتوسط حسابي (2.22) معبرة عن درجة منخفضة.

## 2.4 نتائج السؤال الثاني

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، الكلية)؟

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، نوع الكلية).

## نتائج الفرضية الأولى

1.2.4 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة الفرضية المتعلقة بمتغير الجنس: استخدمت الباحثة اختبار ت ( $t$ -test) لعينة مستقلة، كما هو واضح في الجدول (2.4).

جدول (2.4) نتائج اختبار ت ( $t$ -test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية لقلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل

المتوقع تخرجهم تبعاً لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية لقلق البطالة	ذكر	87	2.75	.962	-.222	391	.824
	أنثى	306	2.77	.847			

دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha < 0.05$ ) \*\* دالة إحصائية بدرجة عالية عند مستوى ( $\alpha < 0.01$ )

يَبْتَيِّنُ مِنَ الْجَدُولِ (2.4) أَنَّهُ لَا تَوْجِدُ فُرُوقَ ذَاتِ دَلَالَةٍ إِحْصَائِيَّةٍ فِي مَتَوَسَّطَاتِ قَلْقِ الْبَطَالَةِ لَدَى طَلَبَةِ جَامِعَةِ الْخَلِيلِ الْمَتَوَقَّعِ تَخْرُجُهُمْ تَعْزَى لِمَتَغْيِيرِ الْجِنْسِ، إِذْ بَلَغَ الْمَتَوَسُّطُ الْحِسَابِيُّ عَلَى الدَّرَجَةِ الْكَلِيَّةِ لِقَلْقِ الْبَطَالَةِ لَدَى (الذَّكَورِ)، (2.75)، بَيْنَمَا بَلَغَ الْمَتَوَسُّطُ الْحِسَابِيُّ لَدَى (الْإِنَاثِ) (2.77)، كَمَا تَبَيَّنَ أَنَّ قِيَمَةَ (ت) الْمَحْسُوبَةِ (-2.22) عِنْدَ مَسْتَوَى الدَّلَالَةِ (0.824)، وَذَلِكَ كَمَا هُوَ وَاضِحٌ فِي الْجَدُولِ السَّابِقِ. وَتَبَعاً لِعَدَمِ وُجُودِ فُرُوقِ ذَاتِ دَلَالَةٍ إِحْصَائِيَّةٍ تَمَّ قَبُولُ الْفَرْضِيَّةِ الصَّفْرِيَّةِ الثَّانِيَةِ لِمَتَغْيِيرِ الْأَوَّلِ وَهُوَ الْجِنْسُ.

#### 2.2.4 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

للتحقق من صحة الفرضية المتعلقة بمتغير المعدل التراكمي: تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقلق البطالة تبعاً لمتغير المعدل التراكمي، وذلك كما هو واضح في الجدول (3.4).

جدول (3.4) المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لقلق البطالة تبعاً لمتغير المعدل التراكمي

المتغير	المعدل التراكمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدرجة الكلية لقلق البطالة	ممتاز	58	2.44	.810
	جيد جداً	229	2.69	.892
	جيد	106	3.11	.755

يتضح من الجدول (3.4) وجود اختلاف في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم على اختلاف معدلاتهم التراكمية. ولفحص الفرضية تم استخراج نتائج تحليل التباين الأحادي كما هو وارد في الجدول (4.4).

جدول 4.4: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Analysis of Variance) للفروق في درجات قلق

البطالة وفقاً للمعدل التراكمي

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدالة الإحصائية
الدرجة الكلية لقلق البطالة	بين المجموعات	19.890	2	9.945	13.920	.000**
	داخل المجموعات	278.629	390	.714		
	المجموع	298.518	392			

\* دالة إحصائياً عند مستوى  $(\alpha < 0.05)$ . \*\* دالة إحصائياً بدرجة عالية عند مستوى  $(\alpha < 0.01)$

يتضح من الجدول (4.4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تبعاً لمتغير المعدل التراكمي، فقد بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية لقلق البطالة (13.920) عند مستوى الدلالة (.000\*\*)، ولمعرفة مصدر الفروق واختبار اتجاه الدلالة قامت الباحثة باستخدام اختبار توكي (Tukey)، وكانت نتائج هذا الاختبار كما هي في الجدول (5.4).

جدول (5.4) نتائج اختبار توكي (Tukey) لمعرفة اتجاه الدلالة تبعاً لمتغير المعدل التراكمي

المتغير	المعدل التراكمي	ممتاز	جيد جداً	جيد
الدرجة الكلية لقلق البطالة	ممتاز		-0.24336	-0.66485*
	جيد جداً			-0.42149*
	جيد			

يتضح من الجدول (4.5) أن الفروق كانت دالة لصالح المتوسطات الحسابية الأعلى، حيث تشير المقارنات البعدية للفروق على الدرجة الكلية لقلق البطالة تبعاً لمتغير المعدل التراكمي إلى أن الفروق كانت بين الطلبة الذين معدلاتهم التراكمية (ممتاز) وبين الطلبة الذين معدلاتهم التراكمية (جيد) لصالح الطلبة الذين معدلاتهم التراكمية (جيد)، وتبعاً لوجود فروق ذات دلالة إحصائية تم رفض الفرضية الصفرية للمتغير الثاني وهو المعدل التراكمي.

#### 3.2.4 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في متوسطات

قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير نوع الكلية.

للتحقق من صحة الفرضية المتعلقة بمتغير نوع الكلية: استخدمت الباحثة اختبار ت ( $t$ -test) لعينة مستقلة، كما هو واضح في الجدول (6.4).

جدول (6.4) نتائج اختبار ت ( $t$ -test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية لقلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل

المتوقع تخرجهم تبعاً لمتغير نوع الكلية

المتغير	نوع الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية لقلق البطالة	إنسانية	157	2.85	0.870	1.556	391	.121
	علمية	236	2.71	0.872			

دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha < 0.05$ ) \*\* دالة إحصائية بدرجة عالية عند مستوى ( $\alpha < 0.01$ )

يتبين من الجدول (6.4) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير نوع الكلية، إذ بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية لقلق البطالة لدى طلبة (الكليات الإنسانية)، (2.85)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لدى طلبة (الكليات العلمية) (2.71)، كما تبين أن قيمة (ت) المحسوبة (1.556) عند مستوى الدلالة (0.05)، وذلك كما هو واضح في الجدول السابق. وتبعاً لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تم قبول الفرضية الصفرية للمتغير الثالث وهو نوع الكلية.

وعليه تبين النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير الجنس أو نوع الكلية، في حين توجد فروق تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

#### 3.4 نتائج السؤال الثالث

ما درجة الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإجهاد النفسي بفقراته المختلفة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم، وذلك كما هو واضح في الجدول (7.4).

جدول (7.4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإجهاد النفسي على الدرجة الكلية والفقرات مرتبة تنازلياً

الرقم	الفقرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الدرجة
1	أشعر بدوخة وزغلة في عيني أثناء الدراسة	393	3.47	1.383	69.41	مرتفعة
5	أشعر بعدم الراحة والإحباط من الدراسة.	393	3.18	1.348	63.61	متوسطة
2	أشعر بالإرهاك والتعب والإجهاد الذهني لأقل جهد أبذله.	393	3.15	1.277	62.95	متوسطة
18	أعاني من عدم التركيز والسرحان.	393	3.05	1.309	60.92	متوسطة
22	أشعر بفقدان الهمة نحو بذل أي مجهود يتعلق بالدراسة.	393	2.95	1.291	58.98	متوسطة
7	أشعر بالغثيان والدوار عندما أتأهب لتقديم الاختبارات.	393	2.94	1.383	58.73	متوسطة
10	أشعر بالصداع عند تكليفي بإنجاز الوظائف الدراسية.	393	2.91	1.360	58.12	متوسطة
6	أشعر بالعجز عن رفع مستوى التحصيل.	393	2.87	1.285	57.46	متوسطة
23	تؤلمني كثرة النصائح التي توجه لي من أقاربي.	393	2.86	1.389	57.10	متوسطة
15	أشعر بأنني مقصر في تطوير أدائي.	393	2.85	1.241	57.00	متوسطة
19	أفتقد الطاقة والحيوية في كل أمور حياتي.	393	2.79	1.322	55.78	متوسطة
11	أعاني من انعدام دافعتي نحو الدراسة مستقبلاً.	393	2.77	1.388	55.47	متوسطة
3	أشعر بالأرق والخمول عندما أفكر في مستقبلي.	393	2.77	1.253	55.42	متوسطة
8	أشعر بعدم الرغبة في إتمام دراستي.	393	2.76	1.436	55.11	متوسطة
12	يسيطر عليّ الشعور باللامبالاة تجاه تحصيلي الدراسي.	393	2.72	1.267	54.35	متوسطة
21	أشعر بعدم الرغبة في تقديم المبادرات الاجتماعية.	393	2.67	1.332	53.38	متوسطة
20	أنام أكثر من اللازم هروباً من مشاكلي.	393	2.66	1.385	53.18	متوسطة
9	أشعر بعدم القدرة على الإنجاز الأكاديمي.	393	2.65	1.370	52.98	متوسطة

متوسطة	52.82	1.185	2.64	393	أشعر بأنني مقيد التفكير والحركة.	17
متوسطة	52.16	1.233	2.61	393	أشعر في كثير من الأحيان بالعجز والضعف في حل مشكلاتي الخاصة.	4
متوسطة	52.11	1.278	2.61	393	أشعر بالإحباط عندما أفكر في مستقبلي المهني.	13
منخفضة	51.70	1.320	2.59	393	أشعر بانعدام الرغبة لدي في البحث عن فرصة عمل.	14
منخفضة	50.59	1.342	2.53	393	أشعر بأنني أستحق التأنيب.	16
متوسطة	56.49	.835	2.82	393	الدرجة الكلية للإجهاد النفسي	

يتضح من الجدول (7.4) أن الدرجة الكلية للإجهاد النفسي جاءت بدرجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية للإجهاد النفسي (2.82) وبنسبة مئوية مقدارها (56.5%). وأما عن الفقرات فقد جاءت الفقرة (1) في المرتبة الأولى والتي تنص على (أشعر بدوخة وزغلة في عيني أثناء الدراسة) بمتوسط حسابي (3.47) معبرة عن درجة مرتفعة، تليها الفقرة (5) في المرتبة الثانية والتي تنص (أشعر بعدم الراحة والإحباط من الدراسة) بمتوسط حسابي (3.18) معبرة عن درجة متوسطة، وجاءت الفقرة (2) في المرتبة الثالثة والتي تنص (أشعر بالإرهاك والتعب والإجهاد الذهني لأقل جهد أبذله) بمتوسط حسابي (3.15) معبرة عن درجة متوسطة كذلك، بينما جاءت الفقرة (16) في المرتبة الأخيرة والتي تنص (أشعر بأنني أستحق التأنيب) بمتوسط حسابي (2.53) معبرة عن درجة منخفضة.

#### 4.4 نتائج السؤال الرابع

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، الكلية)؟

#### نتائج الفرضية الثانية

1.4.4 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة الفرضية المتعلقة بمتغير الجنس استخدمت الباحثة اختبار ت ( $t$ -test) لعينة مستقلة، كما هو واضح في الجدول (8.4).

جدول (8.4) نتائج اختبار ت ( $t$ -test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية للإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة

الخليل المتوقع تخرجهم تبعاً لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية للإجهاد النفسي	ذكر	87	2.55	.899	-	391	.001**
	أنثى	306	2.90	.801	3.484		

دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ). \*\* دالة إحصائية بدرجة عالية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.01$ )

يتبين من الجدول (8.4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير الجنس لصالح (الإناث)، إذ بَلَغَ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية للإجهاد النفسي لدى (الذكور)، (2.55)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لدى (الإناث) (2.90)، كما تبين أن قيمة (ت) المحسوبة (-3.484) عند مستوى الدلالة (.001\*\*\*)، وذلك كما هو واضح في الجدول السابق. وتَبَعاً لوجود فروق ذات دلالة إحصائية تم رفض الفرضية الصفرية عند المتغير الأول المتمثل بالجنس.

#### 2.4.4 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في

متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

للتحقق من صحة الفرضية المتعلقة بمتغير المعدل التراكمي تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإجهاد النفسي تَبَعاً لمتغير المعدل التراكمي، وذلك كما هو واضح في الجدول (9.4).

جدول (9.4) المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للإجهاد النفسي تَبَعاً لمتغير المعدل التراكمي

المتغير	المعدل التراكمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدرجة الكلية للإجهاد النفسي	ممتاز	58	2.48	.946
	جيد جداً	229	2.87	.835
	جيد	106	2.91	.726

يتضح من الجدول (9.4) وجود اختلاف في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم على اختلاف معدلاتهم التراكمية. ولفحص الفرضية تم استخراج نتائج تحليل التباين الأحادي كما هو وارد في الجدول (10.4).

جدول (10.4) نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Analysis of Variance) للفروق في درجات

الإجهاد النفسي وفقاً للمعدل التراكمي

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية للإجهاد النفسي	بين المجموعات	8.014	2	4.007	5.888	.003**
	داخل المجموعات	265.428	390	.681		
	المجموع	273.442	392			

\* دالة إحصائياً عند مستوى  $(\alpha < 0.05)$  \*\* دالة إحصائياً بدرجة عالية عند مستوى  $(\alpha < 0.01)$

يتضح من الجدول (10.4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $(\alpha \leq 0.05)$  في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تبعاً لمتغير المعدل التراكمي، فقد بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية للإجهاد النفسي (5.888) عند مستوى الدلالة (0.003)، ولمعرفة مصدر الفروق واختبار اتجاه الدلالة قامت الباحثة باستخدام اختبار توكي (Tukey) وكانت نتائج هذا الاختبار كما هي في الجدول (11.4).

جدول (11.4) نتائج اختبار توكي (Tukey) لمعرفة اتجاه الدلالة تبعاً لمتغير المعدل التراكمي

المتغير	المعدل التراكمي	ممتاز	جيد جداً	جيد
الدرجة الكلية للإجهاد النفسي	ممتاز		جيد جداً* -.38872*	جيد* -.42502*
	جيد جداً			جيد -.03631
	جيد			

يتضح من الجدول (4.11) أن الفروق كانت دالة لصالح المتوسطات الحسابية الأعلى، حيث تشير المقارنات البعدية للفروق على الدرجة الكلية للإجهاد النفسي تبعاً لمتغير المعدل التراكمي إلى أن الفروق كانت بين الطلبة الذين معدلاتهم التراكمية (ممتاز) وبين الطلبة الذين معدلاتهم التراكمية (جيد) لصالح الطلبة الذين معدلاتهم التراكمية (جيد)، وتبعاً لوجود فروق ذات دلالة إحصائية تم رفض الفرضية الصفرية لمتغير المعدل التراكمي.

#### 3.4.4 لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات

#### الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير نوع الكلية.

للتحقق من صحة الفرضية المتعلقة بمتغير نوع الكلية: استخدمت الباحثة اختبار ت ( $t$ -test) لعينة مستقلة، كما هو واضح في الجدول (12.4).

جدول (12.4) نتائج اختبار ت ( $t$ -test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية للإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة

الخليل المتوقع تخرجهم تبعاً لمتغير نوع الكلية

المتغير	نوع الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية للإجهاد النفسي	إنسانية	157	2.85	.914	.429	391	.668
	علمية	236	2.81	.780			

دالة إحصائية عند مستوى  $\alpha \leq 0.05$ . \*\* دالة إحصائية بدرجة عالية عند مستوى  $\alpha \leq 0.01$ .

يتبين من الجدول (12.4) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير الكلية، إذ بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية للإجهاد النفسي لدى طلبة (الكليات الإنسانية)، (2.85)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لدى طلبة

(الكليات العلمية) (2.81)، كما تبين أن قيمة (ت) المحسوبة (429.) عند مستوى الدلالة (668.)، وذلك كما هو واضح في الجدول السابق. وتبعاً لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تم قبول الفرضية الصفرية لمتغير نوع الكلية.

وعليه تُبيّنُ النتائجُ عَدَمَ وُجُودِ فروقٍ ذاتِ دلالةٍ إحصائيةٍ عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير نوع الكلية، في حين وجودها عند متغير: الجنس، المعدل التراكمي.

#### 5.4 نتائج السؤال الخامس

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات قلق البطالة وبين متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟  
وانبثق عن هذا السؤال الأول الفرضية الصفرية الأولى:

#### نتائج الفرضية الثالثة

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) بين متوسطات قلق البطالة وبين متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

للتحقق من صحة الفرضية الأولى استخدمت الباحثة معامل الارتباط بيرسون ( Pearson Correlation) للعلاقة بين قلق البطالة وبين الإجهاد النفسي، وذلك كما هو واضح في الجدول (13.4).

جدول (13.4) نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للعلاقة بين قلق البطالة وبين الإجهاد

النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم

قلق البطالة & الإجهاد النفسي		المتغير	
.565**	1	قيمة R))	قلق البطالة & الإجهاد النفسي
.000		مستوى الدلالة	

\* دالة إحصائياً عند مستوى ( $\alpha < 0.05$ ) \*\* دالة إحصائياً بدرجة عالية عند مستوى ( $\alpha < 0.01$ )

يتضح من الجدول (13.4) وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ )

بين قلق البطالة وبين الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم. حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (.565) عند مستوى الدلالة (.000) وتبعاً لوجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق البطالة وبين الإجهاد النفسي.

6.4 نتائج السؤال السادس: هل يمكن التنبؤ بالإجهاد النفسي من خلال قلق البطالة لدى طلبة

جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

وانبثق عن السؤال الثاني الفرضية الصفرية الثانية:

النتائج الفرضية الرابعة

لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) لقلق البطالة في التنبؤ بالإجهاد

النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

للتحقق من صحة الفرضية الثانية تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط ( Simple Linear

Regressions)، باستخدام أسلوب الإدخال (Enter)، للتحقق من تأثير قلق البطالة على الإجهاد

النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم، ونتائج الجدول (2.4) توضح ذلك:

جدول (14.4) نتائج تحليل الانحدار البسيط للكشف عن القدرة التنبؤ بالإجهاد النفسي

النموذج	المعاملات غير المعيارية		قيمة ت	مستوى الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط (R)	التباين المفسر $R^2$	معامل الارتباط المعدل
	معامل الانحدار	الخطأ المعياري					
الثابت	1.328	0.116	11.480	.000			
قلق البطالة	.541	.040	13.558	.000	.565	.320	.318
قيمة "ف" المحسوبة لقلق البطالة = 183.811 دالة عند مستوى دلالة .000 *							

\* دالة إحصائياً عند مستوى ( $\alpha < 0.05$ ) \*\* دالة إحصائياً بدرجة عالية عند مستوى ( $\alpha < 0.01$ )

يتضح من الجدول (14.4) أن مستوى الدلالة لنموذج الانحدار الذي يكون فيه الإجهاد النفسي

كمتغير تابع وقلق البطالة كمتغير مستقل كانت أقل من (.05)، مما يشير إلى أن النموذج مقبول

إحصائياً للتنبؤ، كما تبين أن قيمة القدرة التفسيرية المعدلة قد بلغت (.318)، وهذا يعني أن قلق

البطالة يستطيع تفسير (31.8%) من التغيرات التي تحدث في الإجهاد النفسي، أي أن (100% -

31.8%) = (68.2%) من التغيرات التي تحدث في الإجهاد النفسي ناتج عن عوامل أخرى غير

قلق البطالة، كما يتضح أن معامل بيتا (Beta) لقلق البطالة كان موجباً ودالاً إحصائياً، مما يدل

على أن تأثير قلق البطالة على الإجهاد النفسي كان تأثيراً إيجابياً ودالاً إحصائياً لدى طلبة جامعة

الخليل المتوقع تخرجهم. وعليه يمكن كتابة معادلة الانحدار كالتالي:

$(y = 1.328 + 0.541X)$  أي كلما تغيّرت وارتفعت درجة قلق البطالة درجة واحدة يحدث تغيّر

إيجابي في الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم بمقدار 54.1%).

وبناءً على ما سبق يمكن القول إنه يمكن التنبؤ بالإجهاد النفسي من خلال قلق البطالة لدى طلبة

جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

## الفصل الخامس

### مناقشة النتائج والتوصيات

سيتم مناقشة النتائج وتفسيرها وربطها مع الدراسات السابقة لتحديد أوجه الشبه والاختلاف فيما بينها

#### 1.5 مناقشة النتائج

**السؤال الأول: ما درجة قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟**

بينت النتائج أن الدرجة الكلية لقلق البطالة جاءت بدرجة متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية لقلق البطالة (2.76) ونسبة مئوية مقدارها (55.3%)؛ وجاءت الفقرة (2) في المرتبة الأولى بتقدير درجة مرتفعة والتي تنص على (أتوقع أن تواجهني مشاكل في إيجاد فرص عمل مستقبلية).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة وفقاً لإدراك الخريج المسبق عدم التوافق بين أعداد الجامعيين مع احتياجات سوق العمل الفلسطيني، فبحسب مركز الإحصاء الفلسطيني بلغ عدد الخريجين من مؤسسات التعليم العالي (46,225) خريجاً وخريجة للعام الدراسي 2022/2021 (مركز الإحصاء الفلسطيني، 2022).

بالإضافة إلى ارتفاع معدل البطالة وانتشار ظاهرتي البطالة المقنعة والمحسوبة والواسطة في التوظيف، وإدراكهم لتدهور الوضع الاقتصادي العالمي، وتمركز رؤوس الأموال في يد قلة وتمحورها حول مشاريع غير ريادة وغير إبداعية توائم معدل المتوقع تخرجهم ونوعية تخصصاتهم، إضافة إلى

ضعف المواعمة والتنسيق بين مؤسسات التعليم العالي والسلطات الاقتصادية وأصحاب المشاريع، وضعف توجيه الطلبة للتخصصات المطلوبة وتمركزهم في تخصصات معينة وُقفاً للصور النمطية الاجتماعية واحتياجات سوق العمل.

اتفقت هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة كل من زريفة وسليمانى (2021)، دراسة الشراونة (2021) السوادحه والطراونة (2020) الشرواشرة والليمون (2020) حيث بينت النتائج أن الدرجة الكلية لقلق البطالة جاءت ما بين متوسطة ومرتفعة.

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغيرات (الجنس، والمعدل التراكمي، والكلية)؟ النتائج المتعلقة بمتغير الجنس: بينت النتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير الجنس، وعليه تم قبول الفرضية الصفرية الثالثة.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة لإدراك الخريج المسبق لاحتياجات سوق العمل وارتفاع معدل البطالة وانتشار ظاهرتي البطالة المقنعة والمحسوبة والواسطة في التوظيف، وإدراكهم لتدهور الوضع الاقتصادي العالمي وتمركز رؤوس الأموال في يد قلة وتمحورها حول مشاريع غير ريادية وغير إبداعية تؤائم معدل المقبلين على التخرج ونوعية تخصصاتهم، إضافة إلى إدراكهم لضعف المواعمة وافنقار التنسيق بين مؤسسات التعليم العالي والسلطات الاقتصادية وأصحاب المشاريع، وضعف المواعمة بين الخطط والمناهج الجامعية، وعدم توجيه الطلبة للتخصصات المطلوبة وتمركزهم في تخصصات معينة وُقفاً للصور النمطية الاجتماعية واحتياجات سوق العمل.

اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة Alioat & El Keshky (2020) حيث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لقلق البطالة عند متغير الجنس؛ كما اتفقت مع نتيجة دراسة السوادحه والطرأونة (2020) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب التفكير وفي قلق البطالة تعزى لمتغيرات الجنس؛ فيما اختلفت مع العديد من الدراسات التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق البطالة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور كدراسة الشراونة (2021)، ودراسة الطيب (2019)؛ في حين اختلفت كل من نتائج دراسة الليمون والشواشرة (2020)، ودراسة زريفة وسليمانى (2021) على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق البطالة عند متغير الجنس ومتغير القلق المهني والقلق النفسي، لصالح الإناث.

#### النتائج المتعلقة بمتغير المعدل التراكمي

بينت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير المعدل التراكمي؛ وعليه تم رفض الفرضية الصفرية الرابعة.

يمكن تفسير هذه النتيجة وفقاً لارتباط المعدل التراكمي بالمعايير التوظيفية؛ وبالتالي تكون العملية تنافسية بين الخريجين، مما يقلل فرص الطلبة ذوي المعدل التراكمي "جيد"؛ وعليه فإن أصحاب المعدل التراكمي المتدني هم أكثر عرضة لقلق البطالة نتيجة الخوف من افتقارهم معايير وشروط تتطلبها الوظائف، في حين أن أصحاب المعدل التراكمي العالي يشعرون بالراحة لاستكمالهم الشروط التوظيفية.

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج كل من دراسة الشراونة (2021) ودراسة المحتسب، العبادلة، والعكر (2017) و Shahin (2021) حيث وجود فروق ذات دلالة في مستوى قلق تعزى لمتغير المعدل التراكمي.

### النتائج المتعلقة بمتغير نوع الكلية

في حين أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في متوسطات قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير نوع الكلية؛ وعليه تم قبول الفرضية الصفرية للمتغير.

يمكن تفسير هذه النتيجة وفقاً للفروق بين أعداد الطلبة الملتحقين بالكليات الإنسانية مقابل الطلبة الملتحقين بالكليات العلمية، حيث تتبع فروق الالتحاق وفقاً لمعدل التوجيهي والتكلفة المادية للكليات العلمية، مما يتيح الفرص الكبرى للالتحاق بالكليات الإنسانية؛ وعليه يكون عدد الخريجين من الكليات الإنسانية أكبر منه في الكليات العلمية.

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الشراونة (2021) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق البطالة تعزى لمتغير نوع الكلية؛ فيما أظهرت دراسة الليمون والشواشرة (2020) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لقلق البطالة لصالح الكليات المهنية عند متغير نوع الكلية، في حين اختلفت مع نتيجة دراسة السوادحه والطرانة (2020) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب التفكير وفي قلق البطالة تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص.

### السؤال الثالث: ما درجة الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

بينت نتائج هذه الدراسة أن الدرجة الكلية للإجهاد النفسي جاءت بدرجة متوسطة؛ وأما عن الفقرات فقد جاءت الفقرة (1) في المرتبة الأولى وبدرجة مرتفعة والتي تنص على (أشعر بدوخة وزغلة في عيني أثناء الدراسة)، بينما جاءت الفقرة (16) في المرتبة الأخيرة والتي تنص (أشعر بأنني أستحق التأنيب) بمتوسط حسابي (2.53) معبرة عن درجة منخفضة.

يمكن تفسير هذه النتيجة وفقاً لتسبب الإجهاد في زيادة الشعور بالتعب؛ حيث يدفع الإجهاد النفسي الجسم للاستجابة بطريقة معينة لمشاعر القلق؛ حيث يطلق مادة الأدرينالين والكورتيزول، والتي تحفز جهاز القلب والأوعية الدموية، وترفع ضغط الدم ومعدل نبضات القلب؛ مما يشير إلى تعامل الجسد بجد مع الشعور الإنساني.

ويعزى تعامل الجسد مع الإجهاد وفقاً للفروقات الفردية في القدرة على التعامل مع الضغط؛ حيث مستوى المرونة والقدرة على التكيف والتي تعكس مستوى الصلابة النفسية ومعدل المساندة الاجتماعية من جهة، بحسب القيود والحالة الاجتماعية والبيئية وحجم المسؤولية الذي يقع على كاهل الطالب من جهة أخرى.

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتيجة دراسة عبد الله (2021) في وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند متغير المساندة الاجتماعية، والصلابة النفسية، وبينت نتائج دراسة الليمون والشواشرة (2020) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لإدارة الذات عند متغيرات لصالح إدارة الوقت والثقة بالنفس والدافعية الذاتية؛ توصلت دراسة دافرس (2020) إلى وجود علاقة عكسية بين قلق البطالة وتقدير الذات، فيما

وضحت دراسة المحتسب، العبادلة، والعكر (2017) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة عند متغيرات الجنس والحالة الاجتماعية لصالح الإناث، وصالح الأعزب، في حين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند متغير قلق البطالة عند متغيرات التقدير العلمي ودخل العائلة لصالح التقدير المتدني لكل متغير.

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير: (الجنس، المعدل التراكمي، الكلية)؟

#### النتائج المتعلقة بمتغير الجنس

بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث؛ وعليه تم رفض الفرضية الصفرية للمتغير.

يمكن تفسير هذه النتيجة وفقاً لحجم العين حيث بلغت نسبة الذكور 22.1% مقابل نسبة الإناث 77.9% من حجم العينة، إضافة إلى نسب البطالة التي تشير إلى ارتفاع معدل البطالة لدى الإناث بمعدل الضعف تقريباً عن الذكور؛ حيث بلغت النسبة لدى الإناث 69.5% في حين جاءت بنسبة 38.5% لدى الذكور بحسب مركز الإحصاء الفلسطيني (2021).

وتعزو الباحثة النتيجة وفقاً لنظرية التقييم المعرفي النفسي (1981) الذي ينتج عن التناقض بين قدرات الفرد الذاتية ومتطلبات البيئة الخارجية؛ بسبب عدم امتلاك الفرد المصادر الكافية للتعامل مع الموقف

وتلبية احتياجات البيئة؛ حيث عملية التقييم المعرفي التي تشكل قدرة الفرد على تفسير وفهم المعطيات انطلاقاً من خبراته السابقة وفهم البيئة الاجتماعية المحيطة، وعليه تقترن إستراتيجيات التعامل بالفروقات الشخصية تبعاً للتكوين الشخصي والنفسي للأفراد والجنس، وعليه يعتبر الذكور أكثر خبرة وجاهزية للتعامل مع البيئات الخارجية والمواقف الجديدة انطلاقاً من سياسة المجتمع الأبوي الذي يمنح الذكور حق التجربة ويمنحهم مساحة أكبر من حرية التعامل مع العالم الخارجي فيما يحيط الإناث بقيود مجتمعية انطلاقاً من ثقافة الذكر والأنثى وثقافة العيب والحرام التي تقتصر على الأنثى.

اتفقت نتائج الدراسة مع معظم الدراسات السابقة حيث أشارت دراسة رزيقة وسليمانى (2021) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق البطالة والإجهاد النفسي عند متغير الجنس لصالح الإناث؛ كما أشارت دراسة عبد الله (2021) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين كل من المساندة الاجتماعية وأبعادها والصلابة النفسية بأبعادها وقلق البطالة لصالح متغير الجنس لصالح الإناث، وأكدت دراسة الليمون والشواشرة (2020) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لقلق البطالة لصالح الإناث عند متغير القلق المهني والقلق النفسي؛ كما بينت دراسة المحتسب، العبادلة، والعكر (2017) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية في المرونة عند متغيرات الجنس والحالة الاجتماعية لصالح الإناث؛ فيما اختلفت مع دراسة الطيب (2019) التي بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية مستوى قلق البطالة عند متغير الجنس لصالح الذكور.

## النتائج المتعلقة بمتغير المعدل التراكمي

بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير المعدل التراكمي؛ وعليه تم رفض الفرضية الصفرية للمتغير.

يمكن تفسير هذه النتيجة بربطها مع نتيجة الفرضية المتعلقة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية لقلق البطالة عند متغير المعدل التراكمي لصالح المعدل التراكمي "جيد"؛ حيث اعتقاد الطالب المقبل على التخرج بتقدير "جيد" يقلل من فرصة حصوله على العمل؛ لافتقاره بعض المعايير والشروط الوظيفية، بالإضافة إلى افتقاره إلى الدعم النفسي والمساندة الاجتماعية؛ والتي تنعكس على مستوى الثقة بالنفس والقدرة على التكيف؛ ويدفعه لبذل جهد مضاعف لإثبات ذاته وتحقيق أهدافه، وتكون النتيجة النهائية تعرضه لإجهاد بدرجة أعلى من الطلبة ذوي التقدير "الممتاز".

في حين يحظى الطالب ذو التقدير الممتاز بِقَدْرٍ أكبرٍ مِنَ الدعم والمساندة الاجتماعية التي تمنحه المرونة والصلابة النفسية والثقة بالنفس بشكل أكبر، إضافة إلى تمتعه بالمهارات الفردية كالقدرة على إدارة الذات وإدارة الوقت بمستوى أعلى مقارنة بالطالب ذي التحصيل "الجيد".

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة المحتسب، العبادلة، والعكر (2017) التي بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة وجودة الحياة؛ في حين وجود فروق ذات دلالة إحصائية لقلق البطالة عند متغيرات التقدير العلمي ودخل العائلة لصالح التقدير المتدني لكل متغير؛ ووجود علاقة ارتباطية عكسية بين قلق البطالة والإجهاد النفسي وتقدير الذات، وبينت نتائج دراسة الليمون والشواشرة

(2020) وجود علاقة ارتباطية سالبة بين أبعاد إدارة الذات وأبعاد قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لإدارة الذات عند متغيرات لصالح إدارة الوقت والثقة بالنفس والدافعية الذاتية، وكذلك نتيجة دراسة دراسة الطيب (2019) أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين أبعاد إيجابيات الصحة النفسية ودرجات أبعاد الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بالجزائر، كما بينت وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين درجات أبعاد سلبيات الصحة النفسية ودرجات أبعاد الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بالجزائر.

### النتائج المتعلقة بمتغير نوع الكلية

بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير نوع الكلية؛ وعليه تم قبول الفرضية الصفرية للمتغير.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأنها ربما تكون بسبب معرفة الطلبة المتوقع تخرجهم المسبقة بضعف سوق العمل الفلسطيني والقيود الاجتماعية والاقتصادية والسياسية التي تشكل هذا السوق وضعف إمكانياته ومحدودية مؤسساته على كافة الأصعدة.

اختلفت هذه الدراسة مع نتائج دراسة عبد الله (2020) حيث بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين كل من المساندة الاجتماعية وأبعادها والصلابة النفسية بأبعادها وعند متغير الكلية لصالح الكليات العلمية.

## السؤال الخامس

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \leq \alpha$ ) بين متوسطات قلق البطالة وبين متوسطات الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

أثبتت النتائج وجود علاقة طردية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) بين قلق البطالة وبين الإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؛ وعليه تم قبول الفرضية الصفرية الأولى.

يمكن تفسير هذه النتيجة انطلاقاً من تفسير استجابة الجسد الانفعالية لحالة القلق التي يترتب عليها تغيرات في تدفق الدم والهرمونات والتي بدورها تقود للإجهاد الجسدي والنفسي من جهة، ومن جهة أخرى لعل النظرية السلوكية المرتبطة بالاشراط الكلاسيكي تفسر أن قلق البطالة والإجهاد النفسي يقودان إلى افتقار الدافعية في القدرة في إنجاز المطلوب المتمثل في التحصيل العلمي ووصول الهدف العام المتمحور بالتحصيل الأكاديمي والتخرج؛ وفي النتيجة عندما يتعرض الفرد للقلق يواجه إجهاداً نفسياً مستمراً.

وتتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة دراية خليفة (2018) التي بينت وجود علاقة ارتباطية سالبة بين أبعاد إيجابيات الصحة النفسية ودرجات أبعاد الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بالجزائر، كما بينت وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين درجات أبعاد سلبيات الصحة النفسية ودرجات أبعاد الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بالجزائر، كما اتفقت مع دراسة عبد السلام (2022) التي خلصت فعالية البرنامج الإرشادي القائم على فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين الصلابة النفسية وخفض قلق البطالة لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة.

السؤال السادس: هل يمكن التنبؤ بالإجهاد النفسي من خلال قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؟

بينت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالإجهاد النفسي من خلال قلق البطالة لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم؛ وعليه تم رفض الفرضية الثانية حيث اتضح أن تأثير قلق البطالة على الإجهاد النفسي كان تأثيراً إيجابياً ودالاً إحصائياً لدى طلبة جامعة الخليل المتوقع تخرجهم.

يمكن تفسير هذه النتيجة من خلال إمكانية التنبؤ بأعراض قلق البطالة من خلال الإجهاد النفسي بالاهتمام بالتغيرات الحالة النفسية والجسدية؛ وفهم بعض العلامات والأعراض المشتركة للقلق والإجهاد النفسي؛ والتي قد تشمل الشعور بالتعب المستمر، وصعوبة التركيز، والشعور بالإحباط.

وكذلك القدرة على ملاحظة وقياس السلوك المفسر للإجهاد النفسي الذي ينعكس عن قلق البطالة حيث الإحباط وافنقار الدافعية لدى الطلبة المتوقع تخرجهم، ويمكن ملاحظته لانعكاسه في انخفاض التفاعل الاجتماعي والتفاعل الأكاديمي، فعلى الصعيد الاجتماعي قد يتمثل السلوك في العزلة والانسحاب الاجتماعي، والإهمال والتفوق، أو الانحراف عن الهدف والتوجه لسلوكيات غير مرغوب فيها، والعصبية المفرطة والتوتر، إضافة إلى انخفاض مستوى تقدير الذات وانخفاض معدل الثقة بالنفس، أمّا من الناحية الأكاديمية فيمكن قياس قلق البطالة من خلال نتائج التحصيل الدراسي؛ نتيجة الخوف أو الاستهتار وعدم القدرة على التكيف وافنقار المرونة، وغيرها من السلوكيات الواضحة التي تنعكس في الممارسات الفعلية للطلبة.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع العديد من الدراسات، حيث اتفقت دراسة كل من الطيب (2019)، دراسة Alioat & Eleshky (2020)، ودراسة المحتسب، العبادلة، والعكر (2017) على وجود علاقة بين سلبية بين قلق البطالة ومستويات الرفاهية النفسية والمرونة المعرفية ومعدل الثقة بالنفس وجودة الحياة؛ وأظهرت نتائج دراسة الشراونة (2021) وجود علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى الطموح وقلق البطالة لدى أفراد عينة الدراسة؛ فيما أكدت نتائج دراسة مهيدات (2021) وجود علاقة ارتباطية عكسية بين قلق البطالة وتقدير الذات، ووجود قدرة تنبؤية لإدارة الإجهاد النفسي المدرك في خفض مستوى قلق المستقبل لدى طلبة جامعة اليرموك.

## 2.5 التوصيات

1. رفع الوعي لدى الطلبة المتوقع تخرجهم بآليات التعامل مع قلق البطالة والإجهاد النفسي من

خلال:

- البحث عن فرص العمل والتدريب المتاحة لهم قبل التخرج، التخطيط لمستقبلهم المهني وتحديد الأهداف والخطط الواقعية لتحقيقها؛ وتحديد المهارات التي يحتاجون إلى تحسينها لتقليل قلق البطالة.
- يجب على الخريجين المشاركة في الأنشطة التطوعية وتعلم مهارات جديدة وتوسيع دائرة المعارف والشبكات الاجتماعية.
- الإيمان بأن البحث عن العمل يتطلب الصبر والتحلي بالصبر والثقة بالنفس.

● البحث عن طرق لتقليل التوتر والضغط النفسي، مثل ممارسة الرياضة واليوغا والتأمل، وتناول وجبات صحية ومتوازنة، والنوم الكافي، والتحدث مع الأصدقاء والأحباء، والتفكير في الأمور الإيجابية والمشجعة، كما يمكن لهم أيضاً الحصول على المشورة النفسية والعاطفية من المستشارين النفسيين أو الأصدقاء والعائلة؛ لتخفيف الإجهاد النفسي.

2. ضرورة توفير المزيد من الفرص الوظيفية وتشجيع الاستثمار وتحسين البنية التحتية وتطوير البرامج التدريبية والتأهيل المهني، وتحسين جودة التعليم الجامعي وتعزيز الروابط بين الجامعات وسوق العمل. كما يجب أيضاً توفير الدعم اللازم للخريجين الجامعيين، مثل الإرشاد الوظيفي والتدريب والمساعدات المالية للمساعدة في تحقيق النجاح المهني.

## المصادر والمراجع

### المراجع العربية

إبراهيم، أمال. (2008). معالجة الإسلام مشكلة الفقر ومحاربة البطالة ودور العمل الخيري في ذلك -

دراسة تحليلية تطبيقية، 320-334.

أحمد، منار. (2005). البطالة بين خريجي كليات التربية وتأثيرها على التعليم في مصر، (رسالة

ماجستير غير منشورة)، كلية التربية بالمنصورة، جامعة المنصورة، مصر.

أشنتية، إياد وشاهين، محمد. (2015). قلق البطالة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلبة السنة الأخيرة في

جامعة القدس، المجلة الأردنية للعلوم التربوية، 11(3): 319-330.

الأنصاري، ابن منظور وبن علي، محمد، وأبو الفضل (2010). لسان العرب، بيروت: دار صادر.

الأنصاري، محمد بدر. (2004). القلق لدى الشباب في بعض الدول العربية: دراسة ثقافية مقارنة،

دراسة نفسية، القاهرة، 14(3): 337-370.

بابش، عتيقة. (2002). الإجهاد النفسي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة النهائية من التعليم

الثانوي، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية. 1(14): 41-56.

بدر، إبراهيم. (2003). مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب

الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 52-15: (38) 13

بطرس، بطرس. (2008). التكيف والصحة النفسية للطفل، عمان: دار المسيرة، الأردن.

بو عافية، نبيلة ومأمون، عبد الكريم. (2015). الأمن النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الشباب  
البطل في الجزائر: دراسة ميدانية بمدينة ورقلة، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، 3(7):  
91-106.

الجمال، حنان وبخيت، نوال. (2008). قلق البطالة وعلاقته بجودة الحياة وفعالية الذات لدى طلبة  
السنة النهائية بكلية التربية بجامعة المنوفية، مجلة البحوث النفسية والتربوية، -284: 1(23)  
327.

الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني. (2021). مسح القوى العاملة: (كانون ثاني- آذار، 2021)،  
التقرير الصحفي مسح القوى العاملة، فلسطين.

<https://www.pcbs.gov.ps/postar.aspx?lang=ar&ItemID=4043>

الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني. (2022). مسح القوى العاملة: (شباط ، 2022)، الإحصاء  
الفلسطيني يستعرض نتائج مسح القوى العاملة في فلسطين خلال العام.

<https://www.pcbs.gov.ps/postar.aspx?lang=ar&ItemID=4422>

حسن، راوية. (2004). السلوك التنظيمي المعاصر، القاهرة: الدار الجامعية للنشر والتوزيع.  
حسن، محمود. (1999). قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات، مجلة المستقبل العربي،  
بيروت، 249(22): 70-85.

الحسيني، هشام. (2012). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وجهة جديدة لدراسة وقياس بنية  
الشخصية، (ط2)، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

خليفة، نادية. (2018). الصحة النفسية وعلاقتها بالضغط النفسية لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية

على عينة من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري تيزي وزو، مجلة

الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 67-39: (8)3

الخوخة، عبد الفتاح. (2002). الإرشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق: مسؤوليات وواجبات دليل

الآباء والمرشدين، عمان: الدار العلمية الدولية والثقافية للنشر والتوزيع.

الدباغ، أسامة. (2007). البطالة والتضخم، المقولات النظرية ومناهج السياسة الاقتصادية، عمان:

الأهلية للنشر والتوزيع.

ال دراوشة، عبد الله (2014)، أثر الفقر والبطالة على السلوك الجرمي في المجتمع الأردني من وجهة

نظر العاملين في جهاز الأمن العام، مجلة التواصل العلمي، (2)7، 185-203.

رزيقة، محذب وسليمان، مليكة. (2021)، الضغوط النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة المتوقع تخرجهم

دراسة ميدانية في جامعة مولود معمري تيزي وزو، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، (10) 4

517-537.

رشاد، محمد. (2000). دراسة عبر ثقافية لمشكلات طلاب الجامعة، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية

العامة للكتاب، 53(24): 96-121.

الرمادي، نور. (2006). فعالية برنامج إرشادي سلوكي جمعي يستخدم التدريب على الضبط الذاتي

لخفض الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية بالفيوم، - 281: 4

312.

الزغلول، عماد. (2003). نظريات التعلم، عمان: دار الشروق.

- ستيوار، جان. (1997). الإجهاد: أسبابه وعلاجه، الرياض: دار منشورات عويدات.
- السوادحه، فاطمة والطراونة، أحمد. (2020). أساليب التفكير علاقتها بقلق البطالة لدى طلبة جامعة مؤتة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة مؤتة، الأردن.
- شاهين، محمد. (2014). دراسة تحليلية لملاءمة مخرجات التعليم العالي لاحتياجات سوق العمل الفلسطيني: دراسة مقدمة للمؤتمر الفلسطيني الرابع لتنمية الموارد البشرية، جامعة فلسطين الأهلية.
- الشحات، مجدي والبلاح، خالد. (2013). فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق الاختبار وأثره في الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية ببنها، 207-264: (24)94
- الشرارونة، رماح. (2021). قلق البطالة وعلاقته بمستوى الطموح لدى الطلبة المتوقع تخرجهم من جامعة الخليل، جامعة الخليل، فلسطين.
- صالح، ساميه. (1998). البطالة بين الشباب حديثي التخرج: العوامل، الآثار، العلاج، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الصبوة، محمد. (1991). مشكلات طلبة الكليات العلمية والإنسانية، مركز البحوث والدراسات النفسية، جامعة القاهرة، 171.
- الطهراوي، حسن. (2008). الضغوط النفسية وطرق التعامل معها في القرآن الكريم، المؤتمر العلمي الدولي الأول حول القرآن الكريم ودوره في معالجة قضايا الأمة، الجامعة الإسلامية، 1: 443 - 469.

الطيب، محمد. (2020). العلاقة بين قلق البطالة وجودة الحياة لدى عينة من طلاب السنة النهائية

بجامعة الخرطوم، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، 241-326 (2): 14

عبد الخالق، أحمد وإبراهيم، هبة. (2003). القلق والاتجاه نحو الموت لدى المراهقين والراشدين  
والمسنين، المؤتمر الدولي الثاني للعلوم الاجتماعية والصحية ودورها في تنمية المجتمع، الكويت.

عبد الخالق، أحمد. (1987)، قلق الموت، الكويت: عالم المعرفة 111.

عبد السادة، صفاء، خضير، دعاء. (2022). مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، 22(1)، 54 -

.75

عبد السلام، سارة. (2022). فعالية برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي لتحسين

الصلابة النفسية وخفض قلق البطالة لدى الطالبات المعلمات بكلية التربية للطفولة المبكرة، مجلة

الطفولة والتربية، 134 - 63 (51): 14

عبد اللطيف، خالد وكفافي، علاء وعبد الفتاح، أحمد (2015). قلق المستقبل لدى عينة من المراهقين

الصم والعاكبين: دراسة مقارنة، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية؛ جامعة الفيوم، 4(1):

.375-313

عبدالله، حنان. (2021). البنية العاملية لقلق البطالة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية

لدى طلاب السنة النهائية بجامعة الأزهر، جامعة الأزهر، مجلة التربية، 96- (189): 40

139.

العبودي، فاتح. (2008). الضغط النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي - دراسة ميدانية بمؤسسة الخزف

الصحي بالميلية ولاية جيجل، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة قسنطينة، الجزائر.

عثمان، فاروق. (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة: دار الفكر العربي.

عسليّة، محمد. (2005). الضغوط النفسية الناتجة عن الحواجز الإسرائيلية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، (رسالة ماجستير منشورة)، كلية التربية جامعة الأقصى، فلسطين.

عقون، سليم. (2010). قياس أثر المتغيرات الاقتصادية على معدل البطالة -دراسة قياسية تحليلية- حالة الجزائر-، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة فرحات عباس-سطيف، الجزائر.

عكاشة، أحمد. (2003). الطب النفسي المعاصر، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

العكايشي، بشرى. (2000). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة المستنصرية، بغداد.

العمامرة، محمد أحمد. (2007). المشكلات التي تواجه الطلبة الجدد، جامعة الإسراء الخاصة بالأردن في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، جامعة الإسراء الخاصة، 11: 34-35.

عمورة، تسنيم وطشطوش، رامي. (2021). الوجود النفسي الممتلئ وعلاقته بقلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم في جامعة اليرموك (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، إربد.

عويضة، كامل. (1996). علم النفس الصناعي، (ط1)، بيروت: دار الكتب العلمية.

القحطاني، محمد. (2016). قلق المستقبل وعلاقته بالأفكار غير العقلانية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب وطالبات قسم علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كلية العلوم الاجتماعية جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 41: 13-75.

الليمون، زياد والشواشرة، عمر. (2020). أساليب إدارة الذات وعلاقتها بقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية،

11(31): 142-163.

مجلي، شايع (2011)، الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعدة،

مجلة جامعة دمشق،. 27: 193 -241.

المحتسب، عيسى، العبادلة، نعيم والعكر، محمد. (2017). المرونة كمتغير وسيط بين قلق البطالة

وجودة الحياة لدى المتوقع تخرجهم، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، : (3)25

172-189.

المشيخي، محمد. (2009). قلق المستقبل وعلاقته بفعالية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب

جامعة الطائف، (رسالة دكتوراه غير منشورة)، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

معشي، محمد. (2012). قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات، دراسات تربوية

ونفسية، مجلة كلية التربية بالزقازيق،. 27(75): 279-308.

منصور، طلعت. (1995). أسس علم النفس العام، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

مهيدات، مي. (2021). القدرة التنبؤية لإدارة الإجهاد النفسي المدرك في خفض قلق المستقبل لدى طلبة

جامعة اليرموك، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية،. 36 (12): 18-32.

المومني، خالدة دمحم فالح. (2001). الحاجات الإرشادية لدى عينة مختارة من العاطلين في الأردن،

(رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، الأردن.

الميلادي، عبد المنعم. (2004). الأمراض والاضطرابات النفسية، القاهرة: مؤسسة شباب المصرية.

ميموني، بدرة. (2005). الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

## المراجع الأجنبية

Ahn, N. Garcia, J.& Jimeno, J. (2004). The Impact of Unemployment on Individual Well – Being in the, *European Network of Economic Policy Research*, (29) 13-47.

Alioat, S. & El Keshky, M.(2020). Cognitive Flexibility as the mediator between unemployment anxiety and psychological wellbeing among university students with disabilities. *JKAU/ Arts and Humanities*, 28(1). 299-321.

Bandura, A. (2003). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman and Company.

Bordea, E. (2017). Unemployment and Coping with Stress, Anxiety, and Depression, *Czech journal of social sciencess*, 17(2), 41-62.

Davras, G. M. (2020). Research of the relationship between unemployment anxiety and the self-esteem of potential workforce in tourism ,*Journal of Tourism Theory and Research*, 6(2), 75-84.

Freud, S. (1936). " The Problem of Anxiety". *American Journal of Psychiatry*, 93(5), p. 1254.

Hergenhahn, B.R. Olson, M. (1997) *An Introduction to Theories of Learning*. Fifth Edition. New York: Prentice Hall, Inc.

Hoffman, B. (2012). Cognitive Efficiency: A conceptual and Methodological Comparison, *Learning and Instruction*, 22(2), 133-144.

International Labour Organization, ILOSTAT database. Data retrieved in September 2021.

from: <https://www.ilo.org/global/lang--en/index.htm>

- Kaur, J. (2020). Anxiety, Stress, and Depression Among employed and unemployed individuals, *The International Journal of Indian Psychology*, 8 (3),95-123.
- Lazarus ,R. Coyne, J. (1981): *Cognitive style stress perception and coping* (In). (Il) Kutach L. B. Schlesinger and associates (2eds) hand book on stress and anxiety, Jessy bass publishers.
- Loo,P. &Loo,H. & Régualinouki, .(1999), *Le Stress PermantReaction Adaptation De L'organisme A LéasExstentiels*, 2e Ed, Masson, Paris.
- Mazur, J. (2016), *Learning & Behavior*: 8<sup>th</sup> Ed. Routledge, New York.
- Mills. J. (1982). *Metaphorical Vision: Changes in Western Attitudes to the Environment. Journal of Education*, 72) 2(, 237-253.
- Mohammed, S. & Devecioglu, S. (2018). Unemployment anxiety of student taking sports education in university, *Journal of Education and Training Studies*,( 647), 17-27.
- Montgomery, S. & Others. (1999). Unemployment predates symptoms of depression and anxiety resulting in medical consultation in young men. *International Journal of Epidemiology*, 28) 1,(95–100.
- Moving into the future: National standards for physical education. Reston*, National Association for Sport and Physical Education. (2004). Va: NASPE Publications. (2ED).
- Muschalla, B. Linden, M. & Olbrich, D. (2010). The Relationship between Job- Anxiety and Trait- Anxiety\_ A differential Diagnostic Investigation with the Job-Anxiety-Scale and the State-Trait-AnxietyInventory, *Journal of Anxiety Disorders*, 24(3), 366-371.
- Okebukola, P.& Jegede, O. (1989). Determinants of Occupational Stress among Teachers in Nigeria. *Educational Studies*, 15, 23-36.

- Padesky, C. and Beck, A. (2007). Comparison of Cognitive Therapy and Rational Emotive Behavior Therapy, *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 17, (3),211-224.
- Raghunathan, R. and Pham, M. (1999). All Negative Moods are not Equal:Motivational in Fluency of Anxiety and Sadness of Decision Making. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 79, 56-77.
- Rice, P. (1999). *Stress and Health. 3<sup>rd</sup> Ed. Brooks/Cole Publishing Company. An International Thomson Publishing Company.*
- Rice, P. (2001). *Human development .prentice hall*, John. Wiley & Sons, NewYork.
- Sandin, E. (2006). *Health Psychology BioPsychosocial*, John. Wiley & Sons, NewYork.
- Scutella, R. &Wooden, M., (2008). The effects of Household Joblessness on Mental health. *Social Science & Medicine*, 67, (1): 88- 100.
- Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. McGraw-Hill, New York.
- Shahin, G. (2021). Unemployment Anxiety In Youth. Atilim University. Turkey.
- Spielberger, D. (1976). The Nature and Measurement of Anxiety- London.The Job-AnxietyScale and the State-Trait-Anxiety-Inventory, *Journal of Anxiety Disorders*, 24(3), 77-87.
- Taylor, S. (1995). *Health Psychology*, 3<sup>rd</sup> Ed, McGraw-Hill International, New York.
- Zaleski, Z. (1996). Future anxiety: Concept, measurement, and preliminary research. *Journal of Personality and Individual Differences*, 21(2), 165-174.

## الملاحق

### ملحق (1) الاستبانة بصورتها الأولية

القسم الأول: البيانات الأولية:

يرجى وضع إشارة (x) داخل مربع الإجابة التي تتفق مع حالتك.

1- الجنس ذكر  أنثى

2- الكلية (.....)

3- التقدير الأكاديمي ممتاز  جيد جداً  جيد

القسم الثاني: (فقرات الاستبانة): يتضمن مجالين على النحو الآتي:

الرقم	المجال الأول: (القدرة التنبؤية لقلق البطالة)	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أشعر بالقلق عند مقابلة أشخاص عاطلين عن العمل.					
2	أتوقع أن تواجهني مشاكل في إيجاد فرص عمل مستقبلية.					
3	أخشى أن أبقى عالة على أسرتي بعد تخرجي.					
4	أشعر بالتوتر والخوف عندما أفكر في مستقبلي المهني.					
5	ينتابني شعور بالانضمام إلى العاطلين عن العمل.					
6	أشعر بعدم الارتياح لقلّة فرص العمل.					
7	أشعر بعدم الأمان عندما أفكر في مستقبلي.					
8	شعوري بالقلق يدفعني للبحث عن أي فرصة عمل ولو براتب قليل.					
9	أشعر بعدم الارتياح عندما أرى مَنْ حولي يعملون في وظائف لا تناسب تخصصاتهم.					

					10	أتابع مواقع العمل ومراكز التوظيف باستمرار.
					11	أعتقد بأن فرص العمل متاحة أكثر للتخصصات الأخرى.
					12	أشعر بعدم الرضى عن تخصصي بسبب قلة فرص العمل.
					13	البحث عن وظيفة أمر مقلق بالنسبة لي.
					14	أتوقع العمل في مجال غير تخصصي.
					15	سيؤثر معدلي التراكمي الجامعي في الحصول على وظيفة.
					16	أتبادل الآراء مع زملائي من نفس التخصص.
					17	أتوقع صعوبة الحصول على وظيفة في تخصصي الدراسي.
					18	يؤرقني التفكير في مستوى المعيشة ومتطلبات الحياة اليومية.
					19	أشعر بتدنٍ في مستوى الكفاءة الذاتية لدي.
					20	أشعر بالاستياء عند سماعي أخباراً تشير إلى ارتفاع معدل البطالة.
					21	أسرتي قلقة بسبب ضعف إمكانية حصولي على وظيفة.
					22	يسيطر عليّ الخوف عند التفكير بمستقبلي المهني.
					23	أتوتر عندما يسألني الآخرون عن وظيفتي المستقبلية.
					24	أشعر بالتشاؤم لأن مستقبلي المهني مجهول.
					25	أرى أن مستقبلي المهني يحمل الكثير من الصعوبات.
					26	أشعر بضياح سنيّ دراستي دون جدوى.
					27	قلق البطالة يؤثر على الوضع الصحي لدي.
					28	أشعر بالقلق من توفر وظيفة لا تتوافق وقدراتي الجسمية.
					29	حالتي الجسمية تجعلني مناسباً لأكثر من وظيفة.
					30	الصحة الجسمية ضرورية للقيام بالمهام المطلوبة في كل وظيفة.
					31	هناك بعض الوظائف تساهم في الإصابة ببعض الأمراض.

الرقم	المجال الثاني: (الإجهاد النفسي)	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أشعر بدوخة وزغلة أثناء الدراسة					
2	أشعر بالإرهاك والتعب والإجهاد لأقل جهد أبذله					
3	أشعر بالأرق والخمول عندما أفكر في مستقبلي.					
4	أشعر في كثير من الأحيان بالعجز والضعف في حل مشكلاتي الخاصة.					
5	أشعر بعدم الراحة والإحباط من الدراسة					
6	أشعر بالعجز عن رفع مستوى التحصيل					
7	أشعر بالغثيان والدوار عندما أتأهب لتقديم الاختبارات					
8	أشعر بعدم الرغبة في إتمام دراستي					
9	أشعر بعدم القدرة على الإنجاز الأكاديمي					
10	أشعر بالصداع عند تكليفي بإنجاز الوظائف الدراسية					
11	أشعر بالعزلة لعدم قدرتي على التكيف مع زملائي في الدراسة					
12	أعاني من شدة عنادي وتزمتي وعدم مرونتي مع زملائي في الدراسة					
13	أشعر بعدم قدرتي على الانخراط في الدراسة					
14	أعاني من انعدام دافعتي نحو الدراسة					
15	يسيطر عليّ الشعور باللامبالاة تجاه تحصيلي الدراسي					
16	أتجنب اللقاءات التي تجمعني مع زملائي بالدراسة					
17	أشعر بالإحباط في كل خطوة أقوم بها					
18	أشعر بالانزعاج من التجمعات والمناسبات					
19	أشعر بالتقصير لإغفالي حقوقي					
20	أشعر بأنني مقصر في تطوير أدائي وبأنني أستحق التأنيب					
21	أشعر بأنني مقيد التفكير والحركة					
22	أشعر بعدم الأمان بالدراسة وأنني مهدد بالفصل					

					أعاني من عدم التركيز والسرхан	23
					أفتقد الطاقة والحيوية في كل أمور حياتي	24
					أنام أكثر من اللازم هروباً من مشاكلي	25
					أشعر بعدم الرغبة في تقديم المبادرات الاجتماعية	26
					أشعر بفقدان الهمة نحو بذل أي مجهود يتعلق بالدراسة	27
					تؤلمني كثرة النصائح التي توجه لي من أقاربي	28
					لا أجد في نفسي ما يشدني إلى الدراسة	29

القسم الثالث:

1. ما هي درجة ارتياحك نحو مستقبلك المهني؟

منخفضة

متوسطة

مرتفعة

2. هل تعتقد أن تخصصك يمنحك فرصة كبيرة للعمل بعد التخرج؟

بدرجة منخفضة جداً	بدرجة منخفضة	بدرجة متوسطة	بدرجة مرتفعة	بدرجة مرتفعة جداً

3. ما مدى حصولك على وظيفة أو فرصة عمل بعد التخرج؟

بدرجة منخفضة

بدرجة متوسطة

بدرجة مرتفعة

4. ما الأسباب الرئيسية لتفشي ظاهرة البطالة؟

5. ما المقترحات المناسبة لتجنب المعاناة من قلق البطالة والإجهاد النفسي؟

شكراً لتعاونكم

## ملحق (2) الاستبانة بصورتها النهائية

pdf - Adobe Reader ٢.٠ الشبابة

ملف تحرير عرض نافذة تعليقات

مشاركة تعليق

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة أسيوط

كلية الدراسات العليا

برنامج الإرشاد التربوي والنفسي

تحية طيبة وبه...  
أخي الطالب، أخي الطالبة...

تقدم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: **تأثير البطالة وعلاقتها بالإجهاد النفسي لدى طلبة جامعة أسيوط** المعلمين على التخرج، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي، من كلية الدراسات العليا - قسم الإرشاد النفسي - جامعة أسيوط. ونظراً لما تشتمون به من مصادفة في الإجابة على نود الاستبانة العلمية، فإني أرجو التفضل بتجيبها بكل مصادفة، علماً بأن النتائج ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

وسيتكون أرائكم القيمة الأثر البالغ في إخراج هذه الرسالة بالصورة المطلوبة لتتفوق أغراض الدراسة الحالية.

داعية الله أن يجازيكم خير الجزاء لقاءه وتكم الشين.

مع بائع شكري وشكري،

الباحثة: سوزن سالم المراهنة  
بالتواضع: د. إبراهيم مصري

١٠:٢٠ ص  
٤٤/٠٧/٠٧

EN

Adobe Reader, Microsoft Word, Google Chrome, Windows



Adobe Reader 2.0 - الامتدابة

ملف تحرير عرض نافذة تعليقات

مشاركة تعليق

49/1%

4 / 2

الرقم	التفكير	دائما	غالباً	أحياناً	نهدراً	أبداً
21	يسيطر على الحرف عند التفكير باستقلبي المعني نتيجة قلة فرص العمل.					
22	تؤثر عندما يبدئي الأخرين عن وظيفتي المستقبلية.					
23	أشعر بالثبات لأن مستقلبي المعني مجهول.					
24	أرى أن مستقلبي المعني سيحصل الكثير من المصوبات.					
25	أشعر بضيق سيقين دراسي من جدوى.					
26	شعوري بالقلق من البطالة أثر على الوضع الصحي لدي.					
27	أشعر بالقلق من توظيف وظيفة لا تتوافق وخصائبي الصحية.					

ثانياً: مقياس الإجهاد النفسي

الرقم	التفكير	دائما	غالباً	أحياناً	نهدراً	أبداً
1	أشعر بدوخة وزغلة في عيني أثناء الدراسة					
2	أشعر بالإجهاد والتعب والإحباط الذهني لأني جيد أبنه.					
3	أشعر بالأرق والنعول عندما أفكر في مستقلبي.					
4	أشعر في كثير من الأحيان بالعجز والضعف في حل مشكلاتي الخاصة.					
5	أشعر بعدم الراحة والإحباط من الدراسة.					
6	أشعر بالعجز عن رفع مستوى التحصيل.					
7	أشعر بالقلق والذوار عندما أأجب لتقييم الاختبارات.					
8	أشعر بعدم الرغبة في إتمام دراستي .					
9	أشعر بعدم القدرة على الإجازة الأكاديمية.					
10	أشعر بالصداغ عند تكلفتي بإيجاد الوظائف الدراسية.					
11	أعاني من انعدام دافعتي نحو الدراسة مستقلاً.					
12	يسيطر علي الشعور باللامبالاة تجاه تحصيلي الدراسي.					
13	أشعر بالإحباط عندما أفكر في مستقلبي المعني.					
14	أشعر بالانعدام الرغبة لدي في البحث عن فرصة عمل.					
15	أشعر بأنني مفسر في تطوير أبنائي .					
16	أشعر بأنني أسنق للتأنيب.					
17	أشعر بأنني مفيد للتفكير والحرارة.					
18	أعاني من عدم التركيز والسروران.					
19	أفقد الطاقة والحيوية في كل أمور حياتي.					

0:22 ص ٤٤/٠٧/٠٧ EN

Adobe Reader Word Chrome

Adobe Reader ٢-الإشادة

ملف تحرير عرض نافذة تعليمات

مشاركة تعليق

					20	أفقر نظر من اللازم عربياً من مناهلي.
					21	أشعر بعد الرغبة في تقديم المبادرات الإيجابية.
					22	أشعر بيقان الهمة نحو بذل أي مجهود يتفق بالدراسة.
					23	أؤكفي عذرة الصالح التي توجه لي من قاربي.

قسم الثالث:

1. هل تعتقد أن تخصصك يمنحك فرصة كبيرة للعمل بعد التخرج؟

درجة مرتفعة جداً	درجة مرتفعة	درجة متوسطة	درجة منخفضة	درجة منخفضة جداً

2. باعتبارك، ما مدى توكفك بأنك بمحصل على وظيفة أو فرصة عمل بعد التخرج؟

درجة مرتفعة  درجة متوسطة  درجة منخفضة

3. حسب اعتقادك، ما هي الأسباب الرئيسية لإشعار قاهرة البطالة؟ أذكرها.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. برأيك، ما هي المتغيرات المناسبة لتجيب المعاناة من قف البطالة والإجهاد النفسي؟

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

شعراً بصدقكم

٢٢:٠١ ص  
٤٤/٠٧/٠٧ EN

Adobe Reader Word Chrome

ملحق (3) أسماء المحكمين

الاسم	الرتبة العلمية	التخصص	الجامعة
أ.د محمد شاهين	أستاذ	الإرشاد النفسي والتربوي	القدس المفتوحة
أ.د حسني عوض	أستاذ	الإرشاد النفسي والتربوي	القدس المفتوحة
أ.د فؤاد الطلافحة	أستاذ	علم النفس التربوي	مؤتة
د. محمد عجوة	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	الخليل
د. حاتم عابدين	أستاذ مساعد	تربية خاصة	الخليل
أ.د عمر الريماوي	أستاذ	علم النفس	القدس
د.زهير النواجحة	أستاذ مساعد	الإرشاد النفسي والتربوي	القدس المفتوحة